



OBSAH

VĚNOVÁNÍ

PŘEDMLUVA – <i>Sabine Neumann</i>	8
O KNIZE A AUTOROVI – <i>Dr. med. vet. Heinrich Bottermann</i>	10

I. JEZDECKÝ SPORT –

<i>Podmínky</i>	12
Rozvoj jezdeckého sportu v Německu	13
Deficity jezdeckého vzdělání a jejich důsledky	19
Etika v koňském sportu a role rozhodčího	21
Moderní chov a jeho důsledky pro výcvik	27

II. JEŽDĚNÍ –

<i>Umění, nebo komerce?</i>	30
Mladí koně – obchod s nadějí	31
Kolotoč mladých koní	33

III. KŮŇ A SPORT –

<i>Neřešitelný rozpor?</i>	40
Co znamená horsemanship?	41
Kde jsem já jako jezdec?	42
Náprava – nepříjemná, ale nutná	45
Ježdění jako dialog mezi člověkem a koněm	48
Poznat silné stránky a respektovat hranice	49

IV. VÝCVIK –

<i>více než ježdění</i>	50
Výchova	51
Respekt a důvěra	52
Spolu, ne proti sobě	53
Motivace	55

V. TRÉNINK –

<i>fyziologický a smysluplný</i>	56
Budování a rozvoj svalů	57
Systematická gymnastická průprava	61

VI. SED –

<i>pružný a vybalancovaný</i>	62
Ztuhlý jezdec – ztuhlý kůň	63
Psychologická komponenta	65
Vynucené přiuzdění a jeho následky	68
Lehký sed jako alternativa	70

VII. PŮSOBIT –

<i>citlivě a účinně</i>	72
Pomůcky k co nejjemnější komunikaci	73
Pomůcky otěžemi a používání otěží	75



VIII. ZÁKLADNÍ ROVNOVÁHA –

<i>nej důležitější kritérium</i>	78
Stupnice vzdělání jako vodítko	79
Nastolení základní rovnováhy	82
Činnost hřbetu jako základní předpoklad	83
„Kůň chodící hřbetem“ a „kůň chodící s napjatým hřbetem“, případně „kůň chodící nohama“	86
Přilnutí jako výsledek pohupujícího se hřbetu	90
Význam taktu pro posuvnou a nosnou sílu	92

IX. UVOLNĚNOST –

<i>skrže takt k přilnutí</i>	94
Kvalita přilnutí	95
Správně pochopený pohyb vpřed	96
Čekat a najít takt	98
Uvolněnost	99

X. NATAŽENÍ –

<i>vždy v rovnováze</i>	100
Správně pochopené „dopředu a dolů“	101
Nesprávné natažení	103
Prostupnost jako cíl výcviku	104

XI. KMIH –

<i>milovaný a špatně chápaný</i>	106
Prodloužení vyžadovat jen po trochách	107
Oslňující klus jako měřítko všeho	109
Od posuvné síly k nosné síle a zpátky	112
Čistota chodů	114

