

1. Einführung	4	Gesundheit	44
Warum das Islandpferd ist, wie es ist	6	<i>Regelmäßige Vorsorge</i>	44
Charakter durch Zucht	10	<i>Erkrankungen</i>	45
Islandpferde – etwas ganz Besonderes	11		
2. Islandpferde für alle	14	5. Unterricht	49
Warum reite ich? Was will ich?	15	Auf der Suche nach dem richtigen Reitlehrer	50
Erwachsene Reitanfänger und Späteinsteiger	15	Führen des Pferdes	50
Das perfekte Familienmitglied	16	Anbindebalken	52
Kinder	17	Putzen und Hufe auskratzen	53
Jugendliche und Erwachsene	17	Richtig satteln	53
Freizeit und Senioren	18	Trensen	54
Sport	19	Aufsitzen	56
Turniere ...	20	Die erste Reitstunde	58
... und mehr	22		
Quadrille	24	6. Training und Reiten	60
3. Ausrüstung von Pferd und Reiter	25	Reitersitz und Hilfen	61
Ausrüstung des Reiters	26	<i>Ihr Sitz</i>	61
<i>Reithose</i>	26	Zügelhaltung und Paraden	64
<i>Reitjacke</i>	27	<i>Parade</i>	65
<i>Handschuhe</i>	27	Treiben – Schenkel und Gerte	67
<i>Reitschuhe</i>	28	<i>Gerte</i>	67
<i>Reithelm</i>	28	Aufwärmen	68
<i>Winteroverall</i>	29	Die Gangarten	68
Ausrüstung des Pferdes	29	<i>Schritt</i>	69
<i>Sattel</i>	29	<i>Trab</i>	69
<i>Trense und Gebiss</i>	30	<i>Tölt</i>	72
<i>Beschlag</i>	31	<i>Galopp</i>	77
<i>Hilfsmittel</i>	33	<i>Pass</i>	80
<i>Sonstige Ausrüstung</i>	34	Verschiedene Arten der Gangveranlagung	80
4. Haltung und Gesundheit	36	Hufschlagfiguren und Bahnregeln	80
Leben in der Herde	37	7. Es geht weiter	82
Haltung	38	Im Gelände	83
Fütterung – gar nicht so einfach	39	<i>Gesetze</i>	83
<i>Weidegang</i>	39	<i>Der erste selbständige Ausritt</i>	84
<i>Futter</i>	41	<i>Trolle</i>	86
<i>Leckerlis</i>	42	Das erste eigene Pferd	86
<i>Trinken</i>	42	Die Alternative: Reitbeteiligung	88
<i>Pflege</i>	42	Eine Reittour auf Island	89
		Autorenportrait	94