

# Obsah

Předmluva .....7

Úvod.....8

**Klíčové problémy  
drezury ..... 11**

Psychické aspekty .....12

Ochočení.....12

Učení .....13

Typické učební schéma .....14

Procvičování.....14

Závěr .....15

Návrh na zlepšení.....15

Přirozená křivost.....15

Příčiny .....15

Projevy při práci .....16

Co cítí jezdec .....16

Narovnání .....17

Závěr .....18

Rovnováha .....18

Přirozená rovnováha.....18

Shromáždění .....19

Závěr .....22

Gymnastika .....24

Zarolování.....24

Důsledky zarolování.....25

Řešení: natažené držení těla .....28

Závěr .....34

**Ruce .....37**

Oficiální používání rukou .....38

Držení otěží a pozice

ruky .....38

Vydržující pomůcky otěží .....38

Zadržující pomůcky otěží.....39

Problémy s hubou .....40

Závěr .....40

Problematika „dostat koně na otěž“ .....41

Napětí místo ztuhlosti .....41

Týl jako sídlo odporu?.....42

Závěr .....43

Pohled do historie .....44

Alternativa .....45

Postup u bezproblémového

koně .....46

Postup u koně,

který jde nad otěž.....51

Postup u koně,

který si lehá do otěže .....53

Postup u koně,

který se roluje.....55

Bilance .....55

Práce na uzdě .....56

Působení páky .....56

Alternativa .....57

Historie „nízké ruky“ .....64

Obraty .....67

Analýza oficiální nauky .....67

Učení koně na přiloženou otěž.....68

Pohled do dějin .....70

Bilance .....71

Závěr.....71

Kůň „na otěži“ .....71

Klidné nesení hlavy .....72

Postup jak dostat koně

„na otěž“ .....72

Působení rukou .....72

Dopad na drezurní pravidla .....73

**Holeně .....75**

Pohyb vpřed .....76

Posuvná síla .....76

Kmih a impulzivnost .....78

Škola pomůcek holeněmi .....79

Závěr .....80

Ohnutí .....81

Anatomické základy .....81

Co cítí jezdec .....82

Průběh pohybu.....83

Závěr .....84

Došlapování zadních nohou pod tělo ....85

Působení rukou .....85

Působení sedu .....86

Působení holení.....86

Závěr .....92

## Sed .....95

Stranové pohyby.....	96
<i>Příklad: Dovnitř plec</i> .....	96
<i>Možná sestavení</i>	
<i>ve stranových pohybech</i> .....	99
<i>Bilance</i> .....	104
Nacvávání.....	106
<i>Pohyby koně při nacvávání</i> .....	107
<i>Nácvik nacvávání</i> .....	107
<i>Bilance</i> .....	109
Kontracval.....	109
<i>Oficiální nauka</i> .....	109
<i>Užitečný kontracval</i> .....	110
<i>Bilance</i> .....	113
Letmá změna cvalu.....	114
<i>Oficiální nauka</i> .....	114
<i>Analýza letmé změny cvalu</i> .....	115
<i>Metodický postup</i> .....	116
<i>Bilance</i> .....	118
Závěr.....	119

## Přechody a shromáždění .....121

Přechody .....	122
<i>Analýza oficiální nauky</i> .....	122
<i>Alternativa</i> .....	123
<i>Zajímavý pokus</i> .....	123
<i>Hlava nahoře = prohnutý hřbet?</i> ....	125
<i>Bilance</i> .....	125
Couvání .....	127
<i>Analýza oficiální nauky</i> .....	127
<i>Alternativa</i> .....	128
<i>Bilance</i> .....	129
Piafa .....	130
<i>Analýza oficiální nauky</i> .....	131
<i>Alternativa</i> .....	132
<i>Bilance</i> .....	135
Pasáž.....	136
<i>Analýza oficiální nauky</i> .....	136
<i>Alternativa</i> .....	137
Závěr.....	138

## System a jeho důsledky.....141

Výcviková škála.....	142
<i>Analýza oficiální nauky</i> .....	142
<i>Bilance</i> .....	143
Sport, chov a obchod .....	144
<i>Historické pozadí</i> .....	144
<i>Drezura a drezurní sport</i> .....	145
<i>Závěr</i> .....	149
Klasické nebo neklasické?.....	150
<i>Drezura v dějinách</i> .....	150
<i>Závěr</i> .....	151

## Návrh „klasické“ alternativy.....153

Škola „légèreté“ .....	154
Výcvikový plán .....	156
<i>První etapa: počáteční lehkost</i> .....	157
<i>Druhá etapa: ohebnost</i> .....	157
<i>Třetí etapa: pohyblivost</i> .....	157
<i>Čtvrtá etapa: shromáždění</i> .....	158
<i>Narovnání</i> .....	158

## Doslov .....159