

Inhalt

Reiten lernen, Reiten verstehen 4

Es gibt keine dummen Fragen 5

Perfekt hingesezt – die Basis 8

Reiten heißt sitzen 9

Extra: Reitlehrer-Kommandos 12

Den Körper fühlen und positionieren 14

Wenn der Sitz nicht stimmt 18

Körpereinsatz – die Hilfen 20

Die Zügelhilfen 21

Extra: Reitlehrer-Kommandos 28

Die Schenkelhilfen 30

Extra: Reitlehrer-Kommandos 40

Die Kreuzhilfen 42

Extra: Reitlehrer-Kommandos 48

Die Stimmhilfen 52

Motivationshilfen 56

Künstliche Hilfen 60

Das Zusammenspiel der Hilfen 64

Halbe Paraden 65

Extra: Reitlehrer-Kommandos 70

Ganze Paraden 72

Extra: Reitlehrer-Kommandos 78

Stellen und Biegen 80

Extra: Reitlehrer-Kommandos 86

Wendungen 90

Extra: Reitlehrer-Kommandos 96

Immer im Takt – die Gangarten 98

- Reiten im Schritt 99
- Extra: Reitlehrer-Kommandos 104
- Reiten im Trab 108
- Extra: Reitlehrer-Kommandos 112
- Reiten im Galopp 118
- Extra: Reitlehrer-Kommandos 124

Feinabstimmung im Dressurviereck 128

- Reiten im Dressurviereck 129
- Extra: Reitlehrer-Kommandos 132
- Dressurlektionen reiten 136
- Die Skala der Ausbildung 145
- Danke an das Team 148

Service 150

- Nützliche Adressen 151
- Zum Weiterlesen 151
- Register 153
- Impressum 155