

Radolfzell am Bodensee

zeller

magazin

2018
Januar - Februar

NEUE HORIZONTE

für Radolfzell und die Mettnau

DER YACHTBAUER

vom Bodensee

775 JAHRE BÖHRINGEN

Großes Festjahr im Storchendorf



METTNAU
inkl. METTNAU-Magazin



Wärme. Wasser. Leben.

84 Zimmer | Suiten | Restaurant RUBIN mit Terrassen | Sky-Lounge PURPUR
Events | Meetings | Seminare | HotSpa mit Seezugang | Japanisches
Onsen-Bad | Saunawelten | Seezugang | Pool | Segeln | Biken | Golfen

bora
HotSpaResort



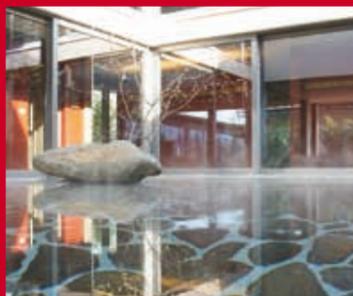
bora HotSpaResort **** www.bora-hotsparesort.de Karl-Wolf-Str. 35 D - 78315 Radolfzell T 0049-7732-950400

Wärme. Wasser. Leben.



bora
die sauna|oase am see

Japanisches Onsen-Bad | Bambus-Sauna | Salz-Grotte mit Gradierwerk | Ruheraum mit Tatamimatten
Schaukelliegen | Rauchsaua | Kelo-Sauna | Erdsaua | Sanarium | Infrarot-Kabine | Dampfbad | Massagen
Oasen der Ruhe | Kaminecke | Steinduschen | Pool | Seezugang | Saunabar | Restaurant | Wellness



bo|ra karl-wolf-strasse 33 D · 78315 radolfzell fon +49 . 77 32 . 940 63 30

www.bora-sauna.de

Editorial



Liebe Leserinnen und Leser,

die tägliche Wetterkarte nach der Tagesschau belegt: hier bei uns im Süden ist es immer ein paar Grad wärmer als in anderen Regionen Deutschlands – auch im Winter, denn der See wirkt als großer Wärmespeicher. Das freut nicht nur die Besucher, sondern auch die Einheimischen. Es gibt wirklich gute Gründe, das gemütliche Zuhause im Winter gelegentlich zu verlassen. Die Natur bietet in dieser Jahreszeit Entschleunigung, Ruhe und Besinnlichkeit, um auf einem Spaziergang bei sich „anzukommen“.

Die Stimmung eines ruhenden Sees mit vereisten Uferzonen an sonnigen Wintertagen ist ein Naturschauspiel der besonderen Art. Die Fülle an kulturellen Möglichkeiten in der Stadt, das Shopping-Angebot und nicht zuletzt Radolfzell als Hochburg der schwäbisch-alemannischen Fasnacht sorgen für eine große Erlebnisvielfalt. Und wer sich zwischendurch eine Auszeit vom Alltag nehmen will, kann in der bora-Saunalandschaft auf tanken und sich mit Wellness verwöhnen – dies direkt am See und am Rande des Naturschutzgebietes.

Und dann ist jetzt Zeit, den Urlaub zu planen. Wissen Sie schon, dass sich neuerdings für Radolfzell und die Mettnau ganz neue Horizonte eröffnen? Radolfzell am Bodensee präsentiert sich mit einzigartigen 360 Grad-Panoramatouren, auf denen Sie die Stadt virtuell völlig neu erkunden können und authentisch erleben, was Sie bei einem Urlaub in Radolfzell erwartet. Einfach mal reinschauen unter www.Radolfzell360.de und www.Metttau360.com.



FOTO ACHIM MENDE

Wir freuen uns auf Sie!

Herzlichst Ihre Nina Hanstein
Geschäftsführerin
der Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH

Impressum

'zeller Magazin: Das Magazin für Einheimische und Gäste der Stadt Radolfzell am Bodensee, Ausgabe 1/18, Erscheinungsweise 6 x jährlich, Auflage: 9.000 Exemplare
Herausgeber: Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH, Geschäftsführerin Nina Hanstein, Bahnhofplatz 2, 78315 Radolfzell am Bodensee, Telefon 07732/81-500, www.radolfzell-tourismus.de
Partner: Med. Reha-Einrichtungen der Stadt Radolfzell – METTNAU, Aktionsgemeinschaft Radolfzell e.V., Stadtwerke Radolfzell GmbH, Stadtverwaltung Radolfzell – Fachbereich Kultur, Wirtschaftsförderung
Anzeigen und Produktion: Labhard Medien GmbH, Max-Stromeyer-Str. 116, 78467 Konstanz, Telefon 07531/9071-0, verlag@labhard.de, www.labhard.de, Geschäftsführung: Thomas Willauer, Gabriele Schindler
Redaktion: Marina Kupferschmid (Leitung), Nicola M. Westphal
RUDOLF: Rolf Zimmermann, www.poth-zimmermann.de
Satz und Gestaltung: hggraphikdesign Heidi Lehmann, 78315 Radolfzell-Möggingen
Druck: Krüger Druck+Verlag, Dillingen
Titelfoto: TSR GmbH – Harald Wochner
Texte und Fotos: Wenn nicht anders vermerkt, wurden uns die Texte und Fotos freundlicherweise von den Projektpartnern zur Verfügung gestellt.

© 2018. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck mit Quellenangabe nur auf Nachfrage beim Verlag.

TAXISIMMEN © Radolfzell 07732/ 3885
● Taxifahrten ● Flughafentransfer zu Festpreisen ● Krankenfahrten ● Fahrten zur Dialyse, Strahlen- und Chemotherapie
● Vorbestellservice ● 24-Stunden-Service
NEU! Rollstuhltaxi (kein Umsetzen erforderlich)
Tel. 07732/38 85 | Fax 07732/98 85 59-16 | taxi@taxi-simmen.de | www.taxi-simmen.de

Inhalt

Editorial Inhalt Impressum	3
3 – 2 – 1 ... Countdown für die Mission „ICARUS“	4-5
Neue Horizonte für Radolfzell und die Mettnau	6-7
Der Yachtbauer vom Bodensee – Bootswerft Martin	8-9
Genuss pur im NaturFreundehaus Bodensee	10-11
Milchwerk wird Oase der Inspiration: Messe LebensArt	12-13
Im Bann der fünften Jahreszeit	14-15
Jetzt vormerken: Radolfzell lädt ein zur See(h)reise	15
Wärme. Wasser. Wohlfühlen.	
bora die saunaoase am see	16-17
Kabarettwinter 2018	18
Die METTNAU –	
das Gesundheitszentrum am Bodensee	19-24
Von Liebe und Heimatsehnsucht – Liederabend	25
Bunt ins Neue Jahr – Neujahrskonzert mit der Südwestdeutschen Philharmonie	25
Großes Festjahr im Storchendorf:	
775 Jahre Böhringen	26-27
'zell mal 4: Die Heimat im Gefühl	28-29
Zukunftsmacher in der Medizin-Technik:	
NDI Europe GmbH	30-31
Stadtwerke setzen auf Mieterstrommodell	32-33
Veranstaltungen Januar – Februar 2018	34-36
Fasnachtstermine Januar – Februar 2018	37
Gewinnspiel Randnotiz RUDOLF	38



FOTO MAX-PLANCK-INSTITUT MÖGGINGEN

3-2-1 ... Countdown für die Mission „ICARUS“

Prof. Dr. Martin Wikelski will mit seinem bahnbrechenden Forschungsprojekt Tiere aus dem All beobachten und so nicht nur Daten zum Artenschutz sammeln, sondern sogar Vorhersagen von ökologischen Veränderungen und Naturkatastrophen treffen. Der Direktor des Max-Planck-Instituts für Ornithologie in Möggingen erzählt, was es mit dem einzigartigen Projekt auf sich hat und warum es demnächst spannend wird.

Ende April diesen Jahres wird Astronaut Alexander Gerst seine geplante Weltraummission „Horizons“ beginnen und für rund sechs Monate zur International Space Station, der „ISS“ fliegen. Der 41-jährige wird der erste Deutsche sein, der zeitweise das Kommando über die Raumstation übernimmt und hat dabei einen bedeutenden Auftrag aus dem beschaulichen Radolfzell-Möggingen mit im Gepäck. Was verbindet Möggingen und die Raumstation? Ganz einfach, die Forschungsarbeit von Prof. Dr. Martin Wikelski, Leiter

des Max-Planck-Institut für Ornithologie in Radolfzell-Möggingen. Der Wissenschaftler arbeitet mit seinem Team an einer neuen, globalen und weltraumbasierten Erdbeobachtungsplattform, dem ICARUS-System. Icarus – dieses Kürzel steht für „International Cooperation for Animal Research Using Space“, einem weltweiten Zusammenschluss von Tierökologen, die die Weltraumtechnologie für ihre Forschung einsetzen. Mithilfe dieses Systems können Tiere mit kleinen, autonom operierenden Sensoreinheiten ausgestattet wer-

den, die weltweit auslesbar und programmierbar sind. „Icarus“ – dieser Name hat für Martin Wikelski aber auch eine übertragene Bedeutung: „Vor 16 Jahren gab es diese augenscheinlich verrückte Idee, die Tierwelt, die wir bisher nur in ihrem einzelnen System betrachten konnten, im globalen Ökosystem zu beobachten. Und in diesem Jahr werden wir wissen, ob es uns gelungen ist, unserem Icarus – genau wie in der griechischen Mythologie – Flügel zu verleihen.“

Die Idee zum Forschungsprojekt

„Die Tiere auf unserer Erde sind ständig in Bewegung“, sagt Martin Wikelski. „Sie fliegen, schwimmen, wandern – manchmal nur wenige hundert Meter, manchmal aber auch tausende von Kilometern. Mit ihren Wanderungen übernehmen sie eine wichtige Aufgabe, denn egal, ob als Pflanzenfresser, Raubtier oder Parasit, nehmen sie Einfluss auf die Ökosysteme der Erde. Über ihre Reisen ist wenig bekannt. Wir wollen mithilfe eines globalen Beobachtungssystems mehr über das Leben der Tiere herausfinden, auf welchen Routen sie wandern und unter welchen Bedingungen sie leben und sterben.“ Ziel der Forschungsarbeit ist es, neue Erkenntnisse zu erlangen, die ebenso der Verhaltensforschung dienen sowie dem Artenschutz. Des Weiteren lassen sich Ausbreitungswege von Infektionskrankheiten wie etwa die Vogelgrippe oder Ebola erforschen sowie Vorhersagen von ökologischen Veränderungen und Naturkatastrophen treffen.

Minisender als Herzstück

Um die Reise der Tiere zu verfolgen, will das Forscherteam unterschiedliche Tierarten mit speziell für das Projekt entwickelten Minisendern ausrüsten. Diese Sender sind das Herzstück von Icarus, denn sie beinhalten ein GPS-Modul, das in der Lage ist, den Aufenthaltsort mit einer Genauigkeit von wenigen Metern zu bestimmen. Zudem lassen sich Beschleunigungen, Ausrichtung im Erdmagnetfeld, Luftfeuchtigkeit und Temperatur messen, sogar in Höhen wie beispielsweise über dem Mount Everest, wo nicht einmal Messungen mithilfe von Drohnen möglich wären. Die kleinen, nicht einmal fünf Gramm schweren

Sender übermitteln ihre Daten an die Internationale Raumstation ISS. Ein Großteil der Daten soll über eine spezielle Online-Datenbank, die sogenannte „Movebank“, für Wissenschaftler, Naturschützer und Politiker rund um den Globus zugänglich und nutzbar sein. „Mit dem Wissen über Tiere und ihre Wanderungen lässt sich die Gesundheit von Millionen von Menschen schützen“, so Wikelski. Krankheitserreger würden oft als „blinde Passagiere“ bei Zugvögeln, Meerestieren oder Huftieren tausende von Kilometern zurücklegen. Als Beispiel nennt der Wissenschaftler die Fälle von Vogelgrippe bei Wasservögeln in Deutschland, die sich aller Wahrscheinlichkeit nach auf eine Einschleppung durch Zugvögel aus Asien zurückführen lässt.

Außerdem könnte beispielsweise die Beobachtung afrikanischer Flughunde helfen, den Ebola-Wirt zu finden. Dank Icarus sollen solche Erkrankungswege zukünftig besser untersucht werden können, mit dem Nutzen, Vorsichtsmaßnahmen frühzeitig einzuleiten. Dass nicht nur Martin Wikelski und sein Team vom Erfolg des Icarus-Projekts überzeugt sind, sondern auch andere Institutionen, zeigt sich in den vielen Kooperationen mit weltweiten Partnern. So besteht zum Beispiel ein „Memorandum of Understanding“ zwischen der Welternährungsorganisation FAO und dem Mögginger Max-Planck-Institut für Ornithologie zum Studium der Ausbreitung globaler Tierseuchen, die auch für Menschen gefährlich werden können. Außerdem unterstützen die 121 Nationen in der Bonner Konvention zum Schutz der wandernden Tierarten die Entwicklungen der Icarus-Initiative.

Steinige Wege und langer Atem

Die für das Projekt weltweiten Kooperationen seien Fluch und Segen zugleich, erzählt Martin Wikelski. „Icarus ist ein völlig neues System, nicht mainstream. Wir müssen immer wieder Überzeugungsarbeit leisten und das auf internationaler Ebene.“

Als Beispiel spricht er über Schwierigkeiten, die es bei der Einigung auf eine weltweite, einheitliche Funkfrequenz gab. „Manchmal gibt es politische Gründe, die Genehmigung nicht zu erteilen, manche Länder erteilen sie nicht, weil sie sich schlichtweg nicht mit der Anfrage beschäftigen haben. Dann warten wir auf die nächste Konferenz, um das persönliche Gespräch zu suchen“, äußert der Professor und fügt schulterzuckend hinzu: „Bei der Zusammenarbeit mit den 193 verschiedenen Nationen der ITU (International Telecommunication Union) „menschtelt“ es eben auch.“

Auf die Frage, ob er ein Projekt wie Icarus noch einmal angehen würde, hält er kurz inne, schüttelt schließlich den Kopf und sagt: „Wenn ich zuvor gewusst hätte, welche Hürden es zu nehmen gibt ... nein, ich würde das wohl nicht noch einmal anpacken.“ Wie er Mitte des Jahres darüber denkt, wenn Astronaut Alexander Gerst live aus dem All über das Icarus-System berichten wird und man in der ganzen Welt vom Max-Planck Institut aus Radolfzell-Möggingen hört, das bleibt wohl abzuwarten.



Die Icarus-Forscher werden über mehrere Jahre Amseln unterschiedlicher Populationen beobachten. So wollen sie untersuchen, wie die Zugvögel die Herausforderungen ihrer Umwelt meistern und ob sie schnell genug auf Veränderungen wie den Klimawandel oder die Verstädterung reagieren können. Ein Maskottchen für diese besondern Amseln wird im April dieses Jahres mit in den Weltraum gehen.

« Prof. Wikelski mit dem Amsel-Maskottchen, das Ende April seine Reise zur ISS antritt.

TEXT UND KLEINES FOTO NICOLA M. WESTPHAL

NEUE HORIZONTE für Radolfzell und die Mettnau

Mit einem Leuchtturm-Projekt für die Vierländerregion Bodensee sorgt der Profi-Fotograf Achim Mende für ganz neue Perspektiven. Er fügt hierzu hochauflösende 360-Grad-Rundumaufnahmen zu virtuellen Panoramatauren zusammen.

Die Stadt Radolfzell und die Mettnau gehören mit zu den Ersten am See, die einen eigenen virtuellen Spaziergang im Internet haben. Potenzielle Gäste erhalten auf beeindruckende Weise einen Vorgeschmack auf die Stadt.

Einmal die Aussicht vom Münsterturm genießen, die Weiten des Naturschutzgebietes auf der Halbinsel Mettnau entdecken oder ganz neue Einblicke ins Innere der METTNAU-Kurgebäude erhaschen.

Mit der neuen Panoramatur „Radolfzell 360“ und „Mettnau360“ kann jeder Radolfzeller am Bodensee auf eine völlig neue Art und Weise kennenlernen. Durch seine Panoramaplattform „Blue360“ ermöglicht es Fotograf Achim Mende, sich an verschiedene Orte rund um den Bodensee zu versetzen und diese durch verortete Virtual Reality-Panoramatauren hautnah erleben zu können. Nach einigen gelungenen Projekten in der Vierländerregion Bodensee haben auch die Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH und die Medizinischen Reha-Einrichtungen METTNAU in Zusammenarbeit mit Achim Mende eine Tour durch Radolfzell und das Kurgelände geschaffen.

Die 360-Grad-VR-Tour wurde jüngst offiziell gelauncht und ermöglicht nun Gästen, Besuchern, aber auch interessierten Einheimischen, die Stadt und die Mettnau völlig neu aus den verschiedensten Blickwinkeln zu erleben und zu erkunden. „Das ist praktisch Surround für die Augen“, so Achim Mende. Die meisten seiner Bilder entstehen aus der Luft. Ob mit Flugzeug, Ballon, Drohne oder Teleskopmast – die Perspektive von oben macht die besonderen Aufnahmen erst möglich. An vielen Orten war er mit seinem Sohn Jean-Paul, der die Drohne fliegt, mehrfach – immer darauf bedacht, bei schönstem Wetter die Fotos zu machen, um das optimalste Ergebnis zu erzielen.

Unter www.radolfzell360.com und www.mettnau360.de erhält man Einblicke in die Panoramen und kann sich durch die virtuelle Welt klicken.

