

Vorwort von Lukas Podolski 5

Nie zu spät 7

Schwimmen gehen 39

Milchstraße im Nacken 65

Prinz 007 99

Gottes Akt 135

Promme chillen 177

Und dann noch in Grün! 219

Fliegen lernen 259

Nachwort der Herausgeber 289

Danksagung 298