XII. DREZURNÍ SPORT –

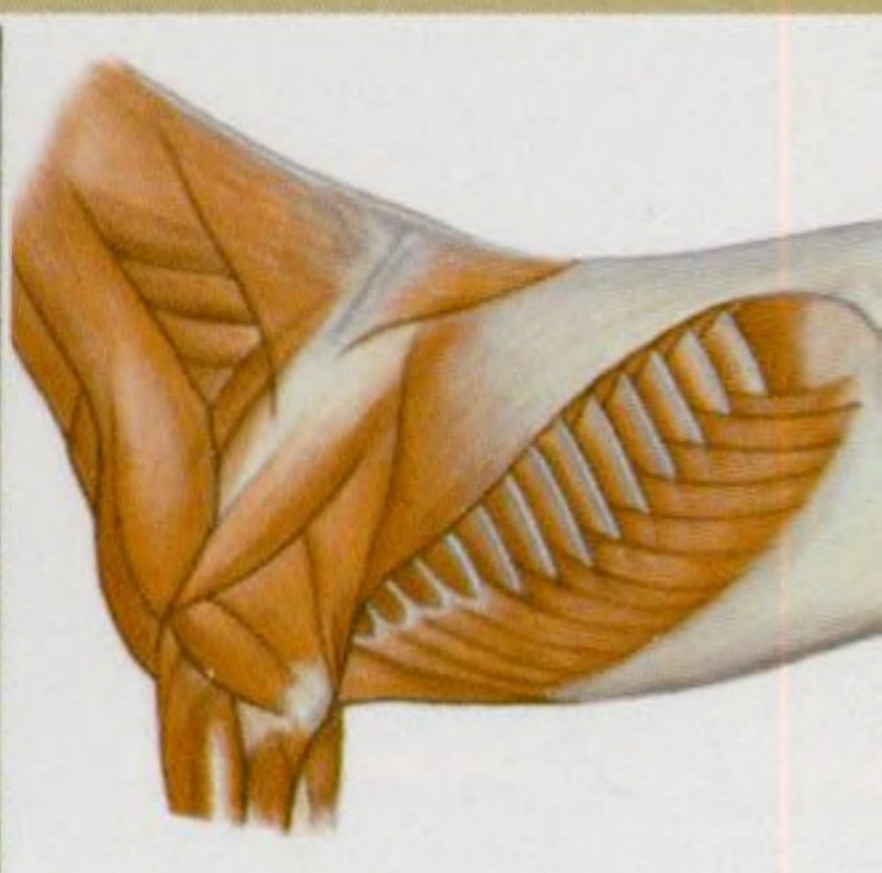
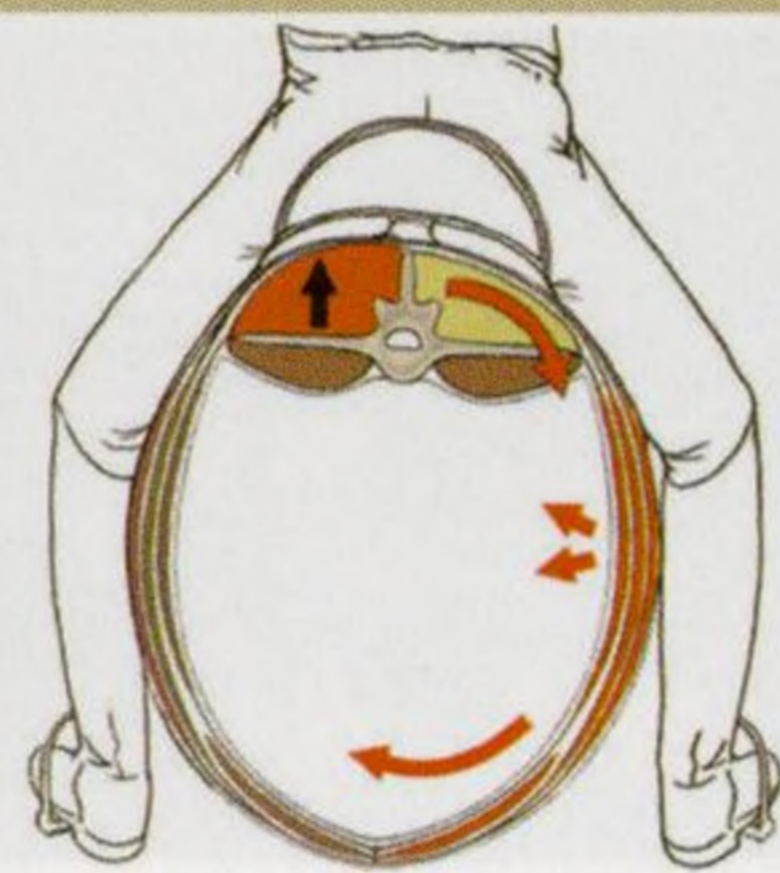
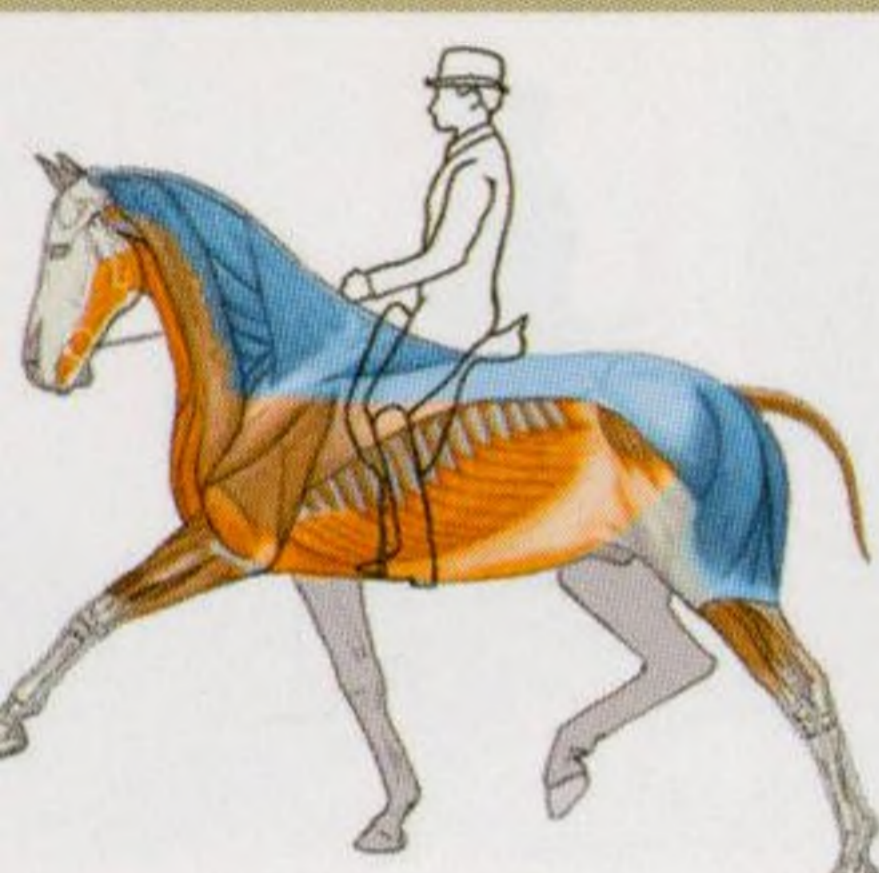
<i>je to jen show?</i>	116
Podívaná, nebo korektnost?	117
Ukázky klasického výcviku	118
Sportovně-politické pozadí	119
Posuzování rozhodčích	121
Úloha publika	122