Auf der Tour durch Radolfzell sind aktuell 40 Sehenswürdigkeiten und wichtige Orte der Stadt zu finden. Die Mettnau-Tour hält ebenfalls atemberaubende Hot-Spots bereit. Auch eine Nachtaufnahme zeigt seltene Impressionen von Radolfzell und seinem Umland. Wer die Bilder anklickt, kann sich virtuell um die eigene Achse drehen, nach unten blicken oder in den Himmel. Anschauen kann man sich die 360-Grad-Aufnahmen auf dem Handy, auf dem Tablet, am Computer oder mit einer Virtual-Reality-Brille. Der Betrachter kann sich die Dinge heranzoomen, die ihn besonders interessieren. Was am Computer sehr gut funktioniert, wird mit der Virtual-Reality-Brille noch eindrucksvoller. Denn wer mit der VR-Brille schaut, kann sich per Kopfbewegung in der virtuellen Welt fortbewegen und hat immer das Gefühl, direkt vor Ort zu sein.

Ab sofort steht in der Tourist-Information Radolfzell eine VR-Brille mit „Radolfzell 360“ zur Verfügung.



Kurdirektor Eckard Scholz und Lena Möller (Med. Reha-Einrichtungen der Stadt Radolfzell), Nina Hanstein (Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH), Jean-Paul Mende und Achim Mende (von links).

FOTO MARINA KUPFERSCHMID



FOTO KERSTIN SCHULZE



TEXT MARINA KUPFERSCHMID FOTOS MARTIN-WERFT

Der YACHTBAUER vom Bodensee

Er gilt als der beste Holzbootbauer in Deutschland. Der Radolfzeller Josef Martin ist erste Anlaufstelle für alle, die sich den Traum von einer Nobelyacht in Mahagoni oder Teak erfüllen wollen. Über eine unbändige Leidenschaft zum Beruf und eine besondere Liebe zu morschen Schönheiten.

Egal, ob man sich von der Wasser- oder der Landseite nähert, es sieht unspektakulär aus – fast wie gelebtes Understatement. Doch was da seit vielen Jahren hinter der unscheinbaren Fassade der Martin-Werft auf der Mettnau entsteht, ist alles andere als unspektakulär. Ob neu gebaut mit Segel oder Motor oder restauriert und zu neuem Leben erweckt – die individuellen Schmuckstücke werden in Hochglanz-Zeitschriften seitenweise vorgestellt. Europas größtes Segelmagazin betitelte den Radolfzeller in einer Reportage einmal als „Der Begnadete“, bezogen auf sein alles entscheidendes Gefühl für die ideale Linie eines Schiffes. „Es sind wohl die Gene“, erklärt der 67-jährige seine tiefe Leidenschaft zum Wasser und zu seinem Beruf. Alles begann, als sein

Vater die Werft gründete. Josef Martin wurde hier geboren, nur ein paar Schritte entfernt von dem maritimen Büro im Wohnhaus der Eltern. Das Handwerk seines Vaters war nach dem Krieg von den Franzosen gefragt. Sie hatten Schiffe beschlagnahmt und brauchten jemanden für deren Reparatur. Man arbeitete zusammen und zu diesem Zweck legten Pioniere der französischen Armee eine Slipanlage auf der Mettnau an – fortan die Basis für die Entwicklung der Werft. Bald sollte Josef Martin sie übernehmen: 16 Jahre alt war er, als der Vater starb. Der Junge wurde zur Ausbildung als Bootsbauer nach Friedrichshafen geschickt, mit 22 Jahren lieferte er in Lübeck sein Meisterstück ab – mit Sondergenehmigung, weil er so jung war. Damals entstand sein erstes Boot, eine 7,5 Meter-

Yacht, von der Zeichnung bis zur Fertigung. Er verkaufte sie und nahm das Geld als Starthilfe, als er 1974 den Betrieb von seiner Mutter übernahm. Seitdem baut, restauriert und pflegt er Boote. Bis heute sind es über 80 Neubauten, von denen er fast die Hälfte selbst entworfen hat. Rund 40 Schiffe hat er restauriert.

Es gehört zur Persönlichkeit des Bootsbauers, dass er seine künstlerische Neigung trotz der Zwänge des Brotberufs bewahrte. Eine Grenze erreicht war beispielsweise 1995. Damals beschäftigte er 24 Leute auf der Mettnau – zu viele, wie er meint, um den Überblick zu behalten. Heute sind angesichts voller Märkte, voller Häfen und rar gewordener Liegeplätze am See insgesamt 14 Leute in der Radolfzeller Werft und in der Dependence an der Ostsee auf Fehmarn – genug, um voll ausgelastet zu sein und seine persönliche Handschrift, die in der Marktnische des Holzbootbaus besonderen Wert hat, beibehalten zu können.“ So manchen Sturm, der durch die Bootsbranche heulte, konnte Josef Martin dank mehrerer Standbeine abwettern: Erstens Hafen mit aktuell etwa 200 Liegeplätzen und Service, zweitens Winterlager für 310 Boote, drittens Instandhaltung auch von Kunststoff-Schiffen, viertens Neubau und Restaurierung. „Eines davon läuft immer“, sagt er.

„Unsere Nische sind ganz spezielle Neubauten und Restaurierungen“, macht Josef Martin deutlich. Wie etwa 2017 der außergewöhnliche Neubau eines fast 18 Meter langen Schärenkreuzers

in Original-Bauweise nach Plänen aus 1927 von Gustaf Estlander, den es galt, in althergebrachter Weise in einer Kombination mit Stahl- und Holzspanten zu bauen und massiv zu beplanken anstatt wie heute üblich in formverleimter Bauweise. Und dann ist da noch Josef Martins Leidenschaft für morsche Schönheiten, an denen er einfach nicht vorbeikommt. „Marabu“ heißt die abgetackelte Diva aus Großbritannien mit einst legendären Segeleigenschaften und phantastischen Linien, die er schon 2009 kaufte. Acht Jahre lang fand sich kein Investor, der Enthusiasmus und Geld genug mitbrachte, um dieses Projekt gemeinsam mit Martin-Yachten zu stemmen. Jetzt macht er sich einfach dran an die Restaurierung des einst so stolzen 100er Seefahrtkreuzer X 10, der 1935 bei Abeking und Rasmussen gebaut wurde, und intensiviert die Suche nach einem Käufer. „Solch ein Schiff muss man einfach retten“, so die knappe Antwort von Josef Martin nach dem „Warum“.

Eigentlich könnte der 67-jährige seine Werft längst an die nächste Generation übergeben, um mehr Zeit für seine eigene Segelleidenschaft zu haben. Doch er tut sich schwer mit der Trennung von Freizeit und Beruf. „Das Problem ist, dass mir laufend neue Ideen kommen. Da brauch’ ich die Werft – sie ist immer schon mein Spielfeld“, lacht Josef Martin. Und die Pläne gehen ihm nicht aus. Die Martin-Werft will expandieren. Neben einer neuen Winterlagerhalle soll in naher Zukunft ein kleines Restaurant für Hafenergäher, Einheimische und Gäste entstehen.



„Essen für 2“
zu gewinnen!
siehe Seite 38

TEXT MARINA KUPFERSCHMID FOTOS NATURFREUNDEHAUS BODENSEE

Genießen mit dem Bodensee zu Füßen

Gut essen direkt am Ufer des Bodensees – das ist für Familien vielerorts kaum erschwinglich. Das Restaurant im NaturFreundeHaus Bodensee in atemberaubender Lage setzt auf eine frische und regionale Küche zu fairen, vernünftigen Preisen – ein paradiesischer Platz zum Genießen und ein Ort zum Wohlfühlen für alle.

Wer als Wanderer oder Radfahrer im Radolfzeller Ortsteil Markelfingen das Restaurant mit seiner 50 Meter breiten Sonnenterrasse betritt, ist erstmal überwältigt. Durch die Panoramafenster-Front reicht der 180 Grad-Blick über den Bodensee hinüber zur Halbinsel Mettnau mit ihrem großen Naturschutzgebiet, zur Reichenau und bei guter Sicht auf die Höri. Direkt zu Füßen die weitläufige Liegewiese mit Seezugang, eigenem Badesteg und Spielplatz. Der See ist der Star – bei jedem Wetter. Jeden Augenblick verändert er sein Aussehen. „Immer wieder faszinierend, immer ein anderer Blick, eine andere Stimmung“, sagt Betriebsleiterin Tanya Strahlendorf.

Das NaturFreundeHaus Bodensee als Familienferienstätte gehört zum Landesverband Baden. „Die Naturfreunde sind von der Philosophie her eine Non-Profit-Gesellschaft, die auf ökologische und soziale Nachhaltigkeit setzt. Das setzen wir auch in unserem Restaurant um“, macht Tanya Strahlendorf deutlich. „Auch eine Familie

mit drei Kindern soll sich hier wohlfühlen und die schönsten Dinge des Lebens an ihrem See erleben können. Dazu gehören gutes Essen und Trinken ebenso wie das natur-, sport- und erlebnispädagogische Angebot im Haus“, unterstreicht sie. Das Haus mit 16 (Mehrbett-)Zimmern und einem Bootshaus mit Studio-Appartements hat ganzjährig Familien und Gruppen zu Gast, Urlauber, Schulklassen und Firmen. Es richtet zunehmend Großevents für Team-Building-Maßnahmen aus und ist auch beliebte Adresse für Einheimische sowie für Familien- und Firmenfeiern.

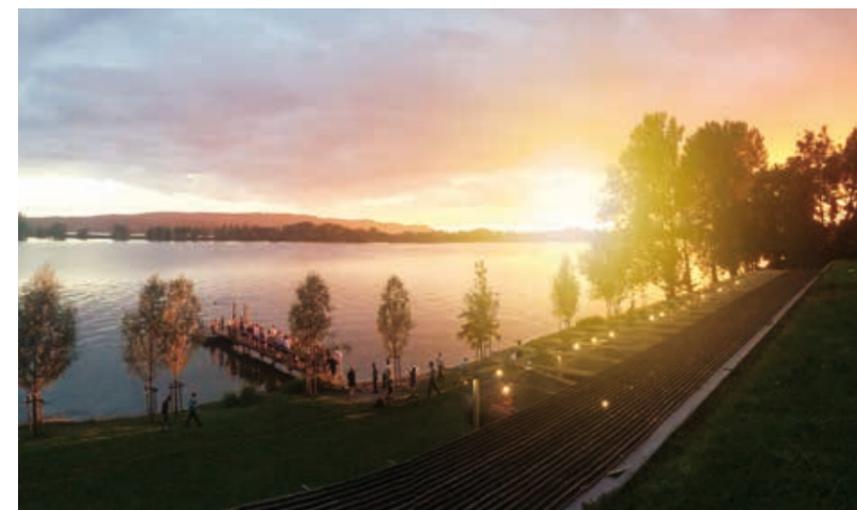
Mit Liebe und Leidenschaft, vor allem mit Spaß und Freude, sind Küchenleiter Felix Röbisch und sein sechsköpfiges Team bei der Arbeit. Beim Besuch des ‚zeller war gerade die Winterkarte in Vorbereitung. Felix Röbisch macht eine Reduktion aus 6 Liter Rotwein auf 300 ml Flüssigkeit mit extremem Aroma, in die er Spätburgunder-Zwetschgen einlegen will. Sie sollen dann karamellisiert als besonde-

re Raffinesse zusammen mit gebratener Perlhuhn-Brust, Kräuter-Kürbis-Risotto und gelber Beete serviert werden. Ein Beispiel dafür, wie der 27-jährige aus der Oberlausitz immer mal wieder experimentierfreudig mit den Aromen spielt und moderne Akzente setzt. „Prinzipiell halten wir unsere Gerichte einfach. Sie müssen aber topp sein“, so die Küchenphilosophie. „Bio- und Fairtrade-Produkte von Anbietern aus der Region sind für uns eine Selbstverständlichkeit. Wir versuchen, die Bauern zu unterstützen, bevorzugen unter anderem Lebensmittel der Regionalmarke „Gutes vom See, die für regionale Qualität sowie für umweltschonende Erzeugung steht“, unterstreicht Felix Röbisch. Obst und Gemüse beziehe man beispielsweise vom Fruchthof Konstanz, Fleisch von der Metzgerei Müller in Konstanz. Bei den Fischgerichten setzt man einzig auf echten Bodenseefisch, der von einem kleinen Fischerei-Betrieb von der Reichenau geliefert werde. „Wenn es keine Felchen oder Saiblinge gibt, dann stehen eben nur Fo-

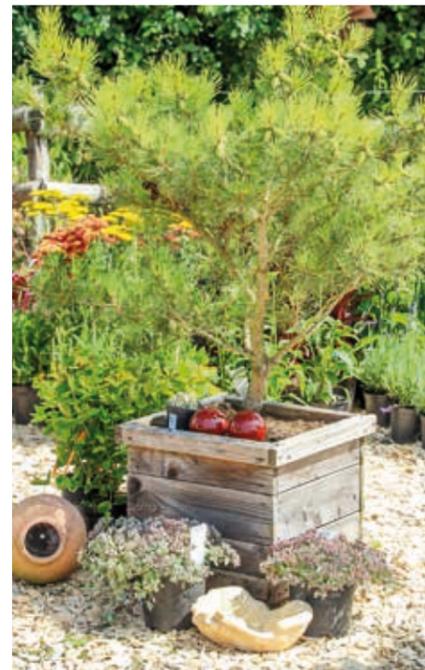
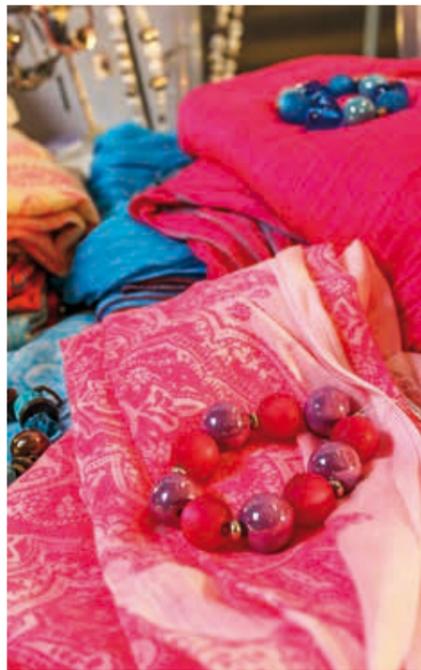
relle, Zander oder Barsch auf der Karte“, so der Küchenleiter konsequent. Die zur Größe des Hauses relativ kleine Küche gibt eine weitere Linie vor. „Unsere Speisekarte ist klein, aber fein gehalten, so dass sie für jeden etwas bietet.“ Daneben gibt es eine Saisonkarte mit drei oder vier Gerichten. Diesen Winter dominieren hier beispielsweise Schwarzwurzeln, Quitten und Wild. Absolute Renner der Speisekarte sind die frischen NaturFreundeHaus-Burger mit

selbstgebackenen Burgerbrötchen vom Fuchshof in Dingelsdorf und hauseigener Burgersoße, wahlweise als Veggie-Burger oder mit Bio-Rindfleisch und in „verrückter Variante“ (Felix Röbisch) mit gezupfter Wildschweinschulter, Feldsalat, Zwiebel-Birnen-„marmelade“ und Gorgonzola. Sie werden von Alt und Jung geliebt. Rund 8.000 Stück wurden im vergangenen Jahr verkauft.

„Wir sind ein sehr enges Team, das jetzt seit zwei Jahren hier das Haus führt. Die vielen Wiederkehrer – ob Spaziergänger, Radfahrer oder Einheimische, die regelmäßig zum Essen oder zu Kaffee und Kuchen (selbst gebacken vom Fuchshof) kommen, sind eine schöne Motivation für uns“, resümiert Tanya Strahlendorf. „Auch über die vielen jungen Familien, die zunehmend hier essen und die große Kinderecke im Restaurant schätzen, freuen wir uns.“



NATURFREUNDEHAUS BODENSEE
Radolfzeller Straße 1
78315 Radolfzell-Markelfingen
Telefon 07732/823770
www.naturfreundehaus-bodensee.de



LebensArt

Milchwerk Radolfzell
Freitag - Sonntag
19. - 21. Januar
täglich 10 - 18 Uhr

Weitere Informationen

www.lebensart-messe.de



Milchwerk RADOLFZELL

TAGUNG : KULTUR : MESSE

Milchwerk wird OASE DER INSPIRATION

Zu Beginn des Jahres 2018 steht in Radolfzell eine Premiere bevor: Vom 19. bis 21. Januar kommt die bundesweit bekannte Ausstellungsreihe LebensArt in die Stadt. Die Messe zeigt an drei Tagen alles, was das Leben in Haus und Garten schöner macht.

Dabei spielt der Trend, Wohnräume nach draußen zu verlagern, eine bedeutende Rolle. Eine Outdoor-Küche, eine Wellness-Oase oder einfach eine Lounge mit hochwertigem Mobiliar? Egal welche Wünsche bestehen, die LebensArt bietet die passenden Ideen! Wertige Holzmöbel, für den dauerhaften Einsatz im Freien geschaffen, sorgen für eine besondere Atmosphäre. Auch für Hobbyköche und Grill-Enthusiasten bietet die LebensArt Passendes.

Entspannung pur versprechen die Anbieter von Wellness-Einrichtungen für Haus und Garten. Ein freies Zimmer oder ein ungenutzter Kellerraum genügen, um mit Infrarotkabine und Massage-liege eine Oase der Erholung zu schaffen. Besonders nah an der Natur und dabei herrlich entspannend ist ein Softub Whirlpool im Garten oder auf der Terrasse.

