

INHALT

Vorwort 6

Reiten lernen?

Ja, wie hätten Sie's denn gerne? 8

Vier Grundsatzfragen am

Anfang 10

1. Die Geldfrage: Money makes
the world go round 10

2. Die Zeitfrage: Ganz auf die
schnelle geht's nicht 12

3. Eine Frage des Talentes 14

4. Die Stilfrage 14

Der Trockenkurs:

Annäherung an das Pferd 18

Große Pferde, kleine
Pferde 20

Ob groß ob klein: die Ana-
tomie haben sie gemeinsam 22

Die „Hände“ beim Pferd 22

Muskeln und Sehnen 22

Lunge und Verdauungstrakt ... 23

Faszinierende Psychologie
des Pferdes 24

Warum Pferde so ganz
anders sind 24

Herden- und Fluchtinstinkt 25

Der Rundumblick 25

Das Ohrenspiel 26

Herdentiere und die Hierarchie .. 26

Pferde verstehen 28

Pferdegesichter 28

Ausrüstung für Roß und Reiter 30

Des Reiters Outfit 32

Der kluge Kopf trägt Hut 32

Anorak, Pullover, Hemd 33

Reiters Beinkleid 33

Reiters Schuhwerk 35

Die Gretchenfrage:

Handschuhe? 36

Die Ausrüstung des Pferdes 37

Der Sattel 37

Gebisse und Zäumungen 38

**Mehr als 1 PS: Vom Umgang mit
dem Pferd** 40

Wie Sie Ihr Pferd
kennenlernen 42

Ihres Pferdes Zuhause 42

Das A und O der Mensch-Pferd-
Beziehung: Die Rangordnung 44
Aufhalftern und Führen 46
Putzen nach Plan 48
Pflege danach 51
Auftrensen 52
Satteln 54

Aller Anfang ist schwer – die ersten

Reitstunden 56

An der Longe 58

Von den Vor- und Nachteilen ... 58

Abteilungsreiten 60

Die Mischung macht's 61

Gymnastik zu Hause und auf

dem Pferd 62

Vorbereitungsübungen

zu Hause 64

Entspannen Sie sich! 64

Sind Sie locker? 65

Dehnen und Kräftigen 66

Gymnastik auf dem Pferd .. 70

Schritt, Trab, Galopp – und vor

allem: Richtig sitzen	74
Damit fängt es immer an:	
Aufsitzen	76
Schulbuchgerecht	76
Und jetzt auch mal: Absitzen ...	77
Einfach nur sitzen?	78
Der richtige Sitz	78
Zügel aufnehmen	79
Wir setzen uns in	
Bewegung	80
Vom Kreuzanziehen und	
Hilfengeben	80
Der Schritt	82
Zum Trab	83
Im Galopp	86

Links, rechts – jetzt bekommt

das Ganze eine Richtung	88
Die Grundschohle	90
„Anhalten, bitte!“	90
Links und rechts – oder wie	
man ein Pferd um den	
Schenkel „wickelt“	94
Das Ganze zurück	96
Seitwärts	98
Die Wendungen	100

In der Bahn: Benimm und

Hufschlagfiguren	102
„Benimmregeln“ in der Bahn	104
„Tür frei?!“	104
Wo, bitte, geht's zum Hufschlag?	105
Bahnfiguren	106
Die Bahnpunkte	106
Bahnkommandos	108
An die Hilfen stellen	111

Das Ganze auf Amerikanisch:

Wie man western reitet	114
Westernreiten ist	
Arbeitsreiten	116
Des Reiters Outfit	116
Partner „Westernpferd“	117
Quadratisch, praktisch, gut ...	117
Zäumung und Sattel	118
Vom Aufsitzen	120
So kennen Sie's bereits	120
The easy way up	120

Hände weg, Schenkel weg	121
Herumlümmeln verboten	121
Zügelhaltung	122
In die Gänge kommen	123
Auf „Walk“ geht's los	123
Der Trick mit dem äußeren	
Zügel	124
Leichttraben – ganz easy	125
Der geruhsame Lope	125
„Whoa“ heißt Halt	126
Im Rückwärtsgang	127
Absitzen	127

Reif für das Gelände?	128
Die Reifeprüfung	130
Probieren Sie's ganz alleine ...	130
Kleine Sprünge	132
Aller Anfang ist niedrig	132
Der Probelauf im leichten Sitz	132
Der erste Sprung	133
Stilistisch schön übers Hindernis	135
Endlich ins Gelände	136
Zuerst auf den Reitplatz	136
Alles easy	138
Bergauf und bergab	138
Die Vertrauensfrage: Wasser ...	139
Springen	141

Register	142
-----------------------	-----