XIII. NAROVNÁNÍ –

<i>speciální výzva</i>	124
Přirozená křivost	125
Příčiny	126
Horizontální a vertikální rovnováha	128
Ohnutí prvního stupně	130
Ohnutí druhého stupně	131

XIV. SHROMÁŽDĚNÍ –

<i>posunutí horizontální rovnováhy</i>	132
Biomechanika shromáždění	133
Prodloužení a zkrácení rámce	135
Úloha lumbosakrálního kloubu	136
Úloha svaloviny trupu	139
Vysvětlení různých stavů rovnováhy	141
Biomechanika relativního vzpřímení	143
Důsledky pro trénink	145



OBSAH

XV. TÝL –

<i>kloub s klíčovou funkcí</i>	148
Jemné přilnutí jako dárek	149
Korektní pozice týlu	151
Jak zacházet se ztuhlým týlem	153
Co je to poddajný týl	154
Napětí týlu a otevřený úhel týlu	155
Důsledky pro výcvik	157

XVI. ČINNÁ HUBA –

<i>předpoklad základní rovnováhy</i>	158
Psychologická komponenta přežvykování	159
Biomechanická komponenta přežvykování	160

XVII. PŘESUNUTÍ ROVNOVÁHY –

<i>biomechanické základy</i>	164
Plynulé přechody	165
Význam stranových chodů	167
Důsledky pro práci	170
Proč kůň přežvykuje?	171
Čelist mobilizující účinek dolního svalového řetězce	173

XVIII. KULHÁNÍ Z RUKY –

<i>nepříjemná diagnóza?</i>	176
Špatné zacházení s přirozenou křivostí	177
Výzkum příčin	178
Zkrácená druhá polovina fáze podpěru	179
Reakce nejdelšího hřbetního svalu	180
Zkrácená druhá polovina fáze kmitu	184
Pohyb po změně ruky	184