Wer bereits frühzeitig die Pflanzsaison vorbereiten möchte, findet neben Gartenschere und vielen weiteren Kleinwerkzeugen auch Gewächshäuser und Pflanzensamen. Um dem Garten Struktur zu verleihen, bieten sich Accessoires wie Rosenbögen und Skulpturen aus Stein und Metall an. Individuell gestaltete Unikate fertigt der Allgäuer Künstler Georg Lerchenmüller nach eigenen Entwürfen. Die Skulpturen, die auf Kundenwunsch in sämtlichen Metallarten gefertigt werden können, setzen in jedem Garten Akzente.

Exklusive Mode aus edlen Stoffen wie Seide und Cashmere erfreuen insbesondere die weiblichen Besucher, ebenso wie handgefertigter Schmuck aus kleinen Manufakturen und individuell gefertigte Taschen. Dass Gutes gar nicht teuer sein muss, ist den Organisatoren Sabine Prothmann und Eva Gehrke vom Lübecker Unternehmen Das AgenturHaus GmbH dabei besonders wichtig:

„Wir wählen die kleinen Manufakturen sorgfältig aus. Dadurch, dass die Designer ihre Kreationen selbst vermarkten, können die Unikate zu attraktiven Preisen angeboten werden“.

Kulinarische Spezialitäten aus aller Herren Länder ergänzen das Angebot der LebensArt. Mediterrane Köstlichkeiten wie Oliven gehen mit alpenländischen Schmankerln wie deftigem Bergkäse eine kulinarische Liaison ein. Galloway-Rindersalami speziell für Männer gefertigt und mit Whiskey aus den Highlands aromatisiert wetteifert mit italienischem Mandelgebäck um den Platz 1 in Sachen kulinarisches Highlight. Schokoladenkunst vom Feinsten bietet Silvia Scharmacher von der Manufaktur Bodenseetrüffel aus Radolfzell.

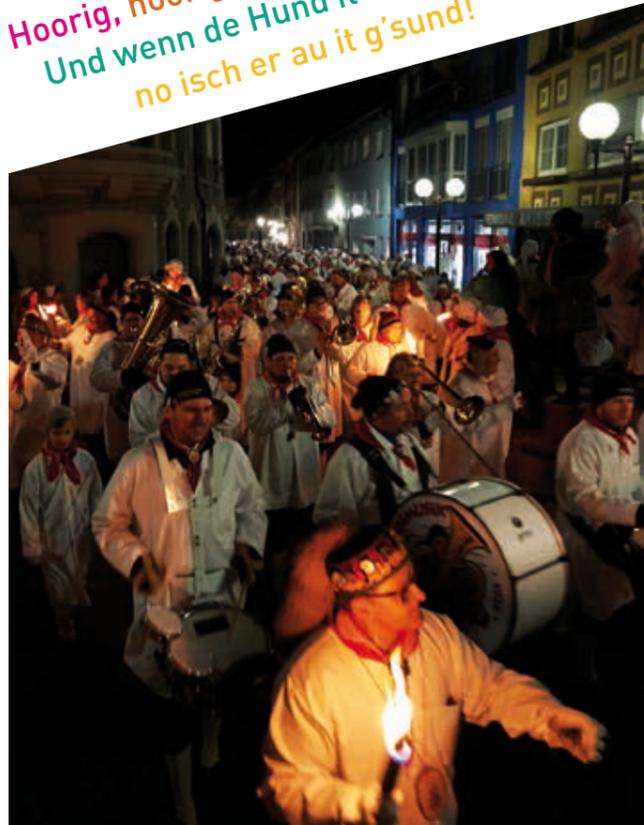
Bereits von weitem zu sehen ist der Rotisserie-Smoker Barbe Q of Switzerland von Rolf Zubler. Der charismatische Schweizer gastiert mit seiner „Q Lorli“, einem Eigenbau mit beeindruckenden zwölf Metern Länge, direkt vorm Milchwerk. Im Bauch der roten Kuh können bis zu 3.000 kg Fleisch auf einen Schlag zubereitet werden. Feinstes Fruchtholz verleiht dem Fleisch hierbei den charakteristischen Smoker-Geschmack – Fleischgenuss vom Feinsten, wie Zubler versichert.

Mit Musik und Vorführungen der beteiligten Aussteller sorgen die Organisatoren für ganztägige Aktionen an allen Messetagen. Mit dabei ist auch das Schlagzeugensemble der Musikschule Radolfzell unter der Leitung von Martin Deufel. In unterschiedlichen Besetzungen spielen Dominik Morgenstern, Noah Burger und Jonas Haller. Im Zentrum der mitreißenden Darbietungen steht dabei das Marimbaphon, das mit zweieinhalb Metern Breite auch optisch beeindruckt.



FOTOS VERANSTALTER

Hoorig, hoorig, hoorig isch de Hund!
Und wenn de Hund it hoorig isch,
no isch er au it g'sund!



TEXT BARBARA BURCHARDT FOTOS KUHNLE & KNÖDLER

Im Bann der fünften Jahreszeit

In diesem Jahr ist sie wieder mal früh dran, die Fasnet. In der schwäbisch-alemannischen Form hat sie ihren Beginn am 6. Januar. Die weihnachtlichen Festtage enden und die Narren gewinnen die Oberhand bis zum eigentlichen Höhepunkt der närrischen Tage zwischen dem „Schmutzigen Dunschdig“ am 8. Februar und dem Ende der Fasnet am Aschermittwoch, in diesem Jahr am 14. Februar. Wie so oft, ist auch hier in Radolfzell alles ein bisschen anders, denn hier geht's immer schon am Mittwoch los mit dem berühmten Hemdglonker-Umzug, der in anderen Städten am See erst am Donnerstag stattfindet.

Die Fasnet polarisiert. Man liebt sie oder man geht ihr aus dem Weg. In jedem Fall ist es eine ganz besondere Zeit und eine gepflegte Tradition hier am Bodensee. Natürlich gehört es dazu, gemeinsam ausgelassen zu feiern und die närrische Stimmung aufzunehmen. Vielmehr aber lohnt es sich, das Brauchtum kennenzulernen und einzutauchen in das, was die Fasnet eben auch ausmacht: Die meist sehr direkte, aber doch liebevolle Narrenschelte an die „Oberen der Städte“ während der Narrenspiegelsitzungen und bunten Abende ebenso wie die generalstabsmäßig organisierten Umzüge, bei denen die „Hästräger“ mit ihren beeindruckenden Narrenkostümen die Oberhand haben.

Während Zunftmitglieder ihr Häs ein Leben lang tragen, ist die Fasnacht für alle anderen, die einfach nur Teil der fünften Jahreszeit sein möchten, jedes Jahr der perfekte Anlass, ihrer Kreativität freien Lauf zu lassen.

Denn in Radolfzell geht man beispielsweise zum Dreikönigsfrühschoppen am 6. Januar oder zum Narrenspiegel der Narrizella Ratoldi am 26., 27. oder 28. Januar verkleidet. Da wird schon Monate vorher über das Kostüm für die kommende Fasnet gegrübelt und dann genäht, gewerkelt und gebastelt. Im Idealfall hat man für jeden der besonderen Tage ein anderes Outfit samt allerlei Zubehör und närrischer Spaßartikel.

Entweder gehört man zu den Glücklichen, die dafür im heimischen Keller oder auf dem Dachboden eine „Fasnetkiste“ haben, die seit Generationen mit diesem oder jenem gefüllt wird. Oder man stattet sich neu aus (wobei es auch „Fasnetkistenbesitzer“ geben soll, die doch lieber immer mal wieder mit der Zeit gehen möchten und sich neu ausstatten). Und in unserer Stadt ist es in der Tat ein leichtes, beispielsweise ein Hemdglonkeroutfit samt passenden Strümpfen oder traditionellem Halstuch käuflich zu erwerben.

Direkt nach der Weihnachtsdeko wechseln die Sortimente in Richtung der fünften Jahreszeit. Zum Beispiel im Kaufhaus Kratt am Radolfzeller Marktplatz ist man bestens beraten: Dort gibt es nicht nur die traditionellen weißen Nachthemden, die roten Halstücher mit weißen Tupfen und die obligatorischen gestreiften Strümpfe, sondern auch Stoffe, Nähzubehör und komplette Kostüme für jeden Geschmack, die es einem einfach machen, für ein paar Tage in eine andere Haut zu schlüpfen. Auch bei Swars in

der Schützenstraße gibt es nicht nur Spielwaren und Modellbau, sondern ebenfalls „Alles für die tollen Tage“, unter anderem von Marken wie Andrea Mode, Fries Fritz oder Hilka. Wer lieber selbst schneidern mag, dem sei das Kinderstoffzimmer in der Sankt-Johannis-Straße wärmstens empfohlen: Stoffe in allen Varianten, Knöpfe, Applikationen, Schnittmuster und sogar Nähkurse gibt es bei Alexandra Mäurer.

Und falls die Tage am Ende doch ein wenig zu heftig waren: In der Neuen Stadtapotheke in der Sankt-Johannis-Straße oder in der Residenz Apotheke in der Poststraße gibt es sicher schnelle Hilfe.

In diesem Sinne: ein dreifach kräftiges Narri Narro!

www.herzlich-einkaufen.de

Zweirad
MEESS
bei Reparatur
Leihrad kostenlos
www.Zweirad-Mees.de

Großer Fahrradverleih!
Inh. Bertram Pausch · Höllturmpassage 1 · Radolfzell · Tel. 07732-2828
Mo bis Fr 9.00 – 18.00 Uhr
Sa 9.00 – 14.00 Uhr Verkauf · Verleih · Reparatur

» JETZT VORMERKEN!

Radolfzell lädt ein zur
See(h)reise



Am 18. März 2018 findet in Radolfzell der erste verkaufsoffene Sonntag des neuen Jahres statt. Bereits zum elften Mal lockt der örtliche Handel unter dem Motto „See(h)reise“ von 12.30 bis 17.30 Uhr mit originellen Sonderaktionen, tollen Angeboten und einem Rahmenprogramm für die ganze Familie, das lustig ist und allen Spaß machen wird.

Tourismusangebote rund um den Bodensee

An diesem Tag dreht sich pünktlich zum Start in die Reise-saison alles um die touristischen Angebote rund um den Bodensee, die sich in ihrer ganzen Vielfalt präsentieren und zum Besuch einladen. Zahlreiche Anbieter touristischer Leistungen und Einrichtungen am See präsentieren sich an diesem Sonntag in der gesamten Stadt vom seemaxx bis zum Seetorplatz und machen Lust auf Urlaub und mehr.

Kinderspaß, Kulinarik und Musik

Und damit die Reise zum Vergnügen für alle wird, ist neben der Inspiration für Erwachsene auch für den Nachwuchs mit einem vielfältigen Kinderprogramm eine Menge geboten. Für die musikalische Unterhaltung wird gesorgt sein und das gastronomische Angebot besticht an diesem Tag durch eine ebenso große Vielfalt.

Die Radolfzeller Arbeitswelt

Unter diesem Titel gibt es eine Gewerbeschau auf dem Marktplatz. Dort präsentieren sich Radolfzeller Unternehmen und zeigen, welche Ausbildungsmöglichkeiten bei ihnen zur Verfügung stehen. Dazu gehören beispielsweise Fliesen Schlenker, Elektro Buhl, Diez Fußbodentechnik, Sanitär Schäuble und viele mehr.

www.aktionsgemeinschaft.de

Joos
Über
8.000
[E]-Bikes
am Lager

www.fahrradlagerverkauf.com

Zweirad Joos GmbH & Co.KG | Schützenstr. 11 + 14 | 78315 Radolfzell | Fon. 07732 / 823680

Exklusiv-
Gutschein
zu gewinnen !

siehe Seite 38



Saunagarten



Russische Rauchsauna



Kelosauna



Kaminfeuer in der finnischen Erdsauna



Saunasteg



Ruhehaus



Japanisches Onsenbad

TEXT MARINA KUPFERSCHMID FOTOS BORA GMBH & CO KG

WÄRME. WASSER. WOHLFÜHLEN.

Sehnsucht nach Wärme in diesen kalten Tagen? Sich voll und ganz entspannen und sich die Alltagslast von Seele und Körper schwitzen mit Blick auf den winterlichen See. Dann ist das bora HotSpaResort genau das Richtige, um sich rundum wohlfühlen. Als Oase der Ruhe für Körper und Geist schreibt die bora seit 15 Jahren Erfolgsgeschichte in Radolfzell.

Das Wort „Sauna“ stammt aus dem Finnischen, genauer gesagt aus Lappland. Jedem Finnen wird diese Form der Schwitzkur in die Wiege gelegt. Erfunden haben die Finnen sie allerdings nicht. Im frühen Indien war das Schwitzbad vornehmlich als Heilungsstätte von Krankheiten bekannt. In Griechenland sind Badeanstalten aus der Zeit um 700 vor Christus bezeugt. Auch die alten Römer schwitzten gern, allerdings erst um die Zeit vor 300. Die Mayas und Azteken hatten schon vor über 1200 Jahren ihre sogenannte „Temascal“. Dann übernahmen die Indianer dieses eher religiöse Ritual. In einem Zelt wurden Steine erhitzt, darauf Wasser geschüttet und schon konnte die Schwitzprozedur beginnen. Aber auch die Europäer waren dem Schwitzen nicht abgeneigt. So sollen sich etwa in Irland bereits im 11. Jahrhundert zahlreiche

Badefreudige sogar in singender Weise im dampfenden Bad gemüht haben. Die „Banja“, ein Holzhäuschen mit Steinofen, verbreitete sich im vorigen Jahrhundert von Russland ausgehend bis nach Mitteleuropa. Wie auch immer: Die Kultur des Saunabesuchs ist seit jeher ein beliebter Brauch.

Viele Besucher empfinden die Sauna als Ruhepol, als Oase im Alltagstrott und nutzen sie daher regelmäßig – nicht nur im Winter. Gute Gründe für die Sauna gibt es mehr als genug. Das Schwitzen steigert das Wohlbefinden und härtet bei regelmäßiger Anwendung den Körper gegen Erkältungen ab. Einmal die wohltuende Wirkung erfahren, will niemand mehr darauf verzichten. Bernd Schuler, Geschäftsführer der mit über 8.000 Quadratmeter größten Saunalandschaft am ganzen Bodensee weiß, wovon er spricht.

Dass seinerzeit jene Sauna, die er regelmäßig besuchte, die Pforten schloss und er keine Alternative mehr fand, war für ihn der Auslöser, selbst in eine Anlage zu investieren – der Beginn einer Erfolgsgeschichte: Ihre Lage am Rande des Naturschutzgebietes direkt am See mit eigenem Strand, wo man auch im Winter eingehüllt in dicke Decken im Liegestuhl relaxen und einen herrlichen Ausblick auf See und Berge genießen kann, macht die bora-Sauna zu einer der schönsten und beeindruckendsten in ganz Europa. Das Einzugsgebiet des HotSpaResorts mit angegliedertem Vier-Sterne Designhotel und ganzheitlichen Beauty- und Wellnessangeboten reicht bis tief in die Schweiz und in den Stuttgarter Raum. „Unsere Besucher schätzen es, dass wir keine Therme mit den üblichen Geräuschpegeln sind, sondern eine ruhige Sauna mit direktem Seezugang“, unterstreicht er. Alle zehn Saunen sind ein Erlebnis zum Entspannen. Viele Ideen für den stufenweisen Ausbau brachte Bernd Schuler von seinen Reisen mit. Einzigartig dürfte das originalgetreu und ursprünglich gestaltete japanische Onsenbad sein. Onsen bedeutet „heißes Wasser“. Mit wohltuenden 38 bis 42 Grad Wassertemperatur und traditionell in Naturstein eingelassen, ist es etwas ganz Besonderes zur Regeneration von Körper und Seele, fantastisch auch für die Muskulatur. Die Russische Rauchsauna etwa gibt es in ihrer Art ein zweites Mal deutschlandweit nur in Thüringen. Bei der ersten Befuerung mit Holz wird der typische Rauch-Geruch erzeugt. Das Abklopfen mit Birkenreisig wirkt durchblutungsfördernd, entschlackend und rundet den Sau-

nagang traditionsgerecht ab. Mit orientalischen Düften kann man sich bei 85 bis 95 Grad in der Kelosauna verwöhnen lassen oder als besonderes Erlebnis in einer Erdsauna finnischen Ursprungs Atmosphäre und Stille am lodernden Kaminfeuer genießen. Für eine weitere Ausbaustufe, die in diesem Jahr umgesetzt wird, reiste Bernd Schuler eigens nach Marokko und in die Türkei. Die neue Attraktion soll ein Hamam werden, zusammen mit einem neuen Massage- und Kosmetikbereich sowie Ruheraum. Ein orientalisches Traum mit viel Marmor. Im Hamam liegt man auf heißen Steinen und wird mit einer Seifenschaummassage gereinigt. „Das ist Entspannung pur. Normalerweise braucht der Hotelgast zwei bis drei Tage, um „anzukommen“, nach der Behandlung im Hamam ist man so runtergefahren, dass der Urlaub direkt beginnen kann, schwärmt Bernd Schuler.

