

Rozdział I.....	7
1. Słowem wstępu	7
2. Podróżujesz już? Też nie będziesz się nudził!	8
3. Nadrabiam zaległości.....	9
4. Podróżniczy teoretycy. Znasz ich?.....	10
5. Tak dłużej być nie może!	15
6. Masz wymówkę, nie masz wspomnień!	15
7. Niebezpiecznie? Unikaj osób, które wszystko wiedzą lepiej.....	16
8. Podróż nie jest dla kobiet? Anita dementuje!	19
9. Trzeba najpierw poznać całą Polskę. Bzdura!	21
10. A co, jeśli coś mi się stanie, przypadnie mi lot powrotny i zostanę tam na wieki?.....	22
11. Brak znajomości języka. Jak i czy można się dogadać?	24
12. Brak pieniędzy? Czy podróże są tylko dla bogaczy?	27
13. Jak przekonać rodziców do wyjazdu za granicę?	28
14. Moja trzecia pierwsza podróż. W końcu!.....	30
15. Gdzie szukać towarzystwa do podróży?	30
16. Piszemy ogłoszenie. Jak szukać, aby znaleźć i nie żałować?	32
17. No to w drogę!.....	35
Rozdział II.....	38
1. Zanim wyruszysz, pamiętaj!.....	38
2. Uwaga, złodziej! Jak się ustrzec, zminimalizować straty?	38
3. Zabezpieczenie fotografii i filmów.....	40
4. Pieniądze w podróży.....	41
5. Utrata paszportu i innych dokumentów... ..	43
6. Planowanie wyjazdu – gdzie jechać za pierwszym razem?	44
7. Noclegi w hotelach czy biwak?.....	46
7.1. Szukanie naprawdę tanich noclegów hotelowych	47
7.2. Szukanie darmowych noclegów (hotelowych, ale nie tylko)	50
7.3. Jak skutecznie znaleźć hosta?	52
7.3. Biwak. Kiedy może okazać się totalną klapą i jak temu zapobiec?	53
7.4. Bezpieczeństwo podczas noclegu pod namiotem	55
7.5. Jak zabezpieczyć ekwipunek przed kradzieżą?.....	55
7.6. Nie daj się zwierzętom podczas biwaku	57

7.7. O czym jeszcze trzeba pamiętać? Kilka złotych przykazań	60
8. Twoje własne mieszkanie. Wybieranie dobrego namiotu	61
9. Czy ciepły śpiwór musi być drogi?	63
10. Na czym spać?	64
10.1. Karimata. Czy to ma jeszcze sens? Na co zwrócić uwagę?	65
10.2. Mata samopompująca – zbędny bajer? Jaką wybrać?	66
11. Jedzenie w podróży	68
11.1. Stołowanie się, gotowanie samemu czy kompromis?	68
11.2. Gotowanie samemu. Jaką kuchenkę wybrać?.....	70
11.3. Gotowanie w podróży. Porady, ciekawostki i pożyteczne triki	75
12. Ekwipunek, czyli co zabrać i w co się spakować?	76
12.1. Wszystko o sakwach rowerowych.....	77
12.2. Plecak plecakowi nierówny.....	87
12.3. Lista rzeczy do zabrania ze sobą w podróż.....	91
13. Transport w podróży. Jaki wybrać?	92
13.1. Jak i gdzie skutecznie szukać tanich lotów?.....	92
13.2. Pociągi, tramwaje, busy	94
13.3. Szybciej znaczy lepiej? Maszyną czy o własnych siłach?.....	95
13.4. Połączenie idealne?	99
13.5. Pierwszy stop . Co zrobić i czego nie robić, aby ktokolwiek Cię zabrał?	100
13.6. Alternatywne, równie ciekawe środki transportu?	101
13.7. Jachtostopem. Jak załapać się na pokład?.....	102
13.8. Starym busem? Też żaden problem.	103
14. Nie daj się oskubać – sztuka negocjacji	105
15. Zdrowie w podróży.....	109
16. Ubezpieczenie. Które będzie dla Ciebie idealne?	110
17. Internet w podróży.....	112
18. Przydatne aplikacje mobilne.....	113
18.1. Nawigacje offline czy online – płatne czy darmowe?.....	113
18.2. Aplikacje pomocne w szukaniu noclegów:.....	115
18.3. Aplikacje transportowe	115
18.4. Najdokładniejsze aplikacje pogodowe	116
18.5. Niezbędne słowniki?.....	117
19. Niesamowicie motywujące historie na zakończenie!	117

20. A kiedy już wrócisz..... 131