

VORWORT	9
---------------	---

ERSTER TEIL:

MEDIZINISCHE FAKTEN	11
---------------------------	----

Wann verordnet der Tierarzt Boxenruhe?	12
Wann sollte das Pferd besser in der Klinik bleiben?	14
Bei welchen Erkrankungen darf das Pferd nicht beschäftigt werden?	15
So bleibt mein Pferd ruhig in der Klinik	16
Kann ich mein Pferd im täglichen Training auf eine Schonzeit vorbereiten?	17
Was füttern bei Boxenruhe?	19

ZWEITER TEIL:

BASICS FÜR DIE BOXENRUHE	25
--------------------------------	----

Bedeutung der faszialen Strukturen	27
Pflege	28
Massagen fürs Pferd	29
Akupressur und Entspannung	32
Kontrollierte Bewegung	35
Zubehör	36
Basisübungen	39

DRITTER TEIL:

IDEEN GEGEN LANGEWEILE	45
Ja- und Nein-Sagen und Lächeln	46
Ein Target berühren	48
Küssen und Umarmen	50
Hula-Hoop-Reifen	51
Teppich ausrollen	53
Ball schubsen	54
Hütchenspiel für Pferde	56
Stangentraining für die Box	59

VIERTER TEIL:

DIE ZEIT NACH DER BOXENRUHE	61
Woran liegt es, dass mein Pferd nicht zu bremsen ist?	62
Wie kann ich meinem Pferd helfen?	63
Wie sinnvoll ist das Sedieren?	65

FÜNFTER TEIL:

DAS TRAINING WIEDER AUFNEHMEN	67
Trainingsplanung	67
Ausdauertraining	71
Kraft und Sensomotorik	76

SECHSTER TEIL:

UNTERSTÜTZENDE MASSNAHMEN IN DER REHA	85
Wellness und Rehabilitation mit Thalassotherapie	86
Matrix-Rhythmus-Therapie	88
Vibrationsplattformen und lokale Vibrationstherapie	89
Solarium und Wärmetherapie	90
Aquatraining	90
Zum Schluss	91

Dankeschön!	93
Literaturnachweis und Tipps zum Weiterlesen	95