Weil seine Erfahrung zeige, dass der Großteil der Besucher physische und psychische Entspannung in der Sauna suche, gehe die bora den neuen Trend zu Großsaunen und Eventsaunen mit 100 bis 200 Personen in der Saunakabine bewusst nicht mit, so Bernd Schuler. Das Kommen und Gehen der vielen Leute allein sorge hier für Unruhe. Es gibt aber Ausnahmen, auf die man sehr stolz ist: 2015 beispielsweise war man Ausrichter der Deutschen Aufguss-Meisterschaften und 2017 fanden die Vorentscheidungen dieser jährlichen Meisterschaft in der bora statt.

Informationen unter www.bora-sauna.de



KULTUR
Radolfzell
präsentiert.

Heimspiel und Goldene Zwanziger

Kabarett-Winter 2018: Es gibt etwas zu lachen!

Mit seinem ersten Soloprogramm räumte der gebürtige Radolfzeller René Sydow elf Kleinstkunstpreise ab und sorgte für ausverkaufte Häuser. Nach seinem Auftritt vor zwei Jahren in Radolfzell macht er am 12. Januar mit seinem neuen Programm „Warnung vor dem Munde“ den Auftakt zum 29. Kabarett-Winter in seiner Heimatstadt. Unvergleichlich talentiert geht es in den darauffolgenden Wochen an sieben Abenden weiter. Die Geheimtipps El Mago Masin und Lutz von Rosenberg Lipinsky konnten bereits bei der 1. Radolfzeller Lachnacht im Jubiläumsjahr überzeugen und sich für eigene Abende beim diesjährigen Kabarett-Winter empfehlen. Ihren ersten Auftritt in Radolfzell hat dagegen Top-Act Desirée Nick. Die spitzzüngige Diva lädt die Besucher zu einem fulminanten Abend in die Welt der Goldenen Zwanziger Jahre ein. Berliner Schnauze, Chansons und ein Hauch von Erotik inklusive.

Programm Kabarett-Winter 2018

Freitag, 12. Januar René Sydow
„Warnung vor dem Munde“

Freitag, 19. Januar Frederic Hormuth
„Halt die Klappe, wir müssen reden“

Freitag, 26. Januar El Mago Masin
„Operation Eselsohr“

Freitag, 2. Februar Eva Eiselt
„Vielleicht wird alles vielleicht“

Freitag, 16. Februar Roman Weltzin
„Brainwashed! Mein Gehirn macht mich fertig!“

Freitag, 2. März Volker Weinger
„Bildung. Macht. Schule“

Donnerstag, 15. März Desirée Nick
„Die letzte lebende Disease – Blandine reloaded“

Freitag, 23. März Lutz von Rosenberg Lipinsky
„Wir werden alle sterben! Panik für Anfänger“

Milchwerk Radolfzell

Beginn ist jeweils um 20 Uhr | Einlass um 19.15 Uhr

Der Vorverkauf für alle Veranstaltungen hat bereits begonnen. Tickets sind erhältlich in der Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH, Tel. 07732/81-500, sowie über alle Reservix-Vorverkaufsstellen oder über www.reservix.de

Den Programmflyer zum Downloaden gibt es unter www.radolfzell.de/kabarett-winter

Eintrittspreise (reservierte Platzkarten):

Vorstellungen im Kleinen Saal 19,- € | ermäßigt* 17,- €.
Vorstellungen im Großen Saal am 15. März 27,- / 23,- / 19,- € | ermäßigt* je 2,- € (*Schüler, Studenten, Schwerbehinderte)

Freitag **19.01.**



Frederic Hormuth
„Halt die Klappe,
wir müssen reden“

Freitag **02.02.**



Eva Eiselt
„Vielleicht wird
alles vielleicht“

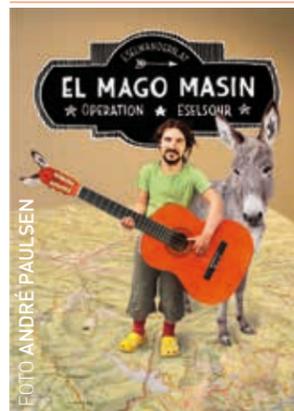
Roman Weltzin
„Brainwashed! Mein
Gehirn macht mich fertig!“

Freitag **12.01.**



René Sydow
„Warnung vor
dem Munde“

Freitag **26.01.**



El Mago Masin
„Operation Eselsohr“

Freitag **16.02.**



IN DIESER AUSGABE MIT FOLGENDEN THEMEN:



Lauf, lauf, lauf ...



Gesunde Ernährung



Nico's Blog:
„Nordic walking“

TEXT NICOLA M. WESTPHAL FOTOS METTNAU | ACHIM MENDE · NICOLA M. WESTPHAL

Die METTNAU – Bewegung ist Leben

Die METTNAU setzt auf Prävention und Rehabilitation und ist ein verlässlicher Partner für den Start in eine gesunde Lebensführung.

Die METTNAU ist deutschlandweit eines der traditionsreichsten Zentren für Bewegungstherapie. Das Leistungsangebot der METTNAU steht unter dem Motto „Bewegung ist Leben“, denn nur das optimale Zusammenspiel von Aktivität und Entspannung, seelischer Balance und gesunder Ernährung generiert die Energie, die der Körper zur Bewältigung des Alltags benötigt.

Premiumlage

Die METTNAU liegt auf der Bodensee-Halbinsel Mettnau bei Radolfzell, inmitten einer der schönsten Kulturlandschaften Europas und bietet optimale Voraussetzungen für eine nachhaltige Erholung. Die reizvolle Lage – direkt am Bodensee – mit allen Sinnen genießen, das vielfältige kulturelle Angebot nutzen, die Region mit ihren Sehenswürdigkeiten entdecken, so kann man dem Alltag entfliehen, abschalten und aufladen.

Das Konzept

Auf der METTNAU wird der Mensch in seiner Gesamtheit betrachtet und während seines Aufenthalts individuell begleitet. Das Leistungsspektrum umfasst die Bereiche Medizin, Psychologie, Sport und Ernährung. Jahrzehntelange Erfahrung und permanente Weiterentwicklung sind die Basis für das erfolgreiche Behandlungskonzept.

Die Therapie

Ziel der METTNAU ist es, Krankheiten erst gar nicht entstehen zu lassen. Ein Team aus 25 Sportlehrern und Therapeuten, 20 Medizinern, darunter Kardiologen, Internisten, Ernährungsspezialisten und Psychologen, steht für Erfahrung und interdisziplinärer Behandlungsansätze. Die METTNAU setzt Impulse für eine nachhaltiger Lebensführung sowie ein seelisches und körperliches Wohlbefinden.

Die METTNAU – gesund werden, gesund sein, gesund bleiben. Eigene Ressourcen wiederentdecken und reaktivieren.

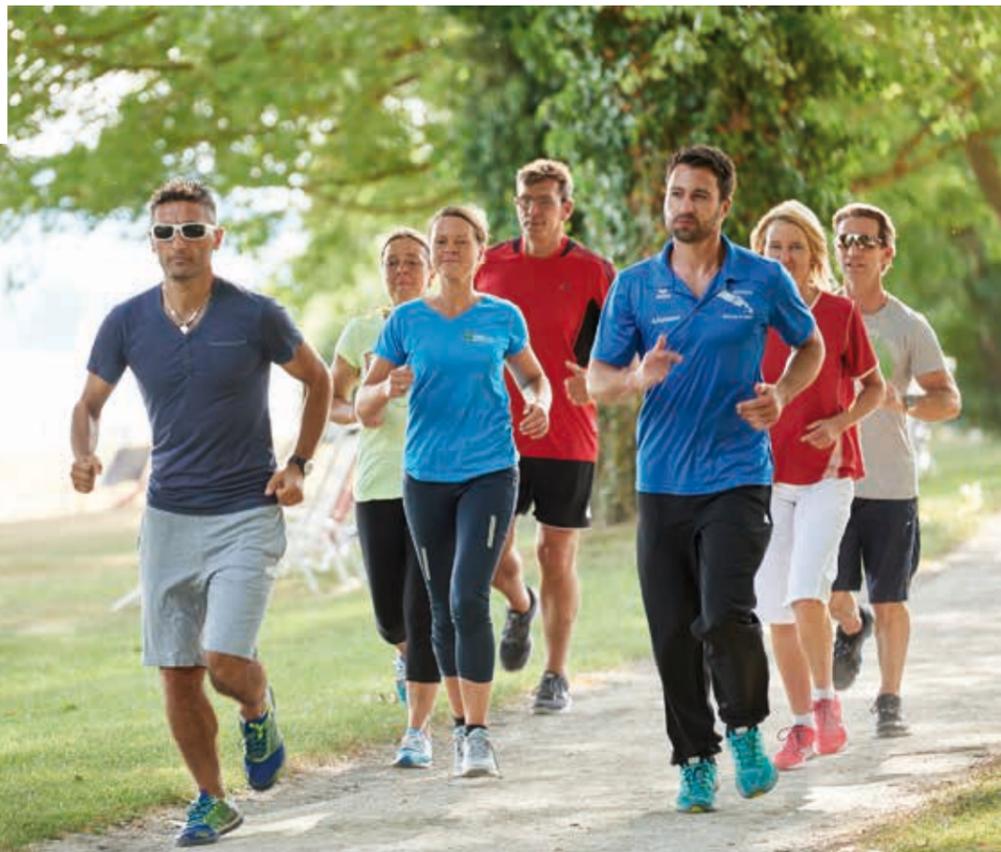
METTNAU Medizinische Reha-Einrichtungen der Stadt Radolfzell
Strandbadstraße 106
78315 Radolfzell am Bodensee
Telefon 07732/151-0

Reservierungsanfragen:
Telefon 07732/151-810
info@mettnau.com
www.mettnau.com



LAUF, LAUF, LAUF ...

JOGGEN ... bedeutet einen „gemächlichen Dauerlauf“, ist effektiv und macht den Kopf frei.



WALKEN (GEHEN) ... ist ein guter Einstieg in ein Leben mit Bewegung. Mit wenig Aufwand und Anstrengung lässt sich beim Walken die Ausdauer trainieren. Wie bei jedem Lauftraining, ist auch beim Walken das Aufwärmen mit Dehnübungen wichtig.



NORDIC WALKING ... gilt als die ideale Ausdauersportart, denn es werden mit Hilfe der Stöcke neunzig Prozent aller Muskeln trainiert. Dabei laufen Sie leichter und schneller bergan und entlasten bergab die Gelenke.



Laufen macht nicht nur Spaß, sondern ist gut für unsere Gesundheit, wie Dagmar Ableitner, Sporttherapeutin der METTNAU, im Interview erklärt:

Frau Ableitner, Sporttherapeuten raten zu einem „aeroben Ausdauertraining“. Was genau ist das?

Von einem aeroben Ausdauertraining, beziehungsweise Energiestoffwechsel spricht man, wenn bei der Aktivität, also beim Laufen, so viel Sauerstoff aufgenommen werden kann, wie in der Muskelzelle genutzt und verbraucht wird. Dies funktioniert bei niedriger Trainingsbelastung. Der Körper verbrennt dann Kohlenhydrate und vor allem auch Fett.

Welche Lauf-Sportarten eignen sich dazu?

Es eignet sich Walking, Nordic Walking, Joggen wie auch das Wandern, Inlinern, Skilanglauf und Skiwandern. Im Indoorbereich kann das Training auf dem Ergometer, Laufband und Ruderergometer oder Crosstrainer stattfinden.

Und was genau bringt mir das für die Gesundheit?

Bei regelmäßigem Ausdauertraining senkt sich der Ruhepuls, der Blutdruck, die Blutfettwerte wie das LDL-Cholesterin und die Triglyceride. Gleichzeitig senken sich das Körpergewicht sowie die Ausschüttung

von Stresshormonen. Insgesamt wird das Diabetes- sowie Brust-, Darm- und Prostatakrebs-Risiko gesenkt. Außerdem werden die Herzökonomie, die Stresstoleranz, die Muskeldurchblutung, die Blutfließeigenschaften und die Immunabwehr verbessert. Regelmäßiges aerobes Training fördert die Schlafqualität und lässt uns insgesamt ruhiger, zufriedener und ausgeglichener sein.

Wie sieht ein sinnvolles Lauftraining aus?

Anfänger laufen und gehen entsprechend ihres Fitnesszustandes minutenweise im Wechsel. Insgesamt nicht länger als 30 Minuten. Die Devise heißt: „Weniger ist mehr“, sowohl bei der Dauer wie auch beim Tempo, denn das Lauftempo ist dabei nicht viel schneller als ein zügiges Gehtempo. Fortgeschrittene laufen im lockeren Dauerlauf. Als Regel gilt: Man sollte sich dabei noch unterhalten können. Erfahrene Läufer können ein Mal pro Woche das Tempo bis zum zügigen Dauerlauf steigern. Grundsätzlich beginnt jedes Training mit Aufwärmübungen und einem langsamen Einlaufen. Und bei Trainingsende gilt es sich Abzuwärmen, indem man die letzten Minuten das Tempo verlangsamt und mit Dehnungs- und Lockerungsübungen abschließt. Entscheidend sind die Häufigkeit und Dauer des Trainings. Wichtig ist es, regelmäßig zu trainieren,

optimalerweise dreimal pro Woche 30 Minuten mit einem Tag Pause zwischen den Trainingseinheiten.

Und wie steigern ich die Ausdauer und damit den Trainingserfolg?

Für Fortgeschrittene lautet die Regel: „Öfter vor länger vor schneller“.

Stichwort „Puls“: Gibt es Richtwerte?

Im Idealfall wird ein Trainingspuls über ein Belastungs-EKG vom Arzt ermittelt und dann während des Trainings mit einer Pulsuhr beobachtet.

Was sollte man bei der Wahl des Ausdauertrainings berücksichtigen?

Laufen ist gesund, allerdings gibt es auch hier Regeln für ein „gesundes Training“. So ist dieses individuell anzupassen – je nach Körpergewicht und Konstitution, Fitness- und Gesundheitszustand sowie nach „Tagesform“. So sollte man bei einer leichten Erkältung eher keinen Sport ausüben. Bei Minusgraden eher kürzer und langsamer, bei Temperaturen ab 28 Grad lieber im Wald laufen. Außerdem sollte man bestenfalls zwei bis drei Stunden vor dem Sport nichts mehr essen, sehr wohl aber über den Tag genügend trinken. Im Übrigen: Bei der Entscheidung für die richtige Sportart kann man durchaus den betreuenden Arzt, einen Sportlehrer oder Physiotherapeuten zu Rate ziehen.



WANDERN

... bringt gerade bergauf den Kreislauf auf Trab und belohnt Wanderer in der Bodenseeregion mit einem tollen Ausblick über den See.



Laufstilberatung der METTNAU

Gäste der METTNAU haben die Möglichkeit, eine professionelle Laufstilberatung zu buchen. Die Sporttherapeuten (hier Dagmar Ableitner) filmen und beurteilen die Lauftechnik und geben Tipps zum Fußabrollverhalten, der Rumpfstabilität und der Armarbeit. Ziel ist es, den Sporttreibenden zu unterstützen, ökonomisch, leicht und natürlich zu laufen.

FRAGEN NICOLA M. WESTPHAL
FOTOS METTNAU | NICOLA M. WESTPHAL

Ernährung: Vollwertig & ausgewogen

Fit und gesund durch das neue Jahr

„Vollwertig essen und trinken“ lautet das Motto, wenn Sie sich gesund ernähren möchten. Im Ernährungsdschungel und bei dem Überangebot an Nahrungsmitteln gilt es jedoch, einige Regeln zu beachten. Diese erklärt Nicole Schnetzer, Diätassistentin und Ernährungsberaterin/DGE:

FRAGEN UND FOTOS NICOLA M. WESTPHAL

Frau Schnetzer, es gibt in Deutschland viele Menschen mit Übergewicht und eine Vielzahl ernährungsbedingter Krankheiten. Welchen Beitrag kann eine vollwertige Ernährung zur Gesundheit leisten?

Eine vollwertige Ernährung kann nachweislich dazu beitragen, unsere Leistungsfähigkeit und Gesundheit nachhaltig zu fördern und zu erhalten. Ein vollwertiges Essen bedeutet zunächst einmal eine an die Lebensumstände angepasste Energiezufuhr. Die energieliefernden Nährstoffe sollten dabei in einem ausgewogenen Verhältnis stehen, also die richtige Balance von Vitaminen, Mineralstoffen, Ballaststoffen und sekundären Pflanzenstoffen beinhalten.

Das heißt konkret?

Als Faustregel gilt: Drei Hände voll Gemüse und zwei Hände voll Obst pro Tag. Außerdem sollte bei jeder Mahlzeit ein Eiweißlieferant mit dabei sein, also Milchprodukte, Fleisch, Fisch, Eier, Hülsenfrüchte oder Soja. Vollkornprodukte liefern viele Ballaststoffe, die auch lange satt machen. Daher sollte man etwa die Hälfte der Nahrungszufuhr aus Vollkorn-Produkten beziehen.

Insgesamt essen wir zu viel Zucker. Welche Alternativen habe ich zum Süßen von Speisen?

Zucker ist in sehr vielen Speisen versteckt, so zum Beispiel in Fertig-Rotkohl, Soßen, Salatdressings sowie in Milchprodukten mit Fruchtzubereitungen. Das Beste ist es, die Speisen selbst herstellen, wie etwa Naturjoghurt mit frischem Obst anzureichern. Wer kalorienfrei süßen möchte, kann das auch mit Süßstoff tun, den gibt es als Tablette, Pulver oder flüssig.

Wichtig ist eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr. Welche gesunde Alternative gibt es zum Wasser?

