



## Legende zum Jahrestrainingsplan

### Art der Arbeit:

BA = Bodenarbeit im Allgemeinen:	R = Reiten im Allgemeinen:	Eigene Eintragungen:
SP = Spaziergang	SR = Signalreiten	
Fü = Führübungen	DR = Dressurreiten	
ASt = Arbeit im Stand	GR = Gangreiten (Tölt/Pass)	
FiSt = Führen in Stellung	RSA = Reiten Stangenarbeit	
FaD = Führen auf Distanz	SpR = Springen	
LA = Longierarbeit	RH = Reiten mit Halsring	
FaF = Führen auf Front (rückwärts)	RG kl. = Gelände klein (< 1h)	
KLHa = klassische Handarbeit	RG gr. = Gelände groß (>1h)	
LZ = Langzügellarbeit	RG gr. = Gelände groß (>1h)	
DL = Doppellonge		
FA = Freiarbeit		
StA = Stangenarbeit		
FS = Freispringen		

### Schwerpunkte und Inhalte im Training, das möchte ich üben:

Bahnfiguren:	Grundgangarten:	Paraden:
DdgBw = durch die ganze Bahn wechseln	Schr = Schritt	GP = Ganze Parade/Halt
DdLdBw = durch die Länge der Bahn wechseln	Tr = Trab	HP = Halbe Parade
K = Arbeit auf dem Karree	Gal = Galopp	übergänge:
Z = Zirkel	Tempi:	Schr-Tr = Schr zum Tr
AdZw = aus dem Zirkel wechseln	FT = freies Tempo	Tr-Schr = Tr zum Schr
DdZw = durch den Zirkel wechseln	AT = Arbeitstempo	GP-Tr = GP zum Tr
Schli 1 Bög = einfache Schlangenlinie	TVerl = Tritte verlängern	Tr-GP = Tr zum Halt
Schli 2 Bög = doppelte Schlangenlinie	TVerk = Tritte verkürzen	Tr-Gal = Tr zum Gal
Schli 3 Bög = Schlangenlinie drei Bögen	MT = Mitteltempo	Gal-Tr = Gal zum Tr
Schli 4 Bög = Schlangenlinie vier Bögen	VT = versammeltes Tempo	Schr-Gal = Schr zum Gal
Schli Mili = Schlangenlinie entlang der Mittellinie	TU = Tempounterschiede	Gal-Schr = Gal zum Schr
V 12/10/8 m = Volten 12/10/8 Meter groß	AGal = Außengalopp	GP-Gal = GP zum Gal
AdEk 12/10/8 m = aus der Ecke kehrt 12/10/8 m		Gal-GP = Gal zum Halt

Im Stand:	Seitengänge:	Hier ist Platz für alles was dir noch fehlt:
St re/li = Stellung rechts/links	SWS = Schenkelweichen	
Bi re/li = Biegung rechts/links	Vverkl = Viereck verkleinern	
VHW = Vorhandwendung	Vvergr = Viereck vergrößern	
HHW = Hinterhandwendung	RiSt = Reiten in Stellung	
RWR = Rückwärtsrichten	KSt = Konterstellung	
GeschlSt = geschlossen Stehen	SV = Schultervor	
	SHR = Schulterherein	
	KHR = Kruppeherein	

### Ziele sind:

In der Bodenarbeit und unter dem Sattel:			
Konzentration	Genickstellung	Durchlässigkeit verbessern	Weitere Ziele:
Reaktion	Rumpfbiegung	Balance verbessern	
Vertrauen	treibende Hilfe annehmen	Beweglichkeit der Hinterhand	
Motivation	Paraden annehmen	Beweglichkeit der Vorhand	
Losgelassenheit	Takt	Schulterfreiheit	
Gehfreude	Bahnfiguren sauber reiten	Geraderichten	
Abnehmen	Dehnungshaltung	Aufrichtung	
Kondition	Anlehnung	Lastaufnahme der Hinterhand	
Muskelaufbau	Schwung	vermehrte Versammlung	

### Wichtige Termine:

HS- Hufschmied, TA- Tierarzt, IMPf- Impfung, WK- Wurmkur, U- Urlaub, LG- Lehrgang, T- Turnier, RU- Reitunterricht