

# Inhalt

Zu Beginn 4

## **Freiheit beginnt an der Hand 6**

Bodenarbeit – wozu? 7  
Der roten Faden 12  
Nachgeben 14  
Verschiedene Techniken am Boden 16

## **Gebisslos reiten 18**

Eine Entscheidung treffen 19  
Ausbildung des Reiters 26  
Das Thema Anlehnung 34  
Wie kann ich im Notfall bremsen? 40  
Freibrief „gebisslos“? 47  
Das Gebiss im Kopf 52  
Lektionen 59  
Die Untersuchungen von Robert Cook 70

## **Reiten mit Halsring 78**

Beinahe „ohne alles“ 79  
Halsringreiten für Reitschüler 82  
Selbsthaltung statt Anlehnung 84  
Vorbereitung am Boden 84  
Lektionen 84  
Sensibilität von Reiter und Pferd schulen 90  
Ausrüstung 92

**Reiten ohne Sattel 94**

- Aufsteigen 95
- Der Sitz 102
- Der Einstieg 104
- Für Fortgeschrittene 108

**Nützliche Informationen 112**

- Versicherungshinweis 113
- Checklisten 114
- Lexikon 116
- Zum Schluss 118

**Service 120**

- Nützliche Adressen 121
- Zum Weiterlesen 122
- Register 125
- Impressum 126

Andrea und Markus Eschbach sind auf einigen Motiven dieses Buches ohne Reithelm zu sehen, weil sie mit ihren Pferden sehr vertraut sind. Sie sind sich ihrer Vorbildfunktion bewusst und weisen ausdrücklich darauf hin, dass eine Reitkappe, die allen Sicherheitsnormen entspricht, getragen werden sollte und in vielen Fällen sogar Pflicht ist. Bitte lesen Sie hierzu auch die Informationen auf Seite 113.