

MASSAGE- TECHNIKEN



WICHTIG: Diese Anleitung ist eine Ergänzung zu dem Informationsblatt "Massage für dein Pferd".

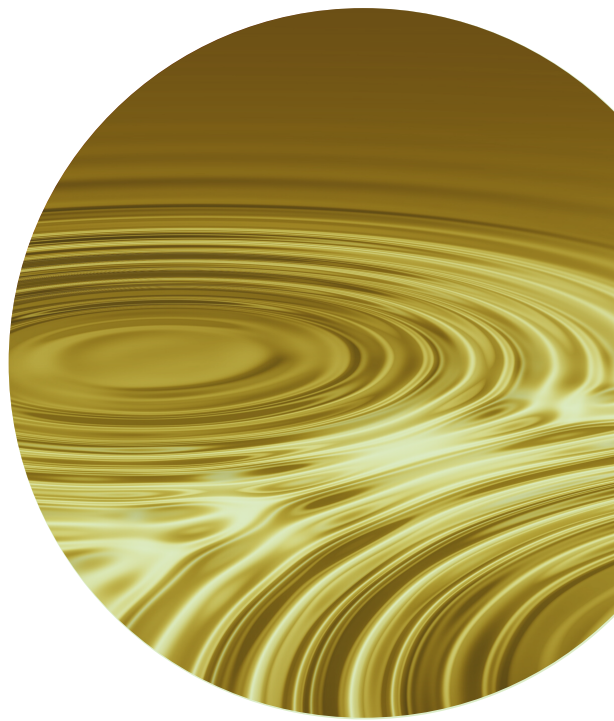


TECHNIK 1: AUSSTREICHEN

Das Ausstreichen ist eine tolle Massagetechnik für den Einstieg. Mit leichtem Druck streichst du abwechselnd mit beiden Händen über eine Körperstelle, bis du spürst, dass die Stelle warm wird. Ziel einer Massage ist es eine Mehrdurchblutung zu erreichen.

TECHNIK 2: VIBRATION

Lege deine Hände auf den Körper deines Pferdes. Beginne mit einer Hand kleine Vibrationsbewegungen auszuführen. Stelle dir dabei vor, dass viele kleine Wellen, sich (wie bei einem Stein der ins Wasser fällt) in alle Richtungen ausbreiten.



TECHNIK 3: KNETEN

Das Kneten zählt zu den intensiveren Techniken und sollte immer mit leichteren Techniken (Ausstreichen und Vibration) abgewechselt werden. Stell dir vor, du knetest einen Teig, langsam und mit einer großen Prise Liebe.

ALLGEMEINE HINWEISE

Die Massage sollte für dein Pferd immer angenehm sein. Zeigt es eine Abwehrreaktion, hast du vielleicht zu feste oder zu lange massiert. Dein Pferd sollte auch sagen dürfen, wenn es ihm an einer Stelle nicht gefällt. Manchmal kann eine Massage auch Muskelkater hervorrufen. Nur gesunde Pferde ohne Infektionen und Hauterkrankungen sollten massiert werden.

