

## Inhaltsverzeichnis

Die Reise in die Quarantäne, ein Spießrutenlauf . . . . .	7
Ist es das wert? Ist es das <i>wirklich</i> wert? . . . . .	16
Leiden für die Olympischen Spiele . . . . .	20
Inside Olympics, inside Media Operations . . . . .	25
Von 130 auf 0 oder fast. . . . .	32
Haben Sie schon einmal an Selbstmord gedacht? . . . . .	37
Alles neu und doch immer das Gleiche? . . . . .	42
Es ist erst vorbei, wenn's vorbei ist . . . . .	48
10.000 Kniebeugen, 7 Minuten . . . . .	54
Hänger zur Halbzeit . . . . .	59
Allein und doch nicht allein. . . . .	66
漂向北方 別問我家鄉 . . . . .	73
Hürden auf dem letzten Drittel. . . . .	78
Perfekter Hausmann? . . . . .	82
Angekündigter Sadismus . . . . .	85
Ist es das wert? Ist es das <i>wirklich</i> wert (2) . . . . .	89
Weihnachtsblues 2021 . . . . .	95
Auszug mit Stockholm-Syndrom . . . . .	105
Immer kompletter werden . . . . .	109
Endlich frei! Endlich frei? Endlich frei! . . . . .	114