

Radolfzell am Bodensee

zeller

magazin

2019
September - Oktober

MAX GIESINGER

beim 2. Milchwerk Musik Festival

ZWEI LÄNDER – EIN SEE

Grenzenloses Herbst-Hopping

RADOLFZELLER ALTSTADTFEST

Spannung für die ganze Familie



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

bo ra
HotSpaResort

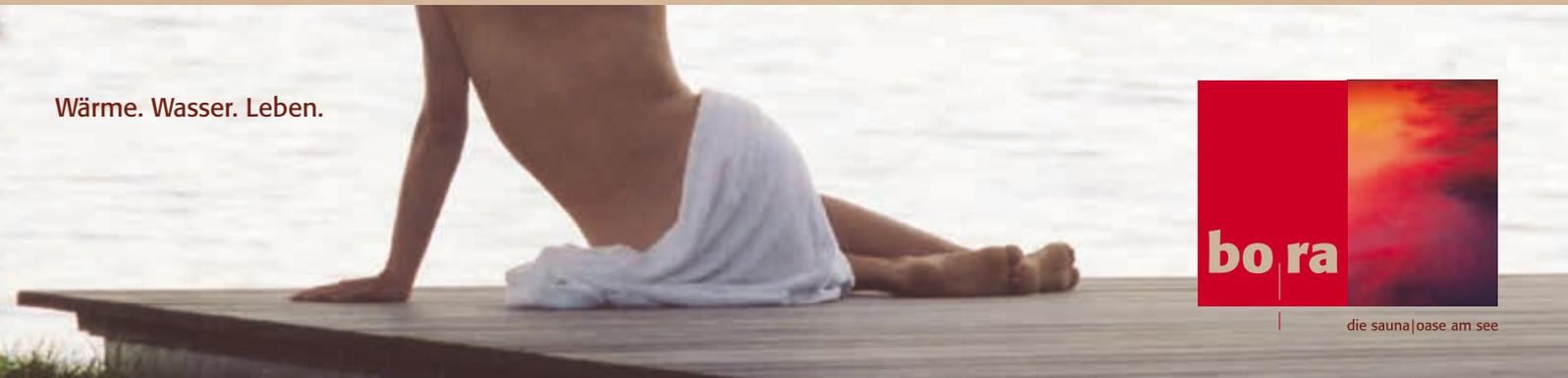


bora HotSpaResort ****

www.bora-hotsparesort.de

Karl-Wolf-Str. 35 D - 78315 Radolfzell

T 00 49 - 77 32 - 950 400

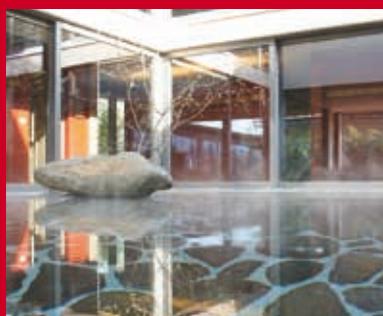


Wärme. Wasser. Leben.



die sauna|oase am see

Japanisches Onsen-Bad | Bambus-Sauna | Salz-Grotte mit Gradierwerk | Ruheraum mit Tatamimatten
Schaukelliegen | Rauchsauna | Kelo-Sauna | Erdsauna | 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



Auch wenn dieser Sommer kalendarisch zu Ende geht, gibt es keinen Grund zu Melancholie.

Vielleicht steht uns ja ein hochsommerlicher Frühherbst bevor? Wie auch immer, die Freiluftsaison geht weiter und die Monate September und Oktober haben in Radolfzell am Bodensee viel zu bieten. Im Spätsommer lässt es sich wieder schön feiern, sei es auf dem großen Altstadtfest am 7. September mit Action und Party für die ganze Familie oder auf dem Radolfzeller Abendmarkt, der noch bis Mitte September zum Genießen einlädt. Auch die Ortsteile warten mit bunten Herbstfesten auf. Die Musikstadt Radolfzell setzt sich mit dem 2. Milchwerk Musik Festival vom 4. bis 8. September spektakulär in Szene, und am 2. Oktober bei der 15. Kulturnacht in der Kernstadt und in den Ortsteilen zeigt sich die Kunstszene so vielseitig und geballt wie nie. Weiter geht es dann mit dem verkaufsoffenen Sonntag am 5. Oktober unter dem bewährten Motto „Musik uff de Gass“, wo sich die Einkaufsstadt voller Rhythmus erleben lässt.

Die leuchtenden Farben der Natur begeistern uns jedes Jahr aufs Neue – die schönste Zeit zum Radeln und Wandern bricht an und bei der Einkehr locken die Früchte des Herbstes. Der goldenen Zeit am westlichen Bodensee trägt auch die Schweizerische Schifffahrtsgesellschaft Untersee und Rhein Rechnung, die erstmals die Saison verlängert und an vier Wochenenden im Oktober und November ihre Flotte im Zweistundentakt auf Rundkurs schickt. Viermal täglich kann man an diesen Wochenenden im Hafen Radolfzell zum „Grenzenlosen Herbst-Hopping“ zusteigen – ein Anregung sowohl für Gäste als auch für Einheimische, in Orten am Deutschen und Schweizer Ufer Neues zu entdecken oder Altbekanntes wiederzufinden. Vor allem aber auch den See zu genießen.

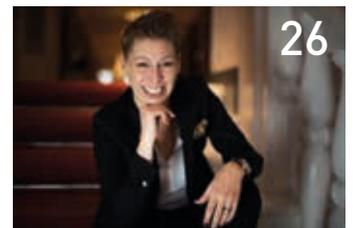
Freuen Sie sich auf eine reiche Zeit.

Ihre Nina Hanstein
Geschäftsführerin
der Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH

INHALT



Max Giesinger: Für ihn ist Musik alles	4-5
Kunstkleider – Kleiderkunst	6-7
Zwei Länder – ein See: Grenzenloses Herbst-Hopping	8-9
Die „un-ver-gleich-bar“	10-11
Altstadtfest: Party und Action für die ganze Familie	12-13
Die große Nacht der Künstler	14-15
100 Jahre Kaufhaus Kratt	16-17
Musik uff de Gass	18
Die METTNAU – das Gesundheitszentrum am Bodensee	19-24
Landesgartenschau 2020 am Bodensee	25
„Rausch und Stille“. Lesung mit Klavier in der Villa Bosch	26
26. Internationale Sommerakademie Radolfzell	26
2. Milchwerk Musik Festival Radolfzell	27
„ATME und nimm wahr“. Ausstellung in der Villa Bosch	27
So bunt ist der Herbst	28 -29
Wirtschaftsförderung: custom works – Der Meister schneller Boards	30-31
Stadtwerke Radolfzell ... immer vor Ort	32-33
Veranstaltungen September – Oktober 2019	34-37
Impressum	37
Gewinnspiel Randnotiz RUDOLF	38



Für ihn ist Musik alles

Er ist Sänger, Songwriter, Musikproduzent und seit einiger Zeit in verschiedenen TV-Formaten zu sehen. Am 7. September tritt Max Giesinger beim Milchwerk Musik Festival in Radolfzell auf.

Drei Alben hat er bisher veröffentlicht. Mit seinem Hit „80 Millionen“ gelang ihm im Jahr 2016 der große Durchbruch. Die Musik begleitet ihn seit seiner Kindheit. Schon als Kind fing er an, seine eigenen Texte zu schreiben und für ihn stand fest: Ich will Musiker werden. Seinen ganz eigenen Stil hat er im Laufe der Zeit entwickelt. Im Alter von 13 Jahren spielte er in seiner ersten Band, den Deadly Punks, anschließend in weiteren Formationen und trat zudem als Solokünstler auf. Nach dem Abitur zog es ihn in die weite Welt. Auch hier war die Musik sein ständiger Begleiter. Im Rahmen eines Work & Travel-Programms erkundete er Australien und Neuseeland, besserte seine Reisekasse als Straßenmusiker auf. „Die Reise“, so heißt sein neues Album. Es scheint, als ob ihn dieses Thema umtreibt. Auf die Frage, was Reisen für ihn bedeutet, antwortet er: „Reisen ist für mich die beste Horizonterweiterung. Neue Impulse und Stories sammeln, die man wieder in Songs packen kann.“ Es sind wohl die persönlichen Erfahrungen und alltäglichen Dinge, die er gerne in seine deutschsprachigen Songs einfließen lässt. So auch in seinem neuesten Video, in dem er das Thema „Freunde“ besingt, Freunde, die es in alle Windrichtungen verschlagen hat.

Freundschaften pflegen, geht das überhaupt, wenn man als Musiker ständig unterwegs ist? „Bei unkomplizierten Freunden ist es gar nicht schwierig“, so Max Giesinger. „Da ist es einfach okay, wenn man sich nur alle zwei Monate sieht. Ich hab glücklicherweise sehr entspannte und tolle Freundschaften in meinem Leben.“ Eine Freundschaft, die schon über Jahre Bestand hat, ist die mit Sänger Michael Schulte, mit dem er auch eine Zeitlang in einer WG lebte. „Wir sind immer füreinander da, weil wir die krassesten Zeiten miteinander erlebt haben. Von kompletter Erfolgslosigkeit bis zum beidseitigen Durchstarten“, reflektiert Giesinger die Männerfreundschaft. Dass die beiden nicht nur menschlich, sondern auch als Sänger hervorragend harmonieren, beweist ein YouTube Video aus der Zeit vor ihrem großen Durchbruch, das sie im Jahr 2012 ins Netz gestellt hatten. Mit ihrer Cover-Version des Songs „Somebody That I Used to Know“ von Gotye erreichten sie über vier Millionen Klicks.

Im Jahr 2011 nahm Max Giesinger an der Castingshow „The Voice of Germany“ teil und erreichte Platz vier. Seinen damaligen Coach, Xavier Naidoo, trifft er noch manchmal in Mannheim. Den Kontakt beschreibt Giesinger als sehr herzlich. Nach der Castingshow wurde es erst ein wenig still um ihn, der berufliche Erfolg kam dann jedoch mit seinem Song „Dach der Welt“, mit dem er sich auf Platz 14 der deutschen Charts platzieren konnte. Es folgte seine erste Deutschland-Tournee.

Sein Debütalbum „Laufen lernen“ veröffentlichte er in Eigenregie, für das zweite Album „Der Junge, der rennt“ gelang es ihm, ein Label für die Veröffentlichung zu gewinnen. Auch nachdem er mittlerweile drei Alben herausgebracht hat und längst erfolgreich mit seiner Musik auf Tour ist, zieht es ihn in unterschiedliche TV-Formate. Anfang 2018 war der Wahl-Hamburger wieder bei der Casting Show „The Voice“ zu sehen, allerdings nun auf der anderen Seite, nämlich in der Jury bei „The Voice Kids“. Für ihn wäre es als Juror für die kleinen Talente deutlich entspannter, erzählt er, denn als Kandidat in der Show hätte er sich selbst ordentlich unter Druck gesetzt. In diesem Jahr nahm er an einem neuen Unterhaltungskonzept teil und saß im Rate-Team bei der Pro7 Show „The Masked Singer“. Für ihn seien die Ausflüge in die TV-Welt immer wieder eine Herausforderung, der er sich gerne stelle, erzählt er im Interview. Nicht zuletzt fördern die Fernsehauftritte seinen Bekanntheitsgrad, was sich beim Ticketverkauf seiner Konzerte niederschlägt. Aber, auch wenn er sich über ausverkaufte Konzerte in großen Hallen freut, macht er keinen Hehl daraus, dass er ein Fan von kleinen Clubs mit lauschiger Atmosphäre ist. Er liebt eben die Musik in ihrer puren Form – nur er und seine Gitarre.

Am 7. September wird Max Giesinger in Radolfzell auftreten. Das Städtchen ist ihm nicht fremd, schließlich ist er in Karlsruhe aufgewachsen und kennt den Bodensee. Er erzählt: „Nach dem Abi war ich mit meinen Jungs in Radolfzell ein paar Tage campen. Das war ne super entspannte Zeit. Ne geile Ecke ist das!“ Und eine super entspannte Zeit werden sicherlich auch die Fans von Max Giesinger haben, im September, bei seinem Konzert im Radolfzeller Milchwerk.

Max Giesinger

(* 3. Oktober 1988 in Waldbronn) ist Sänger, Songwriter und Musikproduzent. Giesinger stammt aus Busenbach im Landkreis Karlsruhe. Erste Band-Erfahrung sammelte er im Alter von 13 Jahren. Seit dem Jahr 2006 sind bei YouTube regelmäßig Videos von ihm zu sehen, vorwiegend Cover-Versionen, doch auch eigene Songs. Sein ständige Begleiter: seine Gitarre. Im Jahr 2011 nahm er bei dem Casting-Format „The Voice of Germany“ teil und wurde Vierter. Es folgte eine beeindruckende Solokarriere. Am 7. September tritt er um 20 Uhr im Radolfzeller Milchwerk auf.



TEXT NICOLA M. WESTPHAL FOTO CHRISTOPH KÖSTLIN

KUNSTKLEIDER

TEXT MARINA KUPFERSCHMID

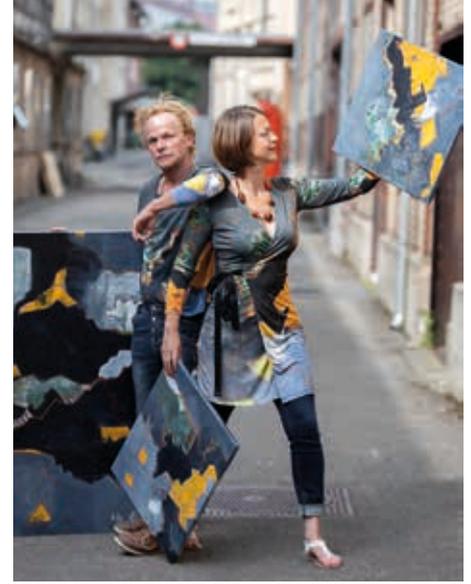
FOTOS WANZKI-KUNST-WINTERTHUR-FASHION



KLEIDERKUNST



Was gibt es Schöneres für einen Künstler, als dass seine Kunst durch die Welt spaziert? Die Böhlinger Künstlerin Victoria Graf macht mit einer genialen Idee ihrem Bilderschatz Beine und schafft ihre eigene Mode-Kollektion.



