

Inhalt

Voraussetzungen für das Reiten mit feinen Hilfen	9
 Das Handwerkszeug des Reiters	10
Die Sitzgrundlage: Richtig sitzen bedeutet das Pferd wahrnehmen!	10
Kontrollübungen: Sitze ich in Balance und unabhängig von der Hand?	11
Die Logik der Hilfengebung: Reiten ist nicht einfach, aber logisch!	13
Von der Technik zur Gymnastik	15
 Wie sag ich's meinem Pferd? – Ein Ausflug in die Lerntheorie	16
Operantes Konditionieren	16
Lernen am Erfolg	18
Das Aussetzen der aktiven Einwirkung	19
Gleichzeitig Erlebtes wird verknüpft	21
Die Prinzipien der Hilfengebung	23
 Vermittlung positiver Handlungsanweisungen	23
Vier Prinzipien zum Erlernen von Reiz-Reaktions-Mustern	24
Umgang mit Fehlern: „Nein!“ als unvollständige Information	27
 Nicht alles, was ein Pferd lernen kann, ist auch sinnvoll!	29
Exkurs: „Wie mache ich mein Pferd in kurzer Zeit völlig stumpf?“	32
Sechs Prinzipien der Hilfengebung mit dem Ziel	
 der feinen Reaktion des Pferdes	34
Reihenfolge der Hilfengebung einhalten	34
Fein anfragen, aber zeitnah nachhaken!	38
Vorwärtsreaktion zulassen!	40
Vorrang der vorwärtstreibenden Hilfen	43
Diagonale Hilfengebung	44
Rhythmus der Einwirkung	47
 Das Zusammenspiel der Hilfen: gymnastizierend reiten	50

Grundelemente und Markerübungen	53
Grundelemente: die Reaktion auf bestimmte Hilfen erarbeiten, verbessern und wiederherstellen	54
Mein Pferd tritt nicht prompt an	55
Mein Pferd tritt schlecht seitwärts	63
Mein Pferd tritt schlecht rückwärts	75
Mein Pferd lässt sich schlecht wenden	80
Mein Pferd lässt sich im Tempo schwer zurücknehmen	85
Markerübungen für jedes Niveau	89
Reiten auf Linie: Pylonenkreis	89
Übergang auf Linie: Diagonale	95
Trainingsprinzipien	100
Vom Leichten zum Schweren	100
Von der Grobform zur Feinform	102
Wechselspiel zwischen Haltung und Bewegung	103
Wechselspiel zwischen Schubkraft und Tragkraft	104
Feines Reiten bedeutet nicht nur Technik, sondern auch Stil!	104
 Trainingsmanagement:	
Selbstkontrolle durch Videokorrektur	106
Was Sie filmen sollten	109
Was der Ton verrät	110
Die Auswertung	111
Zufriedenheit, Freiwilligkeit, Leichtigkeit	115
Technische Ausführung der Übungen	116
Selbstkritik: Umgang mit eigenen Schwächen	119
 Gut reiten kann man auf jedem Niveau!	121
 Anhang	123
Quellenverzeichnis	123
Abbildungsverzeichnis	124
Danksagung	125
 Stichwortregister	126