

<b>Outdoor-Abenteuer vorbereiten .....</b>	<b>5</b>
Ideen für Survival-Outdoor-Abenteuer .....	6
Outdoor-Abenteuer planen .....	8
Die richtige Ausrüstung .....	10
Orientierung draußen, auch im Dunkeln .....	12
Ein bisschen Wetterkunde .....	14
Ein bisschen Spurenkunde .....	16
Wichtige Knoten lernen.....	18
Sich draußen sicher bewegen .....	20
<b>Feuer machen .....</b>	<b>23</b>
Das Wichtigste übers Feuermachen .....	24
Ein Feuer entzünden ohne Streichhölzer.....	26
<b>Nahrung und Wasser finden .....</b>	<b>29</b>
Wasser suchen und finden .....	30
Einen Fisch fangen und zubereiten.....	32
Schießen mit Pfeil und Bogen .....	34
Schießen mit Schleudern oder Wurfgeschossen .....	36
Melken.....	38
Im Freien kochen .....	40
Essbare Wildfrüchte und Wildpflanzen .....	42
Vorräte aufbewahren und vor Wildtieren schützen.....	44
<b>Unterschlupf bauen .....</b>	<b>47</b>
Ein Tipi bauen.....	48
Ein Zelt aus einer Plane bauen.....	50
Ein Lager bauen.....	52
Einen Iglu bauen .....	54
<b>Draußen übernachten .....</b>	<b>57</b>
Einen Lagerplatz wählen .....	58
Den besten Platz zum Schlafen finden .....	60
Den Lagerplatz sauber halten .....	62
Werkzeuge aus Naturmaterialien selber machen .....	64
Warm über Nacht bleiben .....	66
Gute Laune behalten mit Spielen.....	68
<b>Gefahren meistern .....</b>	<b>71</b>
Notfall: SOS und Hilfe holen.....	72
Was tun, wenn du dich verlaufen hast sowie bei Hunger, Durst, Hitze? .....	74
Was tun, bei plötzlichem Regen, Schnee, Sturm, Dunkelheit oder Gewitter?.....	76
Gefahren in den Bergen meistern .....	78
Gefahren am Meer meistern.....	80
Waldbrand.....	82
Insekten und andere Krabbeltiere.....	84
Schlangen und Lurche.....	86
Fremde Hunde, ausgebüxte Pferde.....	88
Wilde Wildtiere .....	90
Gefährliche Pflanzen .....	92
Erste Hilfe und Heilmittel der Natur .....	94