

Pferdeyoga



Die Pferde - Putz - Massage

(1) als Gruppe sitzen alle hintereinander in einem Kreis, so dass jeder einen Rücken vor sich hat

(2) zu zweit: einer massiert den anderen den Rücken und dann wird gewechselt

(3) alleine: die Beine und auch Arme werden massiert

Zunächst entfernen wir den groben Schmutz mit dem Striegel in kreisenden Bewegungen

(mit Fäusten kreisende Bewegungen machen)

Dann nehmen wir die Wurzelbürste und entfernen weiteren Schmutz und glätten das Fell

(Mit Fingern streicheln)

Mit der Kardätsche entfernen wir den Staub aus dem Fell.

(mit den Händen streicheln)

Anschließend kämmen wir die Mähne und den Schweif

(mit den Fingerspitzen von oben nach unten streichen)

Mit dem Hufauskratzer wird die Hufe gereinigt

(den Finger beugen und Auskratzbewegungen machen)

Zum Schluss wird bei warmen Temperaturen das Pferd mit Wasser abgespritzt

(Kraulen oder wischen)

Pferdeyoga

Quellenverzeichnis



Schrift: Grundschrift von Christian Urff <https://fontlibrary.org/de/font/grundschrift> <https://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Texte und Grafiken: erstellt von Sabine Piecha von [@yokids.de](https://yokids.de) 2021

Du darfst mein Material für deinen (Yoga -)Unterricht verwenden.

Eine Veränderung des Materials ist nicht gestattet.

Alle Text - und Bildrechte liegen bei Sabine Piecha.

Solltest du auf Urheberrechtsverletzungen aufmerksam werden, melde dies bitte weiter an

info@yokids.de

Ich freue mich, wenn du mein Material benutzt und es auf Instagram teilst und mich dabei verlinkst. [@yoga.in.der.schule](https://www.instagram.com/yoga.in.der.schule)

Viel Spaß mit dem Material!

Sabine Piecha