

Inhalt

I Grundlagen und Basiswissen

1	Geschichte der Reitkunst – Die wichtigsten Haltestellen im Überblick	2
2	Glossar der Reitkunst	6
3	Wozu Dressur und Gymnastizierung – Nur „L’art pour L’art“?	16
4	Auf der Suche nach der Leichtigkeit – „Was ist Legerté?“	19
5	Biomechanische Grundlagen als Basis eines erfolgreichen Trainings	21
5.1	Das „gute“ Pferd – Anatomie, Physiologie und Biomechanik	21
5.1.1	Das Skelett	22
5.1.2	Muskulatur und Bandstrukturen	24
	Muskeltypen	24
	Die Kopf- und Halsregion	26
	Das Nackenrückenband	34
	Der Rücken – Brustwirbelsäule, Lendenwirbelsäule und Thorax	36
	Die Vorderextremität	44
	Die Hinterextremität	49
5.2	Der „gute“ Reiter – die richtige Hilfengebung	53
5.2.1	Hilfengebung	54
	Stimmhilfe	55
	Zügelhilfen	55
	Schenkelhilfen	59
	Gewichtshilfen	60

II Medizinische Reitlehre – Ausbildung und Problemprophylaxe

6	Die Ausbildung des Pferdes	64
6.1	Die Frage nach dem Reitsystem – französisch, spanisch oder doch deutsch?	64
6.2	Reitweisen und ihre spezifischen Probleme	65
6.2.1	Dressur	65
6.2.2	Springen	67
6.2.3	Doma Vaquera, Western (Reining)	68

6.2.4	Military	70
6.2.5	Freizeitpferde	71
6.2.6	Rennpferde	72
	Galopper	72
	Traber	73
6.2.7	Gespannpferd	74
6.2.8	Gangpferde	74
6.3	Junge Remonte, alte Remonte, Schulpferd	76
7	Ausrüstung des Pferdes	78
7.1	Der passende Sattel	78
7.1.1	Der englische Pritschsattel	78
7.1.2	Trachtensattel	80
7.1.3	Westernsättel	82
7.1.4	Iberische Sättel	83
7.1.5	Islandsättel	85
7.1.6	Sitzkissen, elastische Sattelbäume, Sattelbaumbruch	85
7.1.7	Einfluss der Sattelung auf die Shu-Punkte des Pferdes	87
7.2	Die passende Zäumung	88
7.2.1	Grundlagen zur Anpassung des Zaumzeugs	88
7.2.2	Kriterien zur Auswahl des richtigen Gebisses	90
	Die Kandare	92
	Das Pelham	93
	Die gebisslosen Zäumungen	94
7.2.3	Einfluss des Gebisses auf Bewegungsstörungen des Pferdes und die Reiterhand	95
7.2.4	Die Zähne des Pferdes und das Gebiss	96
7.2.5	Reithalter und ihre Auswirkungen auf wichtige Akupunkturpunkte am Kopf des Pferdes	97
8	Der korrekte Trainingsaufbau	99
8.1	Prävention und Fitness	99
8.2	Grundlagen des Trainingsaufbaus	99
8.3	Richtiges Aufwärmen und Abkühlen des Pferdes	100
9	Longenarbeit	102
9.1	Allgemeine Überlegungen	102
9.2	Ausrüstung	103
9.3	Der Einsatz von Hilfszügeln	105
9.4	Round Pen	108
9.5	Die Kommunikation mit dem Pferd an der Longe	108
9.6	Gewöhnung der Remonte an die Longe – Probleme und deren Behebung	109
9.7	Longenarbeit des gerittenen Pferdes	111
9.8	Doppellongenarbeit	112

