

Reitclub Speyer e.V.

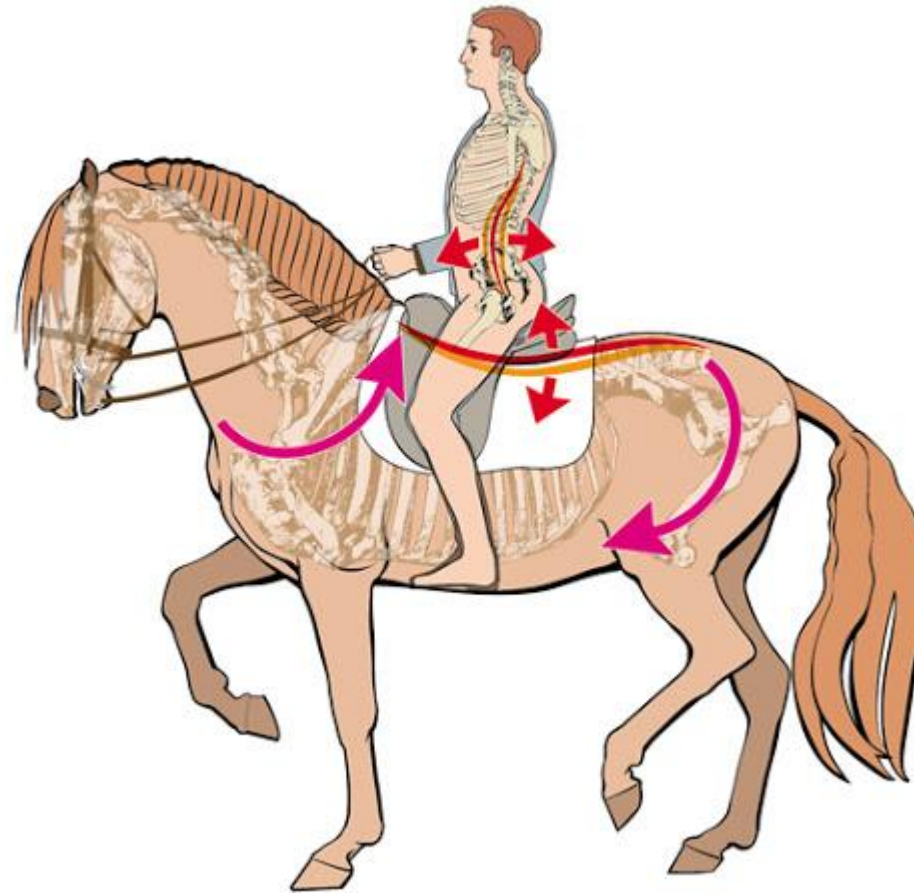
Ludwigshof



Online Theorie Teil 6

Von der Deutschen Reiterlichen Vereinigung (FN) zur Verfügung gestellt

Der Reitersitz

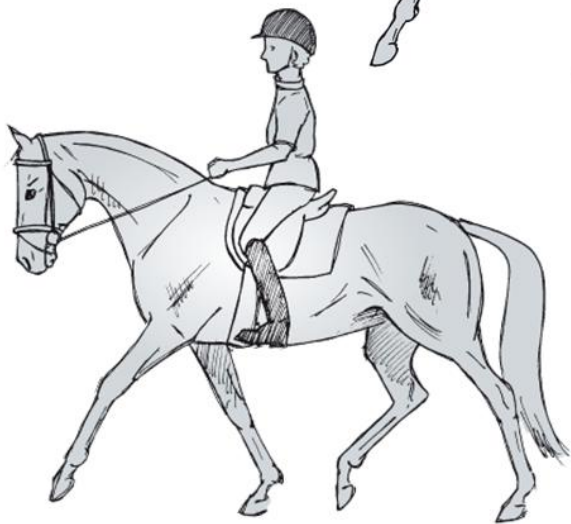


Die reiterliche Ausbildung



Der Sitz

Bewegungsanpassung aus
sicherer Sitzgrundlage

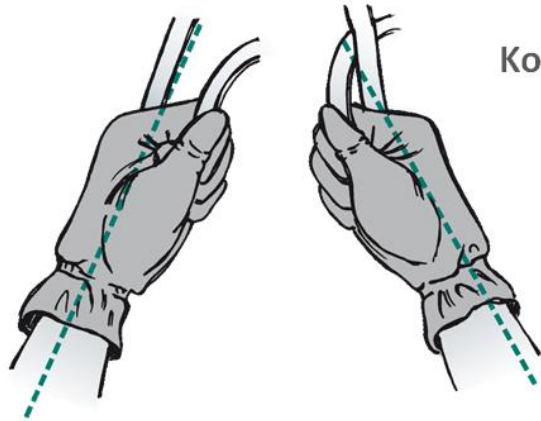


Der Dressursitz

