

# Chance auf Glück

Von Seredhiel

## Kapitel 101: Entspannung pur

Nach ihrem gemeinsamen Akt, erhoben sie sich beide und gingen duschen. Natürlich ließen sie es sich nicht nehmen, dort ebenfalls sich gegenseitig zu necken und noch einmal miteinander zu verschmelzen. Absolut befriedigt trockneten sie sich ab und machten sich schließlich für den Tag bereit. Wobei sie beide ganz einfache Kleidung trugen. Inu hatte nur eine Jogginghose und ein dunkelrotes Shirt an und Kagome entschied sich für eine leichten Hose und ein dunkelrotes Shirt, sowie einem Sweatshirt. Darin konnte sie sich freier bewegen.

Sie beschlossen zum Frühstück zu gehen. Da hier alles im Zeichen der Wellness stand, störte sich keiner an dem sehr legeren Kleidungsstil. Das war das Schönste an diesem Hotel. Zudem fühlte sich Kagome dort pudelwohl zwischen all den Schwangeren. Somit war sie nicht alleine mit ihren kleinen oder auch großen Wehwehchen, die sie wegen der Schwangerschaft hatte. Sogar bei dem Buffetangebot war wirklich alles dabei, was eine werdende Mama haben wollen würde. Darüber staunte die Miko und probierte sich tatsächlich durch.

Schmunzelnd betrachtete Inu seine Frau und freute sich über ihre Unbeschwertheit, aber auch ihre Neugier und Probierfreude. Es war amüsant für ihn zu sehen, worauf sie alles Hunger haben könnte. Natürlich notierte er sich einiges und würde zusehen, dass er ihr das hin und wieder ebenso servieren könnte. Am Tisch aßen sie zusammen und er merkte an, was man alles machen konnte. Das Gute war, dass man an allen Kursen teilnehmen konnte, sofern man das wollte.

Nichts war ein Muss und genau das war perfekt für sie beide. Sie könnten überall reinschnuppern und das Beste für sich wählen. Während des Essens sprachen sie über ihre Möglichkeiten. Kagome würde gerne Schwangerschaftsyoga ausprobieren, denn diese soll angeblich gute Entspannung bringen. Genau das brauchte sie, da sie merkte, wie verspannt sie nach der Uni war. Durch die neugewonnenen Übungen könnte sie dagegen vorgehen. Der Idee stimmte Inu direkt zu. Ihn interessierte dies ebenfalls für seine künftigen Meditationen.

“Lass uns nach dem Frühstück kurz ruhen und zu dem Kurs gehen”, schlug er ihr vor und sie nickte.

“So machen wir das”, lächelte sie sanft und biss in ihren Tamagoyaki. “Mmmh... das schmeckt köstlich”, schwärmte sie und genoss sichtlich den Geschmack auf ihrer

Zunge.

Verwundert blinzelte Inu und bekam große Augen. Ihr genüssliches Stöhnen ließ ihn nicht völlig kalt, weshalb er schwerer schluckte und versuchte sich ab zu lenken. Deshalb nahm er sich ebenfalls einen Tamagoyaki und biss in diesen hinein. Erstaunt blinzelte er. "Das ist wirklich ein guter Geschmack", bemerkte er und eifrig nickte sie.

"Und wie... ich glaube davon will ich noch mehr", meinte sie grinsend.

"Oh... Warte, ich hole dir noch etwas", bot er ihr an und dankend lächelte sie an.

Gesagt, getan. Inu stand auf und ging zum Buffettisch. Dort holte er noch etwas von den zusammengerollten Omeletts und sah sich noch die Auswahl an. Hier und da nahm er noch ein paar Gerichte mit, denn er hatte schon immer einen ordentlichen Appetit gehabt. Doch er mochte nicht alles, weshalb er diese nicht mit nahm. Zusätzlich hatte er noch einen Tee für Kagome und für sich einen Kakao mitgenommen. Damit kehrte er zu ihrem Tisch zurück und schon fiel sie über die Tamagoyakis her.

Gemütlich hatten sie aufgegessen, ihre Teller aufeinander gestapelt und sind in ihr Zimmer zurück gekehrt. In diesem machten sie sich noch einmal kurz frisch und nahmen jeweils ein Handtuch mit sich mit. Zudem hatte Inu noch zwei Wasserflaschen eingepackt, damit sie versorgt waren, sobald sie Durst bekommen würde. Denn sie wussten noch nicht, welchen Kurs sie zudem einsehen würden. Doch eines war ihnen beiden klar, sie würden einfach sehen, wohin es sie an diesem Tag treiben könnte.

