

Ausbalanciert reiten: Was bedeutet das?	6	Psychologie und Kommunikation	50
Ein ganzheitliches Ausbildungs- und Trainingskonzept	6	Verhaltensmuster	50
Der ganzheitliche Ansatz	10	Orientierungsrichtlinien:	
		Belohnung und Strafe	52
		Lehren und Lernen	58
		Die Verständigung mit dem Pferd	60
		Das Pferd zur Mitarbeit motivieren.....	64
		Hilfen in der »Intervaltechnik«	67
Körperspannung, Balance und Kommunikation	12	Erziehung und Angstbewältigung	72
Die sportliche Komponente des Reitens	12	Artgerechte Erziehung muss Respekt und Vertrauen erzeugen	72
Die zweckmäßige Haltung des Pferdes unter dem Reiter	15	Angstbewältigung als Schlüssel für harmonischeres Reiten	77
Die gleiche Ausbildungsskala für Reiter und Pferd	21	Übungen zur Angstbewältigung	79
Die zweckmäßige Haltung des Reiters auf dem Pferd	26		
Der korrekte »Normalsitz«	31		
Der Sitz in den einzelnen Gangarten ..	39		
Grundlagen der Tempo- und Richtungskontrolle	44		

Sensibilisierung – Minimierung der Signale 82

Prioritäten setzen	82
Stärkung des Rückens vor Entlastung der Vorhand	83
Was noch bedenkenswert ist	88
Unzulänglichkeiten und Änderungsbedarf bewusst machen	103
Ein »Händchen« für Pferde	104
Zäumungen und Gebisse und ihre Wirkung	105
Der richtige Kontakt zum Pferd	109
Die Bedeutung der Biegearbeit	116
Seitengänge als Sonderform der Biegung	119
Seitengänge auf dem Zirkel	131
Seitengänge im Quadrat	131
Das Rückwärtsrichten und seine Bedeutung.....	133
Fehler im System	135

Konzentration, Harmonie und Ausstrahlung 140

Ambitioniert reiten	140
Richtig versammeln und verstärken	144
Zeitfaktoren	148
Ausbildung ohne Langeweile oder Stress.....	152

Anhang 158

Literatur	158
Stichwortverzeichnis.....	158
Über die Autorin	159