

Inhalt

GRUNDLAGEN	8
Faszination Freiheitsdressur	9
Die klassische Dressur nach der Reitvorschrift von 1912/1926 als Basis	11
Die innere Haltung in der Freiheitsdressur	14
<i>In der alltäglichen Arbeit das Besondere finden</i>	14
<i>Einssein mit sich und dem Pferd: Das Prinzip der Achtsamkeit</i>	16
<i>Mehr als Aufmerksamkeit – ganzheitliches Denken</i>	19
<i>Von Werten und Bewertungen</i>	20
<i>Dulden und Geduld</i>	24
<i>Der Weg zum (Zusammen-)Wachsen mit dem Pferd</i>	25
Motivieren und loben	27
<i>Sicherheit geben</i>	27
<i>Die Atmung</i>	30
<i>Berührungen und TTouches</i>	31
<i>Die Stimme</i>	34
<i>Das Aussetzen der Hilfengebung und die Pause</i>	34
<i>Die Lieblingsübung</i>	36
<i>Das Leckerchen</i>	37
<i>Korrekturen</i>	38
Ausrüstung und Aufbau des Trainings	42
Ausbildung mit Flexibilität und Spürsinn	46
GEBRAUCHSSCHULE	48
Die Gebrauchsschule in der Reitvorschrift	49
Die Bedeutung der „Skala der Ausbildung“ in der Freiheitsdressur	49
Grundübungen	57
Der Schritt	65
Der Trab	66
Der Handwechsel	70
Die Verbindung aus größerer Entfernung	74
Die Übergänge	75
Der Appell	77
Die Vorhandwendung	80

Das Schenkelweichen	83
Die äußeren Hilfen: Seitwärts auf den Ausbilder zu	86
Der Zirkel	89
Die Längsbiegung	90
Die Bahnfiguren	93
Die Dehnung in die Tiefe	97
Die Nachgiebigkeit im Genick	100
Der Mitteltrab	104
Viereck verkleinern und vergrößern	107
Die Volte	110
Das geschlossene Halten	115

FREIHEITSDRESSUR – DIE HOHE SCHULE

118

Die Hohe Schule in der Reitvorschrift	119
Der versammelte Trab	121
Schultervor	124
Das Stellen	126
Der Wechsel zwischen Schultervor und Stellen	128
Traversartig den Zirkel verkleinern und schulterhereinartig den Zirkel vergrößern	131
Das Schulterherein	135
Die Kurzkehrtwendung, die Hinterhandwendung und die Pirouette	139
Travers	143
Traversale	146
Rückwärtsrichten	150
Die Piaffe	154
Die Passage	159
Der Galopp	164
Das traversartige Zirkel-Verkleinern und -Vergrößern und die Seitengänge im Galopp	168
Die Galopp-Pirouette	171
Die Hilfen verfeinern – Arbeit ohne Gerte(n)	173
Das Spiel und die Dressuraufgabe in der Freiheitsdressur	175
Literatur	181