

Prólogo	5
Introducción	9
Primera parte. — Equitación elemental	
<i>Lección primera</i>	
Cómo se sube y apea del caballo	21
Con el estribo	24
En apoyo	24
Con ayuda de la pierna	29
Cómo se apea del caballo	31
<i>Lección segunda</i>	
Cómo se miden los estribos	33
Modo de regular el alumno los estribos	35
Normas para acortar las riendas	37
<i>Lección tercera</i>	
Modo de mantenerse en la silla	39
<i>Lección cuarta</i>	
El caballo se mueve	47
La salida	49
Detención y retroceso	51
Cambio de dirección	51
El caballo «reunido»	53

Lección quinta

Los aires del caballo	55
El paso	57
El trote	57
El galope	58
La mano	58
La vuelta	58
La media vuelta	58
Cambio diagonal	58
Cambio transversal	58
Cortes por el lado largo	58
Cortes por el lado corto	58
Figuras más frecuentes que se pueden efectuar en el picadero	58

Lección sexta

Del paso al trote	61
Trote de escuela	65
Trote con diagonal interna	66

Lección séptima

Del trote al galope	67
-------------------------------	----

Lección octava

Del alto o del paso al galope	71
El falso galope	76

Segunda parte. — Equitación de salto de obstáculos

Lección novena

Preparación para el salto de obstáculos	79
Varios tipos de obstáculos	82
Las primeras dificultades del alumno	84
Tapia con barrera	85
Visión de conjunto de un campo de obstáculos	87

Lección décima

El rehúse	89
Los distintos tipos de obstáculos	91
La tapia	93
El paso de sendero	93
La tapia con barrera	94
Obstáculo formado por la cruz de San Andrés y tapia con barrera	94
Cancela con barrera	95
Jaula con tapia y oxer	96
Las tablas	96
Valla con barrera de troncos	97
El vestuario y los arreos	99
Vestuario para concurso hípico	100
Elementos del vestuario	104
La amazona	104
El jinete	106
Caballo enjaezado	108
El arnés	109
La silla	109
La brida	109
El bocado	109
La frontalera y el filete	111
Una brida completa	112
La martingala y cabezada	113
Caballo con cabezal y «paraglomas»	114
Tercera parte. — Instrucciones para las competidoras de adiestramiento	
Instrucciones para las competiciones de adiestramiento	117
Objetivo y principios generales	119
La parada	119
El paso unido, normal, alargado y libre	120
El trote	121

El galope	121
La sumisión	122
El paso atrás	122
La parada y la media parada	124
Los aires largos	124
Los aires reunidos	124
Las transiciones	124
Los cambios de dirección	124
Trabajo en apoyos	124
El «travers» y el «revers»	125
El «piaffe»	126
El «passage»	126
La posición del jinete y el empleo de las ayudas	128
Las figuras. Las vueltas	128
La pequeña vuelta	128
La gran vuelta en medio	128
Cambio en la vuelta	128
El ocho	128
El ocho alargado	130
La media vuelta	130
La serpentina	130
La media pirueta y la media vuelta	130
La pirueta	130
Cómo cuidar y comprender la propia montura	133
La salud del caballo	135
Accidentes y remedios	136
Caballo en forma	136
Caballo no en forma	136
La anatomía del caballo	137
Cuarta parte. — Las principales razas equinas	
Razas equinas	141

Apéndices. — La equitación en Hispanoamérica

Apéndice I. Argentina	149
Apéndice II. México	153
Diccionario de términos hípicos	157