

INHALT

Let's grow together!	5
Cannabis-Anbau für Einsteiger	6
Geschichte und Verwendung	6
Herkunft und Geschichte	7
Botanische Eigenschaften	7
Inhaltsstoffe und ihre Wirkungen	9
Nutzungsmöglichkeiten	9
Sortenwahl	12
Cannabis indica	12
Cannabis sativa	13
Cannabis ruderalis	13
Hybrid-Sorten	14
Autoflowering-Sorten	15
Cannabis anbauen	17
Indoor	17
Outdoor	18
Anzucht und Pflege	19
Ernte	20
Trainingsmethoden: Einführung	23
Information First	26
Cannabis-Training	27
Low-Stress-Training	27
High-Stress-Training	29
Low-Stress-Trainingsmethoden	32
Umtopfen	32
Einfaches Pflanzentraining	37
Biegen	38

Tucking	43
Vier-Wege-LST-Methode	46
Monster-Cropping	49
Crimping	56
Screen-of-Green (SCROG)	59

High-Stress-Trainingsmethoden 65

Pruning	65
Topping	69
Fimming	72
Super-Cropping	75
Lollipopping	80
Manifold	86
Main-Lining	89
Fluxing	96
Defoliation	99
Schwazzing	102
Backbuilding	105
Stammspaltung	107

Low-Stress- und High-Stress-Training kombinieren 110

Kombination verschiedener Trainingsmethoden	111
---	-----

12/12 from Seed-Technik 114

Sea-of-Green (SOG) 118

Wie funktioniert SOG?	118
Sea-of-Green (SOG) vs Screen-of-Green (SCROG)	123

Fehler vermeiden 124

Glossar	128
Quellen	135
Register	139
Zum Autor	142
Impressum	143