Zusammen schlenderten sie zu den Räumlichkeiten, in denen die unterschiedlichen Kurse angeboten wurden. Zusätzlich gab es dort eine ausführliche Auflistung von allen Möglichkeiten, die das Hotel anbot. Neugierig hatte sich Inu einen Flyer davon mit genommen, damit sie später ankreuzen konnten, was für sie wäre, und durchstreichen, was ihnen gar nicht gefiel. Bevor sie sich weiter um weitere Kurse kümmern würden, schritten sie zu dem Raum mit dem Schwangerschaftsyoga. Dort waren schon die Matten bereit gelegt und einige Paare waren ebenfalls anwesend.

Die Leiterin des Kurses begrüßte alle anwesenden und erklärte kurz und knapp, dass die Übungen hauptsächlich für die Schwangeren ausgelegt wären. Aber auch alle anderen konnten diese ausüben. Schließlich war Yoga all umfassend. Besonders drei Kategorien waren wichtig für die werdenden Mütter. Zum einen war da die Kräftigung, zum anderen die Dehnung und Lockerung und zu guter Letzt die Meditation und Atmung. Alle Bereiche waren mit drei oder vier Übungen gut abgedeckt.

"Egal ob man Anfänger oder Profi im Bereich des Yogas ist, immer stets auf den eigenen Körper hören. Wenn dieser anders agiert, als gewöhnlich, oder einem schwindlig werden sollte, dann unterbrecht die Haltung und nehmt euch einen Moment Zeit, um zur Ruhe zu kommen", sprach sie eindringlich, denn dies war die wichtigste Regel. Man sollte sich wohl fühlen, während man die Positionen einnahm. Die Anwesenden nickten alle zustimmend. "Dann wollen wir beginnen."

Nach diesen Worten zeigte sie die erste Übung zur Kräftigung des Körpers. Diese wurde 'Der Krieger' genannt. Dabei stand man im Ausfallschritt auf der Matte. Das hintere Bein ausgestreckt und das vordere angewinkelt. Der Oberkörper war leicht seitlich und die Arme weit ausgestreckt nach vorne und nach hinten. Diese Position diente zur Stabilisierung des Rumpfes und kräftigte die Oberschenkel. Am besten sollte man sie ab dem zweiten Trimester, also ab dem 4. Monat, machen. Aufmerksam prägte sich Inu alles ein, denn er wollte diese Übungen auch zu Hause mit Kagome zusammen machen.

Nach wenigen Sekunden lockerten sich alle und die nächste Stellung wurde vorgestellt. Die Dame vorne machte diese vor und sprach den Namen aus: 'Die Schulterbrücke'. Dabei lag man zunächst auf dem Boden, stellte beide Beine eng an den Po heran und drückte sich nach oben. Dadurch war das Körpergewicht auf den beiden Füßen und den Schulterpartien. Um dem ganzen etwas mehr Stabilität zu geben, blieben die Arme auf dem Boden und man konnte sie miteinander unterhalb des Körpers verschränken. Diese Stellung half dabei das Becken und die Hüfte zu stärken.

Auch diese Übung konnte man einige Momente halten. Geeignet war diese von Beginn an der Schwangerschaft, also vom ersten Trimester an. Gleiches galt für die nächste Übung. Dem sogenannten 'diagonaler Zweifüßlerstand'. Dieser kräftigte den Rücken und wurde durchgeführt, indem man sich auf ein Knie und die gegenüberliegende Hand abstützte und die anderen beiden Glieder ausstrecken würde. Es sah vielleicht lustig aus, doch es half nach mehrmaliger Wiederholung die Körperregionen zu stärken und für die 'Last' einer Schwangerschaft vor zu bereiten.

Diese drei Yogastellungen machten sie alle noch einmal, dabei ging die Lehrerin an allen Plätzen vorbei, um Hilfestellungen zu geben oder auch Tipps zu nennen. "Das sieht sehr gut aus... dann werden wir zu den nächsten drei Übungen zur Dehnung und Lockerung gehen", sprach sie aus und ging wieder nach vorne.

"Ob ich mir das auch alles merken kann", zweifelte Kagome leise an sich selbst.

"Keine Sorge... ich merke mir das... sonst finden wir sicher im Internet auch Hilfe", beruhigte Inu sie sofort, denn durch die Schwangerschaft war seine Frau manchmal etwas gefangen in ihren Emotionen und diese konnten oftmals schwanken. Daher wollte er schon vorbeugen.

