

# Inhalt

## Meinen Träumen folgen

*Neue Wege in Fels und Eis* 7

## Wege nach oben, Wege zu mir

*Warum Berge mich glücklich machen* 11

## Endstation Balaton

*Jugend hinter dem Eisernen Vorhang* 28

## Eine neue Welt

*Erste Schritte in steilen Wänden* 53

## Hohe Berge

*Auf den »schönsten Gipfel der Welt«* 71

## Angefrorene Finger und eine blutende Nase

*Frust und Lust im Eis und im Fels* 89

## Dreierseilschaft

*Wird mit Kind wirklich alles anders?* 118

## Mit Babyflasche und Eisgerät

*Erfolg in den Eiskletter-Weltcups* 129

## Faszination Mixed

*Je steiler, desto geiler* 148

**Nordwandgesichter, strahlend**

*Der obere neunte Grad am Eiger* 162

**Getrennte Wege**

*Wenn die eigene Route eine andere ist* 178

**Beruf: Kletterin**

*Vom Bergsteigen leben – fürs Bergsteigen leben* 197

**Unter mir nichts als Luft**

*Alpine Herausforderungen* 222

**Gehen, wo noch niemand ging**

*Erstbegehungen in Norwegen* 240

**Kein Weg durch den Fisch**

*»Mama, fahr nicht in die Doloiten!«* 255

**Der Eiskletter-Weltcup 2006**

*Abschied von Freunden* 278

**Eine neue Leidenschaft**

*Expeditionen ins Unbekannte* 300

**Dank** 324

**Schwierigkeitsgrade im Eis** 325

**Schwierigkeitsgrade im Fels** 326

**Internationale Schwierigkeitsgrade Felsklettern  
im Vergleich** 327

**Bildnachweis** 328