

Priekšvārds.....	6
1. Mencu kāvēji un lielās kāpas. <i>Nida–Liepāja</i>	7
2. Divas ostas, divas pilsētas. <i>Liepāja</i>	25
3. Zviedru knauši un zveju dvēseles. <i>Liepāja–Pāvilosta</i>	47
4. Pārcēlāji. <i>Pāvilosta–Užava</i>	63
5. Enkurs, onkuri, ankar, jakorj. <i>Ventspils</i>	85
6. Latvijas satelīts un pēdējie libieši. <i>Ventspils–Roja</i>	101
7. Mazās jūras kurzemnieki. <i>Roja–Ragaciems</i>	131
8. Cīruļmaize. <i>Ragaciems–Lapmežciems</i>	161
9. Daugav's abas malas. <i>Rīga</i>	175
10. Dāmu, kungu un zvejnieku pludmales. <i>Carnikava–Zvejniekiems</i>	205
11. Kapteiņu krasts. <i>Zvejniekiems–Tūja</i>	223
12. Ziu zup, buts, brēteliņi. <i>Tūja–Svētciems</i>	241
13. Kartupeļu maisi un izrāviens pasaulē. <i>Svētciems–Ainaži</i>	253
Kartes.....	274
Rīga – joprojām ostas pilsēta. <i>Rīgas Brīvostas pārvalde</i>	287