

PROLOG

- 11 Losgehen**
- 12 Rückblende: Wie eine Frage und 11,88 Euro mein Leben veränderten**
- 18 Walz ist, was du daraus machst**

DAS BÜNDEL SCHNÜREN

- 21 Meine Regeln für die Wortwalz – Ein Bannkreis und viele Verbote**
- 25 Das Crowdfunding – Ich bin nicht allein**
- 28 Wandergesellen-Shitstorm – »Das brummt nicht«**
- 32 Das Reisegepäck – Weniger ist schon zu viel**

AUF DIE WORTWALZ, FERTIG, LOS!

- 37 Losgehen - Letzter Schnaps am Ortsschild München**
- 46 Draußen sein – Die ersten Tage auf der Wortwalz**
- 55 Im Tausendsternehotel – Mit dem Rad durch die Fränkische Schweiz**
- 65 Bayreuth – Eine Reise in die Provinz**

HEUTE HIER, MORGEN DORT

- 77 Die Sommerbaustelle – Jetzt ist alles anders**
- 91 Hamburg – In Städten mit Häfen haben die Menschen noch Hoffnung**
- 104 Harburg – Ein Mann und sein Herzblutblatt**
- 114 Burgdorf – Hier ist meine Heimat(zeitung)**

FUSSSTAPFEN STATT FUSSFASSEN

- 123 Ab in den Süden – Nächte auf der Kuhweide und im Kloster**

- 135 Ostalbtraum in Aalen – Wie ich das Bleiben verlernte**
- 143 Ein einheimischer Wandergeselle aus Oberalfingen erzählt unserer Gastreporterin von seinen Erfahrungen auf der Walz**
- 148 Wie weit man kommt, wenn man kein Ziel hat – Über den Albstieg mit Blaulicht nach Lahr**

**DIE GROSSE FREIHEIT –
ANKOMMEN IM UNTERWEGSSEIN**

- 161 Abreiseverlumperung – Hängenbleiben in Freiburg**
- 174 Heimatlose im Westerwald – Willkommenskultur hierzulande**
- 184 Weimar – Wildwechsel in der Zone**

**100 TAGE WORTWALZ:
DIE REISE IST UM – UND GEHT WEITER**

- 201 Mehr als ein Zaungast – Die Heimgehitzelei eines Bäckergesellen**
 - 209 Wir Tippelschwestern – Unterwegs mit Schreinerin Heike**
 - 222 Wo ist mein Ortsschild – Heimkehren ist schwerer als losgehen**
- 229 EPILOG**

- 238 Danksagung**
- 240 Bildnachweis**