Wunderbare Durstlöcher sind stark verdünnte Saftschorlen, das heißt Wasser mit maximal einem Viertel Saftanteil, Tee oder auch Kaffee. Wasser kann man im Übrigen bestens mit gefrorenen Beeren und Orangenscheiben, Gurkenscheiben, Pfefferminze und Zitronensaft aufpeppen. Das bringt erfrischenden Geschmack und so gut wie keine Kalorien. Wichtig ist, dem Körper über den Tag verteilt mindestens 1,5 Liter alkoholfreie Getränke zuzuführen.

Welche Tipps haben Sie für die Zubereitung der Speisen?

Gemüse sollte schonend im geschlossenen Topf gegart werden, das heißt, nicht zu lange, mit wenig Wasser und bitte nicht länger als nötig warm halten. Beim Braten, (Über-)Backen und Schmoren darauf achten, dass die Röststoffe nicht zu dunkel

werden. Zum Anbraten sind hochehitzbare Öle wie Raps-, Sonnenblumen- oder Erdnussöl geeignet.

Kaltgepresste Öle sind eher etwas für die „kalte Küche“, also für Salate. Bei kaltgepresstem Olivenöl sollte darauf geachtet werden, dass es nur schwach erhitzt werden darf. Außerdem ist es ratsam, die Ölmenge mit einem Esslöffel abzumessen, denn oftmals landet zu viel „unnötiges“ Öl in der Pfanne. Vielen ist nicht bewusst: Ein Esslöffel Öl hat 100 Kilokalorien. Beim Essen selbst sollte man sich Zeit lassen, denn erst nach 20 Minuten setzt das Sättigungsgefühl ein und bis dahin ist der Teller meistens schon leer oder ein zweites Mal gefüllt. Und gründlich zu kauen vergisst man schnell, wenn nebenbei TV geschaut oder am Handy gespielt wird. Also lieber in Ruhe und bewusst essen.

Gerade für Berufstätige ist es manchmal schwierig, täglich einzukaufen und frisch zu kochen.

Bei Obst und Gemüse kann man mit gutem Gewissen auf naturbelassene Tiefkühlprodukte zurückgreifen. Da die Lebensmittel nach der Ernte sehr schnell eingefroren werden, ist der Gehalt an Vitaminen und Mineralstoffen sehr hoch.

Eine gute Möglichkeit ist, gleich mehrere Portionen zu kochen. Die Reste können eingefroren oder am nächsten Tag zur Arbeit mitgenommen werden.



1 Auch bei Nudeln heißt es, die Vollkornvariante zu wählen.

2 Wasser, ein gesunder Durstlöcher und angereichert mit Beeren schmackhaft und gesund.

3 Als Faustregel gilt: Drei Hände voll Gemüse und zwei Hände voll Obst pro Tag.

4 Wichtig ist, das Essen schonend zu garen, bewusst zu essen und gut zu kauen.



1



2



3



4

NICO'S BLOG:

MITTENDRIN ...



Walkie-Talkie

„Stockentenrennen“ habe ich es jahrelang mitleidig lächelnd genannt, das Nordic Walking. Pah, das ist doch kein Sport! Höchstens ein Alibi-Sport. Oft genug hatte ich sie beim Joggen überholt, die im Pulk laufenden, fröhlich schnatternden Menschen, die ihre Walking-Stöcke spazieren führten. Sport geht anders, hatte ich zumindest viele Jahr lang gedacht.

Versuch macht klug – nun will ich es wissen. Die METTNAU bietet Einführung in das Nordic Walking an. Ich bin dabei. Unter Anleitung von Sporttherapeutin Sabrina Schneider tauche ich auf dem Therapiengelände der METTNAU mit sechs weiteren Teilnehmern in die Welt des Nordic Walking ein. Ein bisschen Theorie vorab und schon geht es los. Im Kreuzgang, die Stöcke zunächst nur hinter uns herschleifend ... welche simple Aufgabe. Doch dann kommen die Stöcke dazu: Linker Fuß vor, gleichzeitig die rechte Hand nach vorne, bis sie neben dem Körper ist, Stockeinsatz, vom Boden abdrücken, den Arm nach hinten durchziehen. Sind die Stöcke hinter dem Körper, die Hände öffnen und die Arme gestreckt wie ein Zinnsoldat nach vorne schwingen. Ich konzentriere mich auf die Bewegung und das Händeöffnen, denke zu viel, bin völlig „verkopft“. Grobmotorisch schnappen die Hände wie ein nach Luft schnappendes Karpfenmaul auf und zu, zwar im Wechsel, dennoch unkoordiniert. Gleichzeitig versuche ich meinem Vordermann nicht in die Hacken zu treten. „Und dabei nicht denken“, ruft Sabrina, „dann kommen die Bewegungen von ganz allein.“ Also, Hirn ausschalten und auf die wunderschöne Kulisse des Bodensees konzentrieren, die frische, kühle Luft einatmen und dem regelmäßigen Klacken der Stöcke lauschen. Meine Bewegungen werden fließend, die Schritte größer und kraftvoller. Es läuft! Nach Abschluss der Einführung gleich noch mal auf eigene Faust durch den Mettnau-Park walken. Am nächsten Tag spüre ich beidseitig den Trizeps, die „Chicken Wings“, die ich beim Joggen sträflich vernachlässigt hatte. Auch in den Oberschenkeln und im Po zieht es ein wenig und ich revidiere meine Meinung über das „Stockentenrennen“. Nordic Walking – richtig ausgeführt – ist eine schöne Alternative zum Joggen und ein geradezu meditatives Ganzkörpertraining.

Ihre Nicola M. Westphal



FOTO METTNAU

AUS DER METTNAU-KÜCHE: HÜHNERBRUST MIT KAROTTEN-LINSEN- GEMÜSE

Rezept für 4 Personen · Pro Portion ca. 340 kcal ■ FLEISCHGERICHT

Zutaten Karotten-Linsen-Gemüse

160 g rote Linsen (Trockengewicht)
200 g Karotten, 1 Stange Lauch
2 kleine Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen
½ TL gemahlener Ingwer, 2 EL Rapsöl
400 ml Gemüsebrühe
Thymian, Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer
oder etwas Chilipulver, gehackte Petersilie
oder gehackter Koriander
2 EL saure Sahne, 10 % Fett oder
Naturjoghurt, 3,5 % Fett

Zutaten Hühnerbrust

4 Hühnerbrustfilets (à ca. 125 g)
2 EL Rapsöl
Salz, Pfeffer, Currypulver
etwas Zitronensaft zum Beträufeln

Zubereitung

1 Linsen waschen und abtropfen lassen, Karotten waschen, schälen und in kleine Stücke schneiden, Lauch putzen, waschen

und fein zerkleinern, Zwiebeln und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden.

2 1 EL Rapsöl in einem Topf erhitzen, Zwiebel, Lauch und Knoblauch kurz andünsten, Karotten dazu geben und mitdünsten. Linsen, Thymian und Ingwer zugeben, mit der Gemüsebrühe ablöschen und ca. 6-7 min bei mittlerer Hitze garen, mit Salz, Pfeffer und Chilipulver würzen.

3 Die Hühnerbrust waschen, mit Küchenkrepp trockentupfen, mit Salz, Pfeffer und Currypulver würzen und in 1 EL Rapsöl ca. 5 min von jeder Seite anbraten.

4 Das Linsen-Karottengemüse mit saurer Sahne oder Joghurt vermischen, auf vorgewärmten Tellern anrichten, mit etwas Zitronensaft beträufeln und die mit der in Scheiben geschnittenen Hähnchenbrust anrichten.

Kurz & knapp:

Filmteam auf der METTNAU

Unumstritten gehört die Radolfzeller Halbinsel Mettnau zu einer der schönsten Kulturlandschaften Europas. Damit wir unseren Gästen die Landschaft, die Region und vor allem das gesamte Leistungsspektrum der METTNAU noch besser präsentieren können, fanden Mitte 2017 Dreharbeiten für einen Imagefilm statt. Dabei ließen sich Mitarbeiter und Gäste der METTNAU beim vielfältigen therapeutischen und medizinischen Angebot filmen. Entstanden ist ein authentischer Kurzfilm, der auf unserer Homepage unter www.mettнау.com zu sehen ist. Wir wünschen beim Ansehen viel Spaß.

Die METTNAU wirbt für Radolfzell

Auch in diesem Jahr präsentiert sich die METTNAU in der Zeit vom **13. - 21. Januar 2018** wieder auf der Urlaubsmesse **CMT in Stuttgart**. Gezeigt werden unter anderem die Schönheit der Radolfzeller Halbinsel sowie die Einrichtungen der METTNAU in der spektakulären „360°-Vogelperspektive“.

Wie gewohnt finden Sie den METTNAU-Stand beim Heilbäderverband in **Halle 6, Stand E30**.



KULTUR
Radolfzell
präsentiert.

Von Liebe und Heimatsehnsucht

SO **25.**
FEB. 18
UHR

LIEDERABEND IM
SCHEFFELHOF

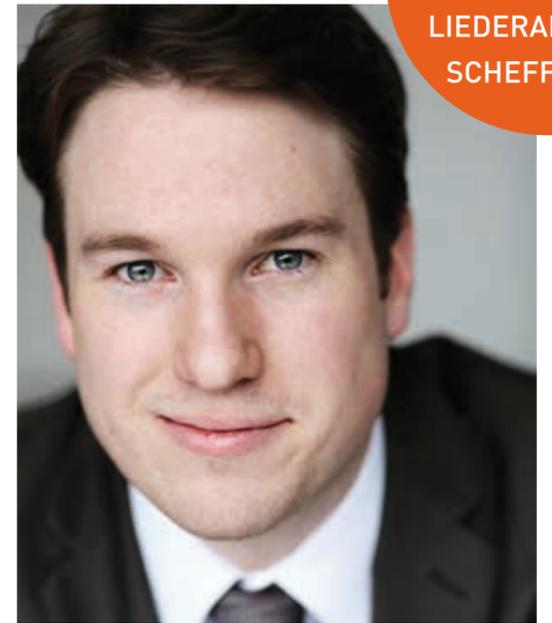
„As we de Undersee so nett, giit's niene nint mehr uff de Welt“, mit diesen Worten beginnt Hermann Sernatinger seine Liebeserklärung an Radolfzell. Dieses Lied, vertont von Marius Felix Lange, feierte Uraufführung zum 750-jährigen Stadtjubiläum Anfang Oktober.

Daran anschließend gestalten der in Radolfzell aufgewachsene Bariton Maximilian Kruppen, den die Musik in die Welt und auf zahlreiche Opernbühnen in Deutschland geführt hat, zusammen mit dem Cellisten Johannes Kasper und dem Pianisten Jonathan Ware einen Liederabend im Scheffelhof.

Es erklingen Lieder über die Liebe und die Sehnsucht nach der Heimat von Franz Schubert und seinen Zeitgenossen, den Brüdern Franz und Ignaz Lachner. Genauso wie der russische Komponist Alexander Borodin, schrieben sie Lieder für diese seltene, aber umso spannendere Kammermusik-Formation.

Im zweiten Teil des Abends folgen Lieder des romantischen Komponisten Robert Schumann, ergänzt durch Instrumentalstücke für Violoncello und humoristische Lieder von Joseph Victor von Scheffel.

Ein Abend voller emotionaler Momente und klangvoller Melodien.



TEXT KULTURBÜRO & STADTBIBLIOTHEK

FOTO PRIVAT

Bunt ins Neue Jahr

MI **3.**
Jan. 19.30
UHR
MILCHWERK



FOTO DENNIS YULOV

Mit Musik von Johann Strauß und Vico Torriani geht die Südwestdeutsche Philharmonie ins Neue Jahr. **Das traditionelle Neujahrskonzert** steht diesmal unter dem Motto „Silberfäden“. Vor allem die Jahrgänge 40+ dürften noch enger im Vico Torriani verbunden sein. Es gab in denn 1960er und -70er Jahren nur wenige Fernsehprogramme, und am Samstagabend sah die Familie oft gemeinsam die ZDF-Sendung „Der goldene Schuss“, deren Showmaster der Schweizer Vico Torriani war, der mit seiner charmanten Art und Musik die Menschen begeisterte. Bekannt ist er auch durch zahlreiche Musik- und Operettenfilme sowie Musicals geworden. Samuel Zünd, ebenfalls Eidgenosse, brilliert sowohl in der Opern- als auch in der Unterhaltungsmusikszene bei Konzerten in verschiedenen Ländern Europas und in den USA. Er interpretiert Vico Torriani's bunten Liederstrauß, von dessen erstem großen Erfolg „Silberfäden“ bis hin zu „In der Schweiz“. Dazwischen erklingen die Werke von Johann Strauß: „Frühlingsstimmen-Walzer“, „Banditen-Galopp“ und die „Annen-Polka“ sind nur einige der Werke, die das Orchester zu Gehör bringen wird. So darf man sich auf einen äußerst rasanten und unterhaltsamen Abend freuen! Chefdirigent Ari Rasilainen leitet an diesem Abend das Orchester, Intendant Beat Fehlmann führt als Moderator durch das Konzert.

Karten sind im Kartenbüro der Südwestdeutschen Philharmonie (Mo-Fr 9-12.30 Uhr, Tel. 07531-900816) erhältlich oder bei der Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH (Tel. 07732-81500).

www.philharmonie-konstanz.de



TEXT MARINA KUPFERSCHMID FOTO HANSPETER WICKERT

Großes Festjahr im Storchendorf

Nach den Feierlichkeiten zum 750. Geburtstag der Stadt steht nun Böhringen im Zeichen eines großen Festjahres. Radolfzells größter Ortsteil feiert 2018 seine erste urkundliche Erwähnung vor 775 Jahren.

Bereits im 5. Jahrhundert im Zuge der alemannischen Landnahme entstanden, kann Böhringen auf eine lange Tradition zurückblicken. In den Urkunden taucht der Ort 1243 zum ersten Mal auf, „Beringin“ geschrieben. 1680 erscheint der Ort zum ersten Mal in der heutigen Schreibweise „Böhringen“.

„Das aus eigenen Kräften gestaltete Jubiläumsjahr belegt, dass die Böhringer den Stolz und die Liebe zu ihrem Heimatort bewahrt haben“, unterstreicht Ortsvorsteher Bernhard Diehl. Unter dem Motto „12 Monate, 12 Erlebnisse“ haben die örtlichen Vereine, Institutionen und Künstler einen bunten Veranstaltungsreigen für das ganze Jahr auf die Beine gestellt. Für ihn, der selbst in Böhringen aufgewachsen ist, ist das Jubiläum Herzenssache. Er sieht das Festjahr mitunter als große Chance, das Gemeinschaftsgefühl der Bürger zu stärken, denn die Gemeinde hat durch etliche Neubaugebiete in den letzten Jahren einen starken Zuzug von Neubürgern erfahren. In den vergangenen 25 Jahren ist die Einwohnerzahl von 3524 Einwohner auf 4284 Einwohner gestiegen.

Der Auftakt zum Böhringer Jubeljahr ist am 21. Januar um 10.30 Uhr in der Mehrzweckhalle Böhringen. Dort soll der Öffentlichkeit

die neue Chronik vorgestellt werden, in der Doris Burger insbesondere die vergangenen 25 Jahre seit dem letzten Dorfjubiläum zum 750. Geburtstag beleuchtet. Auch einen Jubiläumspin mit dem Böhringer Wappen wird es geben. Weiter geht es unter anderem mit der Fasnet, die in diesem Jahr natürlich auch einen Blick auf die 775 Jahre des Ortsteils wirft. Als weitere Höhepunkte sind das Frühjahrskonzert des Musikvereins am 21. April, das alle drei Jahre stattfindende große Dorffest am 10. Mai, das Jubiläumsfest am 16./17. Juni mit WM-Public Viewing, Disco und Spiel ohne Grenzen (Turnverein und FC), eine Schnitzeljagd am 1. Juli über die Böhringer Höfe, das Dorfplatzfest des Musikvereins am 21./22. Juli und die Kulturnacht am 2. Oktober zu nennen. Auch Open-Air-Kino am Böhringer See und ein Adventskonzert sind in Planung. Einige weitere Veranstaltungen standen bei Redaktionsschluss noch nicht fest.

Doch nicht nur der Veranstaltungsreigen im Festjahr ist ein Besuch in Böhringen wert. Seit Jahren macht Böhringen als „Storchendorf“ von sich reden. Über die Jahre hat sich dort eine einzigartige Weißstorch-Kolonie angesiedelt. Mit annähernd 40 Nestern auf Dächern und in Bäumen hält sich dort die Hälfte der gesamten Storchpopulation im Landkreis Konstanz auf.



NEUE CHRONIK

Für alle, die mehr über Böhringen erfahren wollen, ist die neue Chronik aus der Feder von Doris Burger ein Muss. Unter anderem wird die Geschichte des Dorfes chronologisch aufbereitet. Basis dazu lieferte die umfangreiche Chronik von Peter Hirscher, die 1994 zur 750-Jahr-Feier erschienen war. Ab 1994 wurde sie mit Hilfe des Ortsamtes und zahlreicher Zeitzeugen fortgeschrieben.

So findet sich in der „neuen Chronik“ ein Interview mit dem langjährigen Ortsvorsteher Roland Helmlinger. Er erinnert sich noch gut an die Phase der Eingemeindung. Aus heutiger Zeit beurteilt er die damals für Böhringen bittere Entscheidung der Landesregierung in Stuttgart deutlich positiver: „Letztlich war es nicht zum Nachteil von Böhringen“, sagt er.

Großzügige Fotostrecken zeigen Böhringen heute, einen jungen und ständig wachsenden Stadtteil. Bei einer Reportage zeigen Kinder ihre Lieblingsplätze. Eine weitere Reportage stellt „die Ziegelei“ vor, einen Ortsteil mit besonderer Geschichte und Struktur.

