

Inhalt

Prolog 8

Die Ursuppeneinlage langweilt sich 8

Mein Weg zum Wandern 20



Womit wandern? 28

Das Geheimnis der roten Aktentasche 31

Gehrock und Klappzylinder 34

Viva la Badelatsche! 37

Guten Rutsch 40

Die letzte Skitour meines Lebens 43

Willkommen in der Holzklasse 46

Schieb, schieb 54

Barfuß durch Paris 60

Nacktwandern 63

Mit wem wandern? 68

Weltrekord im Eingehakt-Spazierengehen 70

Angriff des Killerigels 73

Wie ich wandernd eine Ehe zerstörte 76

Tragische Vaterfreuden 78

Futtern wie bei Müttern 80

Weihnachtswanderungen 82

Megamarsch 86

Bin gleich wieder da! 90

Hunde, wollt ihr ewig leben? 94

Unternehmen Capricorn 97

Wohin wandern? 100

Arbeitswege schänden nicht 102

Von Rötz nach Quetsch 103

Stadt, Land, Fuß 109

In die Nacht wandern 115

Rotlicht-Report 119

Auf die höchsten Berge der deutschen Bundesländer 122

Wie schnell wandern?	146
Bummelanten, Goldgeher und Knüppelträger	148
Expressgehen	149
Gehdanken am Wegesrand	151
Am Ufer deutscher Wasserläufe	155
Wer war noch mal Karl Carstens?	161
Glanz und Elend des Wandertagebuchschriftens	165
Finale: In Stöckelschuhen auf die Zugspitze	168
Epilog	174
<hr/>	
Impressum	176