

<b>Einleitung</b> .....	6	<b>5. Reiten in Dehnungshaltung</b> .....	67
BIANCA RIESKAMP		5.1 Der Sinn des Reitens in Dehnungshaltung .....	69
<b>Vorwort</b> .....	7	5.2 Der Sitz des Reiters in der Dehnungshaltung .....	75
CHRISTOPH ACKERMANN		5.2.1 <i>Der Sitz des Reiters und die Auswirkungen auf die Balance des Pferdes</i> .....	76
Die Entstehung der klassischen Reitlehre und warum sie für uns heute so wichtig ist		5.2.2 <i>Anhaltspunkte der klassischen Reitlehre</i> .....	78
<b>1. Die klassische Reitlehre: eine Stellungnahme</b> .....	8	5.3 Wie reite ich mein Pferd in Dehnungshaltung? .....	80
1.1 Der Anfang des gemeinsamen Weges der Ausbildung: Kommunikation durch Körpersprache .....	10	5.3.1 <i>Probleme beim Reiten in Dehnungshaltung</i> .....	80
1.2 Die artgerechte Haltung des Pferdes .....	14	5.4 Das Reiten von Wendungen mit dem jungen Pferd .....	97
<b>2. Gewöhnung des Reitpferdes an die Arbeit mit dem Menschen</b> ....	16	5.5 Beginn des Reitens auf dem Zirkel .....	100
2.1 Führen und Anbinden des jungen Pferdes ..	16	5.6 Training in fremder Umgebung .....	102
2.2 Putzen des jungen Pferdes .....	19	<b>6. Weiterführende Gymnastizierung</b> ..	103
2.3 Für das Anreiten hilfreiche Bodenarbeit ..	22	6.1 Der erste Ausritt .....	103
2.4 Nützliche Arbeit im Longierzirkel .....	23	6.2 Weiterführende Arbeit in der Reitbahn: Der Weg zur Anlehnung .....	104
2.5 Laufenlassen auf dem Reitplatz .....	25	6.3 Die Anlehnung in der Dehnungshaltung ..	108
2.6 Spaziergehen auf dem Reitgelände .....	29	6.4 Der Galopp .....	110
<b>3. Vorbereitungen für das erste Aufsitzen</b> .....	31	6.5 Die Anlehnung und die relative Aufrichtung .....	114
3.1 Gewöhnung an den Sattel .....	31	6.5.1 <i>Von der Dehnungshaltung zur beginnenden Selbsthaltung</i> .....	118
3.2 Erstes Auftrensen .....	32	6.5.2 <i>Der Arbeitstrab an den Hilfen</i> .....	120
3.3 Arbeit an der Longe .....	34	6.6 Das Zügel-aus-der-Hand-kauen-Lassen ..	123
<b>4. Gewöhnung an den Reiter: Das erste Aufsitzen</b> .....	38	6.7 Das Überstreichen .....	124
4.1 Ausbildung in der Reitbahn .....	41	6.8 Das Reiten mit einhändiger Zügelführung .....	126
4.2 Auf dem Weg zu Takt und Losgelassenheit	46	<b>7. Der Schwung</b> .....	128
4.3 Die Zwanglosigkeit und das Finden des Taktes .....	49	7.1 Die Übergänge .....	130
4.3.1 <i>Die Zügelmaße</i> .....	52	<b>Schlussbemerkung</b> .....	136
4.3.2 <i>Die Zügelfäuste</i> .....	53	<b>Literaturverzeichnis</b> .....	138
4.3.3 <i>Die Zwanglosigkeit und der natürliche Trab</i> .....	54		
4.3.4 <i>Der Takt</i> .....	59		
4.4 Die Losgelassenheit .....	60		