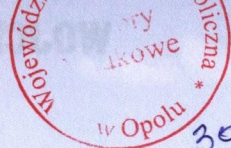


SPIS TREŚCI



396144

ZACZYNA SIĘ OD MARZEN	6
Globus i państwa-miasta	8
Zawsze miałem swoje zdanie	8
Pierwsze zagraniczne podróże	9
London? Warto spróbować!	11
Trzeba siebie nagradzać	15
Zobaczmy, kiedy mi się znudzi	17
Bieganie projektowe. Korona Maratonów Polskich	19
Ból jest czasowy, a medal za maraton na zawsze	21
Smak pierwszego sukcesu	23
Przypadek? Nie sądzę. Nie ma przypadków	25
Mój pierwszy zagraniczny start	27
Nadchodzą zmiany	30
Z nowym rokiem nowym krokiem	32
PRZECIERANIE SZLAKU	34
Umiesz liczyć, licząc na siebie	36
Czasem trzeba zrobić krok do tyłu, aby wziąć większy rozbieg	39
Nigdy nie dowiesz się, co znaczy być silnym, dopóki nie jest to jedyna możliwość, która ci pozostała	41
Możliwość spełniania marzeń sprawia, że życie jest tak fascynujące	47
Świat mnie woła, więc muszę lecieć	48
Zrobię to! Ukończę maraton w każdym kraju świata!	51
249challenge.com – czas start!	52
Ludzie, których spotykamy na naszej drodze, stają się częścią naszej historii	54
No to ruszam po nowy rekord świata	55
Pakistan? Zwariowałeś?	58
Podbój Europy	61
Plecak i w drogę!	65
ZARABIAĆ I BAWIĆ SIĘ? TO MOŻE SIĘ UDAĆ!	72
Najgorszy lot w życiu	74
Typowa Azja	78
Po angielsku? Nie tym razem	82
Tajska wigilia w polskim stylu	87
Indie. Czasem słońce, czasem deszcz	91
Qatar – jedyny kraj na Q	94
Oman – jedyny kraj na O	97
Nikt nie mówił, że będzie łatwo	100
AFRYKAŃSKĄ PRZYGODĘ CZAS ZACZAĆ	102
Okay, you can go! Welcome to Africa!	104
Mam kłopot, ale przynajmniej poznam króla	107
Afrykańska taksówka powietrzna	112
Dopóki walczysz, jesteś zwycięzcą	114
Niemożliwe? Nie w Afryce	117

W gościnie u salezjanów	123
Z zachodu na północ	125
Pierwszy niewypał	130
Niebezpieczeństwa pogranicza	133

TO DOPIERO BĘDZIE CHALLENGE

TO DOPIERO BĘDZIE CHALLENGE	138
Eastern Caribbean Challenge, czyli karaibskie wyzwanie nr 1	140
Maraton w każdym kraju świata? Niemożliwe. Pan pójdzie ze mną	146
Cypr w przelocie	149
Zgubiony laptop i dwa paszporty	151
Lost and found	152
Pięćdziesiąty maraton w życiu	154
Niespodzianki, niespodzianki	157
Rękawiczki? Tak, poproszę	160
Dwie kuzynki, chrzest i maraton	164
Dwa maratony w dwóch różnych krajach w mniej niż 24 godziny?	169

NIE MA CZEGOŚ TAKIEGO JAK ZMĘCZENIE PODRÓŻAMI

NIE MA CZEGOŚ TAKIEGO JAK ZMĘCZENIE PODRÓŻAMI	180
Kanada, wyzwanie drwala i siła marzeń	182
Southern Caribbean Challenge, czyli karaibskie wyzwanie nr 2	185
Alpejski maraton	192
Nie samym bieganiem człowiek żyje. Daleka droga do San Francisco	196
Starzy znajomi i... nowe kontuzje?	199
Andoro, nadchodzę	203
Nie przebyłem tak długiej drogi tylko po to, żeby być daleko	206
Uwaga, złodzieje!	209

FINAL COUNTDOWN

FINAL COUNTDOWN	212
Southern African Challenge	214
Nowe rekordy	223
Apetyt rośnie w miarę jedzenia	226

TAK BLISKO, A JEDNOCZEŚNIE TAK DALEKO

TAK BLISKO, A JEDNOCZEŚNIE TAK DALEKO	232
No to dogrywka	234
Zatrzymajcie ten samolot!	235
Maratoński domek z kart się sypie	239
Statystyki a motywacja	241
Serił niefortunnych zdarzeń ciąg dalszy	249
Do odważnych świat należy	250
Tam, gdzie wszystko się zaczęło	255
Trochę słońca nie zaszkodzi. Ostatni bieg	259

ZAKOŃCZENIE

ZAKOŃCZENIE	265
Trust the Universe	265
To już jest koniec. Nie ma już nic. Jesteśmy wolni. Możemy iść	267
Lista maratonów, które przebiegłem od 2013 roku do 2019 roku	269