

Dehnübungen für Pferde

Übungen für den Hals

- Dehnen des Genicks 8
- Biegen der Halsmitte zur Seite 10
- Strecken des Halses zur Seite 12
- Strecken des Halses nach vorne 14

Übungen für den Rücken

- Karotte tief zur Seite 16
- Karotte zwischen den Vorderbeinen 18
- Brustbeinheber 20
- Rückenheber 22
- Seitlicher Rückenheber 24
- Letzte Rippe drücken und Schweif ziehen 26
- Den Schweif mobilisieren 28
- Dehnen der gesamten Wirbelsäule 30

Übungen für den gesamten Körper

- Rückwärtsrichten 32
- Kreiseln 34
- Schritt über ein Cavaletti 36
- Seitlich über ein Cavaletti treten 38

Übungen für die Beine

- Strecken des Vorderbeins nach vorne 40
- Strecken des Vorderbeins zur Seite 42
- Strecken des Vorderbeins nach hinten 44
- Dehnen des Ellbogengelenks 46
- Dehnen der Brustmuskeln 48
- Mobilisieren des Karpalgelenks 50
- Mobilisieren des Fesselgelenks 52
- Dehnen des Hinterbeins nach vorne 54
- Dehnen des Hinterbeins zur Seite 56
- Dehnen des Hinterbeins nach hinten 58

Skelett und Muskulatur

Das Exterieur des Pferdes 62

Grundbegriffe des Skeletts und der Rückenbänder 64

Die Wirbelsäule von oben 66

Fortgeschrittene Terminologie des Knochengerüsts 68

Kraniale und kaudale Ansicht des Gliedmaßenskeletts 70

Die oberflächlichen Muskeln 72

Die großen oberflächlichen Muskeln von oben gesehen 74

Kraniale und kaudale Ansicht der oberflächlichen Muskeln 76

Die tiefen Muskeln 78

Die Muskelketten 80

Die Kernmuskulatur 82

Die wichtigsten Bänder 84

Knochen, Sehnen und Muskeln des unteren Beins 86

Service

Nützliche Adressen 89

Zum Weiterlesen 90

Register 92