

Inhalt

Vorwort	6
Einleitung	8
Tief im Westen	12
Immer wieder Osterfeld	23
Rund um Dellwig	29
An der Emscher und am Kanal	37
Weit im Osten	53
Bochum, ich fahr' durch Dich	69
Von Dortmund entlang der BME	83
Ins Tal der Ruhr	98
Auf dem Rand	115