Victoria Graf ist für Überraschungen immer gut. Längst hat sich die umtriebige Künstlerin mit ihrem Atelier „Die Werkstatt“ in Böhlingen über die Stadtgrenzen hinaus einen Namen gemacht. Mit großem Optimismus und Elan baute sie vor elf Jahren den ehemaligen Fahrradladen ihres Schwiegervaters zu einer Ladengalerie um, in der es heute Kunst, Schmuck, Geschenke, Kaffee und Kuchen gibt sowie abwechslungsreiche, vielfältige Kultur wie Musikabende, Theater, Lesungen oder Genuss-Events. Vielen dürfte noch das große Maskentheater Dox City Radolfzell in Erinnerung sein, das sie vor zwei Jahren zusammen mit dem Regisseur Walter Koch zum Stadtjubiläum „750 Jahre Radolfzell“ auf dem Marktplatz inszenierte und auch ihr Kunstprojekt „7:75 Ortszeit“, mit dem sie letztes Jahr zum 775jährigen Ortsjubiläum von Böhlingen im Rahmen der Kulturnacht alte Scheunen im Dorf zum Leben erweckte. Letzteres findet übrigens an der diesjährigen Kulturnacht seine Fortsetzung als „7:76 Ortszeit Böhlingen“. Nicht zu kurz kommt bei der Kulturoptimistin und Eventmanagerin, die künstlerische Grafik studiert hat, die eigene Kunst. In den letzten Jahren werden ihre feinen Grafiken abgelöst von Linoldruckmischungen und experimenteller Kunst mit verschiedens-

ten Materialien. Oft entstehen komplexe grafische Arbeiten, die Elemente von Zeichnung, Druck und Collagen enthalten und durch ihre Vielschichtigkeit und Abstraktion eine geheimnisvolle Tiefe entfalten. Die Verarbeitung diverser Materialien verlockt sie zu immer neuen Experimenten. Genauso experimentierfreudig ist Victoria Graf, wenn es darum geht, ihre Kunst an den Mann oder die Frau zu bringen. Ihr neuester Coup heißt „Kleiderkunst“. Ihren Ursprung hat die Idee in einem früheren Performance-Projekt mit der Singener Designerin Britta Haupka, wo Victoria Graf textile Unikate als Kunstwerk direkt bemalte. Anders als damals digitalisiert sie nun ihre Kunstwerke und lässt sie auf ausgewählte Kleider, Tuniken, Leggings, Shirts und Jacken drucken – in jeder Konfektionsgröße und in alltagstauglichen Stoffmaterialien, edel oder sportlich zu tragen. Die Originalbilder in Acryl, in Mischtechniken oder als Linoldruck hängen an den Wänden ihres Ateliers. Jeder kann sich sein persönliches Lieblingsbild aus ihrem Bilderschatz aussuchen und auf ausgewählten Modellen als tragbare Kunst verwirklichen. „Das Feedback ist riesig“, freut sich Victoria Graf, die jedes Kunstkleid, das entsteht, auch als Kompliment an sich selbst wertet und als Zeichen gegen die Gleichförmigkeit in der Modewelt. Dadurch, dass sie immer wieder neue Bilder malt, gibt es auch stets eine neue Auswahl an Motiven für die Kleiderkunst. Vor allem aber feiern auch ihre älteren Bilder ein Comeback. Diese besonders schöne Art, Kunst zu zeigen, gibt es unter anderem auch an der Kulturnacht zu erleben. Sowohl in den Scheunen der „7:76 Ortszeit“ sowie im Atelier „Die Werkstatt“ wird die „Kunstmode“ vom 2. bis 6. Oktober präsentiert.



Victoria Graf Atelier „Die Werkstatt“ | Singenerstraße 15 | 78315 Radolfzell-Böhlingen
Öffnungszeiten Mi, Do 14-18 Uhr, Sa 10-14 Uhr, Di, Fr nachmittag meistens
Programm www.victoria-graf.de





MEISTER



Bei uns
finden Sie Ihre
„Traumringe“

MEISTER MANUFAKTUR SHOP · KASERNENSTRASSE 85 · 78315 RADOLFZELL · TEL. 07732 806 320 · WWW.MEISTERSCHMUCK.DE



Zwei Länder – ein See

Grenzenloses Herbst-Hopping

Per Schiff Grenzen überwinden und die wundervolle westliche Bodenseeregion erkunden: Dazu gibt es diesen Herbst an vier Wochenenden im Oktober und November reichlich Gelegenheit. Denn die Schifffahrtsgesellschaft Untersee und Rhein (URh) verlängert erstmals die Saison und schickt ihre Flotte im Zweistundentakt auf Rundkurs. Viermal täglich legt das Schiff an diesen Wochenenden in Radolfzell an und ab. Ob am deutschen Ufer oder auf Schweizer Seite: Auf die Herbst-Hopper wartet eine Fülle von Erlebnissen.

TEXT PETRA REINMÖLLER FOTO OBEN URH FOTO RECHTS KUHNLE & KNÖDLER

Wenn das Licht weicher und die Schatten länger werden, ist es ein besonderes Vergnügen, mit dem Schiff über den See zu gleiten. In Kooperation mit REGIO Konstanz-Bodensee-Hegau e.V. und Thurgau Tourismus **verlängert die Schweizerische Schifffahrtsgesellschaft Untersee und Rhein (URh) zum ersten Mal die Saison um vier Herbstwochenenden: 19.-20. und 26.-27. Oktober, 1.-3. und 9.-10. November. Im Zweistundentakt geht die Flotte dann insgesamt vier Mal pro Tag auf Rundkurs – zwischen Radolfzell, der Insel Reichenau, Gaienhofen und Hemmenhofen in Deutschland sowie Mannenbach, Berlingen und Steckborn am Schweizer Ufer.** An Bord kommen Einheimische und Gäste an einem großen Begegnungstisch zusammen, wo man sich etwa über Ausflugs- oder Einkehrtipps austauschen kann. Am Familientag, 27. Oktober, gibt es zusätzlich Rätselspaß und eine Foto-Box. Gefördert wird das Projekt „Grenzenloses Herbst-Hopping“ von der Internationalen Bodensee Konferenz (IBK).

Radeln, wandern oder schlendern

Auch das Fahrrad darf beim grenzenlosen Herbst-Hopping gratis mit auf Entdeckungsreise gehen. Jede Landestelle ist somit Ausgangspunkt für abwechslungsreiche Radtouren – beispielsweise zum Napoleonschloss Arenenberg, einem der schönsten Aussichtspunkte der Bodenseeregion. Oder auf die idyllische Halbinsel Höri, wo Kulturinteressierte den Spuren von Otto Dix und Hermann Hesse folgen. Im Radolfzeller seemaxx Outlet Center gehen Fashionverliebte auf Shoppingtour, Geschichtsbegeisterte lassen sich durch die historische Altstadt führen und die Segwaytour entlang dem Seeufer begeistert nicht nur Naturfreunde. Auch die UNESCO-Welterbe Insel Reichenau mit ihren drei mittelalterlichen Kirchen ist ein attraktives Ziel. Für Inselbesucher mit einer Herbst-Hopping-Tageskarte gibt es im MUSEUM REICHENAU freien Eintritt.

Eine Landschaft zum Verlieben

Der See zeigt eine ganze Palette an Blautönen, am Ufer ringsum färben sich die Bäume gelb, rot und braun. Wie eine Kompass-

nadel, die in den herbstlichen Himmel zeigt, ragt die Kirchturmspitze aus dem charmanten Dorf Berlingen hervor. Hier bietet ein dreieinhalb Kilometer langer Panorama-Rundweg einmalige Aussichten auf den Untersee, die Halbinsel Höri, die Insel Reichenau sowie weit zu den Vulkanen im Hegau. In Berlingen selbst befindet sich zudem das Geburts-, Arbeits- und Wohnhaus des international anerkannten Kunstmalers Adolf Dietrich. Der rund zwölf Kilometer lange Steckborner Rundwanderweg gilt als einer der schönsten am Bodensee. Und wer beim Wandern noch knifflige Fragen rund um Meister Petz, Lampe und Reineke lösen möchte, der schlägt den elf Kilometer langen Fabelweg nach Ermatingen ein.

Die Spezialitäten der Region genießen

Goldbraun gebraten, mit einer knusprigen Kruste kommen die dampfenden Rösti auf den Teller. Saftig und zart ist das Fleisch des Zwiebelrostbratens; würzig duftet die Höri Bülle, die rote Zwiebel, die nur im milden Klima der Bodensee-Halbinsel zwischen Radolfzell und Stein am Rhein gedeiht. Beim grenzenlosen Herbst-Hopping können landestypische Spezialitäten kennen- und lieben gelernt werden. Die teilnehmenden Restaurants bieten eine Sonderkarte mit Erklärungen und Getränkeempfehlung. An Bord der URh-Schiffe werden zusätzlich Gottlieber Hüppen, Most und Wein aus der Region verkauft.

Wohlfühlstunden an Wellness-Orten

Mal einen Gang runterschalten, sich eine Auszeit gönnen und ganz bewusst Körper und Seele verwöhnen: Die Ruhe des herbstlichen Bodensees hilft beim Abschalten und Erholen – ob bei einem Spaziergang durch den Radolfzeller Mettnau-Park oder in den flauschigen Bademantel gekuschelt in der Premium-Sauna bora.

Die Abfahrtszeiten in Radolfzell sind um 11 Uhr, 13.30 Uhr, 15.30 Uhr und 17.30 Uhr. Der komplette Fahrplan, Preise und weitere Infos sind unter www.radolfzell-tourismus.de zu finden.



un·ver·gleich·bar



TEXT MARINA KUPFERSCHMID FOTOS LICHTERLOH

Der Name ist Programm für das neue gastronomische Angebot inmitten der Radolfzeller Altstadt. Mit der „un·ver·gleich·bar“ im ehemaligen „Goldenen Engel“ setzt Birgit Hotz ein urbanes Konzept um, das ein Café mit Rösterei, Restaurant, Bar, Biergarten und ab Herbst auch einer Tanzbar vereint – alles unter einem Dach.



Barista Birgit Hotz ganz in ihrem Element.

Birgit Hotz ist keine Unbekannte in Radolfzell. Seit über zwölf Jahren betreibt sie ihre Kaffee-Rösterei GenussReich in der alten Ziegelei in Böhringen-Rickelshausen. Viele kennen sie auch vom Radolfzeller Abendmarkt und vielen Zeller Festen, wo sie mit ihrem regionalen Food-Truck präsent ist oder von ihrem „Winterwonderland“ im Zunfthaus der Narrizella. Jetzt verleiht sie dem ehemaligen „Goldenen Engel“ neue Flügel.

„Mit dem Konzept möchte ich so viele Lücken wie möglich im gastronomischen Angebot in Radolfzell abdecken – und zwar von morgens bis nachts. Ein gemütlicher, einladender Ort, an dem schnabuliert, getafelt, gesüffelt und gechillt werden kann“, schildert die Inhaberin ihre Idee und ihren Traum, den sie sich erfüllt hat.

Die Küche bietet einheimische saisonale Kost – modern interpretiert, mit regionalen, frischen Zutaten, unter anderem vom

Wochenmarkt. Die Frühstückskarte ist ideenreich und vielseitig. Sie reicht vom Spiegelei über Metzgerschinken, Käse, hausgemachte Fruchtaufstriche und Brotaufstriche bis zum veganen Mandelporridge. Der leichte, feine Mittagstisch wechselt wöchentlich. Abends gibt es eine kleine saisonale Karte, die auch Vegetarier berücksichtigt, und im Biergarten kommen neben Wurstsalat unter anderem zünftige Hähnchen und deftige Haxen direkt aus dem Grill auf den Teller. Passend dazu gibt es frisch gezapftes Bier von der Hirsch-Brauerei.

Immer schon wollte die ausgebildete Barista eine passende Lokalität, in der ihr wunderbarer Kaffee aus ihrer Rösterei in Rickelshausen auch genossen werden kann. Letztere bleibt künftig nur noch als Produktionsstätte erhalten. Eine kleinere Rösterei ist in die un·ver·gleich·bar integriert und sorgt hier für besonderen

Charme. So kann der Gast durch eine Glasfront zuschauen, wie Kaffee nach Bedarf geröstet wird. „Frisch geröstet und gemahlen hat der Kaffee am meisten Aroma“, erklärt die Kaffee-Expertin. Viele verschiedene Mühlen in der „un-ver-gleich-bar“ machen es möglich, dass man alle neun Sorten Kaffee, die sie im Angebot hat, frisch gemahlen und gebrüht probieren kann. Zudem können Kaffee-Liebhaber jetzt auch mitten in der Stadt öfter kleinere Mengen frisch gerösteten Kaffee kaufen und schnell verbrauchen oder zu Hause mahlen. Zur duftenden Tasse Kaffee vor Ort – aus der Maschine oder French Press – gibt es stets eine Auswahl hausgemachter, frisch gebackener Kuchen, für die täglich eine Backmeisterin sorgt.

Auch optisch macht die „un-ver-gleich-bar“ eine Menge her. Das Lokal passend zur Rösterei im Factory Style eingerichtet – puristisch und modern, durch seinen Mix mit Holz aber doch warm in der Ausstrahlung, erfreut sich wenige Wochen nach der Eröffnung schon bester Frequenz, sowohl als Speiselokal als auch als After-Work-Adresse auf ein Bier, ein Glas Wein oder einen Cocktail. Gespannt ist Birgit Hotz, wie die kleine Tanzbar (40 m²) im Gewölbekeller ankommen wird, die ab Herbst Freitag und Samstag geöffnet sein soll. Ob für Tanzfreunde Ü 30, Ü 40 oder Ü 60 – das überlässt Birgit Hotz den Gästen mit ihren Musikwünschen an den DJ.

Gutscheine zu gewinnen!

siehe Seite 38

un-ver-gleich-bar

Poststraße 5

78315 Radolfzell am Bodensee

Telefon 07732 9456439

ÖFFNUNGSZEITEN:

Montag-Samstag ab 9 Uhr

Sonntag ab 10 Uhr (ab Herbst 2019)



PARTY und ACTION für die ganze Familie

Am ersten Samstag im September findet traditionell das Radolfzeller Altstadtfest statt. So verwandeln **am 7. September von 11 bis 22 Uhr** Musikkapellen und Bands, Straßenkünstler und Kunsthandwerker, Einzelhändler, Gastronomen und Radolfzeller Vereine die Innenstadt wieder in eine unterhaltsame, spannende Flaniermeile voller Party und Action für die ganze Familie.

Offiziell eröffnet wird das Altstadtfest um 11 Uhr auf der Bühne am Marktplatz durch Oberbürgermeister Martin Staab. Zum musikalischen Auftakt spielen die Schlossberg-Musikanten. Ab 15 Uhr unterhält das Duo „Elke und Bernd“ das Publikum auf dem Marktplatz. Dazwischen zeigen das El besito-Team der Tanzschule Singen und die TôsôX-Auftrittsgruppe des TV Rielasingen ihr Können. Ab 20 Uhr sorgt die Band CrossAge für Stimmung. Auf mehreren weiteren Bühnen gibt es den ganzen Tag über vielfältige Live-Musik: Von der Holzhauermusik über Oldies, Blues, Rock- und Partyhits bis hin zu kubanischen Rhythmen ist für jeden Geschmack etwas dabei.

