

Inhalt

Vorwort	9
Einleitung	11
Etwas über meine eigene „Laufkarriere“	14
Einträge ins „Guinness-Buch der Rekorde“	19
Planung und Vorbereitung	20
Die „Verkehrsrechtliche Anordnung“	26
Zusammenfassende Informationen	28
Was gab es in absehbarer Zeit noch zu tun?	30
Teilnehmer und Betreuer stellen sich vor	35
Vorbereitung und empfohlene Ausrüstung	39
Kurzinformation weiterer Deutschlandläufe	42
Eintreffen der Mannschaft am Kap Arkona auf Rügen	44
1. Etappe: Kap Arkona nach Stralsund – 68,0 km	47
2. Etappe: Stralsund nach Stavenhagen – 86,0 km/154,0 km	54
3. Etappe: Stavenhagen nach Pritzwalk – 94,2 km/284,2 km	60
4. Etappe: Pritzwalk nach Tangermünde – 77,7 km/325,9 km	68
5. Etappe: Tangermünde nach Schönebeck – 82,9 km/408,8 km	74
6. Etappe: Schönebeck nach Eisleben – 60,0 km/468,8 km	80
7. Etappe: Eisleben nach Sömmerda – 72,0 km/540,8 km	86
8. Etappe: Sömmerda nach Ilmenau – 76,0 km/616,8 km	90
9. Etappe: Ilmenau nach Trappstadt – 62,0 km/678,8 km	96

10. Etappe: Trappstadt nach Rosselsheim – 94,7 km/773,5 km.....	100
11. Etappe: Rosselsheim nach Assamstadt – 85,2 km/858,7 km	103
12. Etappe: Assamstadt nach Untereisesheim – 64,2 km/922,9 km	108
13. Etappe: Untereisesheim nach Renningen – 72,0 km/994,9 km	110
14. Etappe: Renningen nach Horb a. N. – 56,3 km/1051,2 km.....	114
15. Etappe: Horb a. N. nach St. Georgen – 57,4 km/1108,6 km	121
16. Etappe: St. Georgen nach Feldberg – 55,0 km/1163,6 km.....	124
17. Etappe: Feldberg nach Lörrach – 62,0 km/1225,6 km	126
Der Tag des Abschieds und der Siegerehrung.....	132
Ergebnisse des DL98.....	134
Das war der DL98	135
Wie gesund ist der Ausdauersport?	143
Weitere Fragen.....	150
Pressearbeit	153
Presseecho.....	154
Sprüche rund ums Laufen.....	159
Schlusswort.....	160
Noch etwas Persönliches und Bilanzen	162