

Schluss mit Stress

Intro: (G Em A/7 D7
 G Em A/7 D7 G)

(D7)Schluss mit (G)Stress, Schluss mit(Em)Stress,
 wir(Am)wollen uns (D7)entspannen.
 Schluss mit(G)Stress, Schluss mit(Em)Stress,
 wir(Am) nehmen uns jetzt(D7)Zeit.

Wir(G)hören zu und(Em)machen mit,(Am)Cd ist schon(D7)bereit.
 Wir(G)wollen uns was(Em)Gutes tun,(Am))wir sind jetzt(D7)soweit,
 am(G)Anfang wärmen(Em)wir uns auf(Am) mit Übungen(D7)allein.
 Dann(G)kommen welche(Em)angenehm, die(Am)machen(D7)wir zu(G)zweit.

Schluss mit Stress, Schluss mit Stress,
 wir wollen uns entspannen.
 Schluss mit Stress, Schluss mit Stress,
 wir nehmen uns jetzt Zeit.

Für den Bruder oder besten Freund, die Katze oder Hund,
 für die Mutter und den Vater - die Gruppe ist kunterbunt.
 Die Übungen aus Japan, China und der Mongolei:
 am Boden liegt die Matte schon, Musik ist auch dabei.

(solo Gitarre)

Schluss mit Stress, Schluss mit Stress,
 wir wollen uns entspannen.
 Schluss mit Stress, Schluss mit Stress,
 wir nehmen uns jetzt Zeit.

Meine Hände helfen mir, sie sind schon bereit,
 sie klopfen, wischen, halten mich, begleiten uns zu zweit.
 Wir wollen uns jetzt Gutes tun und freuen uns darauf,
 nicht mehr lange reden - entspannen auf, auf, auf

Schluss mit Stress, Schluss mit Stress,
 wir wollen uns entspannen.
 Schluss mit Stress, Schluss mit Stress,
 wir nehmen uns jetzt Zeit.

Schluss mit Stress, Schluss mit Stress,
 wir wollen uns entspannen,
 Schluss mit Stress, Schluss mit Stress,
 wir nehmen uns jetzt Zeit.