

Inhalt

Die Katze von Lucia 4

- Vom Gähnen 7
- Räkeln – Dehnen – Strecken 9
- Himmelsblick und Löwenmaul 10
- Wie die Schulter das Ohr besucht 10
- Hinterkopfgedanken und Händehängematte 12
- Wenn ich den Rücken krumm mache 13
- Warum braucht die Katze keine Matratze? 14
- Wie die Katze von Lucia gespielt wird 15

Bauch- und Popoklatschlied 16

- Vom Klatschen 18
- Das Wackelhandklatschen 19
- Das Partnerklatschen 20
- Einen Klatscher zum Himmel schicken 20
- Das Karateklatschen 21
- Klatschen und Gehen 22
- Tschingderassabumklatschen 23

Tschingderassabum 24

- Die Klatschtonleiter 25
- Einfache Klatschstücke 26
- Vokale klatschen 27
- Fußbewegung zur Klatschtonleiter 27
- Vom Uhrmachermeister Klopstock 28

Der kleine freche Wüstenfuchs 29

- Fischschwanz und Handschleife 33
- Wie man das Lied spielt 34

Hokus Pokus Fidibus 35

Der Kopf 37

Die Ohren 39

Die Schultern 40

Die Wirbelsäule 41

Die Hüfte 42

Die Füße 42

Sich wie ein Kreisel drehen 43

Wie die Zauberin ihre Hände locker und einfühlsam macht
oder: Übungen für Zauberhände 44

Handbewegungen vor dem Auflegen
auf den Körper des Zauberers 45