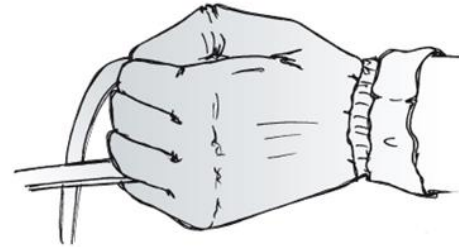


Der leichte Sitz

Die Zügelhaltung



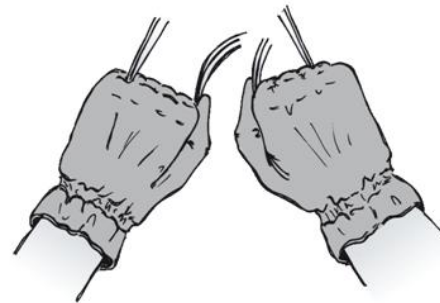
Korrekte Zügelhaltung



Geöffnete Faust



Herüberdrückende Hand

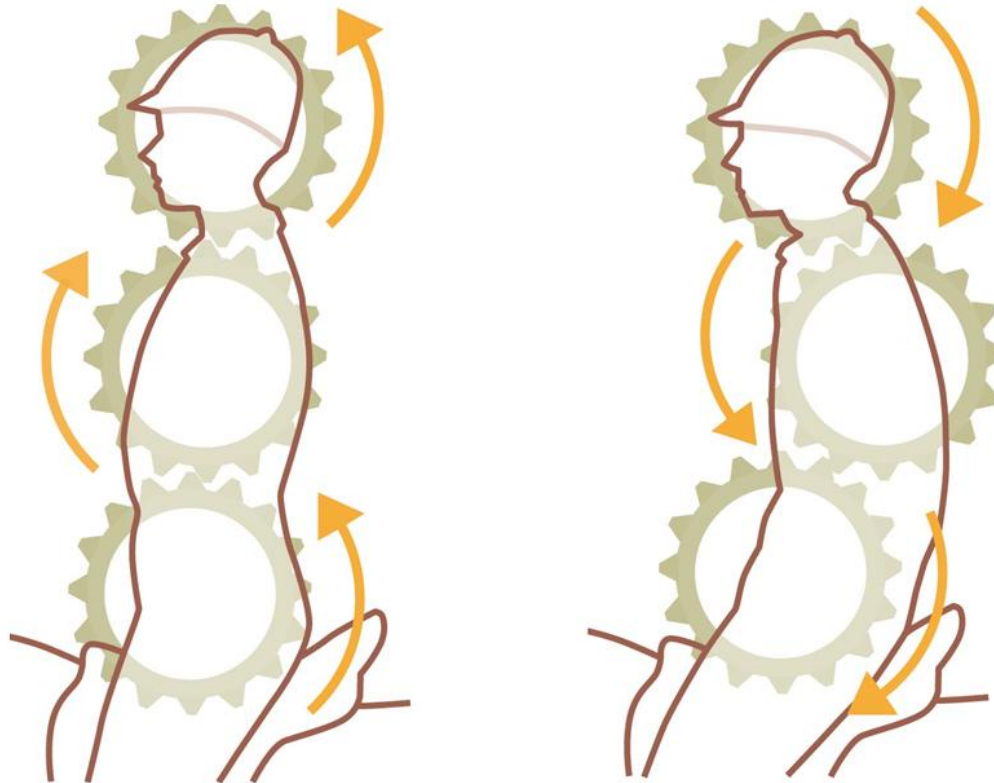


Verdeckte Fäuste und
festgestellte Handgelenke



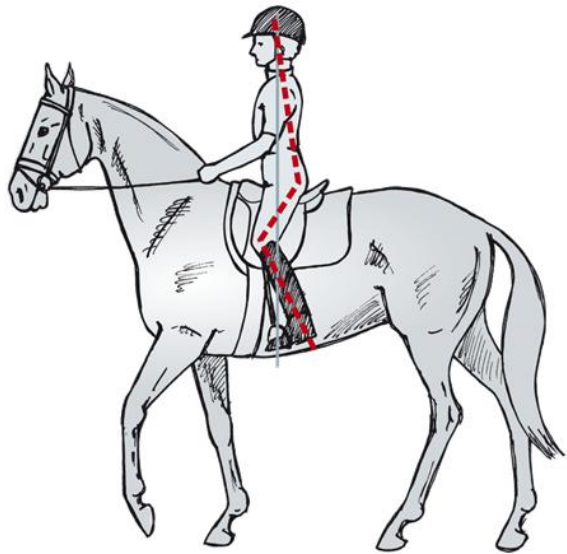
Heruntergedrückte Fäuste

Der Oberkörper

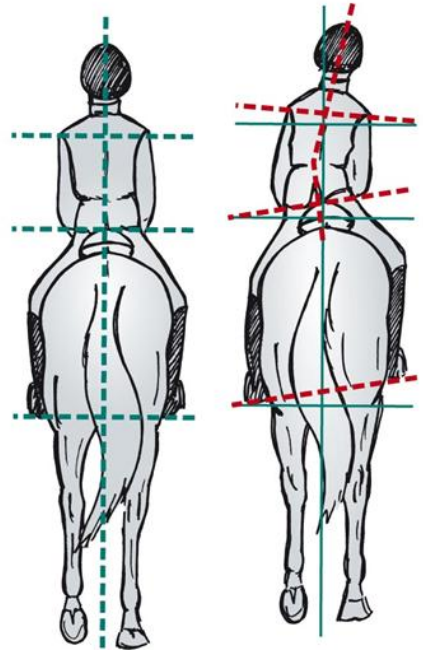


