

Inhalt

Die Grundlage – Der richtige Sitz 4

Der Reitersitz – so muss er aussehen 5

Das Reiterbein 8

Der Sitz in der Bewegung 9

Reiten in drei Gangarten 10

Übungen im Schritt 11

Beachten – vermeiden – ethischer Grundsatz 14

Die Lösungsphase im Trab 16

Takt und Losgelassenheit 21

Geraderichten 24

Hufschlagfiguren in der Lockerungsphase 24

Beginnende Versammlung im Trab 33

Seitengänge 40

Der Galopp 46

Die Angstecke 50

Der versammelte Galopp 52

Der Außengalopp 57

Übergänge richtig reiten 60

Weich und ohne Widerstand 61

Auf den Punkt geritten 65

Typische Lektionen und Manöver 68

Der Stopp 69

Der Sliding Stopp 72

Die Hinterhandwendung 74

Der Spin 76

Der Rollback 78

Rückwärtsrichten 80

Der fliegende Galoppwechsel 84

Die Arbeit mit Stangen und Pylonen 92

- Für welches Pferd sinnvoll? 93
Kreise und Quadrate 96
Erweiterte Stangenarbeit 100
Gassen 102
Das Stangenkreuz 104
Das Stangenquadrat 105
Das kleine Stangenquadrat 76
Die Treppe zur Gymnastizierung 106
Tempoübergänge mit Stangen 107
Der Fächer 108
Hütchen und Stangen 109
Springgymnastik 111

Die Arbeit mit Senioren 112

- Wer rastet, der rostet 113
Gesundheitsvorsorge 116

Service 118

- Nützliche Adressen 119
Zum Weiterlesen 122
Register 124