"Danke dir, Kokoro", lächelte sie ihn sanft an und er zwinkerte ihr leicht zu. Sie war ihm wirklich dankbar für seine Worte und seine Ruhe, die sie noch immer etwas überraschte. Vermutlich hatte hierbei das Zusammenleben mit Sesshomaru einen sehr großen Einfluss auf den Hanyou gehabt. Denn der Taisho war wahrlich die Ruhe selbst.

Nach und nach wurden die drei Übungen gezeigt. Zum einen die 'Katz-Kuh', die an eine buckelnde Katze erinnerte. Dabei mussten sogar beide kichern, als sie das sahen. Aber sie schien sehr gut für die Lockerung der Schultern und Nackenmuskulatur war. Deshalb machten sie diese nach. Die nächste nannte sich 'Der Schmetterling'. Man saß dabei auf der Matte, hatte die Fußsohlen aufeinander gelegt und öffnete die Beine

leicht. Nun war auch Kagome klar, woher der Name kam, denn nun sahen ihre Beine aus wie Schmetterlingsflügel. Damit konnte sie ihre Hüftöffnung etwas vor dehnen.

Das klang sogar ganz logisch und vernünftig. Am besten führte man diese Position im zweiten Trimester durch, also genau jetzt in Kagomes Fall. Die nächste Yogastellung war 'Die tiefe Hocke', doch diese ließ die Miko aus, da sie dies eher im dritten Trimester machen sollte. Inu selbst stellte seine Beine breiter auf und ging in die Hocke. Es spannte ein wenig und er konnte direkt nachvollziehen, warum seine Frau hier erst einmal aussetzte und diese Übung in ein bis zwei Monaten machen würde. Tatsächlich verstand er nun, dass dies sehr gut zur Geburtsvorbereitung geeignet wäre.

Ebenso wie zuvor wurden auch diese Stellungen noch einmal gezeigt, ehe sie weiter zu den nächsten gingen. Diesmal war das Augenmerk auf die Meditation und die Atmung. Die ersten beiden konnte man immer machen und die eine war schwerer als die andere zu halten. 'Der Baum' war nicht so leicht, denn man musste sein Gleichgewicht gut halten. Dabei stand man auf einem Bein und legte das andere gegen die Innenseite des Oberschenkels. In der Tat war es für Kagome etwas schwerer, doch sie bemühte sich diese zu halten.

Eindeutig konnte man dank dieser Position die Achtsamkeit und Konzentration steigern. Schließlich musste man höllisch aufpassen nicht um zu kippen. Um sie dabei auffangen zu können, behielt Inu sie lieber im Auge und schmunzelte leicht, als sie auch schon leicht kippte und er sie geschickt von hinten hielt. "Danke", hauchte sie leise und er gab ihr einen süßen Kuss auf die Wange.

"Jederzeit, Juwel", raunte er und half ihr dabei sich wieder hin zu stellen.

'Der halbe Lotus' begrüßte die Kursgruppe als nächstes. Dieser war um einiges einfacher, denn man saß und hatte die Knöchel übereinander geschlagen. Diese Position war wirklich entspannend und als Tipp bekamen die Damen, dass sie es sich ruhig auf einem Sitzkissen gemütlich machen konnten. Sie sollten nur lediglich darauf achten, dass der Rücken schön durch gestreckt war und sie ruhig und tief durch atmen sollten. Es war Entspannung pur für Kagome.

Diese Übung mündete in die Nächste, denn nun kam 'Der liegende Schmetterling'. Es war ähnlich wie die Übung vom Schmetterling, nur dass man nun sich nach hinten lehnte, um auf einem zusammengelegten Kissen oder Decken es sich gemütlich zu machen. Jedoch sollte man bei dieser Position darauf achten, dass kein Schwindelgefühl auf kommen sollte. Wenn dies der Fall wäre, sollte man es nicht mehr machen. Da war der Fall, dass der Körper direkt sagte, ob er damit klar käme oder nicht. Mehrere Augenblicke war es fast schon mucksmäuschen still im Raum. Alle schienen tiefenentspannt zu sein.

Nach einer knappen Minute wurde diese angenehme Stille unterbrochen und die letzte Yogastellung für die Kursstunde wurde vorgestellt. 'Viparita Karani' klang nicht nur skurril, sondern sah genauso aus. Denn man legte sich an die Wand, sodass die Beine an dieser angelehnt waren. Ein Stützkissen wurde unter das Becken gelegt. Auch hierbei sollte man stets auf den Schwindel achten, der einen überkommen

könnte. In den ersten beiden Trimestern war das seltener der Fall, doch vorsichtshalber sollte man darauf hinweisen. Das war der Kursleiterin sehr wichtig.

