

Inhaltsverzeichnis

Vorwort von Anna & Sandra	8		
1. Die Arbeit im Sattel	11		
A. Die Hilfengebung	11		
1. Der Sitz	11		
2. Die Beine	17		
3. Die Hände	20		
4. Hilfsmittel	23		
B. Bahnfiguren	29		
1. Ecken	29		
2. Die geraden Linien	31		
3. Die gebogenen Linien	38		
■ Exkurs 1:			
<i>Einhändiges Reiten</i>	51		
C. Korrekte Mobilisation			
(Das Übertreten)	65		
D. Flexionen im Sattel	75		
■ Exkurs 2: <i>Linienarbeit</i>	81		
E. Seitengänge	89		
1. Die lateralen Seitengänge	90		
• Schenkelweichen	90		
• Schenkelweichen			
über die Diagonale	95		
• Zick-Zack	96		
2. Die diagonalen Seitengänge	97		
• Konterschulterherein			
und Schulterherein	97		
		• Travers und Renvers	106
		• Traversale	112
		3. Kombinationsmöglichkeiten	116
		■ Exkurs 3:	
		<i>Über Biomechanik und</i>	
		<i>Vorwärts-Abwärts</i>	127
		F. Opposition of the	
		shoulders to the behind	139
		■ Exkurs 4:	
		<i>Die Gefahr der Routine</i>	151
		G. Die Gangarten	157
		1. Schritt	158
		2. Trab	159
		3. Galopp	161
		4. Stopp	167
		5. Rückwärtsrichten	174
		■ Exkurs 5:	
		<i>Geschwindigkeit</i>	
		<i>und Schulgangarten</i>	181
		2. Die Basis von allem	191
		A. Die Ethik der Reitbahn	191
		B. Das Mysterium Piaffe	199
		Nachwort von Isabella Sonntag	212
		Impressum/Bildnachweis	220