Den ganzen Tag über darf beim Altstadtfest an zahlreichen Kunsthandwerk- und Gastronomieständen nach Lust und Laune gestöbert und geschlemmt werden. Die Besucher können sich außerdem bei Fashion- und Styling-Shows inspirieren lassen und sich im Klettern und Yoga versuchen. Kunstliebhaber dürfen die BUNTE Kunstmeile in der Teggingerstraße nicht verpassen. Hier stellen Künstler Ihre Malereien, Grafiken und Skulpturen aus und lassen sich bei der Arbeit über die Schulter schauen. Wer selbst kreativ werden möchte, kann an den bereitstehenden Wänden das Graffiti-sprühen ausprobieren.

Auch für Familien ist einiges geboten: Allein der traditionelle Kinderflohmärkte, der bereits um 8 Uhr beginnt, ist erfahrungsgemäß ein großer Besuchermagnet. Rund 150 Stände erstrecken sich über die Tegginger-, die Fürstenberg- und die Obertorstraße. Anmeldungen nimmt die Tourist-Information noch bis zum 6. September entgegen.

Im Kinderbereich auf dem Gerberplatz stehen von 11 bis 18 Uhr zahlreiche Vorführungen auf dem Programm: Neben der beliebten Sparkassen-Puppenbühne begeistern der Zirkus-Klarifari mit Akrobatik-Shows, Buch Greuter mit Kinderbuch-Vorlesungen und Mischter Toscana mit Comedyzauberei. Noch mehr Angebote

und Aktionen für Kinder, vom Kinderschminken über Modellbootsfahren bis hin zum Mitmach-Zirkus, gibt es unter anderem beim seemaxx Outlet Center, bei Zweirad Joos und auf der BUNTEN Kunstmeile. Kleine und große Kinder dürfen sich außerdem auf das Kinderkarussell und das Bungee-Trampolin auf dem Marktplatz freuen.

Der Programmflyer mit einer Übersicht der Programmpunkte ist bei der Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH erhältlich und kann auf der unten stehenden Homepage eingesehen werden. Unterstützt wird das Altstadtfest von der Stadtwerke Radolfzell GmbH und der Volksbank Konstanz eG.

Der Wochenmarkt, der in Radolfzell immer samstagsvormittags auf dem Marktplatz stattfindet, wird aufgrund des Altstadtfestes auf den Freitag vorverlegt.

Ausreichende Parkmöglichkeiten gibt es auf den öffentlichen Parkplätzen in der Innenstadt. Bitte beachten Sie, dass aufgrund des Altstadtfestes Straßensperrungen eingerichtet werden.

Alle Informationen rund um das Altstadtfest erhalten Sie bei der

Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH
Bahnhofplatz 2 | 78315 Radolfzell am Bodensee
Telefon 07732/81-507 | info@radolfzell-tourismus.de

www.radolfzell-tourismus.de/altstadtfest

TEXT TSR GMBH FOTOS KUHNLE & KNÖDLER | MICHAEL SCHRODT



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

TÄGLICH MARKT IN RADOLFZELL
da kauf ich „natürlich“ 

Landwirtschaftliche Produkte aus der Region
Auch als Geschenk oder Souvenir

BAUERNMARKT
Bahnhofstraße 5 - Radolfzell



G

BUCH GREUTER

LESEGLÜCK
beginnt bei uns

buch-greuter.de



Margrit Pomrehn
Schmuckatelier
Seestraße 41
78315 Radolfzell

www.mp-schmuckatelier.de



KULTUR
Radolfzell
präsentiert.

Die große *Künstler*
Nacht der

15.
**KULTUR
NACHT**
Radolfzell & Ortsteile

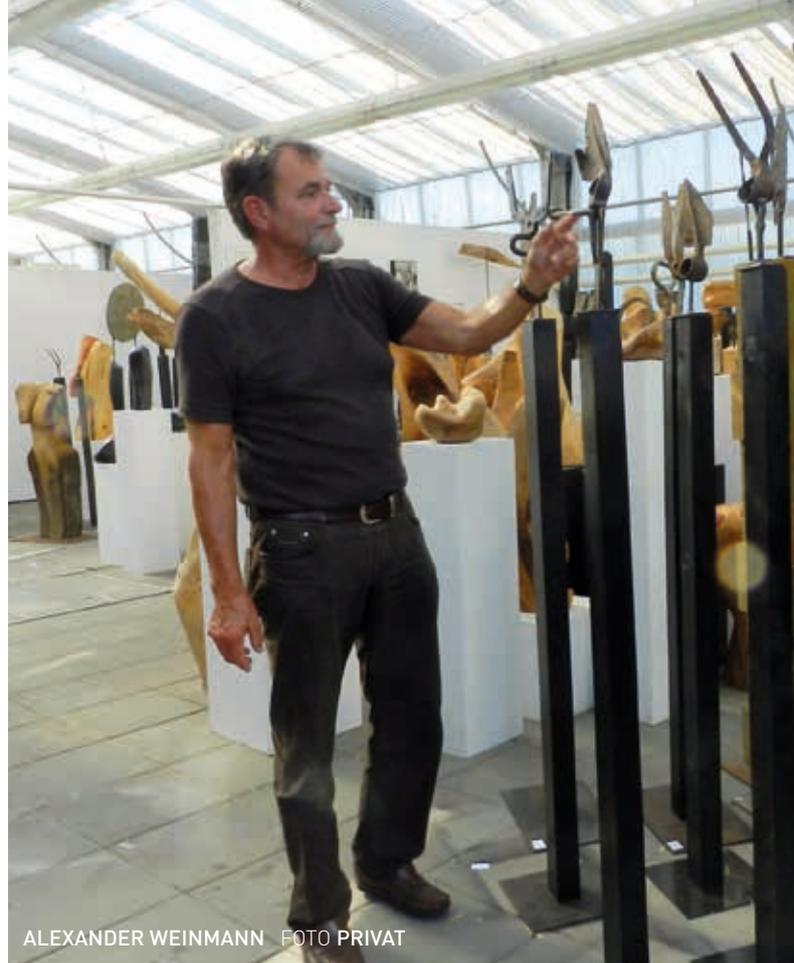
Mi **2.** 18 UHR
OKT. | 24 UHR



FOTO KUHNLE & KNÖDLER



ASTRID ROTHMUND FOTO PRIVAT



ALEXANDER WEINMANN FOTO PRIVAT

TEXT KULTURBÜRO

Seit bereits 15 Jahren ist die Kulturnacht Radolfzell eine feste Größe, wenn es darum geht, der lokalen Kunst eine Bühne zu bieten. Am 2. Oktober ist es wieder soweit. Von 18 bis 24 Uhr können die Besucher auf nächtlicher Entdeckungsreise Kultur erleben und Kunst bewundern.

Über 100 Kulturschaffende präsentieren an 35 Orten in der Kernstadt sowie in den Ortsteilen Böhlingen, Möggingen und Markelfingen zur Kulturnacht ihre Arbeiten. Bis in die Nacht hinein sind Kunst- und Kulturliebhaber eingeladen, sich durch die Straßen treiben zu lassen und die Kunst- und Kulturvielfalt in Radolfzell kennen zu lernen.

Vital ist die Radolfzeller Kunstszene und voller Energie, die in vielfältigen Formen wie Lesungen, Ausstellungen, Installationen, Musik und Performance zum Ausdruck kommt. Wie in den vergangenen Jahren dürfen sich die Besucher auf beeindruckende Ausstellungen, innovative Darbietungen und kreative Gemeinschaftsprojekte freuen.

Viele Ausstellungsorte präsentieren sich ganz anders als im Alltag. So auch die Stadtbibliothek, in der die Kulturnacht um 18 Uhr eröffnet wird und die anlässlich der Feier zu 20 Jahren Städtepartnerschaft Amriswil – Radolfzell vom Künstlerduo Herak/Stüdi aus der Schweizer Partnerstadt umgestaltet wird. Der Nachtfalter, Jersey Tiger, inspirierte die Künstler zu einer Installation im Raum, das Thema der Dunkelheit aufnehmend. Ein Soundscape mit flirrenden Rhythmen und Geräuschen von Tieren filtert die Schwärze der Nacht. Von Licht

angestrahlt, leuchten Augen aus dem Dunkeln. Nachtfalter umschwirren Quellen des Lichts. Eine Kunstinstallation, die neue Perspektiven schafft und zum Nachdenken anregen wird.

Anlässlich des 775. Jubiläums des Ortsteils Böhlingen entstand unter Mitwirkung zahlreicher Künstler das Kunstprojekt „7:75 Ortszeit“, das in diesem Jahr mit „7:76 Ortszeit“ seine Fortsetzung findet. In leerstehenden Gebäuden in Böhlingen, wie zwei alten Scheunen, zwei historischen Wohnhäusern und dem ehemaligen Schlachthaus, präsentieren sich auf Initiative der Böhlinger Künstlerin Victoria Graf mehr als 25 Künstler mit Action-Painting, Live-Sculpting, Video-Installationen, Tango-Performance, interaktiver Kunst und weiteren vielfältigen Kunstformen. Die „7:76 Ortszeit“ dauert über die Kulturnacht hinaus bis 6. Oktober.

Für den Überblick an der Kulturnacht sorgt ein Booklet, das unter anderem bei der Tourist-Information Radolfzell erhältlich ist oder unter www.radolfzell.de/kulturnacht heruntergeladen werden kann. Die Kulturorte sind umweltfreundlich und bequem ohne lange Parkplatzsuche zu erreichen. In der Kulturnacht steht ein kostenfreier Bus-Shuttleservice der Stadtwerke Radolfzell zur Verfügung, der die weiter entfernten Stationen und die teilnehmenden Ortsteile mit der Kernstadt verbindet.

100 Jahre Kaufhaus Kratt



Tradition trifft auf Beständigkeit

Das Kaufhaus Kratt ist das erste Haus am Platze, steht es doch mitten im Herzen der Stadt auf dem Marktplatz. Seine charakteristische Fassade mit den umlaufenden großzügigen Schaufensterflächen ist aus dem Bild der Stadt nicht wegzudenken und seit nunmehr einem Jahrhundert fester Bestandteil des städtischen Geschehens.

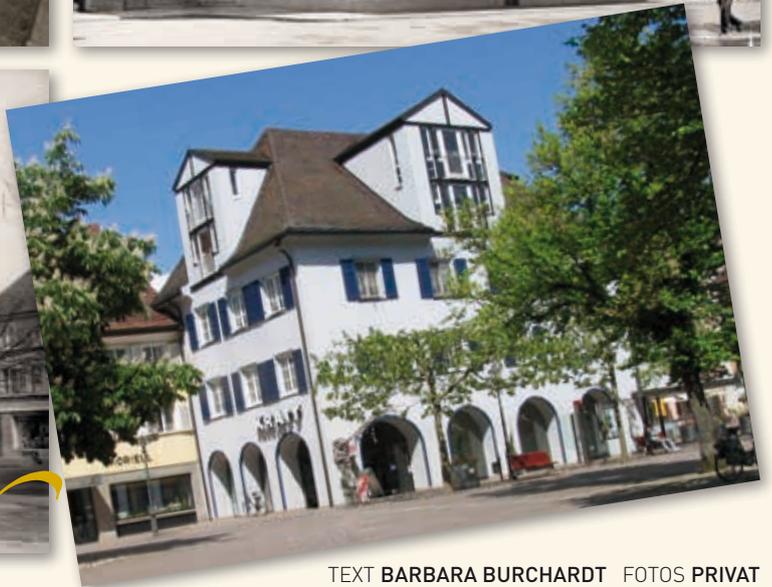
„Wir sind Dinosaurier und müssten eigentlich unter Artenschutz stehen.“ So beschreibt Hermann Kratt sein Kaufhaus, das im Herbst sein 100-jähriges Bestehen feiert. Fast hinkt der Vergleich ein wenig, denn „der Kratt“, wie man das Haus in Radolfzell liebevoll nennt, ist so lebendig wie eh und je. Und das, obgleich den Kaufhäusern seit Jahren ihr Ende prophezeit wird und der Familienbetrieb eines der letzten inhabergeführten Kaufhäuser in der Region ist.

1919 eröffnete August Kratt seinen „Gemischtwarenladen“ im Weinzierlhaus mit 14 Quadratmetern Verkaufsfläche. Es gab von allem etwas und für jeden Bedarf das Richtige. Bereits im Folgejahr erwarb er die ehemalige Brauerei Schuler auf dem Marktplatz und erweiterte damit Sortiment und Verkaufsfläche. Ein Prozess, der sich in den Folgejahren mehrfach wiederholen sollte: neue Gebäude, Umbau, Ausbau und ein Sortiment, das immer mit den Wünschen der Kunden und damit mit der Zeit geht.

Hermann und Heiner Kratt sind gemeinsam mit ihren Ehepartnern und Monika Hepfer geb. Kratt die Köpfe hinter der Radolfzeller Institution. Wenn sie in die gut gefüllte Kiste der Erinnerungen greifen, dann wird deutlich, dass das Kaufhaus Kratt untrennbar mit der Stadt Radolfzell verbunden ist. Schon das Gründermotto „Ein Kaufhaus für Radolfzeller, von Radolfzellern, mit Radolfzellern“ spricht Bände und ist für die Kratts Versprechen und Verpflichtung gleichermaßen. Heiner Kratt bringt es auf den Punkt: „Wir haben den Standort immer so gelebt, dass wir 100 Jahre werden konnten.“ Ein klares Bekenntnis zu Tradition und Verbundenheit. Dabei waren die Zeiten alles andere als einfach und jede Generation der Kratts hat allen Veränderungen standgehalten

und sich der Weiterentwicklung des Unternehmens verschrieben. Seien es die dramatischen Folgen des Zweiten Weltkrieges, in dem der Gründer August Kratt drei seiner vier Söhne verlor, die Beschlagnahmung und zehn Jahre währende Besetzung des Kaufhauses durch die französische Besatzungsmacht, die Folgen der Kaufring-Insolvenz im Jahr 2002 oder die massive Veränderung der Handelslandschaft: „Beim Kratt“ ging und geht man mit der Zeit und stellt seit einhundert Jahren höchste Ausdauer unter Beweis. Da wurden Häuser zusammengelegt, Flächen vergrößert, weniger attraktive Sortimente durch neue ersetzt und dies immer mit dem Fokus auf den Kunden. Da wundert es auch nicht, dass neben den Vorbereitungen für das Jubiläum schon die nächste Sortimentsaktualisierung in Planung ist. Die Heimtextilien-Abteilung wird erweitert und umfasst künftig vielfältige Heimtextilien und Wohnaccessoires. „Unser Unternehmen lebt von dem, was den guten stationären Fachhandel auszeichnet: persönlicher Kontakt, kompetente Beratung, höchste Qualität, vielfältiger Service und die Sicherheit, die nur der Kauf im Handel vor Ort mit sich bringt“, so Hermann Kratt. Auf einer Verkaufsfläche von stolzen 2000 Quadratmetern findet man eine ansprechende Mischung namhafter Marken aus Mode und Wäsche für Sie und Ihn, Heimtextilien, Elektrokleingeräten, Haushaltshelfern, Spielwaren, Schreibwaren, Zeitschriften und vielem mehr.

