

# 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
Tělesná stavba koně .....	20
Smysly – poplachové zařízení koně .....	22
Zrak .....	22
Sluch .....	24
Čich .....	26
Chuť a hmat .....	28
Umí koně myslet? .....	29
I ustájení koně potřebují volnost .....	30
Poslední „volní“ koně .....	32
<b>Abeceda řeči koní .....</b>	<b>35</b>
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
Hřbata se učí napodobováním .....	46
Škola hřbat .....	47
Jak se kůň naučí rozumět pomůckám .....	48
Pomůcky na první pohled ....	48
<b>Jaký kůň se ke mně hodí? .....</b>	<b>51</b>
Pony, nebo velký kůň? .....	52
Ponyové jsou osobnosti .....	53
Žádný strach z velkých koní	54
Plnokrevníci .....	55
Arabský plnokrevník .....	55
Anglický plnokrevník .....	57
Jsou plnokrevníci „koňmi pro začátečníky“? .....	57
Teplokrevníci .....	58
Český teplokrevník .....	58
Německý jezdecký kůň .....	58
Jezdečtí společníci z USA ....	59
Vysnění koně ze Španěl .....	60
Černá krása z Fríska .....	60
Malá ponyvěda .....	61
Jak poznáme ponyho? .....	61
Nejznámější rasy ponyů ....	61
Nejmenší britský pony .....	63
Connemarský pony .....	64



Hafling .....	65
<b>Učení se jíždě na koni by sis měl naplánovat .....</b>	<b>67</b>
Kdy začít .....	68
Jaký jízdni způsob je nejlepší? .....	70
Anglicky, nebo western? .....	70
Jezdecký svět je velký a pestrý .....	72
Nejdříve se nauč jezdeckou abecedu .....	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 bičik .....	79
Jezdecká kazajka .....	79
Naučit se jezdit – ale kde? ..	80
Kontaktní adresy .....	80
Směrnice pro výcvikové stáje .....	81
Cvičitel .....	83
Cvičební koně .....	84
Jízdárna .....	86
<b>Zacházení s koňmi .....</b>	<b>89</b>
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 sedláni .....	102
Nauzdění .....	102
Sedláni .....	106
„Příslušenství“ patřící ke koni .....	108
Pomocné otěže – jsou nutné? .....	108
Kamaše .....	109
Bandáže .....	109
Přikrývky .....	109
<b>Základní pravidla jezdeckví .</b>	<b>111</b>
Učení důvěrou .....	112
„Pomůcky“ .....	112
Váha jezdců .....	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
<b>Hra a zábava s koňmi .....</b>	<b>145</b>
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
<b>Mladí jezdci, velké cíle .....</b>	<b>155</b>
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
<b>Glosář .....</b>	<b>171</b>
<b>Rejstřík .....</b>	<b>173</b>

