

# Inhalt

DANKSAGUNG	6
VORWORT VON RICHARD HINRICHS	8
EINLEITUNG	10

## **ZIRKUSLEKTIONEN IM WANDEL DER ZEIT** 14

Glanz und Gloria: Der Zirkus und seine Pferde	19
Der Mann der Stunde – Philip Astley	19
Zirkusdynastien und Stars in der Manege	23
Die Klassische Dressur und der Zirkus	30
Ausblick	34

## **SO EIN „ZIRKUS“ – UND DOCH SINNVOLL!** 36

„Zirkuslektionen“ sind natürlich	37
Positive Auswirkungen der Zirkusarbeit ...	39
... auf den Pferdekörper ...	39
... und auf die Pferdepsyché	42
Auch der Mensch bleibt nicht verschont	43

## **UNSER KÖRPER ALS KOMMUNIKATIONSMITTEL:** **Die „Krone der Schöpfung“ quasselt, nuschelt, lügt und stottert!** 46

Der Körper schweigt nie – unbewusste Körpersprache	
und der bewusste Körpereinsatz	49
Ich spüre mich und meinen Körper – Übungen zu mehr Bewusstsein	53
Ein klarer Ausdruck braucht ein Inneres Bild	56
Spannend! Wie Sie Energie und Spannung richtig dosieren	60
Weitere Übungen und Spiele aus der Theaterarbeit	63

<b>DEN CLOWN IN UNS ENTDECKEN!</b>	66
Was ist eigentlich ein Clown?	68
Was können wir von einem Clown für unseren (Pferde-)Alltag lernen?	70
Worauf warten Sie noch?	79

## **UND WAS HABE ICH DAVON? SO LERNEN PFERDE** 82

Die verschiedenen Möglichkeiten zu lernen	85
Alles eine Frage der Motivation	93
Die Kommunikation mit unserem Pferde-Schüler	95
Gedanken zum Loben	97
Gedanken zum Einsatz von unangenehmer Einwirkung	101
Kommunikation ohne Manipulation – eine Utopie?	104

## **WANN SIND WIR „ZIRKUSREIF“?** 110

Voraussetzungen beim Pferd	113
Vertrauen zu Mensch und Ausrüstung	119
Voraussetzungen beim Menschen	121
Zirkuslektionen altersgemäß!	125
Gesundheitliche Aspekte beim Menschen	127

## **SO VIEL WIE NÖTIG, SO WENIG WIE MÖGLICH – HILFEN UND HILFSMITTEL** 128

Die Stimme	131
Die Gerte – der verlängerte Arm	134
Halfter und Zäumung	135
Beinlonge ja oder nein?	137
Die Hilfsperson	138

## **SICHERHEITSASPEKTE FÜR PFERD UND MENSCH** 140

Der Spielplatz	142
Bitte aufgewärmt!	144
Die Geister, die ich rief – und wenn mein Pferd nicht mehr aufhört damit?	146
Gibt es Lektionen, die mein Pferd lieber nicht lernen sollte?	149

<b>DER PFERDE-KNIGGE</b>	150
Abstand und Nähe	152
Die Aufmerksamkeit	156
Führen will gelernt sein	158
Führpositionen	159
Wer bewegt wen?	166
Wie angewurzelt	171

<b>VON DER PFLICHT ZUR KÜR – WEITERE VORBEREITENDE ÜBUNGEN</b>	174
Über das Dehnen	175
Geschickt über Stangen	181
Touchieren der Beine	183
Immer der Hand nach	186

<b>JETZT GEHT'S LOS!</b>	
<b>ZIRKUSLEKTIONEN „EN DETAIL“</b>	188
Womit fangen wir an?	189
Die Übungseinheit	190
Geschmeidig wie eine Katze – DAS PLIE	192
Mit Kultur und Eleganz – DAS KOMPLIMENT	198
Auf dem Weg nach unten – DAS KNIEN	210
Voller Vertrauen – DAS LIEGEN	219
Für Athleten und Komiker – DAS SITZEN	235
Im Parademarsch – ÜBER DIE POLKA ZUM SPANISCHEN SCHRITT	242
Stolz und erhaben – DER SPANISCHE GRUSS	254
Hoch hinauf – DAS PODEST	260
Ziemlich beeindruckend – DAS STEIGEN	270
Ganz schön nützlich – DAS APPORTIEREN	279
Frech und lustig – DAS SCHUBS-SPIEL	287
Das macht Spaß – JA UND NEIN SAGEN, LACHEN UND GÄHNEN	293
Wie im Ballett – DAS BEINEKREUZEN	300
Einfach praktisch – DAS EINPARKEN	304
Ententanz – DA WACKELT DER PO	309

## **UND UNTER DEM SATTEL? 314**

Worauf sollten Sie achten? 316

Wie wird's gemacht? 320

## **UNSER ERSTER AUFTRITT! 324**

Showsicherheit – damit wir nicht aus allen Wolken fallen 326

Langfristige Vorbereitung 327

Am Auftrittstag 329

Die Verpackung macht viel aus! 333

Die wirklich wichtigen „W-Fragen“ 334

Die Musik kann viel bewirken 339

Das Spiel mit dem Publikum 341

Ein Pferd ist keine Maschine – die Kunst der Improvisation 345

## **SCHLUSSWORT 348**

## **ANHANG**

Das Team 350

Zum Weiterlesen 351

Quellenverzeichnis 353

Nützliche Adressen 354

Impressum 355

Register 356