

Inhalt

Einleitung	11
Vorwort	12
Wenn man über Afrika schreibt	12
Kapitel 1: Der Anfang einer langen Reise	15
Die Vorbereitung	17
Die Ausrüstung:	18
Die Küche	18
Die Bekleidung	19
Das Medizinische	19
Die Elektronik	20
Die Navigation	20
Otto, das Maskottchen	21
Das Fahrrad	22
Versicherungen und Co.	24
Das Digitale Marketing	25
Kapitel 2: Der Abschied	26
Kapitel 3: Der Anfang	28
Kapitel 4: Ingo und der Rahmenbruch	29
Kapitel 5: Tschüss Schweiz, hallo Landstreicherleben!	35
Kapitel 6: Die Kapelle der Unfälle	37
Kapitel 7: Auf Irrfahrten in Spanien	39
Kapitel 8: Vom Regen ins Glück	41
Kapitel 9: Afrika!	46
Kapitel 10: Jeanne	51
Kapitel 11: Fes	63

Kapitel 12: Alamy oder: Die Fahrt in einem Hühnerstall	68
Kapitel 13: Ein wunderbares Land	76
Kapitel 14: Casablanca	80
Kapitel 15: Sayd	83
Kapitel 16: Marrakesch, Fahrräder und ein schlechtes Geschäft	94
Kapitel 17: Best birthday cake ever!	101
Kapitel 18: Vom Atlas nach Ouarzazate	111
Kapitel 19: Jakob der Vagabund	120
Distanzen in der Westsahara (Stand 2018)	125
Kapitel 20: Einen Fisch für den Gendarmen	129
Kapitel 21: Gegen den Wind, den Sand, die Sonne und die Langeweile	133
Kapitel 22: Ein seltsames Hotel mitten in der Wüste	141
Kapitel 23: Sheriff Doofy	145
Kapitel 24: Der Minengürtel	150
Kapitel 25: Der Eisenerzzug in Mauretanien	153
Kapitel 26: Où est mon cadeau?	158
Kapitel 27: Atar	163
Kapitel 28: Die Gesichter der Wüste	171
Kapitel 29: Auch Kamele kann man melken	174
Kapitel 30: Ein falsches Paar	181
Kapitel 31: Dakar	187
Kapitel 32: Ein sauberer Bock	195
Kapitel 33: Gambia	198
Kapitel 34: Eine Bäckerei namens Baluo	205
Kapitel 35: I am mechanic!	216
Kapitel 36: Dem Gambia entlang	219
Kapitel 37: Ein Topf voll Reis	237
Kapitel 38: Guinea	242
Kapitel 39: Probleme mitten im Nirgendwo	249

Kapitel 40: Wie man eine Hütte baut	260
Kapitel 41: Der Wald lebt	269
Kapitel 42: Kikeriki Motherfucker!	271
Kapitel 43: Conakry	279
Kapitel 44: Das katholische Krokodil	287
Kapitel 45: Sierra Leone	290
Kapitel 46: Pfarrer Joseph und die Armut	296
Kapitel 47: You Sir have violated the law!	306
Kapitel 48: Tiwai Island	310
Kapitel 49: Monrovia	322
Kapitel 50: Schnaps unter Gummibäumen	331
Kapitel 51: Kindersoldaten	338
Kapitel 52: Im Schlamm kommt man nicht vorwärts	342
Kapitel 53: Kakao, Krankheit und Kaputtes	347
Kapitel 54: Abidjan	353
Kapitel 55: Eine bleibende Erfahrung	365
Kapitel 56: Die alte Stadt Kumasi	372
Kapitel 57: Die heiligen Affen von Fiema	378
Kapitel 58: Ein langer Umweg nach Accra	383
Kapitel 59: Der Fahrradchampion von Togo	391
Kapitel 60: Visaprobleme und andere Kapriolen	397
Kapitel 61: Cotonou	403
Kapitel 62: Sklaven, Voodoo und Geistergeschichten	411
Kapitel 63: Goodbye Westafrika!	420
Kapitel 64: Malaria in Kamerun	426
Kapitel 65: Ernestine	434
Kapitel 66: Nicht alle Früchte sind süß	441
Kapitel 67: Bei den Pygmäen	448
Kapitel 68: Mit 61 Jahren um Afrika	459

Kapitel 69: Gabun	466
Kapitel 70: Wo die Elefanten die Bösen sind	472
Kapitel 71: Ein großes, dickes, staubiges und von Hand geschriebenes Buch	481
Kapitel 72: Beim Zahnarzt im Kongo	491
Kapitel 73: Getrennt vom Fahrrad	496
Kapitel 74: Angola, ein Land zweier Welten	508
Kapitel 75: Wenn die Bürokratie zu viel wird	513
Kapitel 76: Namibia – Von Hereros und Himbas	519
Kapitel 77: Alles kaputt!	525
Kapitel 78: Der Tourist und der Langzeitreisende	530
Kapitel 79: Winnie und Lona	537
Kapitel 80: Die tanzenden Penisse	541
Kapitel 81: Und dann kam Pauline	551
Kapitel 82: Eine schrecklich nette Familie	557
Kapitel 83: Eine der trockensten Wüsten der Welt	562
Kapitel 84: Das zweite Mal Weihnachten in einer Wüste	572
Kapitel 85: Alexandra	579
Kapitel 86: Nicolene und Harm	585
Kapitel 87: Kapstadt!	590
Kapitel 88: Kap Agulhas – der südlichste Punkt Afrikas	595
Kapitel 89: Das Leben ist nicht planbar	601
Kapitel 90: Das Ende einer langen Reise	606
Reiseberichte von Rudolf Angst	614
Benin	614
Nigeria	615
Gabun	620
Demokratische Republik Kongo	621
Tipps rund ums Tourenfahren ab 5.000 Kilometer	624
Hygiene und Gesundheit	624

Fahrradtechnik	625
Camping	628
Küche	629
Reisen	630
Elektronik	634
Budget	636
Das Fahrrad	636
Die Ausrüstung	636
Lieferungen und Ersatzteile	637
Verschleiß	637
Lebenskosten	638
Visa	638
Transport	638
Arztbesuche	639
Sponsoring	639
Mobilfunk	639
Versicherungen	640
Danksagung und Sponsoren	641
Über den Autor	644