

1. OBECNÁ PRAVIDLA

1.1 Vlastnosti koně	11
1.2 Jezdec	12
1.3 Školní kůň	13
1.4 Učitel jízdy	14
1.5 Místo výcviku	15
1.6 Pravidla pro práci na jízdárně	15
- Označení obdélníku	15
- Linie jízdárny	18
1.7 Pravidla pro ježdění v terénu	20
1.8 Výstroj	21
- Výstroj jezdce	21
- Výstroj koně	24
- Péče o výstroj	40
1.9 Příprava k ježdění	41
- Péče o koně	41
- Uzdění	42
- Sedláni	44
- Vodění koně na ruce	45

2. ZÁKLADNÍ VÝCVIK JEZDCE

2.1 Rozdělení výcviku	47
2.2 Sed a výcvik sedu	48
- Nasedání a sesedání	48
- Sed jezdce	51
Drezurní sed	52
Lehký sed	54
Dostihový sed	59
- Lehký a pracovní klus	60
- Nácvik sedu	63
- Chyby sedu	65

2.3 Pomůcky	69
- Pomůcky sedem	69
- Pomůcky holeněmi.....	73
- Pomůcky otěžemi.....	75
- Zvláštnosti používání pomůcek v lehkém sedu	83
- Zvláštnosti používání pomůcek v dostihovém sedu	84
- Vedlejší pomůcky	84
- Pomocné otěže - nasazení a použití	86

2.4 Cit jezdce	89
-----------------------------	----

2.5 Působení	90
---------------------------	----

3. ZÁKLADNÍ CVIKY

3.1 Uvolňovací práce a uvolňovací cviky	91
--	----

3.2 Základní cviky v drezurním ježdění	93
- Dostat na pomůcky	93
- „Nechat vytáhnout otěže z ruky“	95
- Ježdění v jednotlivých chodech	97
Krok	97
Klus	98
Cval	99
- Poloviční a celé parády	101
- Postavení k ruce a ohnutí.....	103
- Projíždění obrátů	106
- Obrat okolo předku	111
- Ustupování na holeň, obdélník zmenšit a zvětšit	112
- Couvání	116
- Obrat okolo zádě, krátce čelem vzad.....	117
- Shrnutí základních drezurních cviků.....	119
- Skupinové ježdění	120

3.3 Základní skokový výcvik jezdce	125
- Kavalety.....	126
- Skokové řady	127
- Jednotlivé skoky	128
- Kombinace a distance	128
- Parkurové ježdění	131
- Shrnutí základních cviků ve skokovém ježdění.....	134

3.4 Základní výcvik v terénu	134
- Ježdění do kopce a s kopce.....	136
- Různé druhy terénu	136
- Odhad tempa.....	137
- Terénní překážky	137
- Shrnutí základních cviků v terénu	141
3.5 Dálkové jízdy a vyjížďky	142
3.6 Honební jízdy	143

4. ZÁKLADNÍ VÝCVIK KONĚ

4.1 Vlastnosti a předpoklady koně	146
4.2 Vývoj a chování koně	146
4.3 Základní chody koně	149
4.4 Navykání a obsednutí	154
- Navykání ve stáji	154
- Lonžování	155
- Nasedání a přijíždění	156
- Skákání ve volnosti	158
4.5 Drezurní výcvik (základní výuka)	160
- Škála vzdělání	160
Navykací fáze	166
Rozvoj posuvné síly	168
Rozvoj nosné síly.....	172
4.6 Skokový výcvik	180
4.7 Výcvik v terénu	186
4.8 Výcvik koní s chybami exteriéru a temperamentu	191

5. POZNÁMKY KE SPORTOVNĚ ORIENTOVANÉMU JEŽDĚNÍ

- Ježdění drezurních zkoušek.....	193
- Ježdění skokových zkoušek.....	194
- Ježdění terénních zkoušek.....	195