

7	Vorwort von Susan McDermott
11	Auf den ersten Blick
15	Innere Bilder für motiviertes Reiten
16	Von Lust und Frust – was Pferde und Reiter bewegt
18	Gedanken machen Haltung
20	Pferdesicht
21	Gemeinsame Motive stärken
22	Innere Reithaltung – die Entscheidung zum positiven Reiten
24	Außen wie innen: Soft Skills und Imagination für zufriedenes Training
28	Innen wie außen: Muster für die Sinne
33	Ein Bild von einer guten Biegung
34	Was heißt denn hier schief?
42	Biegeautomatik: Werkzeugkasten für biegende Lektionen
69	Bekannte Lektionen frisch verknüpft: das Mittelzirkeltraining
71	Gute Voraussetzungen für das Mittelzirkeltraining
77	Rund an Rund – Basisfiguren mit Volten
88	Die mit dem Dreh – Basisfiguren mit Kehrtvolten
94	Gut kombiniert – Ideen für Muster mit Trainingseffekt
114	„Sahnehäubchen“: Mittelzirkeltraining in der Gruppe
121	Positiv ans Ziel: ein Ausblick
125	Anhang
125	Ein herzliches Dankeschön ...
126	Über die Autorin
127	Zum Weiterlesen
128	Stichwortregister