

# INHALT

7 Editorial

## GLÜCKLICH & DRAUSSEN

Wandern, radfahren, paddeln

- 10 Santé l'Europe!
- 18 Dem Fluss folgen
- 24 Der Jakobsweg als Ziel
- 28 Die wilden Gipfel des Balkans
- 36 Der Flow auf dem E-path
- 41 An und über Grenzen
- 49 Gegen die Winterschwere
- 54 Durch zivilisierte Wildheit
- 60 Auf dem großen Fluss

## UNTERHALTSAM & KLUG

Städte, Feste und Kultur

- 68 Unsere Hood
- 73 Kultur auf dem Weg
- 78 Weltklasseartisten auf der Straße
- 82 Gemischte Bilanz
- 87 Finnland tanzt die Nationalmusik
- 91 Im Tal der Pferde
- 95 Kräftige Kerle, glitzernde Kugeln
- 101 Steinerne Monamente
- 107 Die ganze Geschichte erzählen

## ÖKOLOGISCH & GUT

Regionen, Projekte und Ideen

- 114 Ein europäischer Wanderkorridor
- 120 Blauer Himmel? Nicht bei uns
- 125 Ach, Loisach!

- 132 Die Natur als Hochschule
- 138 Ökologischer Vorreiter
- 144 Die grüne Steinwüste
- 149 Auf verlassenen Pfaden
- 153 Schöne Aussichten!
- 159 Im Öko-Paradies

### **LECKER & GESUND**

Essen, trinken, kuren

- 168 Damit alle etwas davon haben
- 174 Schlemmertour durch das Burgund
- 179 Der Schinkenschnüffler
- 183 Alle Wege führen zum Brot
- 189 Edle Tropfen
- 194 Reife Kirschen, pralle Feigen
- 199 Schnaps für Ökos
- 204 Letztes Jahr in Marienbad
- 208 Wassertrinken gegen Burn-out

### **ERDNAH & MOBIL**

Auf Schienen, Straßen, Wegen

- 216 Eisenbahn-Poesie
  - 222 Der Weg ist das Ziel
  - 228 Zeitreise ins jüdische Polen
  - 234 Vor allem wilde Natur
  - 240 Entschleunigung im Wohnmobil
  - 247 Dem Troll ganz nah
  - 251 Die Rad-Megacity
  - 256 Willkommen in unserem Garten
  - 260 Die Rad-Nomadin
- 
- 268 Die Autorinnen und Autoren
  - 272 Bildnachweis / Danksagung