

6	Vorwort
10	Wo alles begann. Und wie es weiter geht. An den Ufern der Ruhr
30	Wo einst die Schlote rauchten. Die Städte am Hellweg
88	Auf dem Weg nach oben. Entlang der Emscher
122	Der Norden. An Niederrhein und Lippe
154	Karte
156	Impressum