

# Inhalt

<b>Vorwort .....</b>	<b>9</b>
----------------------	----------

<b>Das Mysterium Parade .....</b>	<b>13</b>
-----------------------------------	-----------

Vorwärts in die Hand treiben .....	15
Die Position des Pferdekopfes.....	17
Die feine Zügelverbindung.....	18
Das Treiben .....	19
Der Takt.....	23
Die Magie der Parade .....	24

<b>Vom Bein zur Hand – nicht umgekehrt.....</b>	<b>29</b>
---	-----------

Durch die Hand treiben .....	31
Gegen die Hand treiben und warten .....	31
So entsteht die vorwärtsgerittene Parade .....	32
Die Parade innerhalb des Gangs.....	33
Die Parade zwischen den Grundgangarten .....	33

<b>Wie helfen Paraden und Arrêts in den Lektionen? .....</b>	<b>35</b>
--	-----------

Was ist ein Arrêt? .....	37
Regel vom inneren Schenkel zum äußeren Zügel.....	37
Regel der Hilfenminimierung.....	41

## **Voraussetzungen für gute Paraden und Arrêts ..... 43**

Was ist Takt überhaupt?.....	43
Aus dem Takt entsteht Anlehnung.....	49
Aus Takt und Anlehnung entsteht Losgelassenheit .....	50

## **Der Beginn ..... 53**

Der Appell, die Basis einer perfekten mentalen Verbindung....	57
Outdoorarbeit an der Longe.....	58
Longen-ABC für Vertrauen, Kraft und Balance .....	60
Kraft und Balance, die Rückenschule an der Longe.....	64

## **Psychische, mentale, emotionale Seite der Hilfengebung ..... 67**

Auch an Sie persönlich stellt die Parade Anforderungen.....	67
Der innere Spiegel.....	70
Die Fitness des Reiters.....	75
Die inneren Bilder .....	75

## **Voraussetzungen im Sitz des Reiters oder „die lockere Stabilität des Sitzes“ ..... 79**

Geschichtlicher Hintergrund – die Erfindung des Steigbügels .....	79
Aus der Mitte.....	84
Vom Bein zur Hand... nicht umgekehrt...!“ .....	84
Der Sporen ist zum Bremsen da.....	84
Vorwärtsgang in der klassischen Bedeutung .....	85
Aus der Praxis .....	86

## **Was ist eine Parade und wie funktioniert sie? ..97**

Der Unterschied zwischen einer halben und einer ganzen Parade.....	98
--	----

## **Die Schaukel.....101**

Zum Halten – und noch nach vornweg oder zurück.....	102
Die Schaukel in der modernen Sportreiterei .....	107

## **Die Galopparbeit..... 109**

Das Angaloppieren an der Longe mit Arrêt.....	110
Am Beispiel Angaloppieren unter dem Sattel mit Arrêt.....	110
Galopptraining .....	113
Galopp verbessern durch die Schaukel.....	113
Galopp und Piaffearbeit.....	114
Piaffetraining an der Hand von Leonie Bühlmann.....	116

## **Die Seitwärts-Arrêts sind keine halben Paraden: Travers, der Glanz der Traversalen und Pirouetten ..... 121**

Travers, die Traversale .....	123
-------------------------------	-----

## **Die Ausbildungsskala der Lektionen und Übungen: Wie sie aufeinander aufbauen und sich gegenseitig beflügeln ..... 127**

Gymnastische Linien nach Wiener Art .....	127
---	-----

## **Die Zirkelarbeit..... 133**

Der erste Hufschlag ist nicht dein Freund! .....	133
Schlangenlinien .....	134
Überteten auf dem Zirkel.....	134

## **Trainingsleitfäden ..... 137**

Für Lockerheit, Anlehnung und Takt .....	137
Die Verstärkung der Gänge.....	142
Bis zur Traversale und Pirouette.....	145
Über das Arrêt angaloppieren für bessere Galoppwechsel....	148
Über die Parade zu mehr Aufwärtsgalopp.....	149
Höhere Versammlung bis Piaffe und Passage.....	150

## **Nachwort ..... 157**