„Das alles geht nur mit einem zuverlässigen, beständigen und fachkundigen Team“, unterstreicht Monika Hepfer. 43 Mitarbeiter geben jeden Tag ihr Bestes und alle stehen hinter „ihrem Kratt“. Machen Sie sich am besten selbst ein Bild vom persönlichen Kaufhaus in Radolfzell und wir sagen: **Herzlichen Glückwunsch „dem Kratt“!**



Chronik

TEXT BARBARA BURCHARDT FOTOS PRIVAT

- 1919 August Kratt eröffnet das erste Geschäft im Weinzierlhaus mit 14 m² Verkaufsfläche.
- 1920 Kauf der Brauerei Schuler auf dem Marktplatz, Erweiterung der Verkaufsfläche.
- 1925 Erweiterung und Ausbau des 1. Obergeschosses. Sortimentserweiterung um Textilwaren.
- 1932-1933 Umbau Marktplatz 13 zum Kaufhaus Kratt. NEU: Damen-, Herren- und Kinderbekleidung.
- 1937 Kauf des Hohen Hauses (Torkel) in der Höllstraße.
- 1938-1940 Ausbau und Sortimentserweiterung.
- 1946 Hermann Kratt (sen.) tritt in das Unternehmen ein
- 1945-1955 Beschlagnahmung und Besetzung des Kaufhauses durch die französische Besatzungsmacht (Economat de l'Armée No 53 – nur für den Bedarf der franz. Besatzer gedacht).
- 1955 Freigabe des Kaufhauses durch die Besatzer, Rundumsanierung und Neueröffnung.
- 1959 Umbau des Hohen Hauses, Erweiterung um Haushalts- und Spielwaren.
- 1961 Kauf des Gebäudes in der Höllstraße 14.
- 1965-1966 Abriss und kompletter Neuaufbau, Zusammenschluss mit dem Gebäude Marktplatz 13, Vergrößerung der Geschäftsfläche und Sortimentserweiterung.
- 1978 Sanierung und Erweiterung des Gebäudes am Marktplatz.
Das Kaufhaus bekommt sein heutiges Gesicht. Hermann Kratt (jun.) steigt mit ein.
- 1979 Heiner und Renate Kratt treten in das Unternehmen ein.
- 1982 Hermann Kratt (sen.) verstirbt im Alter von nur 63 Jahren
- 1983 Anneliese Kratt und der Prokurist Otto Röder übernehmen die Geschäftsleitung.
- 1988 Umbau und Umgestaltung des gesamten Hauses, Einbau des gläsernen Aufzuges mitten im Gebäude.
- 1990 Hermann und Heiner Kratt übernehmen die Geschäftsführung.
- 2000 Umbau und Neumöblierung im gesamten Haus.
- 2012 Umbau und Erweiterung der Haushaltswarenabteilung mit Einbau von Markenshops.
- 2014 Umbau und Erweiterung der Abteilung Spiel & Spaß.
- 2017 Umstellung der gesamten Beleuchtung auf LED.

„Da ist Musik drin“



In Radolfzell gibt's mal wieder so richtig was auf die Ohren. Am **6. Oktober** steht der letzte verkaufsoffene Sonntag des Jahres an und dieser Tag ist für Musikliebhaber wie gemacht. Unter dem Motto „Musik uff de Gass“ verbindet der Radolfzeller Handel sein vielfältiges Angebot mit musikalischen Darbietungen in der ganzen Stadt. Vom See durch die attraktive Altstadt bis zum Seemaxx – überall liegt Musik in der Luft.

Motto mit Tradition

„Musik uff de Gass“ feiert in diesem Jahr ein kleines Jubiläum: Bereits zum 20. Mal findet die Veranstaltung statt und lädt ein, sonntägliches Einkaufen mit musikalischem Vergnügen und kulinarischen Genüssen zu verbinden. Auf allen Plätzen und Straßen ist „Musik drin“: Angefangen von der musizierenden Jugend mit individuellen Einzelkünstlern und Gruppen der Musikschule Radolfzell sowie der Jugendkapelle Markelfingen bis hin zu bekannten Orchestern und Kapellen. Dazu gehören die Schnooke Vielharmoniker und die Reberg-Musikanten, die Schlossbergmusikanten und die Feierware Jazz Band, das Oktatett oder die Jazz-Combo der Jugendmusikschule Höri.

Instrumente gesucht?

Ein Höhepunkt ist die „Gebraucht-Instrumenten-Börse“ im Zunfthaus. Der Freundes- und Förderkreis der Musikschule Radolfzell organisiert in der Zeit von 12.30 bis 16.30 Uhr diese wunderbare Möglichkeit, gebrauchte Instrumente zu kaufen und zu verkaufen – Beratung durch Musiklehrer inklusive. Um 17 Uhr werden die nicht verkauften Instrumente, sofern gewünscht, versteigert.

Wie es sich für einen wirklich gelungenen Tag gehört, ist auch für das leibliche Wohl bestens gesorgt.

Feiern im Doppelpack

Und wer vor oder nach dem musikalischen Trubel an anderer Stelle weiterfeiern möchte, der ist auf dem Büllefest in Iznang genau richtig. Dort dreht sich alles um die beliebte Zwiebel von der Höri und die BSB bringt Sie per Schiff nach Iznang – und wieder zurück.

TEXT BARBARA BURCHARDT

+++++++ Neues aus dem Handel ++++++

Ganz neu in der Bismarckstraße

ist die Metzgerei Blum. Im ökologischen, traditionellen Betrieb gibt es Wurst und Fleischwaren aus dem Schwarzwald, Käse aus kleinen Käsereien, Milch, Butter, Nudeln, Eier, Gewürze und vieles mehr.

DANKE FÜR 100 JAHRE!

	Kompetente Beratung. Top Marken inklusive.			
			Ihr Kaufhaus im Herzen der Altstadt auf 2000 qm.	
	Große Auswahl. Der Kratt hat's.			
				
		Persönlicher Kontakt. Erstklassiger Service.		Mehr Radolfzell geht nicht!




KRATT SEIT 1919
IHR PERSÖNLICHES KAUFHAUS

KRATT KG | 78315 RADOLFZELL | MARKTPLATZ 13 | TEL. 077 32/92 660 | WWW.KRATT-RADOLFZELL.DE

IN DIESER AUSGABE MIT
FOLGENDEN THEMEN:

20
Ambulante
Therapien

21
Wassertreten
nach Kneipp

22
Kauf mit
Köpfchen

DIE METTNAU – für Ihre Gesundheit

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

Die vier Kliniken der METTNAU sind auf die Rehabilitation und Prävention bei Störungen des Herz-Kreislauf-Systems spezialisiert. Ebenso werden orthopädische Befunde, Stoffwechselerkrankungen sowie die Folgen psychischer Überbelastung behandelt.

Unser Leistungsangebot

Unser Konzept basiert auf jahrzehntelanger Erfahrung und permanenter Weiterentwicklung. Ein Team von über 330 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, darunter Sportlehrer und Therapeuten, Fachärzte, wie Internisten, Kardiologen, Ernährungsspezialisten und Psychologen, arbeitet Hand in Hand. Auf Basis einer eingehenden ärztlichen Untersuchung erstellt unser Ärzte- und Therapeuten-Team Ihren individuellen Therapieplan. Dabei sehen wir den Mensch in seiner Gesamtheit und in seinem ganz persönlichen Umfeld. Unsere kompetenten Fachkräfte begleiten und motivieren Sie während des umfangreichen Sportangebots, so dass Sie Spaß an der Bewegung haben. Eine ausgewogene, gesunde und schmackhafte Ernährung stärkt den Körper, verhilft Ihnen zu Vitalität und Wohlbefinden. Wohltuende Massagen und Entspannungsübungen lassen Sie zur Ruhe kommen. Wir sind Ihr Impulsgeber und Wegbereiter in eine nachhaltige, gesunde Lebensführung.

Das Betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM)

Seit Jahrzehnten sind wir ein kompetenter Partner in der Gesundheitsprävention, auch im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements für nationale und internationale Unternehmen unterschiedlicher Branchen. Das Leistungsspektrum umfasst ambulante und stationäre Angebote, die sowohl als Basisprogramm, wie auch mit ergänzenden Modulen buchbar sind. Das Ziel ist dabei die Leistungsfähigkeit und Lebensqualität zu steigern. Rentenversicherungen, Krankenkassen und Arbeitgeber haben die große Bedeutung des Betrieblichen Gesundheitsmanagements erkannt und investieren verstärkt in die Gesundheitsprävention ihrer Mitglieder und Beschäftigten. Denn nur mit gesunden und motivierten Mitarbeitern ist es möglich, nachhaltig innovativ und wettbewerbsfähig zu sein und damit auch die Attraktivität als Arbeitgeber zu steigern.

Abschalten, auftanken, gesund und leistungsfähig werden und bleiben mit Ihrem Gesundheitspartner: der METTNAU!

Weitere Informationen unter
Telefon 07732 151-806 oder per
E-Mail an info@mettnau.com



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

Wegen des außergewöhnlichen Leistungsspektrums kommen Jahr für Jahr Gäste aus ganz Deutschland auf die METTNAU. Wer vor Ort wohnt, der kann von dem ambulanten Angebot profitieren. Hier einige Beispiele:



TEXT NICOLA M. WESTPHAL FOTO METTNAU

Wassergymnastik bietet ein hervorragendes Training, welches das Herz-Kreislaufsystem sowie die Muskulatur kräftigt. Vorteilhaft ist die Verringerung des eigenen Körpergewichts im Wasser, denn so werden Gelenke, Wirbelsäule und Bandscheibe geschont.

Balori, der „gesunde Rückenzykel“, ist ein betreutes Training an Kraftgeräten und wird durch Koordinations- und Gleichgewichtsübungen mit dem Balori-Stab ergänzt. So kommt man beweglicher, kräftiger und sicherer durch den Alltag. Der Kurs startet mit einem persönlichen Einführungstraining.

Pilates ist ein effektives Ganzkörpertraining. Im Fokus steht die Aktivierung des „Powerhouse“, der Körpermitte. Das Training stärkt die Muskulatur, ihre Flexibilität und Geschmeidigkeit und sorgt für ein erhöhtes Körperbewusstsein. Pilates beeinflusst unsere Bewegungs- und Haltungsgewohnheiten auch im Alltag, lässt uns größer, aufrechter, gelassener wirken. Die gesunde, aufrechte Haltung, verbessert zudem die Atemkapazität.

Ambulante Ernährungsberatung

„Du bist, was du isst“. Gesundheit und Wohlbefinden fangen bei der Ernährung an. Denn: Ausgewogenes Essen und Trinken stärkt von innen und macht leistungsfähiger. Dies gilt ebenso für gesunde Menschen, wie für jene, bei denen bereits Erkrankungen vorliegen. Wichtig ist: Gewusst wie! Und das zeigen die

Ernährungsberaterinnen der METTNAU, neutral, unabhängig und gemäß den Beratungsstandards der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Leistungen: Einzel-Ernährungsberatung zu den Themen Übergewicht, Erkrankung des Magen-Darm-Trakts, der Niere, der Gelenke, Stoffwechselerkrankungen und Nahrungsmittelunverträglichkeit. Außerdem Gruppenschulungen zu den Themen Adipositas, herzgesunde Ernährung und Diabetes mit Einkaufstraining und gemeinsames Kochen in der Lehrküche.

Gut zu wissen

Die angebotenen Kurse werden zum Teil von den Krankenkassen bezuschusst oder können bei entsprechend medizinischem Bedarf vom Fach- oder Hausarzt verschrieben werden. Nähere Informationen erteilt Ihnen gerne Ihre Krankenkasse oder Ihr behandelnder Arzt. Bitte beachten Sie, dass ärztliche verordnete Leistungen im Rahmen des Rehasports derzeit nicht von der METTNAU erbracht werden können. Das gesamte Kursangebot finden Sie auf unserer Website: www.mett nau.com/ambulantes-therapiezentrum

Reha-Nachsorgeprogramme IRENA & T-RENA

Im Anschluss an eine erfolgreiche Rehabilitation bietet die METTNAU in Kooperation mit der Deutschen Rentenversicherung verschiedene Nachsorgeprogramme an, und zwar berufsbegleitend und wohnortnah. Diese Nachsorgeprogramme werden am Ende eines stationären oder ambulanten Rehabilitationsaufenthaltes vom behandelnden Arzt der jeweiligen Rehabilitationseinrichtung empfohlen.

Die Reha-Nachsorge **IRENA** ist für Herzkrankungen geeignet und beinhaltet herzstärkendes Training sowie Schulungen und Beratung.

Das Nachsorgeprogramm **T-RENA** ist eine trainingstherapeutische Reha-Nachsorge bei Beeinträchtigungen des Haltungs- und Bewegungsapparates. Ziel ist dabei, mit Hilfe des gerätegestützten Trainings die Beweglich- und Koordinationsfähigkeit, Kraft und Ausdauer zu fördern und so Schmerzen zu reduzieren.

Weitere Informationen zu den Reha-Nachsorgeprogrammen

Telefon 07732 151- 811

training@mettnau.com

www.mett nau.com/de/ambulantes-therapiezentrum/reha-nachsorge



Was Pfarrer Kneipp schon wusste ...

Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen, Krankheiten vorzubeugen und möglichst erst gar nicht entstehen zu lassen – das ist nicht nur das Prinzip der METTNAU, sondern auch der Kneipp-Therapie. Das neue Kneippbecken auf der Mettnau bietet eine weitere Möglichkeit, etwas für seine Gesundheit zu tun. Das Kneippen – richtig durchgeführt – regt die Selbstheilungskräfte und Widerstandsfähigkeit an und hilft, Stress, Krisen und Krankheiten leichter entgegen zu treten. Das Wassertreten erfrischt die Füße, fördert die Durchblutung und regt den Kreislauf an. Also: Rein ins kühle Vergnügen!

Richtig Wassertreten nach Kneipp

Generell gilt: Führen Sie das Wassertreten nie mit kalten Füßen durch. Halten Sie mit Ihrem Arzt Rücksprache, wenn Sie an Nieren- oder Blasenbeschwerden leiden. Ansonsten gilt: Schuhe und Socken aus, Hose hochkrepeln und im „Storchengang“ durch das Kneippbecken waten.

