

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