10	Skala der Ausbildung	113
10.1	Takt – Die Qualität der Grundgangarten des Pferdes	116
10.1.1	Der Schritt	118
10.1.2	Der Trab	119
10.1.3	Der Galopp	121
10.2	Losgelassenheit	123
10.2.1	Innere Zwanglosigkeit – Mentale Losgelassenheit	124
10.2.2	Die Dehnungshaltung Vorwärts-Abwärts	124
10.3	Anlehnung	127
10.3.1	Beizäumung	128
10.4	Schwung	128
10.4.1	Kontrollierter Vorwärtsimpuls vs. Geschwindigkeit	129
10.4.2	Trabverstärkungen – ein Sonderfall?	130
10.5	Geraderichten	130
10.5.1	Die natürliche Schiefe	131
10.5.2	Wege zum Geraderichten	132
10.5.3	Reiten in Biegung – Grenzen und Möglichkeiten der Rippenbiegung	133
10.6	Versammlung	135
10.6.1	Rückwärtsrichten	137
11	Einsatz und Nutzen von Konterstellung und Seitengängen	138
11.1	Reiten in Konterstellung	138
11.2	Seitengänge	140
11.2.1	Schulterherein – Konterschulterherein	142
11.2.2	Travers	145
11.2.3	Renvers	146
11.2.4	Traversale	146
11.2.5	Schenkelweichen	149
12	Einsatz und Nutzen von Lektionen der Hohen Schule und der klassischen Dressur	150
12.1	Piaffe	151
12.2	Passage	153
12.3	Galoppirouette	155
12.4	Fliegender Galoppwechsel	156
12.5	Spanischer Schritt – Paso Español	158
13	Cavalettiarbeit	160

14	Mobilisationsübungen an der Hand	161
14.1	Mobilisationen nach Baucher	161
14.2	Mobilisationstechniken aus der Physiotherapie zur Verbesserung der Beweglichkeit	166
14.2.1	Hals	166
14.2.2	Vorderextremität	167
14.2.3	Hinterextremität	169
14.2.4	Rücken und Iliosakralgelenk	170
14.3	Spanische Handarbeit	172
14.4	Handarbeit nach der Wiener Schule	176
15	Langer Zügel	177

III Problembehebung und spezielle physiotherapeutische Praxis

16	Untersuchungsgang	180
16.1	Anamnese	180
16.2	Adspektion in Ruhe und Bewegung	181
16.2.1	In Ruhe	181
16.2.2	Vorführen an der Hand	181
16.2.3	Vorführen an der Longe	182
16.2.4	Vorführen unter dem Sattel	183
16.3	Motion-Palpations-Analyse	183
16.3.1	Kopf und Hals	183
16.3.2	Vorhand	185
16.3.3	Hinterhand	186
16.3.4	Wirbelsäule	186
16.4	Thermographie	187
17	Bewegungstherapie – Rehabilitationstrainingslehre	190
17.1	Unterschiede zum allgemeinen Trainingsprogramm	190
17.2	Longenarbeit	191
17.2.1	Korrektur verrittener Pferde an der Longe	191
17.2.2	Der Rehapatient an der Longe	192
17.3	Der Einsatz von Hilfszügeln und ihre Bedeutung in der Rehabilitations- und Trainingsphase	193

18	Ergänzende physiotherapeutische Methoden im Überblick	195
18.1	Manualtherapien	195
18.1.1	Dehnungen und Mobilisationen	195
18.1.2	Osteopathie und Chiropraxis	196
18.1.3	Massage	196
	Effleurage (Streichungen)	197
	Petrissage (Knetungen)	197
	Friktion (Reibung)	197
	Vibrationen (Schüttelungen)	198
	Tapotement (Klopfungen)	198
	Lymphdrainage	198
	Bindegewebssmassage	199
18.2	Gerätetherapien	199
18.2.1	TENS	199
18.2.2	Softlaser	200
18.2.3	Magnetfeldtherapie	201
18.2.4	Therapeutischer Ultraschall	202
18.2.5	Iontophorese	202
18.3	Kältebehandlung (Kryotherapie)	203
18.4	Wärmebehandlung	204
18.5	Akupunktur	205
18.5.1	Kombinierte Akupunkturpunkt-Mobilisations-Therapie	206
18.6	Neuraltherapie (Triggerpoints)	207
19	Rehabilitationsmedizinische Maßnahmen bei spezifischen Indikationen	208
19.1	Durch den Reiter bedingte Probleme	208
19.1.1	Taktfehler, Zügelahmheiten, fehlerhafte Gangarten	208
19.1.2	Überzüäumung und falscher Knick	210
19.1.3	Anlehnungsschwierigkeiten, Maulprobleme, Zungenfehler	211
19.2	Rückenprobleme	212
19.2.1	Allgemeine Behandlungsvorschläge	213
19.2.2	Kissing-spine-Syndrom	215
19.2.3	Verspannungen, Wirbel- und Gelenkblockaden	216
19.3	Headshaking	218
19.4	Sehnenschäden	218
19.5	Arthrosepatienten	220
19.6	Beschlag orthopädischer Rehapatienten	221
Anhang		225