

Prolog	6
Forrest Gump: Film und Vorbild	14
1. Eine Radreise	16
Packliste der Fahrradstrecke	22
Chris Zimmerman: Lernen von einem Freund	36
2. Wüsten und Monamente	68
Packliste der Laufstrecke	72
3. Durch die Rocky Mountains	110
Sammy Deichmann: Familiengeschichten	114
4. In den Plains	190
Markus Weinberg: Optimisten unter sich	212
5. Von den Appalachen zum Big Apple	234
Epilog	250
Danksagung	254
Impressum	256