

# Inhalt

<b>Vorwort von Klaus Balkenhol .....</b>	4
<b>Einleitung .....</b>	6
<b>Diskurs zum Thema „Alte Meister“ der Reitkunst .....</b>	11
Wo soll es hingehen oder warum ist der Weg das Ziel? .....	14
Stellung und Biegung in der klassischen Reitliteratur .....	18
<b>Voraussetzungen für eine korrekte Stellung und Biegung .....</b>	25
Das horizontale Gleichgewicht – das Fundament für	
den weiteren Ausbildungsweg .....	25
Die natürliche Schiefe des Pferdes .....	36
Die Stellung – Voraussetzung für eine korrekte Biegung .....	43
<b>Die Biomechanik von Stellung und Biegung .....</b>	47
Das Genick und seine Anatomie in Bezug auf die Stellung beim Reiten .....	47
Die Rumpfbiegung – anatomische Grundlagen .....	53
Die Rumpfrotation .....	56

<b>Stellung und Biegung in der Praxis</b>	61
Biegung und was sie wirklich bedeutet	61
Die Biegung auf einem Hufschlag	64
Die Seitengänge – Biegung auf zwei Hufschlägen	68
Die Trabstellung	68
Das Schulterherein.	70
Die Zweite Stellung – Galoppstellung	75
Das Travers	77
Die Traversale	81
Die Konterlektionen	84
<b>Die Folgen falsch verstandenen Ausbildens und die Auswirkungen auf Stellung und Biegung</b>	87
Der sogenannte Spannrückengänger	87
Der sogenannte Schenkelgänger	88
Falsch verstandene Biegung im Schulterherein	91
<b>Der korrekte Reitersitz und seine Bedeutung für Stellung und Biegung</b>	97
Die richtige Bügellänge – die „Umarmung“ des Pferdes durch den Schenkel des Reiters.	99
<b>Quellenverzeichnis</b>	102
<b>Impressum</b>	105