Noch einmal wurden die letzten vier Übungen gemacht, ehe sie alle zehn Yogastellungen durch gingen. Eine nach der anderen führten sie durch. Alle nahmen sich Zeit dazu, besonders die Kursleiterin, die noch einmal Tipps und Tricks verriet. Erst nach der 10. Übung schloss sie auch den Kurs ab und verabschiedete alle Anwesenden. Mit einem zufriedenen Lächeln verließ Kagome den Raum und blickte zu ihrem Mann. "Das war wirklich toll", schwärmte sie und er konnte dem nur zustimmen.

"Absolut... das können wir zu Hause ohne viel Anstrengung machen und einige waren tatsächlich sehr entspannend", merkte er an und sie nickte.

"Was wollen wir als nächstes machen?", überlegte sie.

"Wie wäre es mit einer Massage und danach Schwangerschaftsgymnastik?", bot er ihr an und sie blinzelte leicht. Kurz grübelte sie und nickte schließlich.

"Ich denke, das wäre nicht verkehrt", sprach sie und ließ sich von ihrem Mann führen, da er scheinbar schon wusste, wohin sie gehen sollten.

"Und dazwischen können wir sicher schon zum Mittagessen gehen", kam es von seinen Lippen, als er die Uhrzeit entdeckt hatte.

"Huch... ist es schon so spät?", fragte sie verwundert und blickte ebenso zur Uhr.

"Wir haben den Tag nun mal etwas später begonnen", grinste er sie an und sie schmunzelte mit roten Wangen.

Sie hatte sich wieder an den Morgen erinnert und wusste demnach genau, was Inu damit meinte. Leise kicherte sie und sah leicht zu ihm. "Och... so schlimm war es doch gar nicht", zwinkerte sie ihm keck zu.

"Stimmt... können wir gerne jeden Tag so beginnen", stieg er mit ein und beide mussten lachen.

Mit Sicherheit würden sie hin und wieder ihre Tage genauso starten. Doch alle wären wohl nicht so einfach möglich, schon allein wegen der Uni und ihrer Müdigkeit. Lächelnd gingen sie beide weiter und kamen zu den Massagebereichen. Dort gab es eine Rezeption. An dieser konnten sie sich informieren und Inu war mehr daran interessiert zu sehen, damit er künftig seine Frau genauso massieren könnte. Zwar nicht so geübt wie die Masseure das könnten, aber das wäre nicht so schlimm.

Die Bitte war etwas ungewohnt selbst für die Angestellten, aber das war Inu egal. Er freute sich eher darüber, dass sie dem zustimmten und ihm sogar einfache Masseurtechniken zeigten. Kagome genoss es natürlich sehr massiert zu werden und dadurch nur noch entspannter zu werden. Dieses Hotel war eines der besten Ideen, die ihr Mann hatte. Auf diese Weise dürfte er sie gerne öfters überraschen.

Vermutlich würde er sich genau das merken und ihr die nächsten Monate so gut er konnte versüßen.

Tiefenentspannt machten sie sich eine gute Stunde später auf den Weg zum Restaurant, um dort zum Mittagessen zu begeben. Denn Inu wollte nicht, dass sie hungrig zur Gymnastik gehen würden. Oftmals war Kagome hungrig nicht leicht zu ertragen. Er kam damit klar, aber andere sicher nicht. Daher aßen sie gemütlich und scherzten noch ein wenig rum, wobei die Miko natürlich nach fragte, wann genau Sesshomaru seinen Plan durchsetzen wollte, mit Rin weg zu fahren. Amüsiertklärte Inu sie auf und sie staunte nicht schlecht, dass ihr Schwager all das geplant hatte.

Gesättigt lehnten sie sich zurück in die Stühle und tranken noch ihre Getränke aus. Erst danach beglich Inu die Rechnung und bot Kagome an, einen kleinen Spaziergang zu machen. Schließlich sollten sie das gegessene noch verdauen können. Mit vollem Magen konnte man sicher keine Gymnastik machen. Daher kam das auch ihr nur zugute. Sie hatte sich bei ihm untergehakt und sie erkundeten ein wenig die Gegend um das Hotel. Es lag in einer sehr ruhigen Umgebung und vermittelte absolute Erholung und Entspannung.

Tatsächlich sprachen sie auch darüber, wie gut dieser Ort gewählt war, aber auch die Ausstattung und die Kurse. Das Konzept des Wellnesshotels war rund um perfekt. Besonders die Spezialisierung auf die Schwangeren war unglaublich und faszinierend. Amüsiert sprachen sie noch über die komischen Namen von den Yogastellungen, während sie sich auf den Rückweg zum Hotel machten. Es war wahrlich praktisch, dass jeder Kurs alle zwei Stunden erneut angeboten wurde und sie jederzeit diesen besuchen konnten. Einzig bei den speziellen Massagen musste man sich einen Termin geben lassen.

