

Einleitung	4
Einige Vorüberlegungen	6
 STABILITÄT UND GLEICHGEWICHT IM GALOPP	 12
Die äußere Form des Galopps	13
Takt und Fußfolge in verschiedenen Tempi und Galopparten	15
Haltung des Pferdes und des Reiters in verschiedenen Tempi	17
Tempo · Balance und Haltung · Kontrolle	26
Prinzipien der Richtungs- und Tempokontrolle	34
Exkurs: Zügelkämmen	36
Energie, Fokus, Timing, Intention und Intuition	37
Emotionen und Empathie	46
Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung	48
Zum Teufel mit dem Trainingsplan · oder: Die Herrschaft des Zufalls	54
Einfachheit und Klarheit	56
 LEKTIONEN · ÜBUNGEN · PROBLEME LÖSEN	 59
Das Angaloppieren	60
Fehler, die oft beim Angaloppieren zu sehen sind	63
Paraden und Übergänge –	
Versammeln und Verstärken	69
Halbe und ganze Paraden	71
Versammlung im Galopp	74
Beruhigen und Aufwecken mit Übergängen	77
Versammeln, um Verstärkungen richtig zu reiten	80
Taktprobleme im Galopp	82
Kontergalopp	83
Gebogene Linien, Richtungswechsel und Seitengänge	84
Die Pirouette	87
Die Traversale	90
Der fliegende Galoppwechsel	91
Danksagung und Vorstellung der Pferde	93
 Autorenporträt	 94