

Horse Walking – Wofür soll das gut sein? Wer macht so was?	4	Gedanken kontrollieren, Energie und Aufmerksamkeit lenken	75
1. Grundsätzliche Ideen zur Arbeiterleichterung	9	Schneller reagieren: auch eine Sache der Wahrnehmung	79
2. Ausrüstung und Hilfsmittel	16	Versetzen Sie sich einmal in die Lage des Pferdes	83
3. Grundsätze für ein entspanntes Miteinander	31	Übungen mit dem Pferd	
Die Lerninhalte für den Menschen	32	8. Erziehungsarbeit – Die Aufmerksamkeit des Pferdes erreichen	84
Lerninhalte für das Pferd	36	Bringen Sie das Pferd in eine entspannte, arbeitsfähige Grundhaltung	89
4. Allgemeine Überlegungen zum Thema Körpersprache und Kommunikation	39	Was tun, wenn es nicht funktioniert?	95
10 Ideen für ein effektives »Veränderungsmanagement«	46	9. Praktisches Ausweichtraining	100
5. Die körperliche Fitness von Mensch und Pferd	48	Longenarbeit	114
6. Draußen mit dem Pferd unterwegs	52	Aufmerksamkeit und Gehorsam als Grundlage für Gymnastik und Kontrolle	116
Übungsteil		10. Angstbewältigung, Feinabstimmung, Vertrauens- aufbau	126
7. Wissen Sie eigentlich was Sie tun?	56	Feinabstimmung und Vertrauens- aufbau an Trailhindernissen	129
Allgemeines zum Thema Körperwahr- nehmung und Bewegungsqualität	58	Hindernisse	130
Haltung bewahren – Vorbereitende Übungen ohne Pferd (Trockentraining)	58	Im Gelände	139
Den eigenen Körper kennen lernen »Haltung bewahren« und »zielgerichtet bewegen« – in der praktischen Arbeit mit dem Pferd	61	Engpässe, unsicherer Grund – Hänger- training, Wasser, Brücken und Wippen	142
Guten Kontakt zwischen zwei Partnern herstellen – Führen und Folgen	66	11. Stangenarbeit, Führen von hinten	146
	71	Stangenarbeit	147
		Führen von hinten	148
		12. Vorschläge für Übungsparcours	151
		Danksagung und Literatur	159