

INHALT

01: CALL IM KABUFF	11
Festgesetzt und ausgelutscht	
02: IM ZUG ZUR SPITZE	23
Von Hamburg auf Neuanfang	
03: ABSTIEGSKAMPF	30
Die Zugspitze runter bis ins Tal	
04: KAFFEESÄCKE, BLITZ UND DONNER	48
Entlang der Loisach auf die Isar	
05: GARTENZEIT	62
München und ein bisschen Mutti	
06: HELENE FISCHER UND ANDERE SCHRECKEN	69
Von München zu Fuß an die Donau	
07: HÖHENMETER IN DER HITZE	79
Vom Donaudurchbruch über den Kanal bis hinter Nürnberg	
08: GESEGNETE OSTPASSAGE	98
Auf der Regnitz nach Bamberg und über Land gen Thüringen	

09: KASKADEN AUS BETON UND DIE ANKUNFT IM HIER	107
Der Saale nach von Blankenstein bis Saalfeld	
10: RHYTHM & RAIN	121
Von Saalfeld bis nach Jena	
11: SAALE FÜR DIE SEELE	132
Von Jena weiter auf dem Fluss, hoch zum Merbitzer Berg	
12: DRECKIG, KRANK, ZUM NIEDERKNIE	141
Von der Saale auf die Elbe	
13: IN EINEM LAND VOR UNSERER ZEIT	158
Von Rühstädt über die Elbe bis Lauenburg	
14: MEERESRAUSCHEN	179
Über den Elbe-Lübeck-Kanal und die Trave auf die Ostsee	
15: WEITLÄUFIGE ENTSCHEIDUNGEN	197
Vom Truppenübungsplatz nach Flensburg	
16: VON KÜSTE ZU KÜSTE	208
Von Flensburg durch Dänemark bis an die Nordsee	
17: ABSCHLUSSPRÜFUNG	216
Von Koldby über Rømø nach Sylt	
PACKLISTE	234
BEHIND THE SCENES –	
»ABENTEUERLAND« WIRD ZUM FILM	237
DANKE	239
BILDNACHWEIS	240