Das heißt, die Beine bei jedem Schritt aus dem Wasser heben und wieder eintauchen. Dauer: etwa 30 Sekunden bis zu einer Minute, beziehungsweise bis ein deutlich spürbares Kältegefühl an den Füßen und Unterschenkeln auftritt. Raus aus dem Kneippbecken, das Wasser nur abstreifen, Strümpfe und Schuhe anziehen und so lange stramm laufen, bis ein Wärmegefühl wahrnehmbar ist. Wer das Kneippen zur Schlafförderung einsetzen möchte, sollte es unmittelbar vor dem Zubettgehen praktizieren und die Nacherwärmung durch das Zudecken herbeiführen.

Das Armbad

Das Armbad verbessert nicht nur die Durchblutung in den Armen, sondern ebenso von Herz und Lungen sowie des gesamten Körpers. Nach dem Motto „Anregen ohne aufzuregen“ wird das Armbad auch als „die Tasse Kaffee“ des Kneippianers bezeichnet. Also: Ärmel hochkrepeln und los geht's.

Zuerst den rechten, dann den linken Arm bis zur Mitte des Oberarmes in das kalte Wasserbad eintauchen und bis zu 30 Sekunden „baden“. Wasser abstreifen, Ärmel runter krepeln und die Arme kräftig durchschwingen. Übrigens: Die beste Tageszeit für diese Anwendung ist der frühe Nachmittag. Nicht zu empfehlen ist das Armbad bei kalten Händen, arteriellen Durchblutungsstörungen, Herzkrankheiten oder Angina pectoris. Hier bitte vorher Rücksprache mit Ihrem Arzt halten.



FOTOS NICOLA M. WESTPHAL

Kauf mit Köpfchen

Wie oft stellen wir nach dem Großeinkauf fest, dass wir uns wieder einmal von unseren Gefühlen, statt von unserem Verstand haben leiten lassen. Und was wir nicht bedenken: Nur wer überlegt einkauft, hat später auch Lebensmittel im Haus, mit denen er eine gute und wertvolle Mahlzeit zubereiten kann.

Wer kennt das nicht? Rein in den Supermarkt, Einkaufsliste herausholen und den Wagen durch die Gänge schieben. Toll, Schokoladenbrotaufstrich ist im Angebot. Und Gummibärchen, sensationell günstig. Fertigpizza auch. Als Reserve im Gefrierschrank – warum nicht? An der Kasse dann die große Überraschung. Der Abgleich zwischen dem, was tatsächlich im Einkaufswagen liegt und dem, was auf dem Einkaufszettel steht, driftet dann oft weit auseinander. „Gerade die Gerichte, die am einfachsten zu kochen oder zu bestellen

sind, sind leider häufig auch die, die dick machen“, warnt Barbara Götz-Fitsch, Ernährungsexpertin der METTNAU.

Nach dem Motto „Du bist, was du isst“ spielt die Ernährung eine wichtige Rolle für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden. „Ein bewusster und sinnvoller Einkauf ist der erste Schritt in die richtige Richtung“, sagt Barbara Götz-Fitsch. Wir haben für Sie einige Tipps rund um den Einkauf zusammengestellt:



Der Zeitpunkt

Niemals hungrig einkaufen gehen! Am besten vorab Gerichte für die Woche planen, dabei gegebenenfalls Angebote der Prospekte prüfen und eine Einkaufsliste schreiben. An diese sollte man sich dann aber auch halten. So lassen sich Spontankäufe vermeiden. Und bei Aktionen und Sonderangeboten gut überlegen: „Brauche ich das Produkt wirklich – und wenn, wie viel davon?“

Gesunde Reserven

Tiefkühlprodukte eignen sich hervorragend zur Vorratshaltung. Tiefgefrorenes Obst, Gemüse, Kräuter oder Fisch erleichtern die Arbeit, weil zeitraubende Arbeitsschritte entfallen. Auch einige Konserven sollten bevorratet werden, wie beispielsweise Tomaten, Hülsenfrüchte (z. B. Kidneybohnen oder Linsen), Mais und Tunfisch in der Dose. Für Salate lohnt es sich im Übrigen, ein Dressing auf Vorrat herzustellen. In einem verschlossenen Glas hält es sich bis zu einer Woche.

Obst und Gemüse

Obst und Gemüse sind nicht nur gesund und lecker, sondern auch kalorienarm. Als Regel gilt: Wenn möglich, regional und saisonal einkaufen. Roh, gedünstet oder gedämpft bleiben die wertvollen Inhaltsstoffe am besten erhalten. Frische Kräuter (im Garten oder Blumentopf auf der Fensterbank) sind nicht nur spontan verfügbar, sondern verleihen Gerichten Geschmack und Würze.

Die Sattmacher

Bei Getreideprodukten besser auf Vollkornprodukte zurückgreifen, die liefern wertvolle Inhaltsstoffe und sättigen langanhaltend. Ideal sind Hafer- oder Dinkelflocken, Vollkornbrot, Vollkornpasta oder Naturreis. Eine tolle Abwechslung bieten Couscous, Bulgur und Polenta oder die Pseudogetreide Quinoa, Hirse und Amaranth.

Proteinpaket

Um Muskelmasse zu erhalten oder aufzubauen, benötigen wir Proteine. Diese stecken reichlich in magerem Fleisch, Fisch, Ei, in Hülsenfrüchten und Tofu sowie fettarmen Milchprodukten wie Käse, Quark, Hüttenkäse. Milchprodukte, herzhaft oder süß zubereitet, eignen sich hervorragend als Zwischenmahlzeit.

Light = gesund?

Vorsicht ist geboten bei Fruchtjoghurt, Fruchtquark und ähnlichem als „Light-Produkt“, bei denen der geringere Fettanteil oftmals durch einen erhöhten Zuckeranteil kompensiert wird. Daher immer die Zutatenliste und Nährwertangabe anschauen und vergleichen. Im fertig gekauften Fruchtjoghurt ist der Fruchtgehalt gering und es wird mit zugesetzten Aromen gearbeitet. Hat man fettarmen Joghurt und Früchte (auch gefroren) im Haus, kann man jederzeit im Handumdrehen einen „richtigen“ Fruchtjoghurt zaubern.

Fette und Öle

Die strittige Frage beim Streichfett: Butter oder Margarine? Butter und Margarine enthalten beide etwa 80 % Fett und ca. 720 kcal pro 100 g. Halbfettbutter oder -margarine haben einen Fettgehalt von maximal 40 % bei ca. 360 kcal pro 100 g. Bei erhöhten Blutfettwerten ist Butter weniger geeignet, denn sie besitzt einen hohen Anteil gesättigter Fettsäuren und Cholesterin. Eine qua-



litativ hochwertige Margarine enthält nur einen geringen Anteil an gesättigten Fettsäuren und ist frei von Cholesterin. Und für die Verwendung von Ölen gilt: Nicht jedes Öl ist für jede Zubereitungsart geeignet. Daher unsere „kleine Öl-Kunde“:

Kalt gepresste Öle sind richtig in der „kalten“ Küche und damit bei der Zubereitung von Salaten, Rohkost und kalten Vorspeisen geeignet. Sie weisen einen sortentypischen Eigengeschmack auf. In diese Kategorie fallen z. B. Walnussöl, natives Olivenöl, Rapskernöl, Leinöl oder Traubenkernöl.

Raffinierte Öle sind geschmacksneutral und können für alle Zubereitungsarten verwendet werden. Vertreter dieser Gruppe sind Rapsöl und Sonnenblumenöl. Sie eignen sich zum starken Erhitzen, Backen, Grillen und Anbraten.

Wenn der kleine Hunger auf Süßes kommt ...

darf auch mal geschlemmt werden. Aber auch bei Süßigkeiten gilt: Statt Mengen von Gummibärchen, Keksen, Lakritz und heller Schokolade in irgendwelchen Schubladen zu bevorraten, lieber Zartbitterschokolade mit hohem Kakaoanteil (mindestens 70 %) einkaufen. Einen Versuch wert sind auch Trockenfrüchte, Studentenfutter oder Nüsse.

Getränke

Damit man seine täglichen 1,5 bis 2 Liter Flüssigkeit auch wirklich zu sich nimmt, immer für ausreichenden Getränkevorrat sorgen. Bestenfalls mit Mineralwasser, denn das kann sogar zur notwendigen Mineralstoffbedarfsdeckung beitragen. Wer beispielsweise nur wenig calciumreiche Lebensmittel verzehrt, der kann den Mineralstoff durch calciumreiches Wasser zuführen (mindestens 300 mg pro Liter). Extra Vitamine liefern Fruchtsäfte, jedoch, was vielen nicht bewusst ist, auch jede Menge Zucker und Kalorien. Reinen Fruchtsäften (100 % Frucht) wurde zwar kein zusätzlicher Zucker zugesetzt, aber der darin natürlich vorkommende Fruchtzucker liefert genauso viele Kalorien, wie zum Beispiel die gleiche Menge Cola oder Limonade. Besser ist es daher, Saft als Schorle zu trinken. Fruchtsaftgetränke und -nektare dürfen zugesetzten Zucker enthalten und liefern dabei wenig Vitamine. Und wer auf den Geschmack von Bier nicht verzichten möchte, für den lohnt sich die alkoholfreie Variante, denn die bringt nur halb so viele Kalorien mit sich.

TEXT NICOLA M. WESTPHAL
FOTOS METTNAU · NICOLA M. WESTPHAL

NICO'S BLOG:

COOLES KNEIPPEN

Ab wann ist ein Mensch „alt“? Das ist wohl eine Definitionssache. Und eine Sache der Perspektive. Fakt ist, spätestens mit 50 kommen sie nach und nach, die ersten Zipperlein. Ich spreche aus Erfahrung. Da täuschen auch für die „Generation 50 Plus“ so hip klingende Namen aus der Werbe- und Computerindustrie wie „Best Ager“ oder „Silver Surfer“ nicht darüber hinweg. Ich erinnere mich noch an meine Kindheit, als wir Oma in der Kur besucht haben. Oma war damals steinalt für mich, immerhin war sie bereits über 60. Im beigefarbenen Kamelhaarmantel mit Hut und Handtäschchen lustwandelte sie durch den Kurpark. Richtigen Sport hat Oma nie gemacht. Selbst beim Freibadbesuch wagte sie sich mit ihrer weißen Rüschenbadekappe höchstens bis zum Bauchnabel in den Nichtschwimmerbereich. Immerhin entdeckte sie in der Kur das Wassertreten für sich. „Kneippbecken“ – das ist für mich seitdem ein angestaubter Begriff, bei dem mein Kopfkinos sich einschaltet und die weißen Waden älterer Menschen präsentiert, die mit gerafften Röcken oder hochgekrempeelten Hosen durch das Wasser waten. Aber die Zeiten haben sich geändert. Die Grenzen zwischen Jung und Alt scheinen in den letzten Jahrzehnten immer mehr zu verwischen. Das gilt ebenso für das Erscheinungsbild wie für die körperliche Aktivität. Heute sieht man auf der METTNAU Menschen jeglichen Alters, dynamisch, sportlich, fit, im coolen Sportdress beim Joggen, auf dem Mountainbike, im Ruderboot oder in Bikini und Badehose beim Schwimmen. Raus aus den Vorurteilen! Das neue Kneippbecken auf der METTNAU hat seine Daseinsberechtigung und bringt gesundheitlichen Nutzen – und zwar für jedes Alter! Also: Barfußig rein ins kühle Nass! Und ich ändere den Film und die Besetzung meines Kopfkinos. Genießen Sie den Spätsommer, heißen Sie den nahenden Herbst willkommen.

Ihre

Nicola M. Westphal



Herbstzeit – Apfelzeit. Wie gut Äpfel in Kombination mit Garnelen schmecken, beweist unser Rezept aus der METTNAU-Küche:

Apfel-Couscous mit gebratenen Garnelen

Rezept für 4 Personen ■ Pro Portion 445 kcal ■ FISCHGERICHT

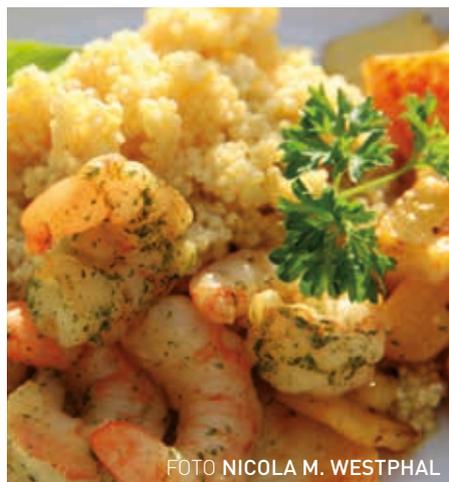


FOTO NICOLA M. WESTPHAL

Zutaten

250 ml Gemüsebrühe
250 g Couscous (Trockengewicht)
4 kleine Zwiebeln (à 50 g)
1 Bund Basilikum
2 kleine Äpfel (à ca. 150 g)
4 EL Rapsöl
Salz, Pfeffer
1 Zitrone
12 Garnelen
(ohne Kopf und Schale, à ca. 30 g)

Zubereitung

- Die Zitrone waschen und auspressen.
- Gemüsebrühe aufkochen, Couscous einrühren und zugedeckt zehn Minuten quellen lassen.
- Inzwischen die Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden.
- Basilikum waschen, trockenschütteln und grob hacken.
- Äpfel waschen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und klein schneiden.
- 1 EL Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin zwei Minuten anschwitzen. Die Apfelstücke zugeben und kurz mitdünsten.
- Couscous mit einer Gabel etwas auflockern, die Apfel-Zwiebelmasse, Basilikum sowie Salz und Pfeffer zufügen. Im Topf belassen, damit er warm bleibt.
- Die Garnelen in einem Sieb kurz abspülen und mit Küchenpapier gut trockentupfen.
- Eine Grillpfanne erhitzen, das restliche Öl hinzugeben und die Garnelen darin von jeder Seite kurz anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Zitronensaft beträufeln.
- Garnelen mit dem Apfel-Zwiebel-Couscous auf Tellern anrichten.

Jazz am Steg

True Blue – Jazz ,n' More

Nach über 30 Jahren in den verschiedensten Formationen und Projekten rund um den Erdball und 20 Jahre nach dem letzten gemeinsamen Auftritt, finden sich die fünf gestandenen Musiker der Originalbesetzung zu einem Revival zusammen. Von alten Standards wie „Bye Bye Blackbird“,

über Eigenkompositionen mit funkigen Arrangements, eingängigen Balladen und bluesigen Mose Allison Nummern, pflegen sie Jazz-Tradition. True Blue sind: Pascal Dussex (voc, harm), Wege Wüthrich (ts/as), Andi Erchinger (p/org), German Klaiber (b), Elmar Frey (dr).



Termin

Sonntag
15. September
11 Uhr
Strandcafé
METTNAU

Der Eintritt
ist frei.

