

Medieninformationen

Amüsantes Reisebuch: *Diva mit Rucksack - Wandern und Wellness an Elbe und Ostsee*



Pressemitteilung kurz

„Diva mit Rucksack – Wandern und Wellness an Elbe und Ostsee“ ist ein humorvoll geschriebener und mit viel Selbstironie versehener Erfahrungsbericht über zwei Wanderungen, die die Autorin Martina Bartling ohne Begleitung entlang der Ostsee von Kühlungsborn bis Zingst sowie auf dem Sächsischen Weinwanderweg an der Elbe unternommen hat.

Nicht "Pilgern" mit den damit verbundenen Entbehrungen steht dabei im Vordergrund, sondern vielmehr das Konzept "Wandern & Wellness": Gute Hotels, morgens Brunch, abends Pool sowie hin und wieder etwas Kultur. Aber auch ein schwerer Rucksack, gelegentlich durchnässte Schuhe, unheimliche Wälder und eine gewisse weibliche Orientierungslosigkeit.

Das Buch mit 200 Seiten und 44 Fotos kostet 13,90 Euro als Printausgabe und 9,99 Euro als E-Book. Nähere Informationen: www.divamitrucksack.de



Pressemitteilung lang

„Diva mit Rucksack – Wandern und Wellness an Elbe und Ostsee“ ist ein humorvoll geschriebener und mit viel Selbstironie versehener Erfahrungsbericht über zwei Wanderungen, die die Autorin Martina Bartling ohne Begleitung entlang der Ostsee von Kühlungsborn bis Zingst sowie auf dem Sächsischen Weinwanderweg an der Elbe unternommen hat.

„Es muss ja nicht immer Pilgern sein!“, schreibt die Autorin. „Nicht so klerikal, nicht so unbequem und nicht so lange.“ Auf ihren Wanderungen habe sie es sich so richtig gut gehen lassen und „Ach du lieber Gott!“ lediglich dann ausgerufen, wenn sie sich einmal wieder verlaufen hatte.

„Auch in einem weichen Bett in einem komfortablen Vier-Sterne-Hotel kann ich schließlich einen jenseits von Kirchen und Klöstern durchwanderten Tag Revue passieren lassen und dabei zu wesentlichen lebensphilosophischen Erkenntnissen gelangen“, schaut die Wanderin zurück.

„Zum Beispiel, dass ich deutlich mehr Kilometer zurücklegen müsste, um den Kaloriengehalt einer Bratwurst abzubauen, als ich erstens für möglich gehalten hatte und

zweitens zwischen ausgedehntem Brunch am Vormittag und entspannendem Poolbesuch am Abend zeitlich überhaupt unterbringen konnte.“

Oder, dass Wandern eine wirklich wunderbare Beschäftigung mit und in der schönen Natur darstelle. Wenn da nicht das schwere Gepäck, die gruseligen Wälder und die weibliche Orientierungslosigkeit wären.

Und dass ein knirschendes Geräusch immer dann entstehe, wenn frau versuche, im Hotelzimmer Energiesparlampen aus Steckfassungen herauszudrehen, um sie durch hellere Glühbirnen mit Schraubgewinde zu ersetzen.

„Aber auch, dass wasserdichte Schuhe nicht nur kein Wasser in den Schuh hereinlassen, sondern auch keines wieder hinaus“, schöpft die Autorin aus ihrem durch die Wanderungen erworbenen Erfahrungsschatz.

Und nicht zuletzt: „Fußball geht immer und überall!“



Angaben zum Buch

Diva mit Rucksack ist bei Books on Demand erschienen, hat 200 Seiten mit 44 Fotos und ist für 13,90 Euro im Buchhandel sowie über Online-Verlage erhältlich. Als E-Book kostet es 9,99 Euro. ISBN 978-3-7322-4711-0

Nähere Informationen, Leseprobe und zahlreiche Fotos unter www.divamitrucksack.de



Angaben zur Autorin

Martina Bartling ist gebürtige Braunschweigerin, studierte Germanistik und Geschichte, absolvierte ein Studium zur Kommunikationswirtin, arbeitete als Journalistin und Werbetexterin und war als Redakteurin und Moderatorin bei einem Hörfunksender tätig. Seit vielen Jahren ist sie PR-Referentin in Braunschweig.



Kontakt

Martina Bartling, Adolfstraße 56, 38102 Braunschweig,
Tel.: 05 31 / 79 61 40 | mobil: 0160 / 49 19 229
martinabartling@aol.com | www.divamitrucksack.de