

Presstext

Sie springen von Klippen, laufen Ultramarathons oder steigen in Vulkane: Julia Hägele porträtiert zwanzig Frauen, die zu den größten Abenteurerinnen unserer Zeit zählen.

Selbst gesteckte Ziele erreichen, Grenzen überwinden, Ängste konfrontieren und etwas ausprobieren, von dem man noch nicht weiß, ob es zu schaffen ist: Das versucht jeder und jede von uns – auch wenn es nicht immer um die Besteigung des Mount Everest geht. Julia Hägele erzählt in feinfühligem Porträts von Grenzgängerinnen, die ihr Glück im sportlichen Extrem suchen – und es manchmal auch woanders finden. Die Sportlerinnen berichten von ihrer Motivation und den mentalen Herausforderungen, die eigenen Grenzen zu überwinden und ihre ambitionierten Ziele zu erreichen. Sie gewähren Einblick in ihr Privatleben und beleuchten die Vereinbarkeit von Familienleben, Job und Sport. Mit ihnen durchläuft man die unwirtlichsten Wüsten der Welt, taucht ohne Sauerstoff im arktischen Ozean – und wird dabei auch an die grenzenlose Schönheit des Planeten erinnert.

Zwanzig packende Geschichten über außergewöhnliche Frauen, die Inspiration und Vorbild für viele Frauen und Mädchen sind.

Julia Hägele studierte Philosophie, Politikwissenschaft und Neuere Deutschen Literatur in München und Paris, bevor sie die Deutsche Journalistenschule absolvierte. Obwohl Sport das einzige Schulfach war, neben dem die maximale Punktzahl in ihrem Abiturzeugnis stand, überlässt sie die sportlichen Extreme lieber anderen. Leichte Dehnübungen und Fernwanderungen mit wenig Steigung mag sie gerne. Sie arbeitet als Journalistin und Autorin in München.

Diese 20 Frauen werden vorgestellt:

Anna Bader, Anna von Boetticher, Katrin Heckmann, Evelyne Binsack, Anja Blacha, Laura Dekker, Sigrid Eichner, Angela Eiter, Jacqueline Fritz, Silvia Furtwängler, Freya Hoffmeister, Ute Kranz, Tamara Lunger, Alexandra Mitschke, Edina Müller, Olga von Plate, Nina Schlesener, Ulla Lohmann, Anne-Marie Flammersfeld und Julia Wittig.

KNESEBECK
Das besondere Buch



Julia Hägele

Grenzgängerinnen *20 Frauen über das Glück im Extremen*

**Gebunden, 240 Seiten,
mit 20 farbigen Abbildungen**

Preis € 22,- [D] 22,70 [A]

ISBN 978-3-95728-568-3

Erscheinungstermin 20. Oktober 2022

<https://www.juliahaegele.de/>

Auch als eBook erhältlich:

Preis € 19,99

ISBN 978-3-95728-738-0

Gerne senden wir Ihnen die Übersicht aller freigegebenen Pressebilder. Im Rahmen einer Rezension sind das Cover, ein Autor:innenfoto sowie einige Bilder zum Abdruck freigegeben.