

Über Stock & Stein

- 12 Stockente**
Warum man beim Wandern auf eine Gehhilfe verzichten sollte.
- 16 Liebe in den Bergen**
*Warum man angeblich glücklicher ist,
wenn man gemeinsam den Gipfel erreicht.*
- 20 Wenn der Mittelfinger winkt**
Warum Grüßen am Berg seine Tücken hat.
- 24 Die letzte Kurve**
*Warum man schlagfertig sein muss,
wenn man mit Kindern wandern geht.*
- 28 Wenn der Stacheldraht kratzt**
*Warum ein Abschneider nicht zwangsläufig
die Ideallinie sein muss.*
- 32 Der Matratzenlager-Wahnsinn**
*Warum ich den Thron für mich allein beanspruche
und mir das Hüttenleben gestohlen bleiben kann.*
- 36 Am Glückspfad**
Warum es bis zur Erleuchtung weiter ist als 3,9 Kilometer.
- 40 Dem Himmel zu nah**
*Warum man Höhenangst nicht so leicht überwinden kann,
wie Experten behaupten.*
- 44 Das Outfit-Dilemma**
Warum das Zweitbeste oft besser ist als das Beste.
- 48 Lieber Leichtgewicht**
*Warum man Ballast abwerfen muss,
um leichtfüßig voranzukommen.*
- 52 Gejaule am Gipfelkreuz**
*Warum nicht jeder Hund alpintauglich ist –
ein Chihuahua zum Beispiel.*

- 56 Nicht einmal ein Gummibärli?**
Warum Süßes nicht nur als Energiebooster wirkt.
- 60 Bergziege im Schlepptau**
Warum man Pubertierende lieber ihren eigenen Weg gehen lassen sollte.
- 64 Übers Einpacken**
Warum der Wettergott nicht gerade zu meinen besten Freunden zählt.

In Eis & Schnee

- 70 Rittberger am Fliesenboden**
Warum ich Skihütten hasse.
- 74 Heeee-ey Baby!**
Warum ich Skihütten doch nicht hasse.
- 78 Frischzellenkur**
Warum einen ein Snowboard jünger machen kann als Ilja-Rogoff-Kapseln.
- 82 Nurejew der Loipen**
Warum auch gute Langläufer aus der Bahn geworfen werden können.
- 86 Fallen mit Fell**
Warum einem beim Tourengehen selbst bei Minusgraden sehr, sehr heiß werden kann.
- 90 Höhenkoller**
Warum man auch herzlich lachen kann, wenn man an Hypsiphobie leidet.
- 94 Vom Lenken und Bremsen**
Warum auch eine Rodel mit einem Schlitten fahren kann.

98 Eis am Bierhäuselberg
*Warum bei Wintereinbruch von leichtem
Schuhwerk abzuraten ist.*

102 Übers Ziel hinaus
*Warum beim Eisstockschießen
ein fester Griff von Vorteil ist.*

106 Ausschaufeln bitte!
*Warum Schneeschuhwandern nicht nur
teekesselartiges Pfeifen hervorrufen kann.*

Auf Reisen

112 Ruhmreicher Felsgeggi
*Warum ich auf Korsika fast so bekannt
bin wie Napoleon.*

116 Vor der Haustür
*Warum Expeditionen in die nahe
Umgebung dick machen.*

120 Wenn das Abenteuer Pause macht
*Warum man nicht bei jeder Dschungeltour
dabei sein muss.*

124 Alles halb so schlimm
Warum auch Universitätsstudien falsch sein können.

128 Schampus in Nicaragua
*Warum der richtige Zeitpunkt zum Anstoßen
mitunter gar nicht so leicht zu finden ist.*

132 Immer nie am Ätna
*Warum Flipflops nicht nur für eine
Vulkan-Expedition ungeeignet sind.*

136 Unlängst im Kofferraum
Warum ein Umweg zu Gedächtnisverlust führen kann.

& andere Abenteuer

142 Im Sturzflug

*Warum das Mountainbike
dem Rennrad vorzuziehen ist.*

146 Hängt ihn höher

Warum man sich niemals hetzen lassen sollte.

150 Bouldern im Schneidersitz

*Warum man manchmal mehr
Orang-Utan ist als Spiderman.*

154 Die Camping-Katastrophe

*Warum es mit einem Zelt
immer nur Zirkus gibt.*

158 Atmungsaktives Glumpert

*Warum mir dieses neumodische
Hightech-Outfit Jacke wie Hose ist.*

162 Mist!

*Warum einen auch im Wald der Drang
zum Aufräumen überfallen kann.*

166 Tiefgefroren

*Warum man sich in Bergseen
nur kurz erfrischen sollte.*

170 Tipps aus dem Sattel

*Warum man die Zügel niemals
zu fest in der Hand halten sollte.*

174 Wie ich zum Monk wurde

*Warum einen ein Schrittzähler
in den Wahnsinn treiben kann.*

178 Der Zauber des Ziesels

*Warum meine Kinder lange dachten,
ich sei ein Vampir.*