

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

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