

INHALT

VORWORT

7

GEMEINSCHAFT

9

ALLEIN UND IN BEGLEITUNG

01 *als Frau* 11

02 *Freunde* 17

03 *Fremde* 23

04 *Kinder* 29

05 *Geschwister* 35

MIT TIEREN

06 *ein Hund* 41

07 *eine Katze* 47

08 *ein Kaninchen* 53

RADFAHRSTILE

59

TOUREN

09 *als Auszeit vom Alltag* 61

10 *um den Horizont zu erweitern* 67

11 *in Kombination mit Wanderungen* 73

BIKEPACKING

12 *offroad und ungeplant* 81

13 *hike-a-bike* 87

14 *etwas zurückgeben* 93

FAHRRADTYPEN

15 *Tandem* 99

16 *Liegerad* 107

17 *Faltrad* 113

18 *E-Bike* 119

19 *Eigenbau* 125

20 *Fatbike* 133

21 *Bikerafting* 139

22 *Whikes (wind & bikes)* 147

23 *board & bike* 153

REISEDAUER & ALTER

159

KÜRZERE TRIPS

- 24** *Wochenendausflüge* 161
- 25** *Urlaubstouren* 167
- 26** *Ultracycling-Rennen* 173

LÄNGERE TRIPS

- 27** *ein Jahr Flitterwochen* 179
- 28** *als Neustart* 185

EINMAL UM DIE WELT

- 29** *von unterwegs arbeiten* 191
- 30** *mit knappem Budget* 197
- 31** *mit vollem Gepäck* 203

ALTER

- 32** *nach dem Examen* 209
- 33** *im Ruhestand* 217

BESONDERE PROJEKTE

223

MUSIKINSTRUMENTE IM GEPÄCK

- 34** *als Band auf Tour* 225
- 35** *Straßenkünstler* 231

CHRONISCHE ERKRANKUNGEN

- 36** *Diabetes Typ 1* 237
- 37** *Herzfehler* 243

GRÖSSERE ZIELE

- 38** *Spenden sammeln* 249
- 39** *minimaler ökologischer Fußabdruck* 255
- 40** *Retter auf der Straße* 261

EPILOG

269

SO FINDET IHR UNS

270