

# Inhalt

Vorwort	6
X-Alps 2023: der achte Streich	9
<b>Fliegen</b>	
Über Ziele und den inneren Antrieb	23
Über das Abenteuer und das Planen	33
Über Glauben, Träume und mentale Stärke	44
Über Fehler, Enttäuschungen und Hochgefühle	50
Über Training, Wettkampf und Entwicklung	60
Über Siege und Rückschläge	73
Über Kopf- oder Bauchentscheide	82
Über das Risiko	91
<b>Persönliches</b>	
Über das Vatersein	103
Über Ehrgeiz und Egoismus	110
<b>Der Weg</b>	
Wie alles begann	115
Vom Lehrabgänger zum Berufssportler	122
<b>Weggefährten und Menschen, «mit denen ich Erlebnisse teilte»</b>	
Michael Maurer - Wie es ist, sein Bruder zu sein	135
Thomas Theurillat - Teampartner, Bergführer, Psychologe	142
Martin Scheel - Swissleague-Teamleader	150
Kari Eisenhut - Mentor und Vorbild	153
Michael Witschi - Freund und Wettkampfkumpel	157
Hans Hediger - Mit Chrigel auf dem Dach von Afrika	160
Mujinga Kambundji - Adrenalin am Tandem	166
Nik Hartmann - Erlösung am Chindbettipass	168
Globi - Der Adler rettet den Schnabelmann	172
Top shots und ihre Geschichte	174
Toolbox für PilotInnen	182
Danksagung	184