

INHALT

Vorwort	5
1 Mit Blaulicht durch die Ewige Stadt – Rom 2009	6
2 Der ist ja blau – Marathon Vignoble d´Alsace 2010	13
3 La Gran Ducale, die Großherzöglische – Luxemburg 2013	18
4 De Zestig van Texel – Niederlande 2013	25
5 Der Seewolf – Kiel 2013	32
6 Faszination Freiheit und der Riss der Achillessehne – 100 Meilen Berlin 2013	40
7 Gipfeltreffen der Champions – Zermatt Ultraks 2013	59
8 Wer Ahr sagt, muss auch P sagen – Ahrweiler 2013	69
9 „Suchen Sie sich ein anderes Hobby“ – Achillessehnen-OP 2013	76
10 Rund um Seurasaarenselkä Fölisöfjärden – Helsinki 2014	79
11 Der letzte Kenianer – Iten Kenia 2016	87
12 Wahnsinn hoch über dem Atlantik – Nationalpark Peneda Geres, Portugal 2015	100
13 Sinnlos ist hier nichts – Pfälzerwald 2015	109
14 Schlemmen wie die Römer – Conimbriga, Portugal 2016	122
15 Majestätisch! – Ouarzazate, Marokko 2016	135
16 Hoch über Afrika – Zaouiat Ahansal, Marokko 2016	150
17 Über den Regenbogen – Illocos Norte, Philippinen 2017	169
18 Der längste Tag meines Lebens – Ouikameden, Marokko 2016	188
19 Der Weg der Legenden – Burgos, Spanien 2016	202