FOTO
VERANSTALTER



Landesgartenschau am Bodensee

Im Jahr 2020 findet in Überlingen die erste Landesgartenschau am Bodensee statt. Ab 15. September ist bei der Tourist-Information Radolfzell die Dauerkarte zum reduzierten Preis erhältlich.

Mit der Landesgartenschau in Überlingen wartet der Bodensee im nächsten Jahr mit einem zusätzlichen lohnenden Ausflugsziel auf. Für Einheimische und Gäste von Radolfzell ist Überlingen bequem per Bahn in nur 20 Minuten zu erreichen. Die Züge fahren stündlich. Gäste fahren mit der Bodenseecard West kostenlos.

Die Dauerkarte für die Landesgartenschau 2020 ermöglicht den Eintritt an 179 spannenden, abwechslungsreichen und inspirierenden Tagen: Vom **23. April bis 18. Oktober 2020** erwartet die Besucher dieser ersten Landesgartenschau am Bodensee Naturgenuss, Gartenkultur und ein vielseitiges Rahmenprogramm mit bis zu 3000 Veranstaltungen. Der Eintritt zu allen Veranstaltungen der Landesgartenschau ist ebenfalls im Preis der Dauerkarte inbegriffen. Die Dauerkarte ist personalisiert und nicht übertragbar, deshalb muss zum Kauf ein Passfoto mitgebracht werden. Wer eine Dauerkarte bis zum 12. Januar 2020 im Vorverkauf er-

wirbt, spart 20 Prozent und mehr. Je nach Kategorie hat sich die Dauerkarte schon beim sechsten oder siebten Besuch der Landesgartenschau gelohnt. Und jeder, der eine Dauerkarte kauft, erhält zusätzlich ein Gutscheineheft im Wert von rund 100 Euro. Ausschließlich im Vorverkauf erhältlich ist außerdem ein Block mit fünf vergünstigten Tageskarten.

Das Ausstellungsgelände der Landesgartenschau setzt sich aus fünf eintrittspflichtigen Bereichen zusammen. Zwei davon befinden sich unmittelbar am Bodenseeufer, die anderen in der Überlinger Innenstadt. Der größte Ausstellungsteil ist der neue Uferpark am westlichen Rand der Stadt mit einer Fläche von rund sechs Hektar. Zu den Highlights zählen eine Seebühne, Schwimmende Gärten, eine alle 14 Tage wechselnde Floristikschau in einer ehemaligen Klosterkirche sowie ein Kirchenschiff und eine eigene Schiffsanlegestelle Überlingen-West.

Schwimmende Gärten im Ausstellungsbereich Villengärten.



TEXT TSR GMBH
FOTO LANDESGARTENSCHAU ÜBERLINGEN 2020 GMBH/
DREISEITLconsulting



KULTUR
Radolfzell
präsentiert.

„Rausch und Stille“

Eine Lesung mit Klavier zum Beethoven-Jahr 2020



FOTO PETER-ANDREAS HASSIEPEN

Die neun Sinfonien Ludwig van Beethovens nehmen eine Sonderstellung in der Musikgeschichte ein. Nie zuvor hat reine Instrumentalmusik einen derart vielschichtigen, klanggewaltigen Kosmos erschaffen. Der in Freiburg lebende Autor Karl-Heinz Ott führt die Zuhörer in seiner Lesung am **Montag, 21. Oktober**, mit Musikbeispielen am Klavier durch diesen Kosmos und lässt die Besucher Beethovens Meilensteine ganz neu hören.

Karl-Heinz Ott erzählt von den Irritationen, die die Sinfonien seit jeher hervorgerufen haben, von dem Rausch, in den sie uns versetzen können, und fragt: Warum wühlt diese Musik uns so ungeheuer auf? Und – wie lässt sich über das, was jenseits aller Worte liegt, dennoch sprechen? Der Autor spiegelt in seinem Buch etwas von jener Sogkraft, die Beethovens Musik im Allgemeinen und seine Sinfonien im Besonderen auszeichnet. Eine Kooperation von Buchhandlung am Obertor, Stadtbibliothek und Kulturbüro.

Termin: Montag, 21. Oktober, 19 Uhr in der Villa Bosch, Scheffelstraße 8, Radolfzell

Eintritt: 14,- Euro mit anschließendem Apéro

Vorverkauf: Buchhandlung am Obertor | Informationen unter Telefon 07732/3708.



KULTUR
Radolfzell
MUSIKSCHULE

26. Internationale Sommerakademie Radolfzell

Meisterkurs Dirigieren vom 9. bis 14. September

Im September startet der zweite Teil der Sommerakademie mit dem Meisterkurs Dirigieren. Junge Nachwuchsdirigentinnen und -dirigenten haben dabei die Möglichkeit, unter Anleitung des international gefragten Dozenten Johannes Schlaefli, der an der Zürcher Hochschule der Künste die Ausbildungsklasse Dirigieren leitet, zusammen mit den Profis der Südwestdeutschen Philharmonie Konstanz ein anspruchsvolles und abwechslungsreiches Konzertprogramm zu erarbeiten. Höhepunkt ist das Abschlusskonzert im großen Saal des Milchwerks am **14. September**. Als Solistin des Abends ist die 18-jährige Geigerin Sara Schlumberger-Ruiz zu erleben, die bereits im vergangenen Jahr Teilnehmerin und Preisträgerin der Sommerakademie war.

Öffentliche Proben

Mittwoch, 11. September

9.30-13 Uhr, Milchwerk

Donnerstag, 12. September

9.30-12 Uhr und 13.30-16 Uhr, Studio Philharmonie, Konstanz

Freitag, 13. September

9.30-12 Uhr, Studio Philharmonie, Konstanz

Eintritt frei

Abschlusskonzert

Samstag, 14. September

20 Uhr, Milchwerk

Eintritt 24,-/19,-/16,- Euro, ermäßigt 19,-/14,-/11,- Euro

Karten für das Abschlusskonzert sind hier erhältlich:

Stadtmuseum Radolfzell

Seetorstraße 3, Telefon 07732/81530

Musikschule Radolfzell

Güttinger Straße 19, Telefon 07732/81396

**Statement von Insa Pijanka,
Intendantin der Südwestdeutschen Philharmonie**



FOTO JOHANNES RAAB

„Für mich war das Abschlusskonzert des Dirigierkurses im letzten Jahr mein erster offizieller „Dienst“ mit der Südwestdeutschen Philharmonie und daher ein sehr besonderer Moment. Daher freue ich mich auch persönlich als Schirmherrin der Internationalen Sommerakademie, in diesem Jahr erneut das Resultat dieser intensiven Arbeitswoche im Abschlusskonzert erleben zu dürfen.“

2. Milchwerk Musik Festival Radolfzell

Mit dem 2. Milchwerk Musik Festival vom 4. bis 8. September startet Radolfzell wieder mit einem großen musikalischen Highlight in den Spätsommer.

Die Überlinger Marketing- und Eventagentur MCD Sportmarketing GmbH als Veranstalter hat auch in diesem Jahr eine Künstlerauswahl getroffen, die an den fünf Veranstaltungstagen ein sehr großes Publikum anspricht. Es werden unter anderem die Genres A-Cappella, Singer-/Songwriter und Rockmusik bedient. Highlight im Programm und absoluter Headliner des Festivals ist am **Samstag, 7. September**, der Pop-Künstler **Max Giesinger**, der aktuell mit seiner Tour „Die Reise 2019“ unterwegs ist.

Mit Spannung erwartet wird auch das Konzert der siebenköpfigen A-Cappella-Gruppe **NATURALLY 7** am **4. September**, da diese New Yorker Künstler auf faszinierende Art und Weise den Klangkosmos einer ganzen Band widerspiegeln können – und das ganz ohne Instrumente!

Das Konzert der Schweizer Pop- und Soulsängerin **Stefanie Heinzmann** am **6. September** ist ein weiteres Highlight. Darüber hinaus darf sich das jüngere Publikum auf den Auftritt der angesagten Sängerin **LEA** am **5. September** freuen. Den Abschluss

des Musikevents bildet dann die **Gustav Peter Wöhler Band** am **8. September** mit ihren Neuinterpretationen von Klassikern aus Jazz, Pop, Rock und Reggae.

„Ich bin begeistert, dass mit dem neuen Format noch mehr national und international renommierte Künstler in Radolfzell Einzug halten. Das Festival ist eine große Bereicherung für unsere Stadt sowie die Musikfans der Region und spiegelt uns als Musikstadt am Bodensee wider“, betont Oberbürgermeister Martin Staab, Schirmherr der Veranstaltung.

Übrigens: Das Milchwerk Radolfzell wird das „Milchwerk Musik Festival“ als erstes Green Event zertifizieren lassen.

Kartenvorverkauf: Karten sind erhältlich über die Reservix-Tickethotline 01806 700 733 oder www.reservix.de und bei allen Reservix-Vorverkaufsstellen, unter anderem bei der Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH, Bahnhofplatz 2.



KULTUR
Radolfzell
VILLA BOSCH

„ATME und nimm wahr“

Ausstellung von Christine Müller in der Villa Bosch

„Es ist, als ob ich da eine unerschöpfliche Quelle anzapfe. Für mich ist das weiße Papier und die weiße Leinwand ein eigenständiges Universum, ein verpacktes Geschenk, das alles in sich trägt.“ Der außergewöhnlichen Inspiration, die Motive nach Musik zu malen, verdanken die Bilder der schon vielfach dekorierten Künstlerin Christine Müller ihre Lebhaftigkeit. Sie gibt der Musik ein Gesicht und entfacht in ihrer Malerei ein synästhetisches Feuerwerk. Die bis 2017 am Bodensee ansässige Künstlerin Christine Müller übersetzt in ihren Werken musikalische Klänge großer Komponisten wie Chopin, Debussy, Ravel und Tschaikowsky in Form, Farbe und Textur.

Wenn sie klassische Kompositionen hört, entstehen auf der Leinwand dicke, rhythmisch strukturierende Kohlestriche sowie gestisch hingeworfene Pinselspuren und Linien mit verschiedenen Blei- oder Farbstiften. Die abstrakten Formen erinnern an die Natur. Da sieht man bunte Blüten, Schmetterlinge im Gras, mystische Figuren und faszinierende Unterwasserwelten, die sich beim Betrachten zu bewegen scheinen. Mit einer selbst entwickelten Technik und einer eigenen Farbrezeptur lässt Christine Müller ihre Motive entstehen, die im surrealistischen Stil der Fantasie des Betrachters Raum für eigene Interpretationen lassen. Die Arbeiten von Christine Müller wurden bereits auf verschiedenen Kunstmesen in Straßburg, Berlin und mehrfach auf der ART Karlsruhe vorgestellt sowie in bedeutenden Kunstgalerien und

Museen. Ihre Werke wurden bereits von wichtigen Sammlungen angekauft.

Ab dem **12. Oktober** präsentiert die Villa Bosch (Scheffelstraße 8, Radolfzell) die großartigen Klangfarben der Künstlerin Christine Müller. „Atme und nimm wahr“ ist der Titel dieser Ausstellung, die den Betrachter in eine Welt der Freude und der Stille entführt. **Die Ausstellung wird am Freitag, 11. Oktober, um 19 Uhr feierlich eröffnet.**

*Hommage à Liszt Sonetto del Petrarca, 2019.
Mixed Media auf Leinwand, 85 x 175 cm*



FOTO CHRISTINE MÜLLER



SO *bunt*





IST DER HERBST

FOTOS MICHAEL SCHRODT | KUHNLE & KNÖDLER | HARALD WOCHNER | MARINA KUPFERSCHMID | TSR GMBH





Lorch-Teamfahrer Florian Bandel in Aktion.

DER MEISTER *schneller Boards*

Günter Lorch gilt als einer der besten Shaper der Surfbranche. In seiner unscheinbaren kleinen Brettschmiede in Radolfzell fertigt er Edelprodukte für Profis und Hobbysportler.

„Ich wollte selbst immer der Schnellste auf dem Wasser sein“, schildert Günter Lorch die Anfänge vor 33 Jahren, als er begann eigene Boards zu entwickeln, die leichter und schneller waren als die damaligen Serienmodelle. „Ständig kamen Leute auf mich zu, die auch so ein Board wollten. Da habe ich beschlossen, mich mit meiner Leidenschaft selbstständig zu machen – auch mit dem Gedanken, die Freiheit zu haben, wann immer ich möchte, selbst surfen gehen zu können“, erzählt der Surffreak, der viele Jahre als Ingenieur in der Versorgungstechnik arbeitete, mit einem .Augenzwinkern.

Schon in kurzer Zeit machte sich die Firma Lorch Boards in der Windsurfbranche einen Namen mit ihren meisterhaften, penibel gebauten Boards, vor allem auch mit ihrer Kundennähe. „Jeder bekommt von mir das Board, das er haben möchte“, berichtet der Tüftler, der sich mit seiner über 30jährigen Erfahrung einen Kundenkreis erarbeitet hat, der ihm die Treue schwört.

„Bei Surfbrettern sind die Rundungen das Geheimnis für Fahreigenschaften“, erklärt Günter Lorch. Eine Überzeugung, die sich auch in seinem Markenlogo Pi widerspiegelt. Die Zahl, die in jedem gebogenen Gegenstand allgegenwärtig ist, zieht sich wie ein roter Faden durch die Philosophie des Unternehmens: Perfektion bis ins Detail. Im Zuge dessen ist Günter Lorch auch die Langlebigkeit seiner Boards wichtig, nicht nur weil die Umwelt profitiert. „Selbst zehn nach zehn Jahren, sind meine Kunden noch sehr glücklich mit ihren Brettern“, berichtet er nicht ohne Stolz.

Mit seiner Platinum-Line hat Günter Lorch eine Boardtechnologie entwickelt, die es möglich macht, individuelle Kundenwünsche und Bedürfnisse in den Boards als Sonderanfertigungen umsetzen zu können. Die edlen Carbonboards werden ausnahmslos in seiner Werkstatt gefertigt – Boards, die eine hervorragende Steifigkeit besitzen und dabei teilweise unter sechs Kilogramm wiegen. In Anlehnung an die Platinum Line „Made in Germany“ lässt Lorch eine weitere hochwertige Technologie als „Blackline-Linie“ mit sehr leichtem Textreme Vollcarbon in Thailand fertigen - keine Massenproduktion, sondern kleinere Stückzahlen.

