

Widmung	4
Einleitung	5
Dank	7
1 Reitsport am Scheideweg – Kritische Bestandsaufnahme	10
1.1 Entwicklungen im Reitsport.....	11
1.2 Pferdestudien.....	14
1.3 Locker ist nicht leicht	17
1.4 Balance, Athletik und Losgelassenheit.....	20
2 Kraftentwicklung und Kraftübertragung	24
2.1 Die Entwicklung der Kraft im Detail.....	26
2.2 Die Kraftübertragung.....	31
2.3 Aufbau und Funktion des vorderen Bewegungszentrums.....	38
2.4 Aufbau und Funktion des hinteren Bewegungszentrums – aktive Strukturen ..	40
2.5 Die Bewegungszentren im Zusammenspiel	44
2.6 Fehlerhafte Bewegungskonzepte und ihre Auswirkungen.....	51
3 Die dritte Dimension – Änderung der Perspektive	60
3.1 Die Statik des Pferdes in der dritten Dimension.....	60
3.2 Die dritte Dimension in Bewegung.....	62
3.3 Die Statik des Pferdes auf der gebogenen Linie	70
3.4 Das Zusammenspiel der Bewegungszentren auf der gebogenen Linie.....	78
3.5 Den passenden Sattel finden	80
3.6 Das schiefe Pferd	83
3.7 Fehlerhafte Bewegungsabläufe und ihre Folgen	90
4 Positive Spannung in der Ausbildung.....	98
4.1 Die Ausbildungsskala in der Sprache der Bewegungszentren.....	100
4.2 Dressurmäßige Ausbildung – die Logik der Lektionen	106
4.3 Prinzipien und Methoden der dressurmäßigen Arbeit	111
4.4 Die Entwicklung positiver Spannung beim Springpferd.....	113
4.5 Die Entwicklung positiver Spannung beim Vielseitigkeitspferd	121
4.6 Die Entwicklung positiver Spannung beim Distanzpferd	123
4.7 Das Freizeitpferd	125
4.8 Die Ausbildung unterschiedlicher Pferdetypen	126
5 Der Reiter.....	134
5.1 „Sitz“ kontra Bewegungsmangel	135
5.2 Die Position des Reiters – Definition	137
6 Training, Therapie, Rehabilitation	144
6.1 Training	144
6.2 Therapie.....	148
6.3 Rehabilitation	155
7 Pferdegerechte Aufzucht, Haltung, Bewegung.....	164
7.1 Die Aufzucht – die wichtigsten vier Jahre im Leben eines Pferdes.....	164
7.2 Die Entwicklung eines gesunden Skeletts.....	169
7.3 Die Entwicklung eines gesunden Bindegewebes.....	172
7.4 Die Entwicklung einer leistungsfähigen Muskulatur.....	176
7.5 Die psychische Entwicklung des Pferdes	178
7.6 Sportliche Erfolge.....	182
Foto- und Abbildungsnachweis	184