“Ich bin gespannt, ob es bei der Gymnastik auch so lustige Namen gibt”, kicherte Kagome unbeschwert.

“Ich auch... auf alle Fälle haben wir nun amüsantes zu erzählen, sobald wir wieder daheim sind”, lachte er leise und zustimmend nickte sie ihm zu.

In diesem Fall hatte er absolut recht. Über die ganzen Namen würden sich sicher alle köstlich amüsieren, genau wie sie noch immer darüber lachen könnten. Jedoch war die Gymnastik weniger amüsant, aber auch hier gab es genügt komischer Namen. Direkt konnte Kagome sagen, dass sie eher der Fan von den Yogaübungen war. Diese fielen ihr einfacher, obwohl einiges in der Gymnastik Ähnlichkeit zu dem Yoga hatte. Schmunzelnd musste ihr Inu sogar zustimmen. Yoga war um einiges entspannter, auch wenn die ein oder andere Stellung ebenso schwierig war.

“Ich denke, ich bleibe wirklich lieber bei den Yogaübungen”, schmunzelte Kagome etwas erschöpfter nach der Stunde. Direkt hatte Inu ihr eine Wasserflasche gereicht, damit sie genügend trank. “Danke”, hauchte sie und nahm kräftige Schlucke zu sich.

“Für heute... haben wir bestimmt genug... lass uns duschen, gemütlich entspannen und das Abendessen auf dem Zimmer zu uns nehmen?”, fragte er sie, denn all das war möglich und genau deshalb hatte er sich für dieses Wellnesshotel entschieden.

“Das klingt perfekt”, stimmte sie seinem Plan zu.

Direkt steuerten sie ihr Zimmer an und Kagome trank noch einmal von ihrer Flasche. Gemütlich hatten sich die beiden abgeduscht und ebenso etwas geneckt. Das blieb dabei niemals aus, wenn man gemeinsam unter der Dusche war. Das tat sogar sehr gut und erfrischte die werdende Mutter sogar. Im Bademantel bekleidet hatte sie es sich auf dem Sofa gemütlich gemacht und Inu machte ihr noch einen schönen Tee. Das war alles wie ein schöner Urlaub, um dem Alltag ein wenig zu entfliehen.

Beide ließen den Tag gemütlich ausklingen. Sie bestellten sich das Essen auf das Zimmer, schauten sich zwei Filme an und genossen ihre Zweisamkeit im Bett. Es war rund um perfekt und Kagome konnte wirklich abschalten. Alle wussten, dass sie nicht erreichbar wären. Außer ein Notfall würde eintreffen, doch da hatten sie Glück, da alles ruhig geblieben war. Deshalb konnten sie wie geplant ihre Auszeit genießen und nächsten beiden Tage ähnlich verbringen.

Sie hatten mehrere Yogakurse gemacht, um genau zu sagen einen am Vormittag und einen am Nachmittag. Hin und wieder setzte Kagome aus, wenn es ihr zu viel wurde, doch das störte niemanden. Denn auch anderen Schwangeren erging es ähnlich. Einmal mehr merkte die Miko, dass sie mit ihren kleinen Wehwehchen wirklich nicht alleine war und alle ‘Mamas’ da durch mussten. Natürlich gab Inu sein bestes und versüßte ihr die Tage zusätzlich mit privaten Massagen. Ebenso waren sie im Pool schwimmen und probierten die Wasserkurse ebenso aus.

Vieles war angenehm und das würden sie sicher auch zu Hause machen, doch einiges konnte Kagome spätestens in wenigen Monaten nicht mehr machen. Erholt und gut gelaunt hatten sie noch den Samstag im Hotel verbracht. Erst nach dem Abendessen hatte Inu die komplette Rechnung beglichen und sie führen gemütlich zurück nach Tokio. Sie würden bestimmt nach ihrer Ankunft direkt ins Bett fallen. Erst da konnten sie ihre Handys checken und sahen mehr als verwundert auf die Nachricht von Sesshomaru: ‘Ruft an, sobald ihr zurück seid.’

“Das klingt mehr als dringend... eigentlich sollte er doch schon mit Rin bei ihren Eltern sein. Ob da was passiert ist?“, fragte Kagome leicht besorgt, während sie sich auf das Sofa setzte und Inu ihr gleich noch etwas zu trinken gab.

“Eigentlich müssten sie dort sein“, überlegte er und wählte bereits die Nummer seines Bruders. “Finden wir es heraus“, merkte er noch an und dem Freizeichen lauschte.