

Inhalt

Vorwort	4
Prolog	6
 TEIL 1 Der Traum	 13
Warum Segeln?	14
Lebenserfahrung	19
Mythen rund ums Segeln	32
 TEIL 2 Planung und Recherche	 37
Ticket ins Paradies	38
Küstensegeln versus Offshoresegeln	43
Die Wahl des Bootes	46
Kosten – wer zahlt was?	50
Suchkriterien definieren	53
Sehnsuchtsrouten und Jahreszeiten	59
Partnersuche, die richtige Crew finden	71
Sicherheit und Glücklichein	83
Weniger ist mehr. Packen für die große Reise	107
Knoten bis Wetterkunde	126
Wie sage ich es meiner Mutter?	137
Einkaufen, Partyplanung, Essensgewohnheiten	139

TEIL 3 An Bord	153
Tag des Aufbruchs	155
Wache halten	157
Seekrank – und nun?	166
Menschen und Gewohnheiten	170
Kreativ in der Kombüse	174
Schlafenszeit	180
Nie Langeweile	189
Begrenzte Ressourcen	193
 TEIL 4 Zurück an Land	 201
Die Welt zu Füßen – Ankunft in einem neuen Land	202
Willkommene Planänderung	206
 TEIL 5 Ozeanliebe	 211
Warum der Ozean so wichtig ist	212
Meereserkundungen	216
 Glossar	 227
Abkürzungen	235
Das bin ich	237
Danksagung	239