

<i>Der Pferdeplanet</i>	6
<i>Begeisterung und Freude</i>	
<i>beim Pferdetraining</i>	7
Bewusst, befähigt, begeistert	
<i>Leben mit Pferden</i>	9
<i>Meine Pferde</i>	10
<i>Meine Ausbilder</i>	14
<i>Aus Verstehen lernen und bewusst handeln</i>	15
<i>Motivation</i>	19
<i>Kommunikative Arbeitsatmosphäre:</i>	
<i>Auf dem Weg zur Begeisterung</i>	20
<i>Was ist Kommunikation?</i>	23
<i>Kreislauf der Kommandos</i>	24
<i>Spaß und Freude</i>	24
<i>Ermutigen und befähigen</i>	26
<i>Stimmliches Lob</i>	26
<i>Zu viel des Lobes?</i>	27
<i>Der niedliche Ben</i>	28
<i>Gut drauf?</i>	32
<i>Streicheln oder Handlob</i>	32
<i>Loben mit Futter</i>	33
<i>Wann füttert man?</i>	34
<i>Operationalisierende Konditionierung</i>	35
<i>Das Maß der Dinge</i>	37
<i>Trainingsziele stecken</i>	37
<i>Trainingszeit</i>	39
<i>Qualität des Ausbilders</i>	42
<i>Die richtige Umgebung</i>	42
<i>Freunde in der Nähe</i>	43
<i>Equipment und Co.</i>	43
<i>Autodidaktisches Training</i>	44
<i>Trainingszettel</i>	45
<i>Vielseitigkeit</i>	46
<i>Jedes Pferd ist anders, stimmt das?</i>	47
Vertrauen und verstehen ist die Basis	
<i>Enspannt und freudig starten</i>	48
<i>Freundschafts-TTouches</i>	49
<i>Körperarbeit</i>	49
<i>Spielidee Bergziege</i>	52
<i>Alltäglicher Umgang</i>	54
<i>Spielidee: Auftrennen vom Boden</i>	55
Führtraining: Basisübungen	64
<i>Pferde spüren Kompetenz</i>	65
<i>Weichen und folgen lassen, führen</i>	65
<i>Stimmkommandos</i>	69
<i>Führposition der Entspannung</i>	71
<i>Führposition des energischen Vorwärts</i>	79
<i>Basisführposition</i>	81
<i>Führposition der Distanz</i>	85
<i>Führposition der Konzentration</i>	91
<i>Wechsel der Gangarten</i>	92
<i>Handwechsel</i>	93
<i>Dehnungshaltung in Volten und auf dem Zirkel</i>	93
<i>Vorhandwendung</i>	95
<i>Hinterhandwendung</i>	97
<i>Konterschulterherein und Schulterherein</i>	99
Trainingszettel:	
<i>10 Minuten Führtraining für Einsteiger</i>	101
Trainingszettel: :	
<i>10 Minuten Führtraining für Fortgeschrittene</i>	101

Führtraining mit Hindernissen	103	<i>Spannung und Entspannung</i>	163
<i>Spielen und trainieren</i>	103	<i>Erste Dressurhaltung</i>	164
<i>Die Statue</i>	104	<i>Reiten in Dehnungshaltung</i>	165
<i>Klappersack</i>	106	<i>Flexionieren und Dehnen</i>	
<i>Podest</i>	107	<i>über das Zügelsignal</i>	166
<i>Brett und Wippe</i>	108	<i>Pro und kontra Flexionierung</i>	167
<i>Balancieren auf dem schmalen Brett</i>	110	<i>Stellung, Biegung, Flexionierung</i>	169
<i>Stangen und Cavaletti</i>	111	<i>Schenkel, Gewichts- und Zügelhilfen</i>	170
<i>Stern</i>	114	<i>Dehnen vom Sattel aus</i>	174
<i>Übung mit Eimern</i>	115	<i>Kontakt zur Reiterhand</i>	175
<i>Reifen im Stangengang</i>	116	<i>Tempo</i>	179
<i>Breites Reifenhindernis</i>	116	<i>Dehnen im Schritt</i>	179
<i>Übungen mit Tonnen</i>	119	<i>Von extremer Dehnung</i>	
<i>Spieldiee:</i>		<i>zur Ersten Dressurhaltung</i>	180
<i>Tonnengang mit Seilhalfter und frei</i>	120	<i>Dehnen in Volten und auf dem Zirkel</i>	182
Arbeit an der Hand	122	<i>Figur der Acht</i>	183
<i>Dehnen und lösen an der Hand</i>	123	<i>Handwechsel</i>	185
<i>Ausrüstung</i>	123	<i>Schlangenlinien</i>	186
<i>Ab in die Dehnung</i>	124	<i>Rückwärtsrichten</i>	186
<i>Erste Übung:</i>		<i>Dehnen im Trab</i>	189
<i>Abrufbares Nachgeben im Unterkiefer</i>	126	<i>Übergänge</i>	190
<i>Zweite Übung:</i>		<i>Trabverstärkung</i>	192
<i>Extreme Dehnungshaltung</i>	128	<i>Galopp</i>	195
<i>Dritte Übung:</i>		<i>Verlauf des Trainings</i>	200
<i>Flexionieren wie beim Reiten</i>	132	<i>Trainingszettel:</i>	
<i>Vierte Übung:</i>		<i>10 Min. Reiten für Einsteiger</i>	201
<i>Erste Dressurhaltung,</i>		<i>Trainingszettel:</i>	
<i>Dehnungshaltung</i>	133	<i>10 Min. Reiten für Fortgeschrittene</i>	202
<i>Der Kontakt zur Hand:</i>		<i>Schulterherein</i>	202
<i>Drei Reaktionen und deren</i>		<i>Trainingszettel:</i>	
<i>Korrekturen</i>	134	<i>5 Min. Reiten im Schulterherein für</i>	
<i>Fünfte Übung:</i>		<i>Einsteiger</i>	207
<i>Dehnung nach links und rechts</i>	136		
<i>Sechste Übung:</i>			
<i>Dehnen in Bewegung</i>	138		
<i>Arbeit an der Hand</i>	138		
<i>Flexioniert gehen</i>	140		
<i>Bekanntes mit Neuem verknüpfen</i>	142		
<i>Seitengänge</i>	144		
Reiten: Lösen, lockern, dehnen	158	Service	208
<i>Gelöst, locker und in Dehnung reiten</i>	159	<i>Nützliche Adressen</i>	209
<i>Dehnungshaltung oder</i>		<i>Zum Weiterlesen</i>	210
<i>Erste Dressurhaltung</i>	161	<i>Register</i>	211