

# BERG- FIEBER

## GIPFELSTÜRMERINNEN.

Die Richtung, welche die Bergführerinnen im Buch von Daniela Schwegler anpeilen, ist klar aufwärts. Die Alpinistinnen erzählen, wie sie die Liebe zum Gebirge antreibt, wie sie weiterkommen und sich in der Männer-Domäne Bergführertum durchsetzen. Ihre Gemeinsamkeit: inspirierende Geschichten und eine felsenfeste Leidenschaft.



ROTPUNKTVERLAG  
«Himmelwärts» von Daniela Schwegler, mit Porträts von Bergführerinnen, CHF 41.90, bei Orell Füssli

Foto: Christian Jaeggi



# Verstärkung

**ENERGY TO GO.** Einen knurrenden Magen kann man beim Velofahren, auf den Ski oder im Fitness-Studio nicht gebrauchen. Jede Menge Kraft und Energie dagegen schon. Die Energieriegel von Foodspring bringen 33% Protein pro Portion und schmecken dabei wie ein köstliches Dessert – schliesslich wurden sie von einem Sternekoch entwickelt. Aber statt Zucker gibts Eiweiss.

FOODSPRING, Protein-Riegel Strawberry Yogurt, CHF 3.40, auf [foodspring.ch](http://foodspring.ch)

