

INHALT

Vorwort	7
Anna von Boetticher	15
Ohne Luft in die arktische See	
Kathrin Heckmann	25
Zu Fuß durch Großbritannien	
Silvia Furtwängler	35
Im Rudel zu den härtesten Schlittenhunderennen	
Tamara Lunger	45
Im Winter auf den Nanga Parbat	
Sigrid Eichner	59
In Laufschuhen durchs Death Valley	
Edina Müller	71
Gold für Mütter im Leistungssport	
Ulla Lohmann	83
Im Vulkan zu innerem Frieden	
Angela Eiter	95
Am spanischen Felsen zur Weltspitze	
Julia Wittig	105
Durchs Eiswasser zum Weltrekord	
Anne-Marie Flammersfeld	117
Im Laufschrift durch vier Wüsten	

Freya Hoffmeister	127
Im Kajak um Kontinente	
Ute Kranz	139
Auf der Reise zu sich selbst	
Anja Blacha	147
Auf Ski zum Südpol	
Nina Schlesener	159
Mit Fingerspitzengefühl ins Gebirge	
Alexandra Mitschke	169
Nach dem Zusammenbruch ins Ziel	
Jacqueline Fritz	179
Mit Krücken über die Alpen	
Anna Bader	191
Freiheit im freien Fall	
Olga von Plate	203
Mit dem Gleitschirm nach Hause	
Evelyne Binsack	213
Aus eigener Kraft zum Nordpol	
Laura Dekker	225
Im Segelboot alleine um die Welt	
Dank	237