

Die Trainingslehre für Dressurpferde wird voraussichtlich 2009 als Buch erscheinen und ist deshalb nicht mehr online

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	1
Kleiner Exkurs in die Geschichte der Trainingslehre	3
Die physiologisch, dynamische Körperhaltung	7
Muskeln	12
Sehnen / Bänder / Gelenke.....	21
Motivation des Dressurpferdes	24
Allgemeine Trainingsgrundlagen	29
Krafttraining	37
Training der Maximalkraft	38
Training der Schnellkraft	40
Training der Ausdauerkraft, Kraftausdauer	40
Training der Reaktivkraft	41
Schnelligkeitstraining	41
Ausdauertraining.....	43
Individuelle Trainingszonen mit Belastungsangaben	46
Beweglichkeitstraining	49
Leistungskontrolle	50
Kurze Anmerkung zum Doping	53
Trainingsplan	54
Spezielle Aspekte der Trainingslehre für Dressurpferde	59
Lösen	59
Piaffe	61
Fliegende Wechsel	62
Verstärkungen	66
Passage	68
Traversale	69
Glossar.....	72
Literaturverzeichnis	74

Einleitung

„Das Training: Es hat die Aufgabe, ein Pferd für eine Prüfung so vorzubereiten, dass es sich zu ihrem Beginn in bestmöglicher Verfassung befindet und die Prüfung bei voller Leistungsentfaltung ohne Schädigung des Vertrauens, der Gesundheit und der Nerven bestehen kann.“

„ Abschließend sei festgestellt, dass eine der Hauptaufgaben je- des Trainings die Herstellung eines Vertrauensverhältnisses zwischen Reiter und Pferd sein soll. Nur so wird eine einsatzfreudige Wettkampfgemeinschaft entstehen, die mit der Vielfalt der Situationen, die jede Vielseitigkeitsprüfung in sich schließt, mit Anstand fertig wird.“

Beide Zitate sind den Richtlinien für Reiten und Fahren Band II Kapitel III „Richtlinien für die Vielseitigkeitsausbildung“ (2005)entnommen. In der gesamten Reit-Literatur betreffen Hinweise zur Trainingslehre ausschließlich die Ausdauersportarten Vielseitigkeit, Distanzreiten und in seltenen Fällen Springreiten und den Rennsport. Nirgends finden sich Ausführungen über die gezielte Anwendung der Trainingslehre für das Dressurpferd. Dabei sollten obige Zitate im gleichen Maße für den Dressursport gelten. Es sei jedoch an dieser Stelle darauf hingewiesen, dass die Basis einer jeden Pferde-Ausbildung der Dressur bedarf.....

