

Obsah

Proč dálková chůze: Jak jsem na cestě našla štěstí	7
Čím bychom se neměli nechat odradit od dálkových túr	21
Najít ideální dálkovou trasu	44
Všední den na cestě: mýtus a realita	76
Méně je více: vybavení podle principu ultralehké turistiky	108
Digitální revoluce: plánování tras a navigace	155
Problémy na cestě a jak je řešit	175
Tipy na túry pro všechny životní situace	208
Seznam literatury	223