

Spis treści

Wstęp	7
Rozdział I: Bądź otwarty na to, co przychodzi, czyli maraton w Budapeszcie 07.10.2018	9
Rozdział II: Wzrok mówiący wszystko, czyli maraton w Wenecji 23.10.2022	25
Rozdział III: Przepyszna kielbasa, czyli maraton w Dreźnie 30.10.2022	41
Rozdział IV: Niespodziewana życiówka, czyli maraton w Maladze 11.12.2022	59
Rozdział V: Od słowa do czynu, czyli maraton na Malcie 5.02.2023	75
Rozdział VI: Widelec uratował start w biegu, czyli maraton w Splicie 26.02.2023	93
Rozdział VII: Wystarczy zrobić pierwszy krok, czyli maraton w Bratysławie 2.04.2023	113
Rozdział VIII: Jeden z trzech, czyli maraton w Kownie 23.04.2023	133
Rozdział IX: Nie pijąc piwa, czyli maraton w Puurs 7.05.2023	151
Rozdział X: Siła spokoju, czyli bieg 24-godzinny w Lisowicach 2–3.06.2023	167

Podziękowania	185
O autorze	187
Dodatek I: Spis pokonanych maratonów i ultramaratonów	189