

# 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,

kteřý jde nad otěž.....51

Postup u koně,

kteřý si lehá do otěže .....53

Postup u koně,

kteřý 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

<b>Sed</b> .....	95
Stranové pohyby .....	96
Příklad: Dovnití plec .....	96
Možná sestavení	
ve stranových pohybech .....	99
Bilance .....	104
Nacvální .....	106
Pohyby koně při nacvání .....	107
Nácvik nacvání .....	107
Bilance .....	109
Kontracval .....	109
Oficiální nauka .....	109
Užitečný kontracval .....	110
Bilance .....	113
Letmá změna cvalu .....	114
Oficiální nauka .....	114
Analýza letmé změny cvalu .....	115
Metodický postup .....	116
Bilance .....	118
Závěr .....	119

## Přechody a shromáždění .....121

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

## System a jeho důsledky .....141

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

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

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

## Doslov .....159