Im dritten Teil der 88-Seiten starken neuen Chronik werden alle Vereine präsentiert, samt ihren Aktivitäten zum Jubiläum. In Form eines Kalenders entsteht so ein echter Mehrwert: Jeder Böhringer muss die neue Chronik einfach haben. Denn sie ist zugleich das Jubiläums-Programm: 12 Monate, 12 Erlebnisse lautet das Motto.

COVER: GESTALTUNG ANNETTE MAUCHER
FOTO WILLI JUNG

Weite Wiesen, Riedflächen und lichter Mischwald umgeben den Ort, der auch über einen schönen Badesee verfügt. Der Böhringer See ist ein sogenanntes Todeisloch, entstanden aus Überresten eines Gletschers, die erst von Erde überdeckt wurden und dann später wieder geschmolzen sind. Gespeist wird der See aus Grundwasser. Er ist 5,5 Hektar groß und an der tiefsten Stelle 8 Meter tief. Die Gegend rund um den Böhringer See mit schönen Einkehrmöglichkeiten ist Naherholung pur, beliebt bei Radfahrern wie Wanderern. Unter anderem gibt es dort einen Fitnessparcours mit elf Stationen. Idealer Startpunkt auch für einen Spaziergang durch den Wald, vorbei am Litzelsee zur Ulrichskapelle. Ein schönes Ziel ist sicher auch die ehemalige Ziegelei Rickelshausen, wildromantisch an der Radolfzeller Aach gelegen. Vor rund 25 Jahren setzte in diesem Gewerbemischgebiet eine Welle von Neuansiedlungen ein. Viele Künstler und Handwerker ver-

wirklichen in diesem Gebiet, das individuelle Gebäudeformen zulässt, ihren Traum vom Wohnen und Arbeiten in landschaftlicher Idylle. Auch Physiotherapeuten, eine Tierarzt-Praxis, eine Kaffeerösterei mit Café, eine Schule für verhaltensauffällige Kinder und eine Kinderkrippe haben sich hier angesiedelt. Dienstags und Freitags gibt es einen kleinen Ökomarkt mit Gemüse, Käse und Fleisch.

Neben den Vereinsangeboten und traditionellen Festen bietet Böhringen auch regelmäßig interessante Kulturveranstaltungen von hoher Qualität. Hier ist vor allem das Atelier „Die Werkstatt“ an der Singener Straße zu nennen, das in diesem Jahr sein zehnjähriges Bestehen feiert und regelmäßige Events anbietet. Zunehmend lockt auch das Bistro am Böhringer See mit größeren Veranstaltungen.

TÄGLICH MARKT IN RADOLFZELL
da kauf ich „natürlich“



Landwirtschaftliche Produkte aus der Region
Auch als Geschenk oder Souvenir

BAUERNMARKT
Bahnhofstraße 5 - Radolfzell

MIETEN SIE DIE ZUKUNFT!
100 % ELEKTRISCH ... DER NEUE RENAULT ZOE



Sondertarife für Urlaubsgäste
z.B. Renault Twingo
Tagespauschale
inkl. 100 km € 49,-
Wochenendpauschale
inkl. 1000 km € 109,-
Erfahren Sie die schöne
Umgebung mit einem
Mietwagen von uns.

Autovermietung
BLENDER
AUTOHAUS BLENDER GMBH
Robert-Gerwig-Straße 6 · 78315 Radolfzell
Rufen Sie uns an und reservieren Sie Ihren Wunschtermin.
Tel. 0 77 32-98 27 73 oder mail dialog@autohaus-blender.de

'zell mal 4

Die Heimat im Gefühl

Die Liebe zum See, zur Natur und zu ihrer Heimatstadt macht Radolfzell für Einheimische zum Sehnsuchtsort. Vier Beispiele, die ihn festhalten:

TEXT MARINA KUPFERSCHMID FOTO GERALD JARAUSCH



FOTO SEESUCHT-MANUFAKTUR

Stadtsucht – Landsucht – Seesucht

Es war die Liebe zum See, die Produkt- und Grafikdesignerin Jana Grünwald und den gelernten Schreiner Salomon Leu vor vier Jahren dazu bewegte, die Seesucht-Manufaktur ins Leben zu rufen. Ihr kleines lokales Label steht für Produkte, die in der kleinen Manufaktur in Radolfzell mit großer Sorgfalt und Liebe entworfen und in hochwertiger Handarbeit produziert werden. Den Anfang machte das Bodensee-Vesperbrettchen aus edlen, heimischen Holzarten. Bald kamen weitere Produkte für die kleinen See(hn)süchte zwischen Heimat und Fernweh dazu wie Schlüsselanhänger in Form des Bodensees, Lesezeichen und vor allem die beliebten Seesäcke in einer wertigen Kombination aus Leder und Baumwolle. Inzwischen ist die Manufaktur zu einem kleinen Unternehmen herangewachsen, das immer neue Ideen für eine Hommage an den geliebten See hervorbringt.

www.seesucht-manufaktur.de



So schön ist Radolfzell

Die vielen schönen Facetten von Radolfzell haben die Fotografen kuhnle+knödler Fotodesign und Gerald Jarausch, freischaffender Fotograf und Journalist, im Bildband „Radolfzell am Bodensee · Jeden Moment wert“ eingefangen, den die Stadt zum 750-jährigen Stadtjubiläum herausgebracht hat. Er führt dem Betrachter sprichwörtlich vor Augen, was Radolfzell so besonders macht. Die Fotografen, die die Liebe zum See eint, öffnen auch die Augen für manches faszinierende Naturspektakel, das am See zu erleben ist. Gerald Jarausch etwa fotografierte mehrere hundert Wasservögel im Schwarm vor der Radolfzeller Mole und dem Konzertsegel. Erinnerungen an einen grauen Wintertag in Ufernähe und einmal mehr Beweis, dass nicht allein der Sommer am See Sehnsucht weckt.

Der Bildband ist in Radolfzell in allen Buchhandlungen und bei der Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH am Bahnhof erhältlich.

Heimat hautnah

Als tragbares Zeichen für Radolfzell, als schönes Souvenir und für alle, die immer ein Stück Heimat bei sich haben wollen, hat der Münsterbauverein Radolfzell den neuen Radolfzeller Stadttring entwickelt. Zehn bemerkenswerte Wahrzeichen der Stadt zieren diesen Fingerring, unter anderem das Münster Unserer Lieben Frau. Viele schöne Ecken von Radolfzell finden sich auf diesem Schmuckstück in 925 Sterlingsilber. Es kann von Männern und Frauen getragen werden und ist zum Preis von 139 Euro bei Juwelier Stefan Kruehl in der Poststraße 7 erhältlich. Der gesamte Erlös aus dem Verkauf geht an den Münsterbauverein, der sich für den Erhalt des Radolfzeller Münsters einsetzt und immer wieder Sanierungsaktionen finanziert.



FOTO MÜNSTERBAUVEREIN



FOTO PRIVAT

Mein lieber Schwan ...

Schwäne und der See gehören in Radolfzell einfach zusammen. Schwäne füttern an der Hafemole (als es noch erlaubt war) ist für die meisten Radolfzeller als Kindheitserinnerung verankert und sorgt für ein besonderes „Seegefühl“. So heißt denn auch die Modemarke, die Daniel Burger und Michael Kratt vor zwei Jahren geschaffen haben. Die beiden Radolfzeller, die eine über 30-jährige Freundschaft verbindet, wollten schon immer ein gemeinsames Projekt starten. „Das Label ist aus dem Moment heraus entstanden“, erzählt Michael Kratt, Fasnachter in Radolfzell und im heimischen Brauchtum sehr engagiert. „Die Liebe zum See und die Verbundenheit wird von den Radolfzellern extrem gelebt. Dieses Gefühl wollen wir mit unserer Mode umsetzen“, unterstreicht das Team. Der schwungvolle Schriftzug mit dem „S“ als

Schwan, der in seinem Auge den Bodensee trägt, zierte als knalliger Print T-Shirts, Hoodies, Pullis, Caps und Taschen. Uralte Bräuche, Traditionen und auch der Dialekt sollen in den Designs aufleben. Letzterer findet etwa in einer Baby- und Kinderkollektion für den „Seebue“ oder das „Seemädle“ Ausdruck.

www.seegefuehl.de

ZUKUNFTSMACHER in der Medizin-Technik

Die **NDI Europe GmbH** ist seit vielen Jahren am Weltmarkt führend im Bereich elektromagnetischer Positionsmesssysteme für die 3D-Navigation in der Medizin. Die einzigartigen Technologien, die namhafte Medizin-Technikunternehmen in ihre Produkte integrieren, werden im Radolfzeller Kesselhaus entwickelt.

Für viele Operationen sind Systeme erforderlich, die Ärzten während des Eingriffs die genaue Position ihrer Instrumente im Körper des Patienten anzeigen. „Aurora“ gilt als das führende elektromagnetische Messsystem auf diesem Gebiet. In der Schweiz in einem Spin-off des Paul Scherrer Instituts entwickelt, ist das System in Deutschland von der NDI Europe GmbH zur Marktreife gebracht worden.

2001 war die NDI Europe als reine Vertriebsniederlassung für das kanadische Mutterhaus gegründet worden. Das Unternehmen war ab 2003 gemeinsam mit einer kleinen Entwicklungs- und Forschungsgruppe im Radolfzeller Innovationszentrum (RIZ) ansässig und zog 2012 als eines der ersten Unternehmen mit 28 Mitarbeitern in das Kesselhaus ein. Aktuell beschäftigt das Unternehmen 70 hochqualifizierte Mitarbeiter und ist heute für die Entwicklung und Produktion der „Aurora“-Systeme für den weltweiten Markt verantwortlich. „Aurora“ ist ein dreidimensionales Positionsmesssystem mit dedizierter Hardware und komplexen Algorithmen zur Bestimmung der Position und zur Orientierung kleinster Sensoren, die in medizinischen Instrumenten integriert sind.



Manfred Schmid, Geschäftsführer der NDI Europe GmbH

„Unser magnetisches Messsystem eröffnet neue Dimensionen für die Diagnose und die Therapie in der Medizin von morgen.“

Manfred Schmid, Geschäftsführer von NDI Europe, erläutert die Funktionsweise der NDI-Positionsmesssysteme für medizinische Anwendungen. Es gebe zwei Technologien, die von NDI verwendet werden. Zum einem optische Infrarotsysteme, bei denen auf ein chirurgisches Instrument reflektierende Markerkugeln angebracht werden. Diese werden von einer Stereo-IR-Kamera erfasst und dadurch Position und Orientierung des Instruments bestimmt. Die zweite Technologie, die bei „Aurora“ verwendet wird, beruht auf der Verwendung von sehr kleinen elektromagnetischen Feldern. Als Sensor zur Erfassung von Position und Orientierung werden kleinste, speziell entwickelte Induktionsspulen verwendet, welche in die jeweiligen medizinischen Instrumente eingebaut werden. Damit kann die Position und Orientierung dieser Instrumente innerhalb und außerhalb des Körpers sehr genau bestimmt werden.

Mit Hilfe der NDI-Positionsmesssysteme und anwendungsspezifischer Software erhalten heute Mediziner bei einer Vielzahl von Eingriffen präzise Positions- und Lageinformationen von ihren Instrumenten, welche eine bessere Behandlung ermöglichen. Hier wird jedem klar: NDI Europe arbeitet in einer medizinischen Hightech-Nische, in der es in hohem Maße um Entwicklung und

äußerst zuverlässige Produkte geht. „NDI Europe hat sich als großer unabhängiger Anbieter für diese Technologie etabliert“, stellt Manfred Schmid als großen Vorteil heraus. Das Kundenspektrum reicht von innovativen Start-Up-Unternehmen bis zu großen multinationalen Konzernen. Zu den wichtigsten Einsatzfeldern zählen etwa die Kardiologie, die HNO-Chirurgie und die interventionelle Radiologie und Endoskopie. Aber auch in der universitären Forschung sei „Aurora“ gefragt.

Kundenorientierung – ein Schlüssel zum Erfolg

Wir arbeiten zum Teil sehr eng mit unseren Kunden zusammen, um die Produktentwicklungen unmittelbar an konkreten medizinischen Applikationen ausrichten zu können“, erklärt Manfred Schmid. So tüfteln die zwei Erfinder der „Aurora“-Technologie zusammen mit 26 weiteren Ingenieuren daran, „Aurora“ noch weiter zu verbessern und an die Wünsche der Kunden anzupassen. Dabei geht es ihnen um die Erfüllung spezifischer medizinischer Applikationsanforderungen. Gut dokumentierte Prozesse in Entwicklung und Produktion sind für die Kunden der NDI Europe essentiell, weshalb sich vier der insgesamt 70 Mitarbeiter ausschließlich mit dem Qualitätsmanagement befassen.

Starkes Wachstum

Die Produktstrategie hat man vor acht Jahren anhand der bisher gewonnenen Erfahrungen angepasst und auf eine optimale Integration der Technologie in die klinischen Arbeitsabläufe hin ausgerichtet. Der Erfolg gibt dem Unternehmen recht: Seit 2012 verzeichnet es kontinuierlich etwa 30 % Wachstum pro Jahr. In seinen Teams herrscht eine hohe Bereitschaft, neue Entwicklungen voranzutreiben. Mehr und mehr Medizintechnikunternehmen integrieren die Technologie und bieten damit den Mediziner neue Möglichkeiten in der Diagnose und der Therapie – beste Voraussetzungen also für eine auch zukünftig hervorragende medizinische Versorgung. Von der Basis her – mit seinen einzigartigen Technologien – sieht sich das Unternehmen für die Zukunft gut aufgestellt, gerade auch vor dem Hintergrund der fortschreitenden Digitalisierung in der Medizin. Die größte Herausforderung, um innovationsstark zu bleiben, ist, sehr motiviertes und qualifiziertes Personal zu finden“, macht Manfred Schmid deutlich. So ist man stetig auf der Suche nach Ingenieuren, Elektronik-, Hardware- und Firmware-Entwicklern.



Die NDI-Europe GmbH ist für die Zukunft gut aufgestellt. 2017 wurde das Unternehmen als Top-Innovator ausgezeichnet.



Hardware-Entwicklung bei NDI-Europe.



Blick in die Produktion, wo gerade Sensoren kalibriert werden.



NDI Europe GmbH
Güttinger Straße 37
78315 Radolfzell am Bodensee-Stahringen
Telefon 07732-8234-0
info@ndieurope.com
www.ndigital.com

FOTOS NDI EUROPE GMBH



FOTO SCHWEIZER IMMO PROJEKT GMBH

Im SeeVillenPark Radolfzell entstehen in der Josef-Bosch-Straße momentan attraktive Eigentumswohnungen. Die Stadtwerke Radolfzell planen für diese besondere Wohnanlage die Strom- und Wärmeerzeugung mittels eines BHKWs (Blockheizkraftwerk). In dem Bauprojekt wird somit ein Direktstrommodell umgesetzt. Es handelt sich um 88 Wohneinheiten, die durch ein BHKW mit vor Ort erzeugtem Strom von ca. 100.000 kWh pro Jahr versorgt werden. Sollte der Strom, der vor Ort produziert wird, nicht ausreichen, werden die Wohnungen durch das Stromnetz der Stadtwerke Radolfzell mit Energie versorgt.

Stadtwerke setzen auf MIETERSTROMMODELL

Bisher waren Mieter meist nur Beobachter in Sachen Energiewende vor Ort. Preiswerter Strom, ob von der Fotovoltaikanlage auf dem Dach oder dem Blockheizkraftwerk im Keller, war bisher vor allem Gebäudeeigentümern vorbehalten. Der Gesetzgeber hat nun neue Impulse gegeben. Wohnungsbaugesellschaften, private Vermieter und Hausverwalter können ihren Mietern zukünftig den auf dem eigenen Dach oder im Keller erzeugten Strom zur eigenen Nutzung anbieten. Mit Unterstützung der Stadtwerke Radolfzell profitieren Mieter als auch Vermieter vom Mieterstrommodell bzw. Direktstrommodell (für BHKWs).

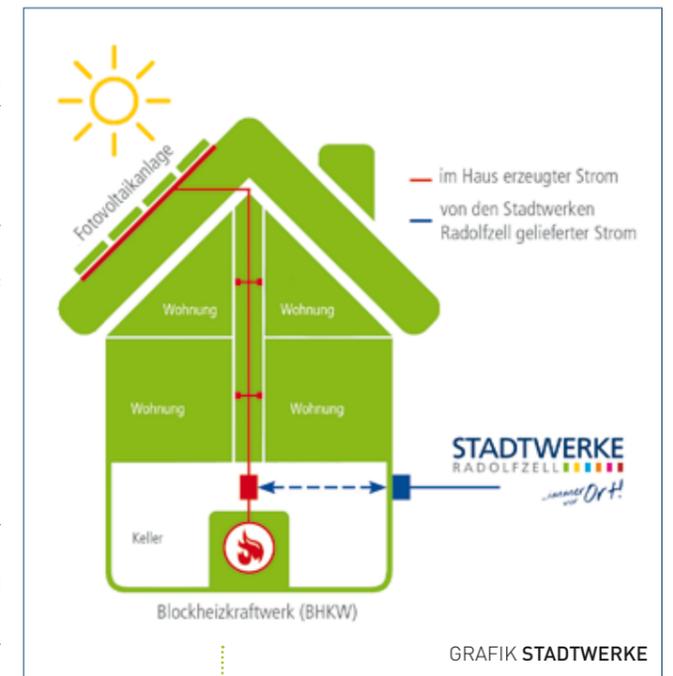
Gemeinsam mit dem Hauseigentümer oder Bauträger wird die Anlage geplant. Die Stadtwerke installieren und betreiben sie in Eigenregie und beliefern die Mieter mit dem eigen erzeugten Strom. Denn selbst produzierter Strom ist oftmals günstiger als die herkömmlichen Stromtarife. Im Wesentlichen erspart man sich mit diesem Modell verschiedene Preisbestandteile wie Netzentgelte und Umlagen, da der vor Ort erzeugte Strom nicht aus dem öffentlichen Netz bezogen werden muss. Je nach Art der Stromerzeugung, sei es über Fotovoltaik oder einer Kraft-Wärme-Kopplungsanlage, ist im Vergleich zum Grundversorgungstarif eine Preisersparnis bis 15 Prozent möglich.

