

Einleitung	4
Der Springsport – eine spannende Geschichte	5
DAS IDEALE PFERD	15
So sieht gutes Springen aus	18
SATTEL, TRENSE UND CO.	21
Wie man sattelt, so sitzt man	22
Die richtige Verbindung zwischen Pferdemaul und Reiterhand	23
»No foot, no horse«	28
EINE GUTE BASIS – DER SITZ UND DIE HILFEN	30
Am allerwichtigsten: unabhängig sitzen!	35
Mit dem Sitz die Richtung beeinflussen	37
Die Hilfen	38
Wie Pferde lernen	40
STANGENARBEIT UND SPRINGDRESSUR	43
Die Grundlage: eine einzelne Stange	44
Durchlässigkeit trainieren	47
Zwischen zwei Stangen: Dressur zwischen den Sprüngen	47
Gute Wendung = guter Sprung	49
JETZT GEHT'S RICHTIG LOS: DIE ERSTEN SPRÜNGE	53
Stange und Kreuz geben den Ton an	58
Checkliste: Der perfekte Sprung	60
DAS AUGE TRAINIEREN IN KOMBINATIONEN UND HINDERNISFOLGEN	63
Was für Hindernisarten gibt es eigentlich?	64
»Passend« reiten – was ist das?	68
Für gehobene Ansprüche: Springtraining für Fortgeschrittene	71
PRÄZISION UND REITKUNST – DER ERSTE PARCOURS	75
Abgehen des Parcours	77
Übungsparcours	79
DAS ERSTE TURNIER	82
Formalitäten vorweg	83
Das Springalphabet	84
Am Turniertag	85
WENN ES MAL SCHIEF GEHT	90
Übung macht den Meister	91
DIE EXPERTEN	93
Danksagung	93
Autorenporträt	94