

Der Reiter

Zum Springen bereit	4
Reiterliche Voraussetzungen: Die Basis	6
Der Springsitz	8
Cavalettiarbeit: Aufs Kreuz gelegt	10
Springreihen: Immer der Reihe nach	12
Passend zum Sprung reiten: Augenblicke	14
Einzel sprünge: Ganz einfach?	16
Kombinationen: Doppelt und dreifach	17
Variationen zum Thema Hindernisse	19
Wassergräben: Über den kleinen Teich	20
Distanzen: Denksportaufgaben	22
Parcoursreiten im Training: Heimspiel	24
Trainingsplan	26
So nicht: Typische Fehler	28
Nervensache	34
Reif fürs Turnier?	35
Turniervorbereitung: Vor dem Auftritt	36
Turnierausrüstung:	
Wenn einer eine Reise tut	38
Parcoursabgehen: Maß nehmen	40
Abreiten: Der Countdown	42
Vorsicht, Klippe!	44
Tipps fürs Stechen: Schnell und gut	46
Springreiterprüfung:	
Darauf kommt es an	48
Ohne geht es nicht:	
Regeln des Springsports	50

Das Pferd

Das richtige Springpferd:	
Die Qual der Wahl	51
Longenarbeit mit dem Springpferd:	
Kreislauf	54
Arbeit auf der Flachen: Galopparbeit	56
Nicht nur für Parcoursprofis:	
Fliegender Wechsel	58
Freispringen: Freiflug	60
Springen aus der Wendung	62
Schräges Anreiten: Schräglage	64
Trainingspause: Urlaub fürs Pferd	66
Schwierige Pferde:	
Probleme und Lösungen	67
Karriereplanung: Schritt für Schritt	74
Springpferdeprüfungen: Schön sauber	76
Training zwischen den Turnieren:	
Hausarbeiten	78
Ausrüstung Springen:	
Sattel, Sporen & Co.	80
Springlexikon: Was heißt eigentlich...?	82