

Inhalt

Vorwort	6
❶ Dinosauriern auf der Spur – der Altmühl-Panoramaweg	8
❷ Abenteuer mit Gruselfaktor – Höhlenklettern in der Fränkischen Schweiz	22
❸ Shakira, Lady und der Wilde Westen	34
❹ Mit dem Tandem auf dem Bockl-Radweg	46
❺ Ein bedeutender Schritt – barfuß übers Feuer laufen	56
❻ Auf dem Bayerischen Amazonas	68
❼ Huliödörü – damit wir was Eigenes haben	78
❽ Rumgurken im selbst gebauten Kanu	90
❾ Einmal ein König – eine Wanderung zu den Soiernseen	102
❿ Auf die Zugspitze – zu Fuß, wie sonst?	114
⓫ »Und wie komm ich wieder runter?« – ein Schnupperkurs im Gleitschirmfliegen	128
❿ Neue Horizonte – von München aus in die Berge wandern	142
Dank	159