XIX. VETERINÁŘ –

<i>v politickém poli napětí</i>	186
Povinnost zakročit dána zákonem na ochranu zvířat proti týrání	187
Navyknutí na donucovací metody?	188
Problémový rekreační sport	190

XX. HYPOTÉZA –

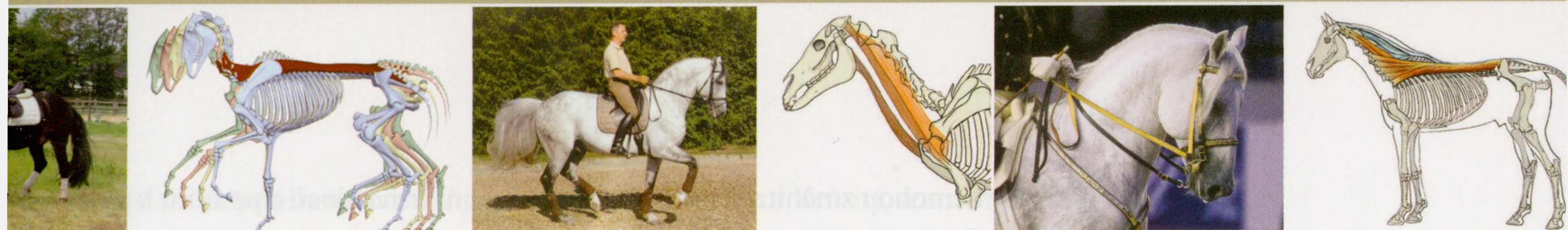
<i>„onemocnění z povolání“ poškození mezikostního svalu</i>	192
Nemocný následkem ježdění pod nátlakem	193
Ztuhlé hřbetní svaly a jejich důsledky	193

XXI. ÚVAHY O ŘEŠENÍ –

<i>náprava zkažených koní</i>	196
Poruchy rovnováhy následkem chyb ve výcviku	197

XXVII. NÁVRH NA NÁPRAVU –

<i>ztuhlý kůň</i>	200
Nedostatky v základním výcviku	201
Náprava rovnováhy v lehkém sedu	204
Zahajující kroková fáze s natažením	207
Lonžování na obnosku	208
Psychika zkaženého koně	209



XXIII. NÁVRH NA NÁPRAVU –

„kůň chodící nohama“	210
Kůň s nízko zavěšeným hřbetem	211
Ježdění v pravidelném taktu vpřed	212
Aktivování zadních končetin	213
Delší krk a pohyb do strany	214
Práce v terénu	215

XXIV. NÁVRH NA NÁPRAVU –

„kůň chodící s napjatým hřbetem“	216
Kůň se hřbetem vytlačeným nahoru	217
„Rollkur“ a hyperflexe	218
Naučená bezmocnost	219
Extrémní narušení rovnováhy a úprkový reflex	220
Psychické uvolnění	222
Lonžování na obnosku	222
Extrémně problematičtí koně s tendencí prchat	223
Odpor vůči holením jezdce	224
Souhra pomůcek	224

XXV. NÁVRH NA NÁPRAVU –

rozpadlý kůň	226
Pohyb bez hřbetu jako následek chybějícího základního napětí	227
Úroveň výcviku rekreačních jezdců	227
Poruchy rovnováhy následkem jezdecké neschopnosti	228
Minimální požadavky pro rekreační jezdce?	229
Ježdění v terénu v pravidelném pohybu vpřed	229

XXVI. ZÁKLADNÍ NÁVRHY –

na nápravu	230
Klidná práce na dvou stopách v kroku – později také v klusu	231
Ideální a korigující držení otěží	234

XXVII. VETERINÁŘ –

znalecké posudky a předkupní vyšetření	238
Výcvik jako kritérium hodnocení	239

XXVIII. SOUHRN –

Resumé	242
Zpátky k osvědčeným výcvikovým principům	243

XXIX. VĚDA –

její role a její hranice	246
Chybí metody dokazování	247

XXX. JEZDECKÉ KULTURY –

dialog místo vyčleňování	249
Akceptovat různé výcvikové cíle	250

SRDEČNÉ DÍKY

252