

INHALT

7 Editorial

GLÜCKLICH & DRAUSSEN

Wandern, radfahren, paddeln

- 10 Santé l'Europe!
- 18 Dem Fluss folgen
- 24 Der Jakobsweg als Ziel
- 28 Die wilden Gipfel des Balkans
- 36 Der Flow auf dem E-path
- 41 An und über Grenzen
- 49 Gegen die Winterschwere
- 54 Durch zivilisierte Wildheit
- 60 Auf dem großen Fluss

UNTERHALTSAM & KLUG

Städte, Feste und Kultur

- 68 Unsere Hood
- 73 Kultur auf dem Weg
- 78 Weltklasseartisten auf der Straße
- 82 Gemischte Bilanz
- 87 Finnland tanzt die Nationalmusik
- 91 Im Tal der Pferde
- 95 Kräftige Kerle, glitzernde Kugeln
- 101 Steinerne Monumente
- 107 Die ganze Geschichte erzählen

ÖKOLOGISCH & GUT

Regionen, Projekte und Ideen

- 114 Ein europäischer Wanderkorridor
- 120 Blauer Himmel? Nicht bei uns
- 125 Ach, Loisach!

- 132 Die Natur als Hochschule
- 138 Ökologischer Vorreiter
- 144 Die grüne Steinwüste
- 149 Auf verlassenem Pfaden
- 153 Schöne Aussichten!
- 159 Im Öko-Paradies

LECKER & GESUND

Essen, trinken, kuren

- 168 Damit alle etwas davon haben
- 174 Schlemmertour durch das Burgund
- 179 Der Schinkenschnüffler
- 183 Alle Wege führen zum Brot
- 189 Edle Tropfen
- 194 Reife Kirschen, pralle Feigen
- 199 Schnaps für Ökos
- 204 Letztes Jahr in Marienbad
- 208 Wassertrinken gegen Burn-out

ERDNAH & MOBIL

Auf Schienen, Straßen, Wegen

- 216 Eisenbahn-Poesie
 - 222 Der Weg ist das Ziel
 - 228 Zeitreise ins jüdische Polen
 - 234 Vor allem wilde Natur
 - 240 Entschleunigung im Wohnmobil
 - 247 Dem Troll ganz nah
 - 251 Die Rad-Megacity
 - 256 Willkommen in unserem Garten
 - 260 Die Rad-Nomadin
-
- 268 Die Autorinnen und Autoren
 - 272 Bildnachweis / Danksagung