Mieter genießen dabei nicht nur einen günstigen Preis, von Preisschwankungen bleiben sie ebenfalls weitestgehend verschont. So kann der Mieter nun erstmalig seinen eigenen Beitrag zur Energiewende leisten und dabei bares Geld sparen.

Und wie sieht es mit der Versorgungssicherheit aus? Auch hier stehen die Stadtwerke Radolfzell zur Seite. Wenn die Sonne einmal nicht scheint oder das Blockheizkraftwerk nicht genügend Energie liefert, ist die Stromversorgung durch die Stadtwerke Radolfzell garantiert. Dafür kann an sehr sonnigen Tagen der überschüssige Strom ins Netz eingespeist und gemäß EEG (Erneuerbare-Energien-Gesetz) vergütet werden. Optional könnte die überschüssige Energie in den Batteriespeicher aufgenommen und bei Bedarf später genutzt werden.

Aus der Sicht des Vermieters bzw. Eigentümers ergeben sich genauso weitreichende Vorteile. Schließlich können sich Gebäudeeigentümer auf das Fachwissen der Stadtwerke verlassen. Viele Hausbesitzer scheuen beispielsweise die Investition in eine Fotovoltaikanlage. So kann das Dach an die Stadtwerke verpachtet werden, der Energieversorger übernimmt die Installation der Anlage und sorgt für einen störungsfreien Betrieb. Dafür kann der Vermieter mit einer regelmäßigen Pachtzahlung rechnen und den Mietern den vor Ort erzeugten Strom zur Verfügung stellen.

Nebenkosten sind ein sensibles Thema auf dem Wohnungsmarkt. Mit dem vor Ort und regenerativ erzeugten Strom wird die Immobilie attraktiver für potentielle Mieter. Nicht nur, dass das Haus einen Beitrag zur nachhaltigen und vor Ort erzeugten Energie leistet, mit dem Einsatz nachhaltiger Stromerzeugung hält der Eigentümer auch die heutigen Baustandards laut dem Erneuerbare-Wärme-Gesetz ein.



Mieterstrom ist die Versorgung von Mietern oder Bewohnern eines Mehrparteienhauses mit Strom, der direkt in dem Gebäude produziert wird und nicht über das öffentliche Netz fließt. Der Strom wird etwa aus einer Fotovoltaikanlage auf dem Hausdach oder aus einem Blockheizkraftwerk im Keller hergestellt. Private und gewerbliche Mieter können somit erneuerbare Energien direkt und besonders günstig nutzen.



Stadtwerke Radolfzell GmbH
Untertorstraße 7-9
78315 Radolfzell am Bodensee
Telefon 07732/8008-90
info@stadtwerke-radolfzell.de
www.stadtwerke-radolfzell.de

Wohnwerte Schütz
Immobilien aus der Region

... besser gleich zum Experten.

Sie wollen Ihre Immobilie verkaufen?
Sie benötigen sachverständigen Rat?

Ihre Immobilie ist bei uns
in den besten Händen!

Wir bewerten, vermieten und
verkaufen erfolgreich IMMOBILIEN.

Helmut Schütz | Dipl. Wirtsch.-Ing. (FH)
Seestraße 19 | 78315 Radolfzell
Tel. +49 (0)7732 - 940 73 08

> | www.wohnwerte-schuetz.de

In Sachen **Miele** immer zu
nach Radolfzell

ELEKTRO GERÄTE LICHT
biller 70 JAHRE
SERVICE

Miele
Premiumpartner und
Autorisierter Kundendienst

Elektrofachgeschäft Haus- & Einbaugeräte, Liefer- & Montageservice
Poststraße 18, Radolfzell. +49(0)77 32 - 94 50 70. www.biller-elektro.de

Veranstaltungen Januar 2018

Dienstag, 2. Januar
Dschungelbuch – das Musical
 Ort: Milchwerk Radolfzell, 16-17.30 Uhr

Mittwoch, 3. Januar
Neujahrskonzert
 Südwestdeutsche Philharmonie Konstanz
 mit Musik von Johann Strauß und Vico
 Torriani ins Neue Jahr | s.S. 25
 Ort: Milchwerk Radolfzell, 19.30 Uhr

Donnerstag-Sonntag, 4.-7. Januar
42. Naturschutztage am Bodensee
 Ort: Milchwerk Radolfzell

Donnerstag, 4. Januar | 14-21 Uhr
 Eröffnung, Vorträge
 und Diskussionen zum Thema:
 Themen unserer Zeit

Freitag, 5. Januar | 9 Uhr
Vortrag von Ministerpräsident
Winfried Kretschmann:
 Biodiversität in Baden-Württemberg

Samstag, 6. Januar | 9 Uhr | * 14 Uhr
 Vorträge und Diskussionen zum
 Thema: Zukunftsfähige Landwirtschaft
 * Seminare, Foren und Exkursionen

Sonntag, 7. Januar | 9 Uhr
 Vorträge und Diskussionen zum
 Thema: Naturschutz nah und fern

Sonntag, 7. Januar
Theateraufführung: Bella Donna
 Turbulente Krimikomödie des Ensembles
 „Die Kulissenschieber“
 Ort: Scheffelhof Radolfzell, 18 Uhr

Mittwoch, 10. Januar
Pippo Pollina: Konzert, Buchpremiere
 und Special Guests aus Sizilien
 Ort: Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr

Freitag, 12. Januar
DRK Blutspende-Aktionstag
 Ort: Milchwerk Radolfzell, 14-19.30 Uhr

Kabarett-Winter mit René Sydow
 „Warnung vor dem Munde“ | s.S. 18
 Ort: Milchwerk Radolfzell, 20-22 Uhr

Karaoke – s`bokle
 Ort: s`bokle Radolfzell, 20-3 Uhr

Samstag, 13. Januar
Modellbahn- und Spielzeugbörse
 Ort: Milchwerk Radolfzell, 10-15 Uhr

Live-Panoramashow: Südafrika
 von Michael Fleck
 Ort: Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr

Samstag-Sonntag, 13.-14. Januar
Offene Bodenseeschau Geflügel
 Ort: Kleintierzuchtverein Radolfzell
 10-17 Uhr

Sonntag, 14. Januar
Neujahrsempfang der Stadt Radolfzell
 Oberbürgermeister Martin Staab lädt alle
 Bürgerinnen und Bürger ein
 Ort: Milchwerk Radolfzell, 10.30-12.30 Uhr

Mittwoch, 17. Januar
Vortrag: Tränen der Götter
 Reiche Gräber der Bronzezeit im Hegau
 Ort: Stadtmuseum Radolfzell, 19 Uhr

Donnerstag, 18. Januar
Seniorenrat lädt ein
 Die Bürgerstiftung stellt sich vor
 Ort: Mehrgenerationenhaus, 18-20 Uhr

Nachwächterführung
 Treffpunkt: Stadtmuseum, 19-20.30 Uhr

Freitag, 19. Januar
Kabarett-Winter mit Frederic Hormuth
 „Halt die Klappe, wir müssen reden“
 | s.S. 18
 Ort: Milchwerk Radolfzell, 20-22 Uhr

Freitag-Sonntag, 19.-21. Januar
Messe LebensArt | s.S. 12
 Ort: Milchwerk Radolfzell, 10-18 Uhr

Samstag, 20. Januar
Sports-Day. Sportaktionen zum
Mitmachen und Zuschauen
 in Zusammenarbeit mit TV Radolfzell
 Ort: seemaxx Outlet Center, 10-19 Uhr

Sonntag, 21. Januar
Jubiläumsauftakt „775 Jahre Böhringen“
 Mehrzweckhalle Böhringen, 10.30 Uhr
 | s.S. 26

Frühstück mit Führung zur
archäologischen Sonderausstellung
„Gräber, Gold und Gruben“
 Ort: Stadtmuseum, 10-12 Uhr

Freitag, 26. Januar
Die alte Stadtapotheke. Führung durch
 die historischen Apothekenräume
 Ort: Stadtmuseum Radolfzell, 15-16 Uhr

Kabarett-Winter mit El Mago Masin
 „Operation Eselsohr“ | s.S. 18
 Ort: Milchwerk Radolfzell, 20-22 Uhr

Grusical „Grimmige Märchen“
 Theaterverein Pralka e.V.
 Ort: Böhringen, Atelier „dieWerkstatt“, 19 Uhr

Lesung mit Klaus Cäsar Zehrer
„Das Genie“
 Ort: Buchhandlung am Obertor, 19.30 Uhr

Welcome 2018 – U18 Party
 mit dem Café Connect (ab 14 Jahren)
 Ort: s`bokle Radolfzell, 19.30 Uhr

Samstag, 27. Januar
Welicoruss live – s`bokle
 Symphonic Black Metal
 Ort: s`bokle Radolfzell, 20-3 Uhr

Sonntag, 28. Januar
Spielfest mit Zirkus- und HipHop-Gruppe
 Ort: KinderKulturZentrum Lollipop
 15-17.30 Uhr



Veranstaltungen Februar 2018

Donnerstag, 1. Februar
Gespräch mit Dr. Gregor Gysi
 Einblicke in das Leben des Anwalts,
 Politikers, und Familienvaters
 Ort: Milchwerk Radolfzell, 19.30 Uhr

Freitag, 2. Februar
Kabarett-Winter mit Eva Eiselt
 „Vielleicht wird alles vielleicht“ | s.S. 18
 Ort: Milchwerk Radolfzell, 20-22 Uhr

Knight of Darkness – s`bokle
 Ort: s`bokle Radolfzell, 20-3 Uhr

Tango Duo Cimarron
 Ort: Theater-Zeller-Kultur-Zentrum
 Fürstenbergstraße 5, 20 Uhr

Samstag, 3. Februar
Fasnachtsführung
 Stadtführung zur Radolfzeller Fasnacht
 Ort: Stadtmuseum Radolfzell, 10.30 Uhr

Sonntag, 4. Februar
Höhepunkte der Archäologie
in und um Radolfzell. Führung durch die
 archäologische Sonderausstellung
 Ort: Stadtmuseum Radolfzell, 11-12 Uhr

Mittwoch, 7. Februar
Feuerwehrmann Sam rettet den Zirkus
 Ort: Milchwerk Radolfzell, 16 Uhr

Freitag, 9. Februar
Karaoke – s`bokle
 Ort: s`bokle Radolfzell, 20-3 Uhr

Donnerstag, 15. Februar
Von Heseckel zu Vauban
 Vortrag über die Ausgrabungen im
 „Schützen-Areal“ am Westende der
 Radolfzeller Altstadt
 Ort: Stadtmuseum Radolfzell, 19 Uhr

Freitag, 16. Februar
Kabarett-Winter mit Roman Weltzien
 „Brainwashed! Mein Gehirn macht
 mich fertig“ | s.S. 18
 Ort: Milchwerk Radolfzell, 20-22 Uhr

Samstag, 17. Februar
Unredd live in concert – s`bokle
 Ort: s`bokle Radolfzell, 20-3 Uhr

Sonntag, 18. Februar
Panorama-Multivision:
Lebenskunst in der Toskana
 Ort: Milchwerk Radolfzell, 18 Uhr

Donnerstag, 22. Februar
Nachwächterführung
 Treffpunkt: Stadtmuseum, 19-20.30 Uhr

Freitag, 23. Februar
Kinonachmittag für Jedermann
„Ein Fisch namens Wanda“
 Mit dem Seniorenrat & Kulturamt
 Ort: Universum Nostalgiekino, 14.30-17 Uhr

1200 Jahre Radolfzell. Führung in der
 stadtgeschichtlichen Ausstellung
 Ort: Stadtmuseum, 15-16 Uhr

„raad&werner in concert“
 Feinste unplugged-Musik
 mit Dirk Werner und Achim Raad
 Ort: Böhringen, Atelier „dieWerkstatt“, 20 Uhr

Freitag-Sonntag, 23.-25. Februar
Messe HAUS | BAU | ENERGIE
 Ort: Milchwerk Radolfzell, 11-18 Uhr

Samstag, 24. Februar
Kinder-Kleidermarkt
 Pfarrgemeinde St. Laurentius
 Ort: Markelfingen, Markolfhalle

SPH Bandcontest – s`bokle | Vorrunde
 Ort: s`bokle Radolfzell, 19-3 Uhr

Iliria Nueva
Musik, die in die Zellen dringt!
 Ort: Theater-Zeller-Kultur-Zentrum,
 Fürstenbergstraße 5, 20 Uhr

Höhepunkte der Archäologie
in und um Radolfzell. Führung in der
 archäologischen Sonderausstellung
 Ort: Stadtmuseum, 11-12 Uhr & 15-16 Uhr

Sonntag, 25. Februar
Liederabend:
Liebe und Heimatsehnsucht
 mit Maximilian Krummen (Bariton),
 Johannes Kasper (Cello) und
 Jonathan Ware (piano)
 Ort: Scheffelhof, 18 Uhr | s.S. 25


Tina Laakmann Safran
 Bio-Restaurant · Café · Bio-Catering
 Löwengasse 22
 am Gerberplatz
 78315 Radolfzell
 Telefon: 07732-130 50 62
 Mobil: 0175-634 68 87
 info@biocatering-safran.de
 www.biocatering-safran.de


METTNAU-Hallenbad:
 Öffnungszeiten Kurmittelhaus
 für die Öffentlichkeit unter
 www.mettnau.com/de/therapiezentrum-kurmittelhaus


BUCH GREUTER
 AUSWAHL ENTSPANNUNG ATMOSPHERE
 BUCHGENUSS SERVICE LESESPASS
 Buch Greuter Radolfzell
 Schützenstraße 11
 78315 Radolfzell
 Tel. 07732-940899-0
 radolfzell@buch-greuter.de
 Buch Greuter Sigen
 Ingepstraße 17
 78524 Sigen
 Tel. 07731-8769-0
 mail@buch-greuter.de
 Buch Greuter Tuttlingen
 Bahnhofsstraße 24
 78532 Tuttlingen
 Tel. 07461-9655-0
 tuttlingen@buch-greuter.de
 www.buch-greuter.de die Welt des Lesers neu entdecken


Perlenring

Margrit Pomrehn
 Schmucknikate
 Seestraße 41
 78315 Radolfzell
 www.mp-schmuckatelier.de

Sonderausstellung
Gräber,
Gold und
Gruben
→



FOTOS ALM BADEN-WÜRTTEMBERG | SCHREINER



Dauerveranstaltungen Januar-Februar 2018

Mittwoch + Samstag

Radolfzeller Wochenmarkt

Ort: Marktplatz, 7-14 Uhr

Jeden Samstag

Geführte Wanderung in die Umgebung

Treffpunkt: Bahnhofplatz, 13-18 Uhr

Jeden Samstag

Flohmarktläden

der AG Terre des Hommes

Ort: Alte Pakethalle, Kapuzinerweg

10-13 Uhr

Täglich

Bildergalerie Erika Ebinger

Religiöse und weltanschauliche Bilder

Ort: Christuskirche, 9-17 Uhr

Dienstag-Sonntag bis 7. Januar

HAUS.TIER

Holzsnitte von Martina Geist & Abi Shek

Ort: Villa Bosch, 14-17.30 Uhr

Montag-Freitag bis 17. Februar

„Kunst in der Kaserne“

Winterthemen

Ort: Fritz-Reichle-Ring 28, 8-18 Uhr

Dienstag-Sonntag bis 25. Februar

Gräber, Gold und Gruben

Sonderausstellung zur Archäologie

in der Region

Ort: Stadtmuseum Radolfzell, 11-17 Uhr

Montag-Freitag bis 2. Oktober

BauKULTUR – BauKUNST – KUNST

im Baudezernat

Ausstellung von Verena Vögele

Ort: Baudezernat Radolfzell

Mo-Fr 8-12 Uhr, Mo-Do 14-16 Uhr

Dienstag-Sonntag, 13. Januar-4. März

Ausstellung: PhotoKompositionen

Stadt-Ansichten von Bette Bayer

Ort: Villa Bosch, 14-17.30 Uhr



FOTO KUHNLE & KNÖDLER

Alle Informationen zu den Veranstaltungen nochmal zum Nachlesen und weitere Termine unter www.radolfzell-tourismus.de

FRISEUR & FACHGESCHÄFT Tel. 0 77 32.93 82 22

glückssträhne

GUTES FÜR IHR HAAR

Seestr. 27 78315 Radolfzell www.gluecksstraehne-radolfzell.de
Öffnungszeiten: Di - Fr 8:30 - 18:00 Uhr / Sa 8:30 - 13:00 Uhr

Need some shoes?
HAFNER SCHUHE
SEESTR. RADOLFZELL
TEL. +49 (0)7732-3390

TEEPOTT RADOLFZELL
Teefachgeschäft und Teestube
Löwengasse 8
reinschauen & wohlfühlen
www.tee-vom-see.de

