

INHALT

Einführung

Vorwort	S. 06
Das Vertikaltuch	S. 08
Das Figurenbuch	S. 16
Orientierung am Vertikaltuch	S. 20
Grundlagen	S. 22

Ohne Knoten

S. 50

Sturzhang *	S. 52
Vogelnest *	S. 54
Einfußhang **	S. 56
Krieger **	S. 58
Zehenbrett ***	S. 60

Einzelner Fußknoten

S. 62

Tänzer *	S. 64
Rückenengel *	S. 66
Waage *	S. 68
Wäscheleine **	S. 70
Nackenbrett **	S. 72
Kopfband **	S. 74
Eistänzer ***	S. 76

Zwei Fußknoten

S. 78

Spagat *	S. 80
Rückenkreuz *	S. 82
Gekreuzter Kniehang *	S. 84
Eingedrehter Spagat **	S. 86
Zirkuszelt ***	S. 88
Zirkusträumer ***	S. 90
Zirkuswimpel ***	S. 92

Frosch

S. 94

Frosch *	S. 96
Skorpion *	S. 98
Rückenflieger **	S. 100
Fahrstuhl **	S. 102
Skorpionfaller ***	S. 104
X-Abfaller ***	S. 106

Figurenverzeichnis

S. 110

Autorin

S. 112