

# I. EINFÜHRUNG

8

## II. MANUELLE THERAPIE IM PFERDESPORT

10

Ergänzende und alternative Medizin	11
Die Pferdesporttherapie	11
Das Berufsbild des Pferdesporttherapeuten	13
Der Einsatz von Pferdesporttherapie	15
Rehabilitation	17
Vorbeugung und Leistungssteigerung	17

## III. DIE PHYSIOLOGISCHEN FUNKTIONEN

20

Das Skelett	21
Knochen und Gelenke	21
Die Wirbelsäule	23
Muskeln, Sehnen und Bänder	27
Allgemeine Myologie	27
Die Sehnen	29
Der Bandapparat	30
Kleiner Einblick in die Neurologie	31
Die topografische Einteilung des Nervensystems	32
Die funktionelle Einteilung des Nervensystems	32
Schwachpunkte des Pferdekörpers	33
Reiterlicher Einfluss	34
Rückenprobleme	36
Beinprobleme	40

## IV. DIE GRUNDLAGEN DER MUSKELTHERAPIE

42

Voraussetzungen zur Arbeit am Pferd	43
Sicherheitsmaßnahmen	43
Hilfsmittel	45
Der Assistent	46
Entspannungstechnik über C7	46
Die System-Profilanalyse	49
Die systematische Analyse	49
Beurteilung des Exterieurs	51
Asymmetrie der Muskulatur	52
Flexibilitätstests	53
Die Halsflexion	53
Bewegungsübungen der Gliedmaßen	56
Rückenflexibilität	58
Die Palpationsanalyse	61
Knochenorientierungspunkt-Massage	61

<b>Die Massage</b>	63
Massagetechniken und -griffe	63
Die erkundende Effleurage	65
<b>Mobilisation</b>	67
Passive Muskeldehnung	69
Aktive Mobilisation	72
<b>Die Basissitzung in der Muskeltherapie</b>	73
 <b>V. AKUPRESSURTECHNIKEN</b>	 75
<b>Die Energielehre der TCM</b>	76
Yin und Yang	76
<b>Meridiane und Energiefloss</b>	77
Beweis für die Meridianverläufe	77
Der Lungen-Meridian	78
Der Dickdarm-Meridian	79
Der Magen-Meridian	79
Der Milz-Pankreas-Meridian	80
Der Herz-Meridian	80
Der Dünndarm-Meridian	81
Der Blasen-Meridian	81
Der Nieren-Meridian	82
Kreislauf-Sexus-Meridian (Pericard-Meridian)	82
Dreifacher Erwärmer-Meridian	83
Der Gallenblasen-Meridian	83
Der Leber-Meridian	84
Das Gouverneur- und Konzeptionsgefäß	84
<b>Wichtige Punkte auf den Meridianen</b>	86
Tonisierungs- Sedierungs- und Quellpunkte	86
Verbindungs- oder Lopunkte	86
Alarmpunkte	87
Meisterpunkte und einflussreiche Akupressurpunkte	87
Assoziationspunkte	89
<b>Anfangs- und Endpunkte</b>	91
Die Ting-Zonen	93
Yang-Gesichtspunkte	95
<b>Der Bezug zu den Muskeln</b>	97
Die Akussage	97
<b>Wie funktioniert Akupressur?</b>	98
Der neuro-endokrine Mechanismus	98
Der Tor-Kontroll-Mechanismus	98
Die Halbleiter-Theorie	99
<b>Die Fünf-Elemente-Theorie</b>	99
Der Ernährungs- und Kontrollkreislauf	99

<b>Stimulationsmethoden</b>	101
Die Druckstärke	101
Tonisierung und Sedierung	102
<b>VI. DIE SCHULUNG DES REITERS</b>	104
Bewusste und unbewusste Bewegungsabläufe	105
Trockentraining	109
Mentales Training	109
Körperanalyse	110
Übungen mit dem Gymnastikball	112
Reitübungen zur Sitzverbesserung	115
Gangarten aussitzen	115
Paraden und Übergänge	117
Weitere Tipps	119
Einflüsse des Reiters auf das Pferd	121
<b>VII. DIE BIOMECHANIK DES PFERDES</b>	123
Der Muskelapparat des Pferdes in der Bewegung	124
Die Funktion von Hals- und Rückenmuskeln	124
Die Bewegung der Vordergliedmaßen	125
Der Muskelapparat der Hinterhand	127
Die Ganganalyse	127
Was ist eine gute Bewegung?	128
Videoaufnahmen und -bewertung	132
Hufanalyse	134
Longiertechniken	135
Bewegungstherapie	138
<b>VIII. WEITERFÜHRENDE MUSKELTHERAPIE</b>	146
Spezielle Punktetherapie	147
Die Quer- und Längfasertechnik	147
Die Triggerpunkt-Entspannungstechnik	150
Der Spindelzellen-Mechanismus	150
Neurolymphatische Massagepunkte	151
Neurovaskuläre Punkte	152
Die Therapeianordnung	152
Vorbewerbs- und Nachbewerbstherapie	154
Verletzungsrehabilitation	154
Präventive Therapie	154
<b>IX. ANHANG</b>	155
Lexikon der Fachausdrücke	155
Literatur	158