

Presstext

Ob durch einen ruhigen Wald, atemlos und mit brennenden Beinen eine Bergflanke empor, entlang eines Flussufers oder quer durch die Wüste: Julie und Simon Freeman sind überzeugt, dass man beim Laufen überall einen Hauch von Magie einfangen kann. Sie genießen das Trailrunning und empfinden es als Gelegenheit in die Natur einzutauchen und mit ihr zu verschmelzen; es bietet nicht nur das Erkunden einzigartiger Landschaften, sondern birgt auch immer eine Reise nach innen zu sich selbst.

Für Anfänger und Erfahrene gleichermaßen geeignet, stellt dieses Buch die aufregendsten und landschaftlich reizvollsten Trailrunning-Routen rund um den Globus vor, entlang von Tälern und Berge hinauf, durch heiße und kalte Klimazonen, von den Höhen der Alpen über den Dschungel Lateinamerikas bis hin zum Outback Down Under. Jede Strecke wird von erfahrenen ortskundigen Expert:innen vorgestellt, die die Highlights jeder Route verraten und daneben viele praktische Informationen liefern, durch die man perfekt auf sein Traillauf-Abenteuer vorbereitet wird. Durch Symbole und kurze Erläuterungen werden in jedem Kapitel auf einen Blick die Streckenlänge, die maximale Höhe, das Klima vor Ort oder die Bodenbeschaffenheit des Terrains vorgestellt. Das Autorenduo motiviert, inspiriert und lädt dazu ein, selbst auf Entdeckungsreise zu gehen.

Diese Trails oder Regionen sind enthalten:

Lofoten (Norwegen)
Chemin des Cretes (Schweizer Jura)
GR 20 (Korsika)
Tal von Chamonix-Mont-Blanc (Frankreich)
Inverly und Knoydart-Halbinsel (Schottische Highlands)
Kungleden Trail (Schweden)
GR 10 und GR 11 (Pyrenäen)
Lake District (Großbritannien)
Dolomiten (Italien)
British Columbia (Kanada)
Flagstaff/Arizona (USA)
Oaxaca (Mexiko)
White Mountains/New Hampshire (USA)
Patagonien (Chile)
Great Himalaya Trail (Nepal)
The West Macdonnell Ranges (Australien)

Julie und Simon Freeman sind Läufer und Gründer des Magazins "Like the Wind", das die individuellen Geschichten von Läufern und ihre persönlichen Erfahrungen erzählt. Sie sind Experten für das Thema Trailrunning und betreiben außerdem einen Social-Media-Service für die Vermarktung von Ausdauersportarten. Sie leben in der Schweiz.

KNESEBECK

Das besondere Buch



**Julie Freeman & Simon
Freeman**

Running Wild & Free
*Unterwegs auf den
spektakulärsten und
inspirierendsten Trails der Welt*

Flexicover, 256 Seiten,
mit 200 farbigen und 16 Karten
aus dem Englischen von Brigitte Rüßmann
und Wolfgang Beuchelt
Preis € 25,- [D] 25,70 [A]
ISBN 978-3-95728-630-7
Erscheinungstermin 17. März 2022

www.likethewindmagazine.com

Gerne senden wir Ihnen die Übersicht aller freigegebenen Pressebilder. Im Rahmen einer Rezension sind das Cover, ein Autor:innenfoto sowie bis zu drei der folgenden Fotografien zum Abdruck freigegeben: S. 15, S. 16, S. 18-19, S. 21 oben und unten, S. 22 oben und unten, S. 23, S. 133 links und rechts, S. 134, S. 135.

Pressebilder

Julie & Simon Freeman: Running Wild & Free

KNESEBECK

Das besondere Buch



Bild 1

Seite 15

Dolomiten, Italien

Die zerklüftete Majestät der Dolomiten am
Passo Giau.



Bild 2

Seite 16

Dolomiten, Italien

Der Aufstieg zum Focella Lavaredo ist der
Höhepunkt des zweiten Tages.



Bild 3

Seite 18-19

Dolomiten, Italien

Der grandiose Blick ins Tal von oberhalb des
Rifugio Auronzo an Tag zwei.



Bild 4

Seite 21

Dolomiten, Italien

Einer der technischeren Abschnitte der
Route nahe dem Passo Giau.



Bild 5

Seite 21

Dolomiten, Italien

Die charakteristisch zerklüfteten Dolomiten-Gipfel nahe dem Rifugio Lavaredo.



Bild 6

Seite 22

Dolomiten, Italien

Auf dem Weg herab vom Passo Giau weichen die Felsen allmählich der Vegetation.



Bild 7

Seite 22

Dolomiten, Italien

Der Abschnitt zwischen den Berghütten Auronzo und Lavaredo bietet atemberaubende Blicke ins Tal.



Bild 8

Seite 23

Dolomiten, Italien

Dreh dich zwischendurch mal um und genieße den Blick auf die andere Seite der Tre Cime di Lavaredo.



Bild 9

Seite 133

Jura, Schweiz

Vom Bergrücken aus liegen dir Neuenburgersee, Bienne und Murten direkt zu Füßen, dahinter in der Ferne der Genfer See.



Bild 10

Seite 133

Jura, Schweiz

Kiefernwälder bieten etwas Schutz vor der Sonne



Bild 11

Seite 134

Jura, Schweiz

Julie Freeman nutzt Trails vor Ort ausgiebig, wo es an einem sonnigen Maimorgen nur wenige Wanderer gibt.



Bild 12

Seite 135

Jura, Schweiz

In Richtung Norden schweift der Blick über Frankreich und Deutschland.



Bild 13
Autorinnenfoto Julie Freeman



Bild 14
Autorenfoto Simon Freeman

Copyrights:

Bild 1-8: Alexis Berg/Knesebeck Verlag

Bild 9-12: Like the Wind Magazine/Knesebeck Verlag

Bild 13 + 14: Photo courtesy of the author

Auf Wunsch senden wir Ihnen gerne Druckdaten. Bis zu drei Fotos, ein Autorenfoto sowie das Cover sind im Kontext einer Buchbesprechung honorarfrei.

Online dürfen Sie gern mehr Bilder (in geringerer Auflösung) zeigen. Für TV-Beiträge können Sie ebenfalls mehr Bildmaterial verwenden. Melden Sie sich dazu gern bei uns!