

Lynne Cox wytrwale trenowała od dziewiątego roku życia.

Będąc piętnastolatką, pokonała kanał La Manche, jako

pierwszy człowiek na świecie przepłynęła w ekstremalnie trudnych warunkach cieśninę

Cooka, Magellana i Beringa,

opłynęła Przylądek Dobrej

Nadziei i dotarła do Antarktyki

(w temperaturze wody ledwo przekraczającej zero stopni!).

Autorka zdradza sekrety, które pozwoliły tego dokonać.