Die Aufrichtung des Oberkörpers erfolgt immer aus dem Becken heraus.
Ein zu weit nach hinten gekipptes Becken bringt tendenziell einen runden Rücken und eine nach vorne gerichtete Kopfhaltung mit sich.
Effektives Aufrichten muss deshalb aus dem Becken heraus erfolgen.

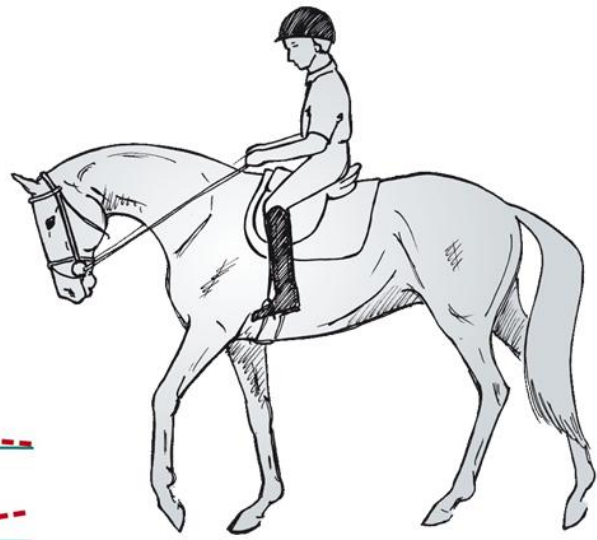
Sitzfehler



Spaltsitz



Sitzschiefe



Stuhlsitz