

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

INHALT

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