

# INHALT

<b>Einführung</b>		
Vorwort	S. 06	
Die Tuchschlaufe	S. 08	
Das Figurenbuch	S. 20	
Orientierung an der Tuchschlaufe	S. 24	
Grundlagen	S. 26	
<b>Unter der Tuchschlaufe</b>	<b>S. 30</b>	
Kniehang*	S. 32	
Offene Delila*	S. 34	
Wiege*	S. 36	
Unterstützter Einkniehang*	S. 38	
Kleines Vogelnest**	S. 40	
Vorwärtsengel**	S. 42	
Zehenhang***	S. 44	
<b>Aus dem Sitzen in der Tuchschlaufe</b>		<b>S. 46</b>
Mondmädchen*	S. 48	
Urlaubsflieger*	S. 50	
Meerjungmädchen*	S. 52	
Seestern**	S. 54	
Amazone**	S. 56	
Brett**	S. 58	
Sternschnuppe***	S. 60	
Nackenhang***	S. 62	
<b>Aus dem Stehen in der Tuchschlaufe</b>		<b>S. 64</b>
Federsitz*	S. 66	
Federkniehang*	S. 68	
Federfußhang**	S. 70	
Ypsilon oben**	S. 72	
Flamingo oben**	S. 74	
Grätsche oben**	S. 76	
Titania**	S. 78	
Großer Frosch***	S. 80	
Versteckter Handstand***	S. 82	
Superman***	S. 84	
<b>Figurenverzeichnis</b>		<b>S. 86</b>
<b>Autorin</b>		<b>S. 88</b>