

VORWORT	9
KAPITEL 1	14
Die Wahl der Reitschule – Ein Besuch in einer Reithalle – Privatpferde und Schulpferde	
KAPITEL 2	21
Abteilungsreiten und Einzelunterricht – Die Kosten der Ausbildung	
KAPITEL 3	28
Eine Antwort auf die Frage, ob man sich, wenn man's kann, gleich ein eigenes Pferd kaufen sollte	
KAPITEL 4	30
Die Reitbekleidung – Konfektion oder Maß? – Lange Stiefel oder lange Hose? – Woher stammt der Name Jodhpur? – Die Anschaffungskosten	
KAPITEL 5	35
Der erste Gang in einen Stall – Das Prüfen der Zäumung – Wie man ein Pferd an der Hand führt – Das Betreten der Reitbahn – Das Nachsatteln – Das Anpassen der Bügel – Das Aufsitzen – Das Ordnen der Zügel – Das Aufnehmen der Bügel	
KAPITEL 6	47
Der Sitz zu Pferde – Das Auffinden der Gesäßknochen und ihre Bedeutung – Wo ist das »flache« Knie? – Der Knieschluss – Der Muskelkater und seine Ursachen – Das Anspannen des Kreuzes – Das Verstellen der Bügel vom Sattel aus – Das Nachgurten zu Pferde – Das Absitzen	

KAPITEL 7	56
Der Reitlehrer – Wunsch und Wirklichkeit	
KAPITEL 8.....	59
Über das Lesen von Lehrbüchern	
KAPITEL 9.....	66
Was sind »Hilfen«? – Der Schenkeldruck, und warum ein Pferd darauf reagiert – Die Gewichtshilfen und ihr Einfluss auf die Richtung des Pferdes – Die Schenkel: treibend und verwahrend – Warum man Pferde »biegt« – Was ist »Vorhand« und »Hinterhand«? – Das Erfühlen der Hinterbeinbewegungen durch den Sattel hindurch: im Halten und im Schritt – Das Treiben mit den Schenkeln im richtigen Moment	
KAPITEL 10	75
Immer noch nichts über die Zügel!	
KAPITEL 11	76
Warum manche Pferde den Reiter mehr im Sattel werfen als andere – Die Schwierigkeiten beim Aussitzen der Trabstöße – Der Rücken des Pferdes	
KAPITEL 12	81
Reiten ohne Bügel – Was ist »Losgelassenheit«? – Der »tiefe« Sitz – Der Balancesitz – Das Durchreiten der Ecken – Die eingeknickte Hüfte	
KAPITEL 13	89
Die Hände des Reiters – Lage und Wirkung der verschiedenen Gebisse – Trense und Kandare – Der Ellbogen des Reiters – Die Verbindung zwischen Reiterhand und Pferdemaul – »Durchgehen« im Schritt	

KAPITEL 14	98
Das Wundreiten – Die Fußhaltung – Der tiefe Absatz	
KAPITEL 15	102
Die Wirkung der Sporen – Sporenmodelle – Sitz der Sporen am Stiefel	
KAPITEL 16	107
Wie man ein Pferd in Schritt und in Trab bringt – Sind Pferde klug?	
KAPITEL 17	113
Das Leichttraben – Die Fußfolge der Pferde im Trab – »Innen« und »außen« – »Rechte Hand« und »Linke Hand« – Reiten »in Stellung« – Das Traben »auf dem falschen Fuß« – »Fußwechsel« beim Leichttraben	
KAPITEL 18	122
Der Galopp – Die Fußfolge im Galopp – Linksgalopp, Rechtsgalopp, Kontergalopp – Das Angaloppieren – Das Biegen der Pferde, und wie man es macht – Woran man spürt, dass das Pferd falsch galoppiert	
ERSTES ZWISCHENSPIEL	132
Ein Bericht von einem Ferienritt durch Andalusien	
KAPITEL 19	145
Die Paraden – Halbe Paraden und ganze Paraden – »Durchgehende« Paraden und »steckenbleibende« Paraden	
ZWEITES ZWISCHENSPIEL	150
Tenno – Porträt eines guten Pferdes	
KAPITEL 20	156
Die Wendungen im Halten – Vorhandwendung – Hinterhandwendung	

KAPITEL 21	163
Das Rückwärtsrichten – Die Fußfolge beim Rückwärtstreten – Warum man auf einem Pferd die Hände »stehenlassen« kann, obwohl sie mitsamt dem Reiter vorwärtsgetragen werden	
KAPITEL 22	169
Das Schenkelweichen – Der äußere Zügel	
KAPITEL 23	175
Die Hufschlagfiguren – Die Reitkommandos – Der Galoppwechsel	
KAPITEL 24	187
Wenn man ein Pferd »an den Zügel und an die Hilfen stellt«, und welchen Sinn das hat – »Auseinanderfallende« Pferde – Wie man ein Pferd »von hinten an den Zügel heranreitet« – Das »Überstreichen« – Die weich werdende Hand	
KAPITEL 25	195
Geländereiten – Der leichte Sitz – Das Reiten bergab und bergauf – Durch Furten – Das Führen an der Hand im Gelände – Wie man Pferde zum Stehenbleiben erzieht, wenn der Reiter aus dem Sattel kam – Wie man sich freigekommenen Pferden nähert	
DRITTES ZWISCHENSPIEL	204
Bericht von einer Reitpferdeauktion	
KAPITEL 26	209
Die verschiedenen Zweige des Reitsports: Dressur – Springen – Die Leistungsklassen – Vielseitigkeitsprüfungen – Military – Jagdreiten	
DAS LETZTE WORT.....	217