

OBSAH

Předmluva	6
Kdopak ty jsi?	9
Okouzlení koněm	10
Učit se, jak kůň „myslí“	13
Co člověka a koně spojuje ..	14
Rovný rovného si hledá	14
Divocí předkové	18
Běžec celým tělem	20
<i>Tělesná stavba koně</i>	20
Smysly – poplachové zařízení koně	22
Zrak	22
Sluch	24
Čich	26
Chut' a hmat	28
Umí koně myslet?	29
I ustájení koně potřebují volnost	30
Poslední „volní“ koně	32
Abeceda řeči koní	35
Jak spolu koně mluví	36
Volání a zvuky	37
Držení těla a gesta	38
Co koně prozrazují při hře ..	44

Řeč těla mezi jezdcem a koněm	46
<i>Hříbata se učí napodobováním</i>	46
<i>Škola hříbat</i>	47
<i>Jak se kůň naučí rozumět pomůckám</i>	48
<i>Pomůcky na první pohled</i>	48
Jaký kůň se ke mně hodí?	51
Pony, nebo velký kůň?	52
<i>Ponyové jsou osobnosti</i>	53
<i>Žádný strach z velkých koní</i> ..	54
Plnokrevníci	55
Arabský plnokrevník	55
Anglický plnokrevník	57
<i>Jsou plnokrevníci „koňmi pro začátečníky“?</i>	57
Teplokrevníci	58
Český teplokrevník	58
Německý jezdecký kůň	58
<i>Jezdečtí společníci z USA</i>	59
<i>Vysnění koně ze Španěl</i>	60
<i>Černá krása z Fríska</i>	60
Malá ponyvěda	61
<i>Jak poznáme ponyho?</i>	61
<i>Nejznámější rasy ponyů</i>	61
<i>Nejmenší britský pony</i>	63
<i>Connemarský pony</i>	64



<i>Hafling</i>	65
Učení se jízdě na koni by sis měl naplánovat	67
Kdy začít	68
Jaký jízdni způsob je nejlepší?	70
<i>Anglicky, nebo western?</i>	70
<i>Jezdecký svět je velký a pestrý</i>	72
<i>Nejdříve se nauč jezdeckou abecedu</i>	73
Kotrmelcem do sedla	74
Rizika jezdeckví	75
Jezdecké vybavení a náklady na trénink	78
Jezdecké kalhoty	78
Jezdecké holinky	78
Jezdecká čapka	79
Rukavice	79
Jezdecký bičík	79
Jezdecká kazajka	79
Naučit se jezdit – ale kde? ..	80
Kontaktní adresy	80
<i>Směrnice pro výcvikové stáje</i>	81
Cvičitel	83
Cvičební koně	84
Jízdárna	86
Zacházení s koňmi	89
Pravidla hry mezi jezdcem a koněm	90



Nasazování ohlávky	92
Nasazování ohlávky ve stáji	92
Chytání koně na pastvině	93
Vedení a uvazování	94
Čištění podle plánu	96
Proč koně čistíme?	96
Jak správně čistit	98
Nauzdění a sedlání	102
Nauzdění	102
Sedlání	106
„Příslušenství“ patřící ke koni	108
Pomocné otěže – jsou nutné?	108
Kamaše	109
Bandáže	109
Přikrývky	109
Základní pravidla jezdeckví .	111
Učení důvěrou	112
„Pomůcky“	112
Váha jezdce	112
Pomůcky vahou a holeněmi	113
Pozor s otěžemi!	115
Nasednutí a sesednutí	116
Naučit se sedět	118
Správný tělesný pocit	118
První hodina na lonži	119
První vyjížďka na vodítku .	121
Sed v kroku	122
Sed v klusu	122
Sed ve cvalu	124
Naučit se řídit	126
Jak se dostat do chodu	127
Změna tempa v rámci chodu	129
Ježdění v jízdárně	130
Jízdárna	130
Ježdění ve stopě	132
Jízdárenské figury	134
Důležité lekce	137
Obrat kolem předku	137
„Dovnitř plec“	138
Zmenšování obdélníku	139
„Volná otěž“	139
Zpátky vchod	140

Obrat kolem zadku	141
Krátce čelem vzad	141
Základy skákání	142
Hra a zábava s koňmi	145
S koňmi na cestách	146
Kůň jistý v terénu	146
Dobře připravení ven	147
Co dělat, když se přihodí úraz?	148
Pravidla při odpočinku	148
Ošetření po vyjížďce	149
Nejkrásnější jezdecké hry .	150
Hry šikovnosti	150
Hry družstev	152
Polo: Nejstarší jezdecká hra na světě	153
Mladí jezdci, velké cíle	155
Vlastní kůň	156
Jak najít toho správného koně	156
Důležité úvahy před koupí koně	157
Koupě koně	158
Jezdecké odznaky	160
Malá podkova	160
Velká podkova	161
Jezdecký pas	162



Výcvikový řád a řád zkoušek	162
Jak se stanu soutěžním jezdcem?	163
První soutěže	163
Turnajové třídy a kategorie	166
Turnaje s jezdeckým průkazem	167
Jak se kůň stane turnajovým koněm	167
Udělování výkonnostních odznaků Českou jezdeckou federací	169
Glosář	171
Rejstřík	173