Zugute für die Entwicklung neuer Prototypen kommt Günter Lorch, dass er von Anfang an mit Talentförderung die wichtigsten deutschen Nachwuchsfahrer erfolgreich aufgebaut hat. Zum Beispiel Andy Laufer, Florian Bandel, Sebastian Kördel und viele andere. Etliche haben nationale und internationale Titel gewonnen wie jüngst Gunnar Asmussen, amtierender Deutscher Meister und vor zwei Jahren Vizeweltmeister. Mittlerweile ist bei vielen Wettbewerben nur noch erlaubt mit Serienbrettern zu fahren, die eine internationale Zulassung haben. Doch darauf reagiert Günter Lorch mit seinem neuesten Coup. Seit zwei Jahren spezialisiert er sich in einem weiteren Geschäftsfeld auf die Finne, die frei wählbar ist. „Die Finne unter dem Board ist eigentlich das Wichtigste für die Fahrer, weil sie die Fahreigenschaft des Boards beeinflusst“, erklärt er. So habe er begonnen, Finnen mit einer großen Torsionssteifigkeit zu bauen, die für eine sehr gute Kontrolle beim schnellen Fahren sorgen, etwa für Gunnar Asmussen. „Alle wollen gerade schnellster Surfer der Welt werden“, freut sich Günter Lorch über den Einsatz seiner Edel-Finnen und Boards demnächst bei den Speedweltmeisterschaften in Lüderitz (Namibia).



Stimmt die Linie? Günter Lorch setzt beim Bau seiner Edelboards auf Perfektion bis ins Detail.



Seit zwei Jahren baut Günter Lorch in seiner Brettschmiede auch Finnen für höchste Ansprüche.

custom works
günter lorch
fritz reichle ring 20
78315 radolfzell am bodensee

Telefon 07732/3027515
Mobil 0152/53516271
info@custom-works.de

TEXT UND FOTOS MARINA KUPFERSCHMID



Stadtwerke Radolfzell ... immer vor Ort!

STADTWERKE
RADOLFZELL

...immer vor Ort!

Stadtwerke Radolfzell GmbH
Untertorstraße 7-9
78315 Radolfzell am Bodensee
Telefon 07732/8008-0
info@stadtwerke-radolfzell.de
www.stadtwerke-radolfzell.de

Für Sie vor Ort mit 100 % Service

Für alle Fragen rund um Energie, Mobilität und Kommunikationsdienstleistungen berät ein kompetentes Team zu dem vielfältigen Serviceangebot. Ob es sich um den Hausanschluss für Strom, Gas oder Wasser handelt oder eine hochmoderne Glasfaserverkabelung bis an Ihr Haus gelegt werden soll. Die Stadtwerke sind vor Ort und bieten ein Rund-um-sorglos-Paket aus einer Hand. Möchte man dann doch am Sonntagnachmittag schnell die Versorgungsrechnung einsehen, die Bankverbindung oder den Abschlag ändern, steht das Online-Kundenportal an 365 Tagen rund um die Uhr zur Verfügung.

FOTO RENÉ LAMB FOTODESIGN GMBH

Ökologisch und nachhaltig

Die Stadtwerke tragen die ökologische Verantwortung für die Region und setzen die Puzzleteile in Sachen Klimaschutz zusammen, die global zu einem großen Ganzen zusammengefügt werden sollen. Alle Tarifkunden beziehen bereits seit vielen Jahren regenerativ erzeugten Strom, seit vier Jahren ist der 100 % Ökostrom TÜV-zertifiziert und zudem günstig. Auch in der Erdgasversorgung setzen die Stadtwerke auf klimaneutrales Erdgas. Natürlich, sauber und effizient, Erdgas ist führend bei der CO₂-Einsparung, da bei der Verbrennung im Vergleich zu Öl oder Kohle wesentlich weniger schädliche Emissionen freigesetzt werden. Zwei Wärmeprojekte, die dezentral und dank regenerativer Rohstoffe die zwei Ortsteile Möggingen und Liggeringen mit Wärme versorgen festigen den Stadtwerke-Gedanken der ökologischen Ausrichtung.

Engagiert für Radolfzell, für die Region

Teamgeist, Leistungsbereitschaft und der Wille, das Beste zu geben, sind essenzielle Elemente des Sports – Werte, die auch die Unternehmenskultur der Stadtwerke kennzeichnen und prägen. Daher engagieren sie sich als Sponsor seit langer Zeit für den Sport und darüber hinaus auch im kulturellen und sozialen Bereich. Das Vereinsleben in Radolfzell ist groß und breitgefächert. Als Infrastrukturdienstleister in der Region sind die Stadtwerke mit dieser verbunden und bieten Unterstützung auf vielfältige Weise. Diese Verbundenheit wollen die Stadtwerke Radolfzell unter anderem durch ihr Engagement zum Ausdruck bringen, sei es für ein Vereinsfest mit einem Wasser- oder Stromanschluss, mit einer Anzeige im Vereinsheft oder mit einem neuer Trikotsatz für die Sportler. Die Stadtwerke stehen für die Region ein.

Stadtwerke Radolfzell

Zahlen, Daten, Fakten

Für rund 32.000 Menschen in Radolfzell und Umgebung liefern/bedienen die Stadtwerke:

- » seit 1765 Wasser
- » seit 1895 Strom
- » seit 1994 Stadtbus Radolfzell
- » seit 2003 Gas
- » seit 2004 Wärme
- » seit 2012 Internet

Das Eigentumsverhältnis liegt zu:

- » 51 % bei der Stadt Radolfzell
- » 49 % bei der Thüga AG, München

Die Stadtwerke Radolfzell beschäftigen

- » 91 Mitarbeiter (2018)
- » 12 Auszubildende
- » in 5 Ausbildungsberufen

Veranstaltungen September 2019

Sonntag, 1. September

NABU-Sonntagsspaziergang

Seltene Tier- und Pflanzenarten erleben
Treffpunkt: Mettnau, NABU-Infopavillon
10-11.30 Uhr

Sommerfest

der Freiwilligen Feuerwehr
Ort: Markelfingen, Feuerwehrhaus, 11 Uhr

Mittwoch, 4. September

2. Milchwerk Musik Festival

Naturally 7 | s.S. 27
Ort: Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr

Donnerstag, 5. September

2. Milchwerk Musik Festival

Lea und Special Guest | s.S. 27
Ort: Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr

ADFC-Halbtagestour

Geführte Radtour mit dem ADFC
Treffpunkt: Bahnhof, 10 Uhr

Nachtwächterführung

Treffpunkt: Stadtmuseum, 20-21.30 Uhr

Freitag, 6. September

2. Milchwerk Musik Festival

Stefanie Heinzmann & Band | s.S. 27
Ort: Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr

Samstag, 7. September

44. Radolfzeller Altstadtfest

Ort: Innenstadt, 11-22 Uhr | s.S. 12

2. Milchwerk Musik Festival

Max Giesinger | s.S. 27
Ort: Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr

Großer Buchflohmarkt

Ort: Vor der Stadtbibliothek, 11-18 Uhr

Harfefahrt mit Johanna Dammert

auf der Solarfähre HELIO
Abfahrt: Hafenmole, 19 Uhr

Sonntag, 8. September

Jazz Open: Daniel Stawinski Kammerjazzensemble

Ort: Mettnau, Konzertmuschel, 11 Uhr

2. Milchwerk Musik Festival

Gustav Peter Wöhler Band | s.S. 27
Ort: Milchwerk Radolfzell, 19 Uhr

Dienstag, 10. September

Naturerlebnis Mettnau-Spitze

Treffpunkt: Mettnau NABU-Infopavillon
15-17 Uhr

Gästebegrüßungsfahrt

mit der Solarfähre HELIO
Abfahrt: Mettnausteg 18.30 Uhr,
Hafenmole 19 Uhr

Donnerstag, 12. September

Mit Geist, Leib und Seele

Stadtführung zur Historie und
Kulinarik von Radolfzell mit Einkehr
auf dem Radolfzeller Abendmarkt
Treffpunkt: Stadtmuseum, 16.45-18 Uhr

Freitag, 13. September

Nacht der Fledermäuse

Beobachtung von Fledermäusen
mit Detektoren
Ort: Möggingen, BUND Naturschutz-
zentrum, 19.30-21.30 Uhr

Samstag, 14. September

Internationale Sommerakademie

Dirigierkurs Abschlusskonzert | s.S. 26
Ort: Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr

Oktoberfest. Frühschoppen mit dem

Fanfarenzug der Narrizella Ratoldi
und bayrischen Schmankerln
Ort: Zunfthaus, Kaufhausstraße 3
10.30 Uhr

Zeller NABU aktiv

Rundgang auf der Mettnau
Treffpunkt: NABU-Infopavillon, 9.30 Uhr

Felchenfahrt. Fischköstlichkeiten auf der
Solarfähre HELIO genießen
Abfahrt: Hafenmole, 18.30 Uhr

Sonntag, 15. September

Dorffest der Stahlinger Vereine

Ort: Stahlingen, Am Bahnhof, 11-18 Uhr

Führung im Kräutergarten

Pflanzen wider Tod und Teufel
Treffpunkt: Stadtmuseum, 11-12 Uhr

Jazz am Steg True Blue – Jazz .n´ More

Ort: Mettnau, Restaurant Strandcafé
11 Uhr | s.S. 24

Moderne Zeiten in Radolfzell

Führung in der stadtgeschichtlichen
Ausstellung
Ort: Stadtmuseum, 14-15 Uhr

Mittwoch, 18. September

Eine Stadtführung im Jahre 1913

mit Hannes, dem Diensthilfen
Treffpunkt: Stadtmuseum, 11-12.30 Uhr

Donnerstag, 19. September

Radolfzell anno 1551

Kostümführung mit Pfarrköchin Anna
Treffpunkt: Stadtmuseum, 19.30-21 Uhr

Freitag, 20. September

Ladies Night mit Hera Lind

Frauenabend mit Prosecco
Ort: Buch Greuter Radolfzell, 19.30 Uhr

Samstag, 21. September

Feuerwehraktionstag

Ort: Seetorplatz, 9-16 Uhr

Kinder-Kleidermarkt

mit der Pfarrgemeinde St. Laurentius
Ort: Markelfingen, Rathaus

Sonntag, 22. September

Jazz Open: Lake Side Jazz Orchestra

Ort: Mettnau, Konzertmuschel, 11 Uhr

ELEKTRO WAGNER

Inhaber: Markus Maier



**Elektroinstallation
Hausgeräte
Wärmepumpen
Nachtspeicherheizungen
Stiebel Eltron Service und Verkauf
Braun Rasierer-Service
Klimaanlagen**

Seestraße 38
78315 Radolfzell
Tel. 0 77 32 / 34 94
Fax 0 77 32 / 5 63 43
elektrohaus-wagner@t-online.de
www.elektrohaus-wagner.de

MIETEN SIE DIE ZUKUNFT!

100 % ELEKTRISCH ... DER NEUE RENAULT ZOE



Rufen Sie uns an und reservieren Sie Ihren Wunschtermin.
Tel. 0 77 32-98 27 73 oder mail dialog@autohaus-blender.de

Sondertarife für Urlaubsgäste
z.B. Renault ZOE
Tagespauschale
inkl. 100 km € 69,-
Wochenendpauschale
inkl. 200 km € 129,-
Erfahren Sie die schöne
Umgebung mit einem
Mietwagen von uns.

Autovermietung
BLENDER
AUTOHAUS BLENDER GMBH
Robert-Gerwig-Strabe 6 · 78315 Radolfzell

44. Radolfzeller Altstadtfest →

Musikkapellen, Straßenkünstler, Kunsthandwerker, Einzelhändler, Gastronomen und Vereine warten am 7. September in der Innenstadt mit einem Mammutprogramm an Unterhaltung auf (s. S. 13-14.



Deutschland im Umbruch – welche Werte wir festhalten müssen

Vortrag von Peter Hahne
Ort: Milchwerk Radolfzell, 17-19 Uhr

Böhringer Mostfest

mit dem Narrenverein Böhringen
Ort: Rathausplatz Böhringen, 11-19 Uhr

Dienstag, 24. September

Naturerlebnis Mettnau-Spitze
Treffpunkt: NABU-Infopavillon, 15-17 Uhr

Kasper´s Märchenstube: „Mascha und der Bär“

Ort: Milchwerk Radolfzell, 16-17 Uhr

Konzert der Südwestdeutschen Philharmonie Konstanz: „Aufbruch“

Ort: Milchwerk Radolfzell
19.30-21.30 Uhr, 18.30 Einführungsvortrag

Mittwoch, 25. September

Kneippsche Wasseranwendungen
Einführung in Kneipps „Parade-Disziplin“
Ort: Mettnau, Kneipp-Becken, 17-18 Uhr

Donnerstag, 26. September

Auf den Spuren Radolfs
Klassische Stadtführung mit
Einkehr in einem Weinalokal
Treffpunkt: Stadtmuseum, 16.45-18.15 Uhr

Kneipp-Vortrag zu Schlafstörungen

von Ulrike und Wilfried Brendle,
Heilpraktiker
Ort: Strandcafé, 19.30-21 Uhr

Freitag, 27. September

Vortrag im Garten: Heilpflanze Hagebutte
nach Hildegard von Bingen
Ort: Natur- und Heilkräutergarten Sabine
Christ, Brunnenstraße 13, 16.30 Uhr

Wolkenbruchs waghalsiges Stelldichein mit der Spionin

Lesung mit Thomas Meyer
Ort: Buchhandlung am Obertor, 19.30 Uhr

Samstag, 28. September

Herbstkleidermarkt
Ort: Milchwerk Radolfzell, 14 -16 Uhr

Musical „Heute Abend: Lola Blau“

mit Selina Ströbele und Rafael Wagner
Ort: Theater-Zeller-Kultur-Zentrum,
Fürstenbergstraße 7a, 20 Uhr



dorner
WERBUNG
bedrucken · bekleben · begeistern

VON DER GESTALTUNG
BIS ZUR MONTAGE:
AUSSENWERBUNG
PRÄSENTATIONSSYSTEME
DRUCK UND PLOTT
SPEZIALFOLIEN
TEXTILVEREDELUNG

Karl-Bücheler-Straße 4 · 78315 Radolfzell
Tel. 07732-13539 · www.dorner-werbung.de



**EIN PANZER GEGEN
DIE HÄSSLICHE ZEIT**
HESSES »GLASPERLENSPIEL«
IM »DRITTEN REICH«

Hesse Museum Gaienhofen
Ausstellung 17.3. – 15.9.2019
Di-So 10-17 Uhr
Kapellenstraße 8
78343 Gaienhofen am Bodensee
www.hesse-museum-gaienhofen.de

HESSE MUSEUM GAIENHOFEN

Veranstaltungen Oktober 2019

Dienstag, 1. Oktober

Zeller Salon. Politisch-literarisches Diskussionsforum für „Mehr Demokratie“
Ort: Teggingerschule, Raum E402, Neubau
19.30 Uhr

Mittwoch, 2. Oktober

Radolfzeller Kulturnacht | s.S. 14
Ort: Radolfzell und Ortsteile, 18-24 Uhr

Von der Idee zum Produkt

Produktpräsentationen verschiedener Schularten des BSZ Radolfzell
Ort: Berufsschulzentrum, 18-24 Uhr

Freitag, 4. Oktober

Nick Howard-Konzert
The Everywhere Tour – Live in Radolfzell
Ort: Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr

