

Inhaltsverzeichnis

Eat-&-Run-Leserinformation 7

Prolog 10

1	Sei jemand!	13
	Badwater Ultramarathon, 2005	
2	„Manchmal muss man's einfach tun“.....	25
	Proctor, Minnesota, 1980	
3	Zu meinem eigenen Besten.....	35
	Caribou Lake Invitational, 1986	
4	„Schmerz tut bloß weh“	46
	Zum Supermarkt und zurück, 1990	
5	Der Stolz der Kuchenesser.....	59
	Unterwegs mit Dusty, 1992–1993	
6	Die Weisheit von Hippie-Dan	70
	Minnesota Voyageur 50, 1994	

7	„Bis dir der Schmerz zu den Ohren rauskommt“.....	81
	Minnesota Voyageur 50, 1995 und 1996	
8	Der Angriff der Bibos	91
	Angeles Crest 100, 1998	
9	Die Stille des Schnees	104
	Training für den Western States 100, 1999	
10	Gefährliche Melodie	116
	Training für den Western States 100, 1999	
11	„Pisst du auch?“.....	128
	Western States 100, 1999	
12	Im Wettstreit mit dem Käferkerl.....	145
	Western States 100, 2000 und 2001	
13	Bären und Gazellen	171
	Western States 100, 2002 und 2003	
14	Heiße Katastrophe	180
	Badwater-Ultramarathon, 2005	
15	Schon wieder diese Typen?.....	196
	Copper Canyon Ultramarathon, 2006	

16	Der zentrale Regulator	212
	Western States 100, 2006	
17	Die Wasatch-Rennziege im Nacken ...	226
	Hardrock 100, Juli 2007	
18	Auf Pheidippides' Spuren	240
	Spartathlon, September 2007	
19	Verirrt	262
	Duluth, Minnesota, 2008-2010	
20	Die Geheimnisse des dunklen Magiers	282
	Yosemite Valley, 2010	
21	Zurück zu meinen Wurzeln	292
	Tonto Trail, Grand Canyon, 2010	
Epilog	300	
Danksagung	310	
Übersicht der Ultramarathon-Erfolge	314	
Anmerkungen und Quellenverzeichnis	319	
Register	329	