

- Vorwort
- Griffabelle
- Kapitel 1:
- 3/8-Takt
- 6/8-Takt
- 9/8-Takt
- Das zweite Kreuz
- 3/8-Lied
- Menuett
- Übung im 3/8-Takt
- Zur Wiederholung
- Unser neuer Ton d1
- Übungen
- D-Dur-Tonleiter
- D-Dur-Dreiklang
- Übungen
- Kellertanz
- Über die Pfütze
- Übungen
- Ein Tanz
- Pausentanz
- Artikulation von Bindungen
- Etüde
- Unser neuer Ton d3
- Übungen
- Schlaflied
- D-Dur-Tonleiter und D-Dur-Dreiklang über zwei Oktaven
- Etüde mit D
- Mit Stampfen
- Quiz
- Kapitel 2:
- Sechszehntelnote / Sechszehntelpause
- Der Punkt

- F-Dur-Tonleiter
- F-Dur-Dreiklang
- Unseren neuen Töne e3 und f3
- F-Dur-Tonleiter von f1 bis f2
- F-Dur-Dreiklang von f1 bis f2
- F-Dur-Tonleiter von f2 bis f3
- F-Dur-Dreiklang von f2 bis f3
- Übungen
- Zwischenzählzeiten
- Tanz der Sechzehntel
- Pepe Lederstrumpf
- Rauf und runter
- Übungen mit Sechzehntel und punktierten Achteln
- Marsch
- Polonaise
- Die Mühle
- Unsere neuen Töne
- Übung
- Ein Lied mit Gis
- Das dritte Kreuz
- Finnische Nationalhymne
- Türkischer Marsch
- John Brown's body
- Herbstbaum
- Etüde in F
- Mehrtaktige Pausen
- Morgenstimmung
- Quiz
- Kapitel 3:
- Achteltriolen
- Betonungen in verschiedenen Takten
- Synkope
- Tempo- und Vortragsbezeichnungen

- Tempowechsel
- Es-Dur-Tonleiter
- Es-Dur-Dreiklang
- Unsere neuen Töne es1 und es2
- Technik
- Es-Dur-Tonleiter von es1 bis es2
- Es-Dur-Dreiklang von es1 bis es2
- Es-Dur-Tonleiter von es2 bis es3
- Es-Dur-Dreiklang von es2 bis es3
- Übungen
- Technik
- Menuetto in Es
- Transposition
- Allegro
- Synkopen
- Synkopentanz
- Übungen mit Achteltriole
- Amazing grace
- F-Dur-Kreisel
- Lochtonleiter
- Thema aus "Die Moldau"
- Liberty-Bell-March
- Quiz
- Kapitel 4:
- 2/2- oder Alla breve-Takt
- Der 4/8-Takt
- Dynamische Zeichen
- Zeichen und Begriffe
- Übungen
- Pferderennen
- Allegro
- Unsere neuen Töne fis3 und g3
- G-Dur-Tonleiter von g1 bis g3

- G-Dur-Dreiklang von g1 bis d3
- Übungen für unsere neuen Töne
- G-Dur-Tonleiter von g1 bis g3
- G-Dur-Dreiklang von g1 bis g3
- Übungen im 4/8-Takt
- Hüpfen in G
- Sarabande
- Farbenspiel
- Quiz
- Kapitel 5:
- Intervalle
- Unsere neuen Töne cis3 und c3
- C-Dur-Tonleiter von c1 bis c3
- C-Dur-Dreiklang von c1 bis g2
- Artikulationsmöglichkeiten
- Der kurze Vorschlag
- Übungen für c1
- C-Dur-Tonleiter von c1 bis c3
- C-Dur-Dreiklang von c1 bis c3
- Echo
- Oktavsprünge in C-Dur
- Quintsprünge in C-Dur
- Terzsprünge in C-Dur
- Artikulationsetüde
- Übungen für den schnellen Vorschlag
- Andante
- Quiz