Samstag, 5. Oktober

Radolfzeller Nachhaltigkeitsfest für eine lebenswerte Zukunft
Ort: Gerberplatz, 11-17 Uhr

Zeller NABU aktiv

Rundgang auf der Mettnau
Treffpunkt: NABU-Infopavillon, 9.30 Uhr

Improtheater Konstanz

Von Helden und Monstern
Ort: Atelier „die Werkstatt“
Böhringen, 19 Uhr

Filmball

„10 Jahre Universum Filmtheater“
Ort: Milchwerk Radolfzell, 19.30 Uhr

Sonntag, 6. Oktober

„Musik uff de Gass“
Verkaufsoffener Sonntag | s.S. 18
Ort: Innenstadt bisseemaxx, 12.30-17.30 Uhr

NABU-Sonntagsspaziergang

auf der Mettnau
Treffpunkt: NABU-Infopavillon
10-11.30 Uhr

Dienstag, 8. Oktober

Naturerlebnis Mettnau-Spitze
Treffpunkt: NABU-Infopavillon, 15-17 Uhr

Mittwoch, 9. Oktober

ADFC-Halbtagestour
Geführte Radtour des ADFC
Treffpunkt: Seetorplatz, 9 Uhr

Donnerstag, 10. Oktober

Nachtwächterführung
Treffpunkt: Stadtmuseum, 19-20.30 Uhr

Samstag, 12. Oktober

Brettle-Markt des Ski-Club Radolfzell
Ort: Milchwerk Radolfzell, 14-15.30 Uhr

„Sterben lernen“. Lesung mit Felix Hütten zum Welthospiztag
Ort: Buchhandlung am Obertor, 17-20 Uhr

KLEZMER PUR „Zum Weinen schön“

mit Georg Winkler, Hubert Kellerer und Peter Aradi
Ort: Theater-Zeller-Kultur-Zentrum, 20 Uhr

Sonntag, 13. Oktober

„Chor der Nymphen und Hirten“
Kammerkonzert mit der Südwestdeutschen Philharmonie Konstanz
Ort: Milchwerk Radolfzell, 17 Uhr

Mittwoch, 16. Oktober

SWR3 Live Lyrix mit Alexandra Kamp
Ort: Milchwerk Radolfzell, 20-22 Uhr

Donnerstag, 17. Oktober

Kabarett „Gute Frage!“
mit Wigald Boning und Bernhard Hoecker
Milchwerk Radolfzell, 20-22 Uhr

Freitag, 18. Oktober

DRK Blutspende-Aktionstag
Ort: Milchwerk Radolfzell, 14-19.30 Uhr

Radolfzeller Vesper-Schiffahrt

Abfahrt: Hafenmole, 19-22 Uhr

Samstag, 19. Oktober

„Italien – Land der Klänge“
Herbstkonzert mit dem Akkordeon-Orchester Radolfzell e.V.
Ort: Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr

Marlies Blume „Ohne dich fehlt dir was“

Kabarett von und mit Heike Sauer
Ort: Atelier „die Werkstatt“
Böhringen, 19 Uhr

Dokumentarfilm: Gesamtkunstwerk Schloss FREUDENBERG

Ort: Theater-Zeller-Kultur-Zentrum, 20 Uhr

Sonntag, 20. Oktober

Auf den Spuren Radolfs
Kulturhistorischer Rundgang durch die Gassen der Altstadt
Treffpunkt: Stadtmuseum, 10.30-12 Uhr

Lehrerkonzert mit Musikschule Radolfzell
Ort: Evangelische Christuskirche, 17 Uhr

Montag, 21. Oktober

„Rausch und Stille“
Lesung mit Klavierbegleitung
Beethovens Sinfonien mit Karl-Heinz Ott
Ort: Villa Bosch, 19 Uhr | s.S. 26



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



Eine große Auswahl an
Bodensee- und Internationalen Weinen
WEINMAYER | Weinimport + Weinhandel
Herrenlandstr. 69 • 78315 Radolfzell • Tel. 07732 99790 • www.weinmayer.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

Dienstag, 22. Oktober

Naturerlebnis Mettnau-Spitze

Ort: NABU-Infopavillon, 15-17 Uhr

Mittwoch, 23. Oktober

Kneippsche Wasseranwendungen

Einführung in die Wassertherapie

Ort: Kneipp-Becken Mettnau, 17-18 Uhr

Donnerstag, 24. Oktober

„Conni – Das Schul-Musical!“

Ort: Milchwerk Radolfzell, 16 Uhr

Freitag, 25. Oktober

„Glamrock in Concert“

Konzert der Südwestdeutschen Philharmonie zusammen mit Rockmusikern

Ort: Milchwerk Radolfzell, 19.30 Uhr

Samstag, 26. Oktober

„Hochdeutsch-türkisch“

des türkischen Theaters Ulüm in deutscher Sprache

Ort: Milchwerk Radolfzell, 19 Uhr

Sonntag, 27. Oktober

Wimplerfest

Traditionelles Herbstfest

Ort: Buchenseehalle Güttingen, 11 Uhr

Kinderstadtführung

Treffpunkt: Stadtmuseum, 11.15 Uhr

Dienstag, 29. Oktober

Die geheime Mission des Kardinals

Lesung von Rafik Schami

Ort: Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr

Mittwoch, 30. Oktober

Die Stadt auf dem Weg in die Moderne

mit Hannes, dem Diensthilfen

Treffpunkt: Stadtmuseum, 11 Uhr

Dauerveranstaltungen Sept.-Okt. 2019

MÄRKTE

Mittwoch + Samstag

Radolfzeller Wochenmarkt

Ort: Marktplatz, 7-13 Uhr

Jeden Donnerstag bis 12. September

Radolfzeller Abendmarkt

Ort: Marktplatz, 16-21 Uhr

Jeden Samstag + jeden 1. Mi im Monat

Flohmarktläden

der AG Terre des Hommes

Ort: Alte Pakethalle, Kapuzinerweg

10-13 Uhr

BEWEGUNG

Jeden Samstag

Geführte Wanderung in die Umgebung

Treffpunkt: Bahnhofplatz, 13-18 Uhr

Täglich

Geführte E-Mountainbike-Touren

Treffpunkt: Zweirad Joos Radolfzell

(Anmeldung erforderlich), 14-16 Uhr

Seeufertour mit dem SEGWAY (PTi2)

Treffpunkt: Zweirad Joos Radolfzell

(Anmeldung erforderlich), 14-16 Uhr

Jeden Mittwoch bis 25. September

Tennis-Breitensport- und Gästeturniere

Ort: TC Radolfzell, Platzanlage

15-17 Uhr

FÜHRUNGEN

Jeden Samstag bis 28. September

Auf den Spuren Radolfs

Kulturhistorischer Rundgang

durch die Gassen der Altstadt

Treffpunkt: Stadtmuseum, 10.30-12 Uhr

Jeden Dienstag

Naturerlebnis Mettnau

Treffpunkt: NABU-Infopavillon, 19-20 Uhr

SCHIFFFAHRT

Donnerstag-Sonntag & Feiertage

12. September-20. Oktober

Kaffee-Kränzchen an Bord

der MS Radolfzell

Abfahrt: Hafenmole, 15-16.25 Uhr

Di, 3., Do 5., 12., 19. September

Sonnenuntergangsfahrten

mit der Solarfähre HELIO

Abfahrt: Mettnausteg

Uhrzeiten siehe www.solarfaehre.de

AUSSTELLUNGEN

11.-18. September

Der Vielfalt ein Gesicht geben

Wanderausstellung

„Zuhause im Landkreis“

Ort: Amt für Integration und Soziales

Obertorstraße 10, Mo-Fr 8-12 Uhr

2.-27. Oktober

Mit Fell oder Gefieder

Arbeiten von Elke Lentzsch, Bettina

Kaczmarek-Preißer und Christian Dierks

Ort: Rathaus Markelfingen, Kulturnacht

(Vernissage 18 Uhr), dann So 14-16.30 Uhr

4.-11. Oktober

Von der Idee zum fertigen

Kleidungsstück.

Ausstellung des

Berufskollegs Mode und Design

Ort: Sparkasse Hegau-Bodensee

Hörstraße 1 (zu den Öffnungszeiten)

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

Impressum

zeller magazin: Das Magazin für Einheimische und Gäste der Stadt Radolfzell am Bodensee, Ausgabe 5/19, 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: Steven Rückert

Redaktion: Marina Kupferschmid (Leitung), Nicola M. Westphal

RUDDOLF: Rolf Zimmermann, www.poth-zimmermann.de

Satz und Gestaltung: hggraphikdesign Heidi Lehmann, 78315 Radolfzell-Möggingen

Druck: Krüger Druck+Verlag, Dillingen

Titelfoto: TSR GmbH | Kuhnle & Knödler

Texte und Fotos: Wenn nicht anders vermerkt, wurden uns die Texte und Fotos freundlicherweise

von den Projektpartnern zur Verfügung gestellt.

© 2019. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck mit Quellenangabe nur auf Nachfrage beim Verlag.

'zum Schluss

Gewinnspiel!

Beantworten Sie unsere Gewinnspielfrage und gewinnen Sie einen unserer Preise:

- » 5 x 1 Gutschein im Wert von 30 Euro, gestiftet von der „un•ver•gleich•bar“
- » 1 Gutschein im Wert von 50 Euro, gestiftet vom Atelier „Die Werkstatt“ in Böhringen
- » 2 Tagestickets für die Landesgartenschau Überlingen 2020

GEWINNSPIELFRAGE: Welches bedeutende Einzelhandelsunternehmen in Radolfzell feiert in diesem Jahr sein 100-jähriges Jubiläum?

Bitte schicken Sie uns Ihre Antwort mit Betreff „'zeller Gewinnspiel“ bis 15. Oktober 2019 an zeller@radolfzell-tourismus.de.

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

Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

TEXT UND FOTO MARINA KUPFERSCHMID »

Randnotiz: Abendmarkt

Einkaufen im Mondenschein: Der Radolfzeller Abendmarkt macht's möglich. Dieses Jahr reicht die Abendmarkt-Saison fast bis Mitte September. Zwar ist an keinem der beiden Markttermine im September Vollmond, aber die Sonne geht an beiden Donnerstagen schon vor 20 Uhr unter, so dass bis Schließung des Marktes noch eine Stunde Zeit bleibt, beim Einkauf den Mond zu sehen. Unabhängig vom Mond, sollte man sich den Radolfzeller Abendmarkt unter den Themen „Sommer(schluss)schmaus“ (5.9.) und „Oktoberfest-Warmup“ (12.9.) nicht entgehen lassen. Die Marktstände öffnen um 16 Uhr und bieten alles, was die fruchtbare und sonnenverwöhnte Region am westlichen Bodensee an Gaumenfreuden hergibt. Auch Livemusik und Kunsthandwerk laden zum Verweilen ein. Informationen – auch zu Führungen und Touren zur Abendmarktzeit – unter www.radolfzell-tourismus.de

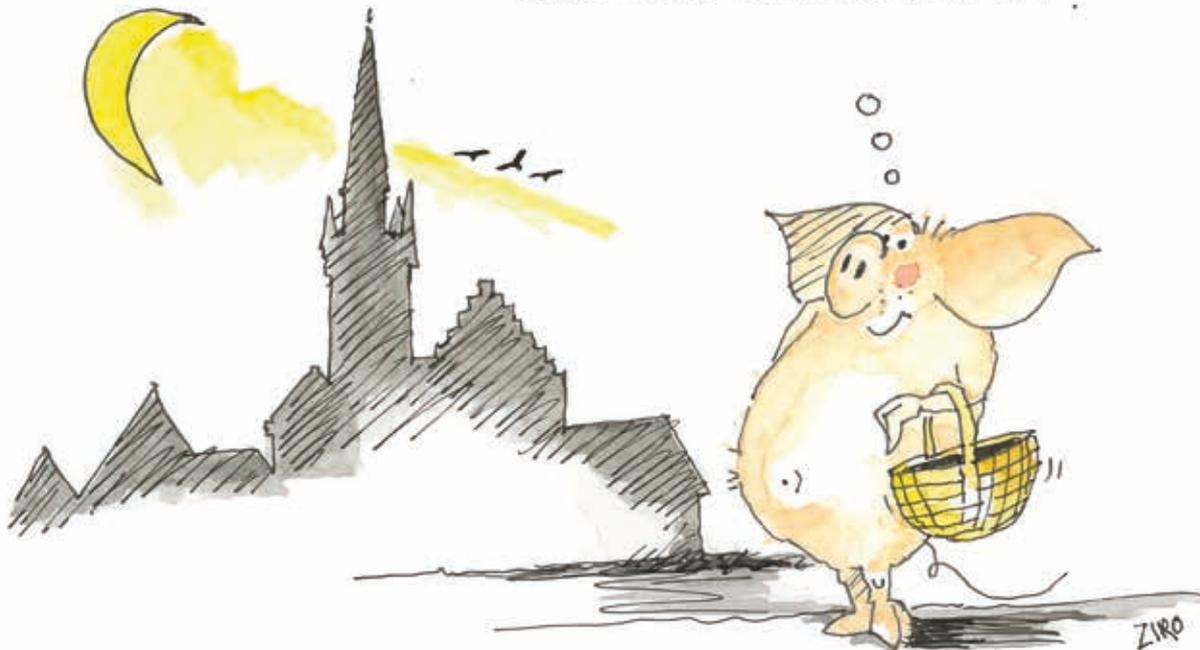


'zeller Radolfzell am Bodensee
magazin 2019

Das nächste 'zeller magazin erscheint am 30. Oktober 2019. 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

RUDOLF

ABENDMARKT IM MONDENSCHIN
.... DA KAUFE ICH AM LIEBSTEN EIN !



HAPPY BIRTHDAY! CONSETA 55

COR



Conseta das zeitlose Sofaprogramm mit unzähligen Möglichkeiten feiert **55. Geburtstag** mit über 200 verschiedenen Stoffen zum **Geburtstagspreis**. Auch als Eckgarnitur erhältlich.

Dazu
GRATIS

Dekopak
mit 2 Kissen + Alpakawohn-
decke + Blumenstrauß

bei Kauf eines Conseta Sofas.
Gültig bis 31.12.2019.

wohnstudio mattes

planen. einrichten. leben.

wohnstudio mattes | st.-johannis-straße 2-4 | 78315 radolfzell | fon 0 77 32 - 30 75 | www.wohnstudio-mattes.de

DIE BODENSEE-
SCHIFFFAHRT. **BSB**

SCHIFFSTOUREN IM UNTERSEE

**ZELLER-SEE-
TICKET**

Rundfahrt
12,40 € p.P.



www.bsb.de

Über
40 Top-Marken
bis zu 70%
reduziert!

#markenglücklich

... Fashion genießen

seemaxx.

Outlet Center Radolfzell