

Prolog	8
1. Geschichte und Prinzipien des Bikepackings	13
2. Bikepacking-Touren planen	25
3. Gepäckhandling	43
4. Was man draußen wissen muss	65
5. Herausforderungen unterwegs	118
6. Ultrabike-Rennen	130
7. Unsere Favoriten: Reiseziele und Setups	143
Die Autoren	169
Register	170