

# Inhalt

- 7 Ratschläge für den Anfänger
- 27 Lektion 1 • Das Zäumen und Führen
- 30 Lektion 2 • Das Satteln
- 34 Lektion 3 • Das Aufsitzen
- 38 Lektion 4 • Der Sitz
- 40 Lektion 5 • Der Schritt
- 42 Lektion 6 • Der Trab
- 44 Lektion 7 • Der Galopp
- 47 Lektion 8 • Die Tempi, das Leichttraben,  
der leichte Galopp, die Balance
- 50 Lektion 9 • Das Alleinreiten, die Pausen und die  
Kontrollen
- 54 Lektion 10 • Die Hilfen: 1. Die Zügelhilfen
- 58 Lektion 11 • Die Hilfen: 2. Die Schenkelhilfen
- 62 Lektion 12 • Die Hilfen: 3. Die Gewichtshilfen
- 66 Lektion 13 • Die Paraden
- 70 Lektion 14 • Wege und Hufschlagfiguren
- 74 Lektion 15 • Die Wendungen
- 78 Lektion 16 • In der Reitbahn: Das Abteilungsreiten  
und die „Verkehrsregeln“ in der Bahn
- 82 Lektion 17 • Das Vorwärtsreiten und das Gerade-  
richten. Der Schwung und der Takt
- 86 Lektion 18 • Das Springen
- 90 Lektion 19 • Das Bergauf- und Bergab-Reiten
- 93 Lektion 20 • Stufen der Ausbildung. Lob und Strafe
- 96 Literaturhinweise