

006	Vorwort Preface	
	KAPITÄNE CAPTAINS	
008	Henning Dost	Leinen los für die neue „Hamburg Express“ The new “Hamburg Express” casts off
020	Wolf Kaiser	Multitalent auf allen Weltmeeren Jack of all trades on the seven seas
032	Krzysztof Herbut	„Mein Traum? 400 Meter!“ “My dream? 400 metres!”
044	Wolfram Guntermann	Von Deck in die Politik From the deck into politics
056	Robert Fronczak	„Dranbleiben ist alles!“ “Staying focused is everything!”
064	FOTOREPORTAGE PHOTO REPORT	Die neue „Hamburg Express“– Impressionen von der Jungfernfahrt The new “Hamburg Express”– Images from its maiden voyage

90	Britta Schippmann	Von Bochum nach Buenos Aires From Bochum to Buenos Aires
98	Moritz Hector	„Die beste Entscheidung meines Lebens“ “The best decision of my life”
104	Freya Otte	Zwischen Hof und Hochsee Between home and high seas
112	Florian Knoff	Der Pfadfinder im Maschinenraum The Boy Scout in the engine room
120	June Vincent Calimpon	„Wie Insel-Hopping, nur viel größer“ “Like island hopping, only much bigger!”
126	Niculae Liviu Gabriel	„Ich bin gern zu freundlich“ “I like being too friendly!”
132	Surakah Morales	„Gutes Essen ist der beste Treibstoff“ “Good food is the best fuel”

142	Gerd Rohden	Zu Hause in beiden Welten At home in both worlds
152	Karsten Metzner	Bereit zum Aufbruch Ready to go
162	Peter Böhme	Am Anfang war die „Isarstein“ It all started with the “Isarstein”
172	Tobias Kammann	Seemann ohne Wenn und Aber A seaman without any ifs, ands or buts