

11 *Reitweisen und Longiermethoden*

12 Klassisch deutsche Reitweise

12 Andere Reitweisen

15 *Ausrüstung*

16 Longen

17 Doppellongen

17 Gebiss, Kappzaum und Co.

18 Longiergurte

18 Longierpeitschen

19 Stilles Örtchen gesucht

21 *Gut verschnürt ist halb longiert?*

22 Hilfen, keine Dauerkrücken!

22 Wie wirken Hilfszügel?

24 Unterstützung der Dehnung

26 Unterstützung der Versammlung

27 Abc der wichtigsten Hilfszügel

35 *Zentrale Rolle*

36 Führungsarbeit

38 Gehst du zum Pferde, vergiss die Peitsche nicht!

39 Hokuspokus? Nein danke!

40 Wie sag ich's meinem Pferd?

41 Lob und Strafe

43 *Aller Anfang ist leicht*

44 Ist-Zustand

44 Soll-Zustand

45 Freiheitsdressur als Basis

47 Führungsrollen

51 Die Arbeit zwischen zwei Händen

- 53 ***Eins, zwei, drei im Sauseschritt ...***
54 Welche Zäumung?
54 Anlongieren
56 Mit oder ohne Helfer?
57 Nach den ersten Schritten
58 Handwechsel
59 Verflixt, es klappt nicht!

- 65 ***Die nächsten Schritte***
66 Lösungsphase
67 Arbeitsphase
68 Entspannungsphase

- 71 ***Überflieger***
72 Grundaufbau
72 Variationen
73 Alles sicher?

- 75 ***Longierabitur***
76 Doppellongenarbeit und Co.
79 Und so geht's los
81 Ausblicke

- 83 ***Noch mehr Gymnastik***
84 Warum Seitengänge?
85 Schulterherein und Konterschulterherein
87 Travers und Renvers
88 Traversale

- 91 ***Krankengymnastik***
91 Schwangerschaftsgymnastik
92 Rekonvaleszenz von Erkrankungen der Gliedmaßen
93 Arbeit für das rückenkranke Pferd
93 Alte, arthrosekranke Pferde

- 95 ***und wie geht's weiter?***