

Inhalt

Vorwort	7
Der Vorabend des letzten Fastentags – 77,7 Kilogramm	9
Am Abend vor dem großen Fasten – 93,4 Kilogramm	11
Erster Tag – 92,5 Kilogramm	20
Zweiter Tag – 90,7 Kilogramm	35
Dritter Tag – 89,7 Kilogramm	39
Vierter Tag – 88,6 Kilogramm	49
Fünfter Tag – 89,0 Kilogramm	55
Sechster Tag – 88,6 Kilogramm	60
Siebter Tag – 88,0 Kilogramm	64
Achter Tag – 88,0 Kilogramm	70
Neunter Tag – 87,8 Kilogramm	73
Zehnter Tag – 86,7 Kilogramm	80
Elfter Tag – 86,0 Kilogramm	86
Zwölfter Tag – 85,8 Kilogramm	88
Dreizehnter Tag – 86,3 Kilogramm	93
Vierzehnter Tag – 85,3 Kilogramm	97
Fünfzehnter Tag – 83,6 Kilogramm	101
Sechzehnter Tag – 83,4 Kilogramm	104
Siebzehnter Tag – 83,3 Kilogramm	110
Achtzehnter Tag – 83,0 Kilogramm	113
Neunzehnter Tag – 83,2 Kilogramm	117

Zwanzigster Tag – 83,0 Kilogramm	122
Einundzwanzigster Tag – 82,1 Kilogramm	125
Zweiundzwanzigster Tag – 82,6 Kilogramm	129
Dreiundzwanzigster Tag – 81,6 Kilogramm	135
Vierundzwanzigster Tag – 81,2 Kilogramm	138
Fünfundzwanzigster Tag – 81,0 Kilogramm	143
Sechsendzwanzigster Tag – 81,0 Kilogramm	147
Siebenundzwanzigster Tag – 80,5 Kilogramm	151
Achtundzwanzigster Tag – 82,1 Kilogramm	156
Neunundzwanzigster Tag – 81,7 Kilogramm	162
Dreißigster Tag – 81,0 Kilogramm	165
Einunddreißigster Tag – 80,0 Kilogramm	174
Zweiunddreißigster Tag – 78,2 Kilogramm	178
Dreiunddreißigster Tag – 78,2 Kilogramm	180
Vierunddreißigster Tag – 78,2 Kilogramm	185
Fünfunddreißigster Tag – 78,2 Kilogramm	188
Sechsenddreißigster Tag – 78,0 Kilogramm	191
Siebenunddreißigster Tag – 77,4 Kilogramm	195
Achtunddreißigster Tag – 77,1 Kilogramm	198
Neununddreißigster Tag – 77,7 Kilogramm	201
Vierzigster und letzter Tag – 76,8 Kilogramm	206
Sechs Monate später – 88,3 Kilogramm	210
Dank	215
Bildteil	217
Anmerkungen	223