

Vorworte	8	Zentaurisches Reiten – der unkomplizierte Weg zur Kommunikation mit dem Partner Pferd	72
Polo: Eine Leidenschaft erobert die Welt	12	Aufsitzen	74
Eine kurze Geschichte des ältesten Mannschaftssports		Zügelhaltung	77
		Gas geben (Anreiten)	78
Das Polopony	27	Bremsen (Stoppen)	80
Grundregeln für den Pferdekauf	36	Lenken	82
		Der Half Seat	86
Die Ausrüstung des Spielers	41	Vom Reiter zum Spieler	88
Shirt	43		
Hosen	44		
Stiefel	45	Die Schwünge	93
Handschuhe	47	Full Swing und Half Swing	96
Helm	48	Der Half Swing Offside Forward	97
Schläger	45	Der Half Swing Offside Backward	98
Ball	52	Der Full Swing Offside Forward	98
Kniestützer	52	Der Full Swing Offside Backward	100
Gerte und Sporen	53	Der Offside under the Neck	101
		Nearside-Schläge	104
Tacking – wie mache ich mein Pferd spielbereit?	53	Der Nearside Forward	105
Sicherheit	60	Der Nearside Backhander	105
Wohlbefinden des Pferdes	61	Nearside under the Neck	106
Bandagieren	61	Highlights und typische Fehler beim Reiten und Schlagen	110
Satteln	64		
Aufzäumen	65		
Der Schweifknoten	69		

10 Übungen für den Anfänger mit und ohne Stick		Wie und wo?
A Reitübungen	114	Clubs und Poloschulen in Deutschland und International
B Schlagübungen	124	
		Große Spiele von Argentinien bis Deutschland
Die Regeln auf dem Platz	127	
Feldgröße und Markierungen	129	Teamplay für den Polosport
Teams, Schiedsrichter und anderes Polopersonal	131	Internationale Polo-Persönlichkeiten zu aktuellen Fragen des Sports
Handicap, Tovorgabe und Spielklassen	132	
Zeit und Chukka	133	Polo – ein Sport mit Zukunft? Ein kritischer Ausblick
Throw In	134	
Spielerpositionen	135	Danksagung
Wegerecht und Balllinie	138	
Hit In	141	Adressen
Das Abreiten oder Riding Off	142	
Das Hooking oder Sticken	144	
Fouls – Fehler mit Folgen	146	Stichwortverzeichnis
Fouls	147	
Strafen und Aufstellungen	158	Bildnachweis
Horsemanship – ein kleines Brevier der Pony-Welfare		
Kosten	163	
Pflege und Haltung des Poloponys	165	
Die Winterpause	166	
Fütterung	169	
Wie man sichbettet, so liegt man	171	
Das Pferd und sein Schuh	173	
Die Stallapotheke	174	
Training	176	
	177	