

INHALT

Vorwort	6
Reiten lernen?	
Ja, wie hätten Sie's denn gerne?	8
Vier Grundsatzfragen am Anfang	
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 Anatomie haben sie gemeinsam	22
Die „Hände“ beim Pferd	22
Muskeln und Sehnen	22
Lunge und Verdauungstrakt	23
Faszinierende Psychologie des Pferdes	
Warum Pferde <i>so ganz anders</i> 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	
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	
Wie Sie Ihr Pferd kennenlernen	42
Ihres Pferdes Zuhause	42
Das A und O der Mensch-Pferd-Beziehung: Die Rangordnung	
Aufhaltern und Führen	46
Putzen nach Plan	48
Pflege danach	51
Auftrennen	52
Satteln	54
Aller Anfang ist schwer – die ersten Reitstunden	
An der Longe	58
Von den Vor- und Nachteilen	58
Abteilungsreiten	60
Die Mischung macht's	61
Gymnastik zu Hause und auf dem Pferd	
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 Grundschule 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 äußersten

 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