

# Nilpferdwäsche

## Eine Massagegeschichte

(von Kitaturnen)

Heute besuchen wir im Zoo das Nilpferd Hildegard. Kommt doch einfach einmal mit und erlebt, wie aus einem dreckigen Nilpferd ein sauberes Nilpferd wird.

### **Material:**

bequeme Unterlage

Bürste

### **Vorbereitung:**

Das Kind legt sich gemütlich auf den Bauch, der Erwachsene sitzt so daneben, dass es an den Rücken des liegenden Kindes herankommt. Die Bürste liegt griffbereit.

Während die Geschichte erzählt wird, führt die sitzende Person die *kursiv* geschriebenen Bewegungen auf dem Rücken des liegenden Kindes durch.

Bitte darauf achten, dass die Massagebewegungen vorsichtig ausgeführt werden! Es soll eine angenehme Erfahrung für das Kind werden :-)

### **Los geht's:**

Das Nilpferd Hildegard trottet langsam in seinem Gehege hin und her.

*Wandert mit den Fingern von oben nach unten die Wirbelsäule hinab und drückt dabei vorsichtig mit euren Fingern neben die Wirbelsäule.*

Da sieht es den Pfleger Jochen mit seinem großen Eimer und dem Wasserschlauch kommen. Hildegard freut sich und hüpfert und springt – heute ist Badetag!

*Massiert abwechselnd mit euren Händen den Rücken von oben nach unten. Macht es mal leichter und mal fester.*

Jochen kommt in das Gehege und greift sich einen großen Schrubber. Jetzt steht die Nilpferddame ganz still und genießt, wie der Dreck vom Rücken gebürstet wird.

*Streicht mit eurer Bürste mit leichtem Druck von der Wirbelsäule nach außen. Wandert dabei von unten nach oben und dann von oben nach unten.*

Nun schließt der Tierpfleger den Wasserschlauch an. Es fühlt sich fast wie Regen an, als das Wasser den Rücken des Nilpferds nass macht.

*Berührt ganz leicht mit euren Fingerspitzen den ganzen Rücken. Für dicke Tropfen nehmt ihr zwei Finger, für kleinere Tropfen einen Finger. Trommel am Anfang langsam und werdet dann schneller.*

Das Wasser hat im Zoogehege ein riesiges Schlammloch entstehen lassen. Das Nilpferd beginnt, sich voller Freude im Schlamm zu suhlen.

*Massiert mit der Faust und dem Handballen mit viel Druck den ganzen Rücken.*

Dann steht es auf. Jochen hat inzwischen den Eimer voll Wasser gefüllt und kippt ihn mit einem großen Schwung über Hildegard aus.

*Mit beiden Händen einmal großflächig über den Rücken streichen.*

Dann verlässt Jochen das Gehege. Das Nilpferd Hildegard legt sich in den kühlen Matsch und schläft ein.

