

1	Für Reiter wie du und ich	6
2	Grundgesetz für Sportreiter: Die „Ausbildungsskala“	10
3	Was Hänschen nicht lernt...	18
4	Schon kommt Bewegung ins Thema	22
5	Das Leben ist ein Balance-Akt Besonders für ein Reitpferd	34
6	Von unsichtbaren Ursachen und sichtbaren Auswirkungen	44
7	Für alle, die den Hals nicht vollkriegen	54
8	Das Glück dieser Erde liegt im Rücken der Pferde	68
9	Kontrollinstrument „Anlehnung“	78
10	Reite dein Pferd vorwärts und richte es gerade!?.	86
11	Keine Nachlässigkeit bei der Durchlässigkeit	98
12	Die Grundausbildung am Wendepunkt	102
13	Mit der „Mutter aller Dressur“ zum Abschluss der Grundausbildung	118
14	Wenn die Reitbahn zur Kampfbahn wird	130
15	Checkliste für eine Reitstunde	140

Kurz & bündig (Definitionen nach W. Seunig):

Zwanglosigkeit, Losgelassenheit	17
Gang, Tempo, Takt, Schub	33
Anlehnung, Schwung	85
Geraderichten	96
Durchlässigkeit	101
Versammlung, Aufrichtung	127