

INHALT

Einleitung	
Die Legende vom geklauten Igel	9
Prinzip 1	
Stabilität und Veränderung:	
Auf gutem Weg oder besserem Abweg?	25
Prinzip 2	
Annähern und Vermeiden:	
Im Sturzflug drauf zu oder lieber ein bisschen sachter? ...	61
Prinzip 3	
Zeit:	
Fliegend ankommen oder den Flug genießen?	98
Prinzip 4	
Unbewusste und bewusste Zielerreichung:	
Kommt es am Kopf oder am Bauch zu den meisten Unfällen?	134
Prinzip 5	
Denken und Handeln:	
Starten, fliegen, landen – wann, wie und wo?	161
Prinzip 6	
Abstrakt und konkret:	
Aufgaben von Boden- und Flugpersonal	183
Prinzip 7	
Wert:	
Schnäppchen, Duty free und Mogelpackungen	206

Inhalt

Prinzip 8

Erwartung:

Training mit Perspektive 235

Prinzip 9

Selbstkontrolle:

Flugzeuge im Bauch statt am Himmel 258

Prinzip 10

Psychologische Passung:

Gleiten lernen, lernend gleiten 286

Dank 319

Literaturverzeichnis 320