

# Inhalt

Vorwort zur überarbeiteten Ausgabe .....	7
Vorwort .....	8
Zielsetzung und Vorbilder .....	12
Erst Geist, dann Körper .....	15
Geschichte und Literatur .....	16
Sitz- und Schenkelhilfen .....	20
<i>Frühgeschichte bis Renaissance</i> .....	20
<i>Barock</i> .....	21
<i>Klassizismus</i> .....	21
<i>Grundsitz</i> .....	21
<i>Der physische Sitz</i> .....	24
<i>Die sechs Schenkelhilfen</i> .....	25
<i>Der statische Sitz</i> .....	25
<i>Der fühlende Sitz</i> .....	27
<i>Der Sattel</i> .....	28
Hand, Zügel und Gerte .....	28
<i>Das Gebiss</i> .....	29
<i>Die Hand</i> .....	31
<i>Der Zügel</i> .....	34
<i>Die Gerte</i> .....	35
Leichtigkeit .....	39
Grundlagen .....	40
Die akademische Leiter .....	42
<i>Grundvoraussetzungen für das Training</i> .....	42
Die Bodenarbeit .....	44
<i>Schulterherein</i> .....	46
<i>Untertreten im Zickzack</i> .....	46
<i>Schulterherein an der Bande</i> .....	46

<i>Kruppeherein an der Bande</i> .....	49	<i>Verstärkungen</i> .....	76
<i>Traversale und Pirouette</i> .....	49	Piaffe und Versammlung .....	77
<i>Renvers</i> .....	49	<i>Hilfengebung</i> .....	79
Longieren .....	50	Schulschritt .....	80
<i>Körperhilfen</i> .....	50	Pirouette und Karree .....	82
<i>Einwirkung mit der Hand auf den Kappzaum</i>		<i>Pirouette</i> .....	82
<i>durch die Longe</i> .....	52	<i>Hilfengebung</i> .....	84
<i>Stimmhilfen</i> .....	52	<i>Karree</i> .....	85
<i>Gartenhilfen</i> .....	52	Fliegende Galoppwechsel .....	86
<i>Formgebung der Wirbelsäule</i> .....	52	Passage .....	87
<i>Fortgeschrittenes Longieren</i> .....	53	Schulparade .....	90
Einreiten .....	56	Levade .....	96
Der Zirkel .....	57	<i>Levade oder Pesade?</i> .....	101
<i>Hilfengebung</i> .....	57	Terre à Terre und Mezair .....	102
<i>Reiten auf dem Zirkel</i> .....	59	Schulen über der Erde .....	106
Schulterherein .....	60	<i>Croupade und Ballotade</i> .....	106
<i>Hilfengebung</i> .....	61	<i>Wiener Courbette</i> .....	109
Kruppeherein .....	62	Kapriole .....	113
<i>Hilfengebung</i> .....	62	Arbeit an der Hand .....	114
Halber Travers, Traversale .....	64	Arbeit am Langzügel .....	118
Renvers .....	66	<i>Hilfengebung</i> .....	118
Geraderichten .....	66	Pilarenarbeit .....	120
<i>Von den vier Hinterbeinen</i> .....	67	Nachwort .....	122
Formgebung der Oberlinie .....	69	Register .....	126
<i>Vorwärts-Abwärts</i> .....	69		
<i>Mittlere Formgebung</i> .....	73		
<i>Versammlung</i> .....	73		
<i>Vorwärts-Aufwärts</i> .....	74		