

# INHALT

Vorwort von Horst Becker .....	7	Die Biomechanik der Grundlektionen.....	44
Über den Sinn und Nutzen von Zirkuslektionen .....	8	Stehen und Entspannungshaltung.....	44
Anatomie und Sinnesphysiologie.....	14	Das Rückwärtsrichten .....	46
Der Rumpf .....	15	Das Kompliment .....	48
Das knöcherne Gerüst.....	15	Wissenswertes.....	48
Muskeln und Bänder – die „Brückenkonstruktion“ .....	16	Ablauf .....	52
Die Gliedmaßen.....	19	Die Biomechanik des Kompliments .....	55
Die Bedeutung des Aufwärmens für die Muskulatur .....	20	Das Knien .....	58
Was sehen wir – was sieht ein Pferd? .....	21	Wissenswertes.....	58
Was hören wir – was hört ein Pferd? .....	24	Ablauf .....	60
Was spüren wir – was spürt ein Pferd? .....	26	Die Biomechanik des Kniens .....	63
Was riechen wir – was riecht ein Pferd? .....	29	Das Liegen .....	65
Die Bedeutung des Kauens .....	31	Wissenswertes.....	65
Die Grundlektionen .....	33	Ablauf .....	67
Trainingsvoraussetzungen.....	36	Die Biomechanik des Liegends .....	69
Wie lernt das Pferd am besten? .....	38		
Stehenbleiben und Rückwärtsrichten.....	40		
Beineaufheben .....	43		

# INHALT

<b>Das Sitzen .....</b>	71
Wissenswertes.....	71
Ablauf .....	72
<b>Die Biomechanik des Sitzens.....</b>	74
<b>Der spanische Schritt .....</b>	76
Wissenswertes.....	76
Ablauf .....	79
<b>Die Biomechanik des spanischen Schritts.....</b>	83
<b>Das Steigen .....</b>	86
Wissenswertes.....	86
Ablauf .....	90
<b>Die Biomechanik des Steigens .....</b>	92
<b>Die Piaffe .....</b>	94
Wissenswertes.....	94
Ablauf .....	96
<b>Die Biomechanik der Piaffe .....</b>	100
<b>Die Levade .....</b>	102
Wissenswertes.....	102
Ablauf .....	106
<b>Die Biomechanik der Levade.....</b>	107
<b>Die Passage .....</b>	109
Wissenswertes.....	109
Ablauf .....	111
<b>Die Biomechanik der Passage .....</b>	114
<b>Die Pferdeshow .....</b>	117
<b>Zirkus natur.....</b>	122
<b>Register .....</b>	127