

Danksagung.....	6	2 Basislektionen Bodenarbeit	32
Vorwort von Uta Gräf.....	7	(Niveau Abzeichen Bodenarbeit Stufe 1)	
1 Einleitung	8	2.1 Einführung – Wie beginne ich die Ausbildung am Boden?	33
1.1 Zielsetzung des multimedialen Lehrbuches	9	2.2 Führtraining	36
1.1.1 Wie arbeite ich mit dem Buch?.....	11	2.2.1 Präzises Antreten	36
1.2 Bodenarbeit in der APO 2020	12	2.2.2 Tempounterschiede	39
1.3 Warum ist Bodenarbeit so sinnvoll?	14	2.2.3 Anhalten und Stillstehen.....	43
1.3.1 Ausdrucksverhalten lesen lernen.....	14	2.2.4 Handwechsel und Seitenwechsel der Führperson	47
1.3.2 Vertrauen schaffen	15	2.2.5 Rückwärtstreten-Lassen.....	51
1.3.3 Unterstützung der reiterlichen Ausbildung	16	2.2.6 Trab auf geraden und gebogenen Linien	55
1.3.4 Mehr Sicherheit.....	16	2.2.7 Hufschlagfiguren.....	61
1.3.5 Erleichterung der Jungpferdeausbildung	17	Bodenarbeitsabzeichen Stufe 1: Beispielaufgabe: Führtraining	62
1.3.6 Abwechslung und Motivation.....	17	2.3 Geschicklichkeitstraining	64
1.4 Ausbildungsphilosophie	19	2.3.1 Arbeit in Ecken – Führen von Kreisen mit Dehnung der Längsachse.....	65
1.5 Ausrüstung und Hilfengebung	21	2.3.2 Seitliches Verschieben – Vorwärts-seitwärts-Übertreten im Bodenarbeitsrechteck	69
1.5.1 Ausrüstung für das Pferd	21	2.3.3 Arbeit mit Stangen	75
1.5.2 Ausrüstung für die Führperson	24		
1.5.3 Hilfengebung	25		
Körpersprache	25		
Taktile Hilfen	28		
Verbale Kommandos	29		

2.4 Gelassenheitstraining	88
2.4.1 Arbeit am langen Seil	90
2.4.2 Engpässe	102
2.4.3 Hindernisse aus der Gelassenheitsprüfung	105
Bodenarbeitsabzeichen Stufe 1: Gemeinsame Prüfungsaufgabe: Geschicklichkeit und Gelassenheit	110

3 Fortgeschrittene Lektionen

Verbesserung von Gymnastizierung, Koordination und Konzentrationsfähigkeit (Niveau Abzeichen Bodenarbeit Stufe 2)	112
--	-----

3.1 Fortgeschrittene gymnastizierende Lektionen	113
3.1.1 Vorwärts-seitwärts-Übertreten im Trab	113
3.1.2 Wendung um die Hinterhand	115
3.1.3 Wendung um die Vorhand	119
3.1.4 Seitliches Folgen des Pferdes	126
3.1.5 Slalom Niveau 1 bis 3 (Pylonenarbeit)	130
Bodenarbeitsabzeichen Stufe 2: 1. Prüfungsaufgabe: Gymnastizierende Lektionen	138

3.2 Verbesserung von Balance und Koordinationsfähigkeit – Geschicklichkeitstraining mit Stangen	140
3.2.1 „Geschicklichkeitskreuz“, gebogene Linien über Stangen im Schritt und im Trab	140
3.2.2 Halten über einer Stange mit Seitenwechsel der Führperson	145
3.2.3 Stangengasse: Trab – Rückwärts- treten-Lassen – Trab	148
3.2.4 Einparken des Pferdes an einer Aufstiegshilfe	152

3.3 Lösende und vertrauensbildende Lektionen – Arbeit am langen Seil	157
3.3.1 Arbeit am langen Seil: Achten im Schritt und im Trab	157
3.3.2 Arbeit am langen Seil durch die ganze Bahn im Schritt und im Trab	162
3.3.3 Halten und Rückwärtstreten-Lassen am langen Seil	167
Bodenarbeitsabzeichen Stufe 2: 2. Prüfungsaufgabe: Geschicklichkeit mit Stangen und Arbeit am langen Seil	170

4 Fazit und Ausblick	172
-----------------------------------	-----