

Spis treści

Przedmowa 5

Podziękowania 13

Wstęp 14

Wstęp do wydania polskiego 15

Naturalna metoda treningowa 17

CZĘŚĆ I. Teoria 19

1. Kupno konia skokowego 21

Budowa 21

Ruch 25

Możliwości skokowe 27

Badania weterynaryjne 30

2. Opieka stajenna 31

Opieka 31

Karmienie 32

Kolka 34

Narowy i nałogi 35

Tężec 39

Kaszel 39

Derki 43

3. Kucie 45

Podkowy 48

Korygowanie deformacji kopyt 51

4. Rząd 57

Wędzidło 57

Ogłowie 64

Wodze 68

Napierśnik 69

Siodło 69

Strzemiona 75

Czyszczenie sprzętu 76

Czaprak (potnik) 78

Popręg 78

Popręg dodatkowy 79

Ochrona nóg 79

Ostrogi 82

Część II. Pierwszy rok treningu 85

5. Zajeżdżanie 87

Siodłanie 87

Wsiadanie na konia 92

Wsiadanie i zsiadanie 93

Swobodny ruch 95

6. Lonżowanie 97

Czambon 97

Lonżownik 101

Bat do lonżowania 103

Sposób lonżowania 104

Wartość czambonu 110

Inne techniki lonżowania 110

Gog 112

7. Skoki luzem 115

Przygotowanie korytarza 115

Sprzęt 116

Stawianie przeszkód 116

Zaawansowany korytarz do skoków 122

Wady skoków na lonży 124

8. Szkolenie z ziemi 126

Ćwiczenie pierwsze 127

Ćwiczenie drugie 128

Ćwiczenie trzecie (cofanie) 130

Działanie wodzami (z ziemi) 133

Wodza luźna 133

Drugi sposób: długa wodza 135

Trzecie działanie wodzy (na wędzidle) 137

„Wyrabianie pyska” 137

Mięśnie 139

9. Ujeżdżenie do skoków 145

Dosiad 146

Ćwiczenia gimnastyczne 151

Równowaga 158

Trzymanie wodzy 162

Instynkt stadny 165

Działanie łydkami 165

Sygnaly łydka do ruchu naprzód 166

Zatrzymania przy bandzie 167

Zatrzymania bez bandy 169

Boczne działanie łydki 170

Zakręty i zmiany kierunku 172

Półparada 175

Trzecie działanie wodzy (na wędzidle) 176

Zwrot wokół przodu 181

Łopatką na zewnątrz 186

Ustępowanie od łydki 189

Ustępowanie od łydki po wyjechaniu z koła 191

Zwrot na zadzie 191

Trzy chody 195

Stęp 195

Kłus 197

Galop 206

Zwykła zmiana nogi 216

Cofanie 217

10. Trening skokowy - pierwszy rok 223

Praca na cavaletti 223

Rozpoczynanie zakrętu w locie nad przeszkodą i podczas lądowania 233

Szereg gimnastyczny 240

11. Harmonogram treningu w pierwszym roku 256

Szkolenie indywidualne 256

Po codziennym treningu 258

Harmonogram treningu 259

Podsumowanie 265

CZĘŚĆ III. Drugi rok treningu 269

12. Pierwsze starty 271

Wyjazdy na zawody 276

Skakanie szeregów 288

Wnioski 290

Trening między zawodami 290

13. Zaawansowane ujeżdżenie do skoków 294

Zebranie 294

Łopatką do wewnątrz 297

Trawers 299

Renwers 300

Ciąg ze zmianą kierunku 304

Lotna zmiana nogi 305

Kontrgalop 307

Ćwiczenia na tempo 309

Trening młodych koni 314

Skoki przez rów z wodą 315

Elementy rzędu niedozwolone podczas zawodów 321

Dodatkowe elementy rzędu 325

14. Korekta i reedukacja 327

Zła technika przodem 327

Wiszący przód 328

Problemy przy odbiciu 331

Odskok za blisko 334

Odskok za daleko 339

Nieostrożność przodem 341
Korygowanie „pływania” (nieutrzymania kierunku podczas najazdu na przeszkodę) 345
Koń jednostronny 346
Odmowy i ich przyczyny 349
Po odmowie 356
Stawanie dęba 357
Potykanie się 358
Krygowanie jeźdźca 359
Nieposłuszeństwo 361
Kara 363

CZĘŚĆ IV. Trzeci rok treningu 365

15. Drugi sezon startów 367

Przygotowania 367
Sprawdzanie możliwości skokowych 370
Specjalizacja 370
Konkursy na czas 372
Kariera konia 376
Konkursy Grand Prix 379

16. Juniorzy 381

Zajmowanie się kucami 382
Karmienie 384
Nauczanie 385
Trening 387
Wczesne początki 387
Pierwsze starty 388
Zadanie domowe 392

CZĘŚĆ V. Projektowanie i budowanie parkurów 395

17. Projektowanie parkurów 397

Profesjonalne budowanie parkurów 398
Inspekcja miejsca zawodów 400
Planowanie 401
Nachylenie terenu 402
Przeszkody 403
Nawierzchnia 408
Poczekalnia 408
Parkur zachęcający dla konia 409
Długość trasy 410
Konkursy 411
Parkury prowizoryczne 419
Ukończony parkur 419
Czas i tempo 420

Ostateczny plan parkuru 421
Budowanie rowów z wodą 422
Szeregi 425
Parkury halowe 432
Starty poza konkursem 434
Konkurs sześciu barier 435
Nagrody finansowe 436
Problemy na zawodach 437
Parkury zewnętrzne 453
Stały lonżownik 456
Budowa hali 457