

Widmung	4
Einleitung	5
Dank	7
1 Reitsport am Scheideweg – Kritische Bestandsaufnahme	10
1.1 Entwicklungen im Reitsport	11
1.2 Pferdestudien	14
1.3 Locker ist nicht leicht	17
1.4 Balance, Athletik und Losgelassenheit	20
2 Kraftentwicklung und Kraftübertragung	24
2.1 Die Entwicklung der Kraft im Detail	26
2.2 Die Kraftübertragung	31
2.3 Aufbau und Funktion des vorderen Bewegungszentrums	38
2.4 Aufbau und Funktion des hinteren Bewegungszentrums – aktive Strukturen	40
2.5 Die Bewegungszentren im Zusammenspiel	44
2.6 Fehlerhafte Bewegungskonzepte und ihre Auswirkungen	51
3 Die dritte Dimension – Änderung der Perspektive	60
3.1 Die Statik des Pferdes in der dritten Dimension	60
3.2 Die dritte Dimension in Bewegung	62
3.3 Die Statik des Pferdes auf der gebogenen Linie	70
3.4 Das Zusammenspiel der Bewegungszentren auf der gebogenen Linie	78
3.5 Den passenden Sattel finden	80
3.6 Das schräge Pferd	83
3.7 Fehlerhafte Bewegungsabläufe und ihre Folgen	90
4 Positive Spannung in der Ausbildung	98
4.1 Die Ausbildungsskala in der Sprache der Bewegungszentren	100
4.2 Dressurmäßige Ausbildung – die Logik der Lektionen	106
4.3 Prinzipien und Methoden der dressurmäßigen Arbeit	111
4.4 Die Entwicklung positiver Spannung beim Springpferd	113
4.5 Die Entwicklung positiver Spannung beim Vielseitigkeitspferd	122
4.6 Die Entwicklung positiver Spannung beim Distanzpferd	124
4.7 Das Freizeitpferd	126
4.8 Die Ausbildung unterschiedlicher Pferdetypen	127
5 Der Reiter	134
5.1 „Sitz“ kontra Bewegungsmangel	135
5.2 Die Position des Reiters – Definition	137
6 Training, Therapie, Rehabilitation	144
6.1 Training	144
6.2 Therapie	148
6.3 Rehabilitation	155
7 Pferdegerechte Aufzucht, Haltung, Bewegung	164
7.1 Die Aufzucht – die wichtigsten vier Jahre im Leben eines Pferdes	164
7.2 Die Entwicklung eines gesunden Skeletts	169
7.3 Die Entwicklung eines gesunden Bindegewebes	172
7.4 Die Entwicklung einer leistungsfähigen Muskulatur	176
7.5 Die psychische Entwicklung des Pferdes	178
7.6 Sportliche Erfolge	182
Foto- und Abbildungsnachweis	184