

# Frühlingsmassage

## „Als der Frühling die Tiere weckte“

An einem schönen Morgen im Frühling, als noch Reste des Schnees vom Winter auf den Wiesen und Feldern liegen, scheint die **Frühlingssonne** besonders warm, um auch dieses übergebliebene kalte Weiß endlich wegzuschmelzen.

*(Handflächen stark aneinander reiben und Hände dann flach auf den Rücken legen.  
Etwas verweilen.)*

Man kann schon den Frühling in der Luft riechen. Durch das zaghaft wachsende Gras krabbelt schon der erste **Käfer**.

*(Mit den Fingerspitzen über den Rücken laufen.)*

Er trifft eine langsam kriechende **Schnecke**, die auch die ersten warmen Sonnenstrahlen des Jahres genießt.

*(mit der Hand langsam über den Rücken streichen/kriechen)*

Plötzlich setzt **Regen** ein. Viele tausend **Regentropfen** prasseln auf Felder und Wiesen.

*(mit den Fingerspitzen auf den Rücken prasseln/klopfen)*

Er weckt auch die anderen Wiesenbewohner. Dort huscht auf einmal eine muntere **Spinne** vorbei.

*(mit den Fingerspitzen über den Rücken laufen)*

Da, schaut da nicht ein **Regenwurm** aus der nassen Erde? Er kommt aus seinem Erdtunnel und kriecht langsam über das feuchte Gras.

*(mit der Hand langsam über den Rücken streichen/kriechen)*

Er kriecht erst zur einen Seite und dann zur anderen Seite der Wiese.

*(mit der Hand langsam auf dem Rücken hin- und her streichen)*



Auf einmal verschwindet er wieder in der Erde. Plötzlich krabbeln **zwei flinke Käfer** durch das dichte Gras und klettern an den Grashalmen rauf und runter.  
*(mit den Fingerspitzen beider Hände den Rücken hoch und runter krabbeln)*

Erst krabbeln sich hintereinander her, dann laufen sie munter durcheinander.  
*(mit den Fingerspitzen hintereinander, dann durcheinander über den Rücken krabbeln)*

Inzwischen hat es aufgehört zu regnen. Da kriecht wieder die **langsame Schnecke** über das Gras.  
*(mit der Hand langsam über den Rücken streichen/kriechen)*

Sie sieht die **Spinne**, die flink an ihr vorbei huscht.  
*(mit der einen Hand langsam über den Rücken streichen/kriechen, mit den Fingerspitzen der anderen über den Rücken krabbeln)*

Da steht wieder die **Sonne** am Himmel und schickt ihre wärmenden Frühlingsstrahlen.  
*(Handflächen stark aneinander reiben und Hände dann flach auf den Rücken legen. Etwas verweilen.)*

Spürt ihr die Wärme?  
Jetzt fliegt eine kleine **Biene** vorbei. Sie sucht nach einer Blume, die bereits ihre Blüten geöffnet hat.  
*(mit dem Zeigefinger über den Rücken hin und her streichen)*

Plötzlich kommt ein **starker Wind** auf. Die Grashalme biegen sich im Wind.  
*(mit der Hand über den Rücken streichen, eventuell auf den Rücken pusten)*

Alle Tiere huschen schnell in ihre Verstecke und warten, bis der Wind sich wieder legt.  
Der **Wind** weht nun auch uns wieder zurück nach Hause.  
*(mit der Hand über den Rücken streichen, langsam ausklingen lassen)*

