

# Was Sie in diesem Buch finden

Vorwort	6	Eines der wichtigsten Hilfsmittel am Boden – die Gerte	37
		Das Thema Gehorsam	40
Bodenarbeit – was ist das überhaupt?	9	Aushalten lernen	42
Allgemeines zur Bodenarbeit	10	Anbinden lernen	44
Was ist Bodenarbeit und wofür ist sie gut?	12	Erstes Führtraining	45
Umgang mit Lob und Strafe	20	Spannung erzeugen und entspannen	51
Wie fängt man es an?	25	An der Longe	55
Das Schaffen einer guten Arbeitsatmosphäre	26	Grundsätzliches zur Longenarbeit	56
Welche Voraussetzungen sollte das Pferd mitbringen?	28	Longieren – aber richtig	59
Welche Voraussetzungen sollte der Ausbilder mitbringen?	29	Erste Schritte an der Longe mit dem jungen Pferd	60
Welche Ausrüstung wofür?	30	Signale des Longenführers	64
Hilfzügel in der Bodenarbeit	34	Verschiedene Ziele der Arbeit an der Longe	68
		Der Einsatz von Hilfszügeln beim Longieren	70

An der Doppellonge	75	Zirzensische Lektionen und mehr	135
Grundgedanken zur Doppellonge	76	Warum Zirzensische Lektionen?	136
Die Gewöhnung des Pferdes an die Doppellonge	78	Hilfsmittel und Signale für die Zirzensische Arbeit	138
Aller Anfang ist schwer	80	Geeignete Vorübungen	142
		Der Spanische Gruß und das Winken	144
		Die Polka	146
Die klassische Arbeit an der Hand	91	Der Spanische Schritt	147
Warum Arbeit an der Hand?	92	Plié	150
Die Ausrüstung	94	Kompliment/Referenz	152
Körperhaltung und Einwirkungsmöglichkeiten des Führers	95	Knien	155
Erste Übungen	100	Ablegen	156
Die klassischen Seitengänge	105	Sitzen	159
Übungen für Fortgeschrittene	112	Für Profis: Steigen und Laufcourbette	160
		Nun doch ein wenig Zirkus	162
		Das Podest	164
Am Langen Zügel	115	Pure Freiheit	165
Allgemeines	116	Spaß mit zwei Pferden	166
Und nun hinters Pferd!	120	Wir sind Ausbilder und Schüler unseres Pferdes	168
Seitengänge	125	Danke ...	170
Den Schwierigkeitsgrad erhöhen – Übungen für Profis	129	Stichwortverzeichnis	172
Und immer wieder Dehnung	133	Adressen	174