

Obsah

Předmluva k českému vydání	5
----------------------------------	---

Základní vědomosti

Pozitivní myšlenky	10
Feldenkraisova metoda	12
Začátky metody TTEAM.....	13
Tellington TTouch – „jiný“ dotek	14
Úspěchy se množí	16
TTouch pomáhá při strachu	17
Vliv na mozek, srdce a dýchání	18
Limbický systém	20
Stres.....	20
Z pohledu veterinářky.....	23
Zkušenosti cvičitelek psů	30

Doteky

Jak působí práce na těle za pomoci doteků TTouch?	46
Devět prvků TTouch	48
Bezpečnost.....	52
TTouch mořský plž	54
TTouch ležící levhart	56
TTouch obláčkový levhart	58
TTouch mýval	60
TTouch medvěd	62
TTouch tygr	64
TTouch trojka.....	65
TTouch lama.....	66
TTouch šimpanz	68
TTouch krajta	70
TTouch stočená krajta	72
TTouch tarantule.....	74
Prokluzování srsti.....	76
Olíznutí kravským jazykem.....	78
Noahův pochod.....	80
TTouch cikcak	82
TTouch píďalka.....	84
Zvedání břicha	86
TTouch na tlamě.....	88
TTouch na uších.....	90

Kroužení předními končetinami.....	92
Kroužení zadními končetinami.....	94
TTouch na tlapkách.....	96
TTouch s tlapkami.....	98
Zkracování drápů	99
TTouch na ocasu.....	100

Výstroj Tellington

Proč používáme výstroj Tellington?	104
Výstroj Tellington.....	108
Bezpečnost.....	108
Balanční vodítko.....	110
Balanční vodítko plus	111
Balanční vodítko super.....	112
Kufřík.....	113
Postroje	114
Navykání na ohlávku	116
Vodění s ohlávku	118
Bandáž kolem těla	120
Tričko	122
Poštovní holub.....	124

Hřiště pro pokročilé učení

Proč pracujeme na hřišti pro pokročilé učení?.....	128
Labyrint.....	132
Prkno.....	134
Mřížky a plasty	136
Houpačka	138
Kladina	140
Tyče, kavalety a hvězda.....	142
Žebřík a pneumatiky.....	144
Slalom mezi kužely.....	146

Dodatky

Cvičení Pono a Pilikia.....	150
Kontrolní seznam	151
Poděkování.....	154
K další četbě	156