Eine große Auswahl an
Bodensee- und Internationalen Weinen
MAYER
WEINMAYER | Weinimport + Weinhandel
Herrenlandstr. 89 • 78315 Radolfzell • Tel. 07732.99790 • www.weinmayer.de

**Radolfzeller
Fasnet**

(siehe auch Seite 14)



JANUAR

Samstag, 6. Januar

Traditioneller Männerfrühschoppen

Narrizella Ratoldi

Friedrich-Hecker-Gymnasium, 10.30 Uhr

www.narrizella-ratoldi.de

Frauenfrühschoppen

Narrizella Ratoldi

Scheffelhof Radolfzell, 11 Uhr

www.narrizella-ratoldi.de

Traditioneller Dreikönigsfrühschoppen

Froschenzunft Radolfzell

Buchenseehalle Güttingen, 10.30 Uhr

www.froschenzunft.de

Dreikönigsauftakt

der Bengelschiesser-Zunft

Rathausplatz Böhringen, ab 17 Uhr

www.bengelschiesser.de

Samstag, 13. Januar

Fanfareball

Fanfarenzug Markelfingen

Ort: Markelfingen, Markolfhalle, 19.30 Uhr

www.nz-seifensieder.de

Freitag-Samstag, 26.-27. Januar

Bunte Abende

Welsbart-Zunft Möggingen

Mindelseehalle Möggingen, 19.30 Uhr

www.nv-moeggingen.de

Bunte Abende

Narrenzunft Seifensieder

Markolfhalle Markelfingen, 19.30 Uhr

www.nz-seifensieder.de

Samstag, 27. Januar

Seniorenfasnacht

Froschenzunft

Froschenstüble

Güttinger Straße 5, 14 Uhr

www.froschenzunft.de

Samstag-Montag, 27.-29. Januar

Narrenspiegel

Narrizella Ratoldi

4 Vorstellungen

Milchwerk Radolfzell

20 Uhr, So zusätzlich 14 Uhr

www.narrizella-ratoldi.de

FEBRUAR

Freitag-Samstag, 3.-4. Februar

Bunter Abend

Schoofwäscher-Zunft

Homburghalle Stahringen, 19.30 Uhr

www.schoofwaescher.de

Samstag, 3. Februar

Holzhauerball

Narrizella Ratoldi

Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr

Bunter Abend

Narrenverein Moofanger

Litzelhardhalle Liggeringen, 20 Uhr

Sonntag, 4. Februar

Kinderball

Narrizella Ratoldi

Milchwerk Radolfzell, 14 Uhr

www.narrizella-ratoldi.de

Mittwoch, 7. Februar

Hemdglonkerumzug

Altstadt Radolfzell, 19 Uhr

anschl. Preiskleppern im Scheffelhof

www.narrizella-ratoldi.de

Donnerstag, 8. Februar

Schmotziger Dunschdig

Straßenfasnacht in der Kernstadt und

in den Ortsteilen

www.narrizella-ratoldi.de

Hemdglonkerball

Bengelschiesser Böhringen

Mehrzweckhalle Böhringen, 20 Uhr

www.bengelschiesser.de

Samstag, 10. Februar

Fasnetumzug für Kinder

mit Kinder-Narrenbaumstellen

vor dem seemaxx, 10.30 Uhr

www.narrizella-ratoldi.de

Kinderball

Froschenzunft Radolfzell

Narrenpalast, Ratoldusstraße, 14 Uhr

www.froschenzunft.de

Närrischer Abend

Bengelschiesser Böhringen

Mehrzweckhalle Böhringen, 20 Uhr

www.bengelschiesser.de

Bürgerball

Narrizella Ratoldi

Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr

www.narrizella-ratoldi.de

Sonntag, 11. Februar

Radolfzeller Fasnetumzug

Innenstadt, 13 Uhr

www.narrizella-ratoldi.de

Altenkonzert

Narrizella Ratoldi

Milchwerk Radolfzell, 15 Uhr

Moofangerball

Litzelhardhalle Liggeringen, 20 Uhr

www.moofanger-liggeringen.de

Froschenball, Froschenzunft

Narrenpalast, Ratoldusstraße, 20 Uhr

www.froschenzunft.de

Jugenddisco Narrizella Ratoldi

Milchwerk Radolfzell, 19 Uhr

www.radolfzell.de

Montag, 12. Februar

Frühschoppen, Froschenzunft Radolfzell

Narrenpalast Ratoldusstraße, 10 Uhr

www.froschenzunft.de

Närrischer Jahrmarkt

und Straßenfasnacht

Innenstadt, ab 12 Uhr

www.narrizella-ratoldi.de

Kinderball

Bengelschiesser Böhringen

Mehrzweckhalle Böhringen, 14 Uhr

www.bengelschiesser.de

Dienstag, 13. Februar

Damenkaffee

Froschenzunft Radolfzell

Narrenpalast Ratoldusstraße, 14 Uhr

www.froschenzunft.de

Kehraus

Froschenzunft Radolfzell

Narrenpalast Ratoldusstraße, ab 18 Uhr

www.froschenzunft.de

Fasnetverbrennen

Narrizella Ratoldi

Marktplatz, 19 Uhr

www.narrizella-ratoldi.de

zum Schluss

Gewinnspiel!

Beantworten Sie unsere Gewinnspielfrage und gewinnen Sie einen unserer Preise:

- » Exklusiv-Gutschein „Candle-Dream – Ritual für zwei“ im Wert von 199 Euro für die bora-Sauna
- » Gutschein für zwei Personen für ein Essen im NaturFreundeHaus Bodensee in Markelfingen.

GEWINNSPIELFRAGE: Welche renommierte Forschungseinrichtung ist im Radolfzeller Ortsteil Möggingen angesiedelt?

Bitte schicken Sie uns Ihre Antwort mit Betreff „zeller Gewinnspiel“ bis 15. Februar 2018 an zeller@radolfzell-tourismus.de.

Postadresse:
Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH
Bahnhofsplatz 2, 78315 Radolfzell am Bodensee

Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

FOTO MARINA KUPFERSCHMID »

Randnotiz: Die Brötchentaste

Brötchen auf Knopfdruck – schön wärs! Aber die so genannte „Brötchentaste“ an manchen Parkscheinautomaten in der Innenstadt heißt nichts anderes, als dass man 15 Minuten kostenlos parken kann. Einfach mal flugs das Auto abstellen, um schnell etwas zu erledigen, eine Zeitung am Kiosk zu holen oder auch kurz beim Bäcker Brötchen zu kaufen.

Die „Brötchentaste“ wurde in diesem Jahr im Zuge des neuen Parkraumbewirtschaftungs- und Mobilitätskonzepts für Radolfzell eingeführt. Solche Kurzzeit-Parkplätze zum „Kommen und Gehen“ oder für Zubringer und Abholer stehen beispielsweise am Bahnhof und in der Konstanzer Straße zur Verfügung. Wichtig ist, das Auto nicht einfach ohne Parkschein abzustellen, sondern die **Brötchentaste zu drücken und das kostenlose Ticket zu ziehen**. Zum neuen Parkkonzept in Radolfzell, das verschiedene Parkzonen mit unterschiedlicher Höchstparkdauer vorsieht, gibt es einen Flyer, der unter www.radolfzell.de/parken heruntergeladen werden kann.

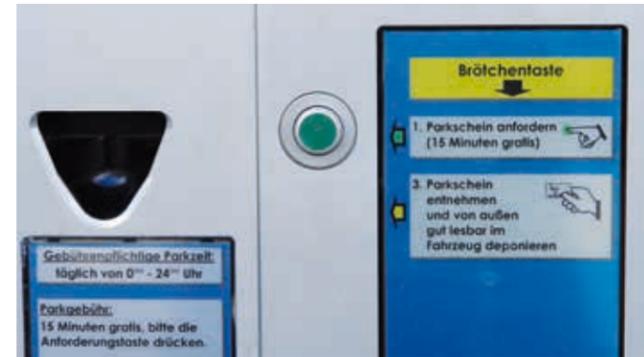


FOTO CAROLA HABENICHT

Ganzjährig geöffnet!
Alles rund ums Segeln und Motorboot fahren

Wassersportzentrum Radolfzell

Sie wollen schnell und mit Freude Segeln lernen oder Ihren Motorboot-Führerschein erwerben?

Nähere Informationen zu den Kursen, Preisen und Terminen finden Sie auf unserer Webseite unter: www.wassersportzentrum-radolfzell.de

Wassersportzentrum Radolfzell, Zuppelstr. 23, 78315 Radolfzell
Tel. +49(0)7732-971 931
Mobil +49(0)772-567 8093
info@wassersportzentrum-radolfzell.de

www.wassersportzentrum-radolfzell.de

Die Chartervergnügen - von Anfang an!

Tages- und Mehrtag charter für Einsteiger und Fortgeschrittene

Motorboot Charter Bodensee
www.Motorboot-Charter-Bodensee.de

Buchung über das Wassersportzentrum Radolfzell, Zuppelstr. 23, 78315 Radolfzell
Tel. +49(0)7732-971 931

Event Segeln Bodensee

Erleben Sie:

- Wertproben
- Romantikdinner
- Autorenkungen
- Sicherheitstraining auf dem Wasser
- Segeln in Kombination mit Sprachkursen
- Team-Training und BurnOut/Prävention

Wassersportzentrum Bodensee.de
Tel. +49(0)7732-971 931
Mobil +49(0)772-567 8093

Event Segeln Bodensee GmbH
Zuppelstr. 23
78315 Radolfzell

Viel Spaß unter www.event-segeln-bodensee.de



Das nächste 'zeller magazin' erscheint am 28. Februar 2018. Keine Ausgabe mehr verpassen! Das 'zeller magazin' ist auch im Abo erhältlich (6 x 2,- Euro zzgl. Versandkosten). Bestellung unter zeller@radolfzell-tourismus.de – Betreff: Abo zeller magazin

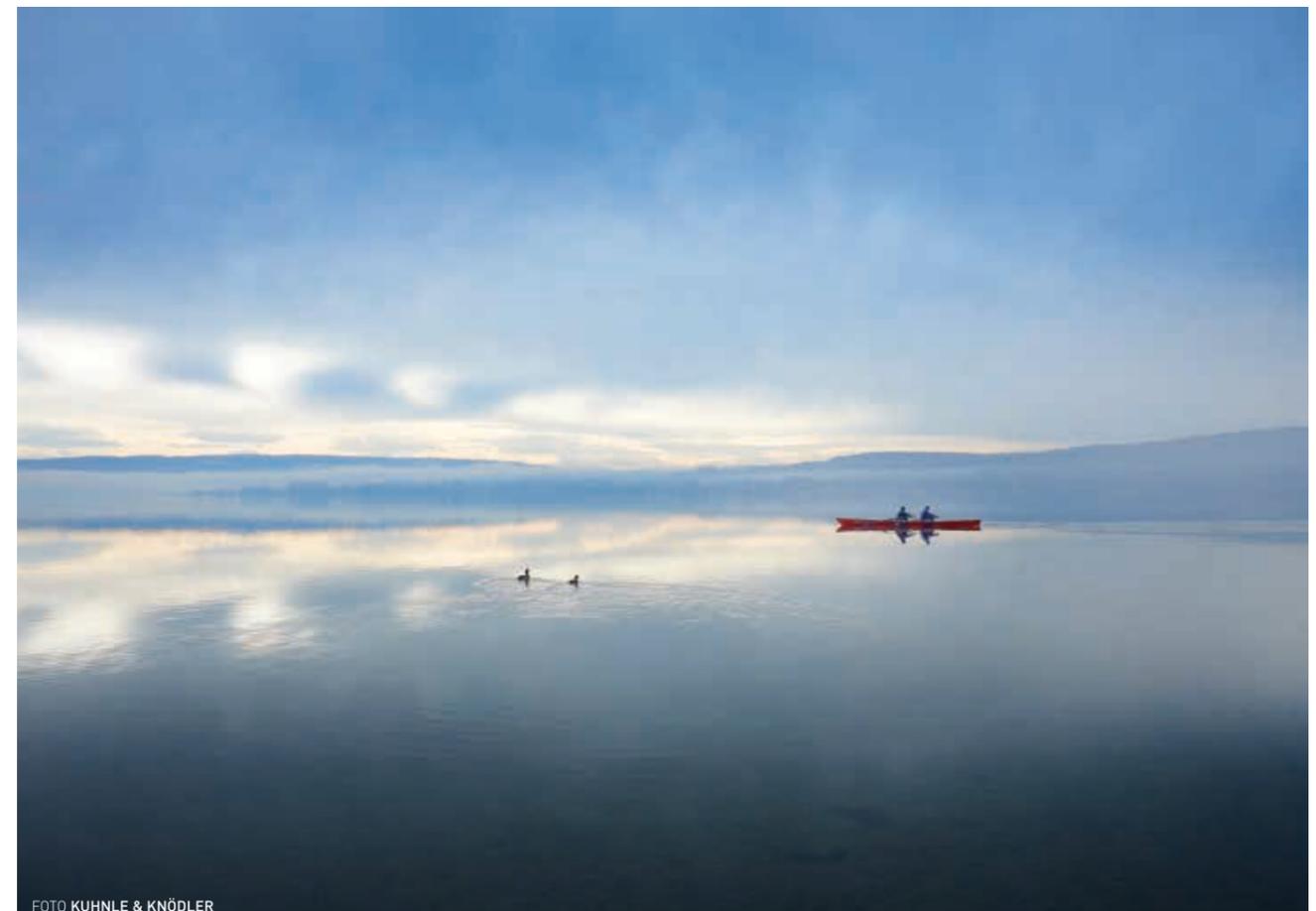
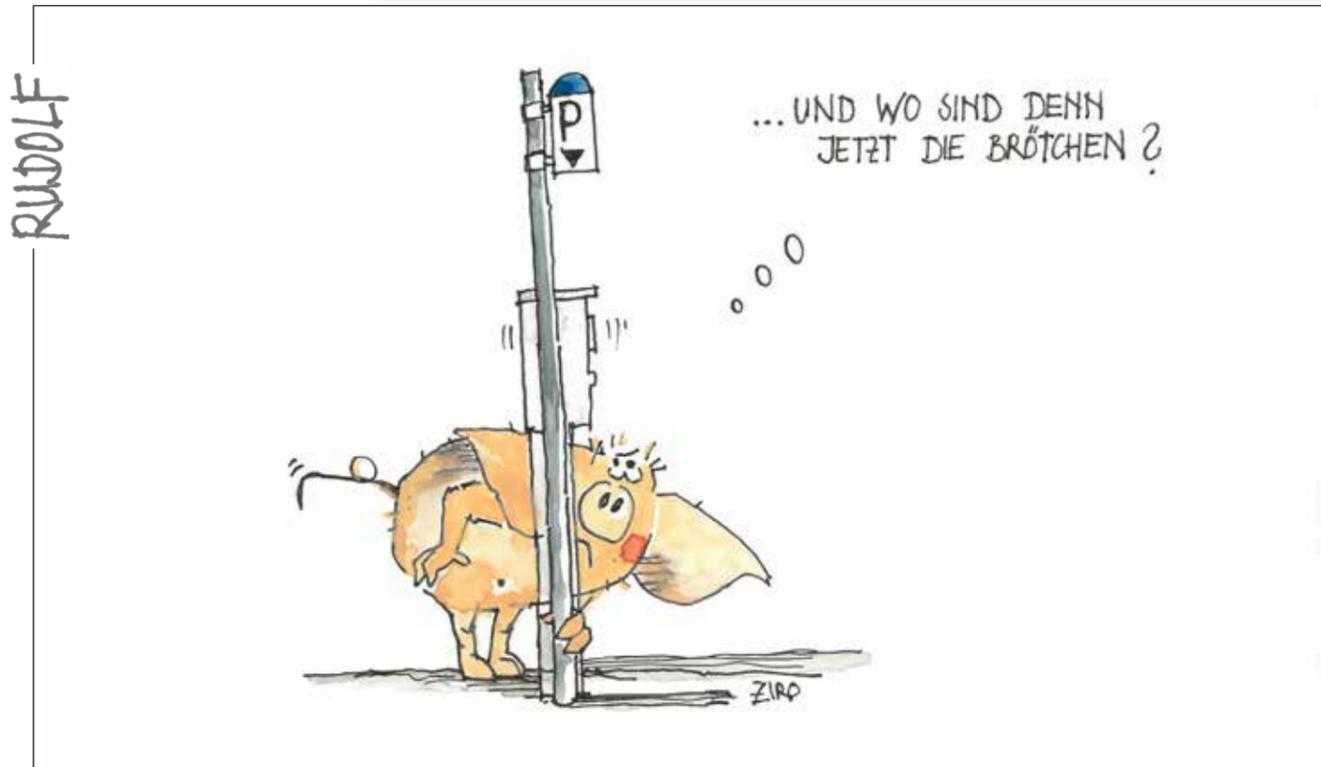


FOTO KUHNLE & KNÖDLER

Ein echter (Pr)Eisbrecher.

DAS
BODEN
SEE
OUTLET

40
ÜBER
TOP-MARKEN
ZU OUTLET-
PREISEN IN
RADOLFZELL
AM BODENSEE!

seemaxx.

Outlet Center Radolfzell



Öffnungszeiten: Mo - Sa 10 - 19 Uhr · www.seemaxx.de

Schützenstraße 50 · 78315 Radolfzell · Tel.: +49 (0) 7732 940 999 30 · info@seemaxx.de