

Einleitung	6	5. Reiten in Dehnungshaltung	67
BIANCA RIESKAMP		5.1 Der Sinn des Reitens in Dehnungshaltung	69
Vorwort	7	5.2 Der Sitz des Reiters in der Dehnungshaltung	75
CHRISTOPH ACKERMANN		5.2.1 <i>Der Sitz des Reiters und die Auswirkungen auf die Balance des Pferdes</i>	76
Die Entstehung der klassischen Reitlehre und warum sie für uns heute so wichtig ist		5.2.2 <i>Anhaltspunkte der klassischen Reitlehre</i>	78
1. Die klassische Reitlehre: eine Stellungnahme	8	5.3 Wie reite ich mein Pferd in Dehnungshaltung?	80
1.1 Der Anfang des gemeinsamen Weges der Ausbildung: Kommunikation durch Körpersprache	10	5.3.1 <i>Probleme beim Reiten in Dehnungshaltung</i>	80
1.2 Die artgerechte Haltung des Pferdes	14	5.4 Das Reiten von Wendungen mit dem jungen Pferd	97
2. Gewöhnung des Reitpferdes an die Arbeit mit dem Menschen	16	5.5 Beginn des Reitens auf dem Zirkel	100
2.1 Führen und Anbinden des jungen Pferdes ..	16	5.6 Training in fremder Umgebung	102
2.2 Putzen des jungen Pferdes	19	6. Weiterführende Gymnastizierung ..	103
2.3 Für das Anreiten hilfreiche Bodenarbeit ..	22	6.1 Der erste Ausritt	103
2.4 Nützliche Arbeit im Longierzirkel	23	6.2 Weiterführende Arbeit in der Reitbahn: Der Weg zur Anlehnung	104
2.5 Laufenlassen auf dem Reitplatz	25	6.3 Die Anlehnung in der Dehnungshaltung ..	108
2.6 Spazierengehen auf dem Reitgelände	29	6.4 Der Galopp	110
3. Vorbereitungen für das erste Aufsitzen	31	6.5 Die Anlehnung und die relative Aufrichtung	114
3.1 Gewöhnung an den Sattel	31	6.5.1 <i>Von der Dehnungshaltung zur beginnenden Selbsthaltung</i>	118
3.2 Erstes Auftrensen	32	6.5.2 <i>Der Arbeitstrab an den Hilfen</i>	120
3.3 Arbeit an der Longe	34	6.6 Das Zügel-aus-der-Hand-kauen-Lassen ..	123
4. Gewöhnung an den Reiter: Das erste Aufsitzen	38	6.7 Das Überstreichen	124
4.1 Ausbildung in der Reitbahn	41	6.8 Das Reiten mit einhändiger Zügelführung	126
4.2 Auf dem Weg zu Takt und Losgelassenheit	46	7. Der Schwung	128
4.3 Die Zwanglosigkeit und das Finden des Taktes	49	7.1 Die Übergänge	130
4.3.1 <i>Die Zügelmaße</i>	52	Schlussbemerkung	136
4.3.2 <i>Die Zügelfäuste</i>	53	Literaturverzeichnis	138
4.3.3 <i>Die Zwanglosigkeit und der natürliche Trab</i>	54		
4.3.4 <i>Der Takt</i>	59		
4.4 Die Losgelassenheit	60		