

,zeller

magazin

Radolfzell am Bodensee

2021
Juli - August

HEIMATTAGE
Baden-Württemberg
RADOLFZELL 2021

BADEN-WÜRTTEMBERG-TAG

Große Bühne für Stadt und Land

RADOLFZELL IN TRACHT

Brauchtums- und Heimatmarkt

FÜR SEESÜCHTIGE

Events auf dem Wasser



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.



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





Derzeit stehen alle Zeichen auf Entspannung und wir freuen uns auf die bevorstehenden Wochen in unserer schönen Stadt am Bodensee. Vor allem sind wir erleichtert darüber, dass wir uns zum offiziellen Auftakt der Heimattage, dem Baden-Württemberg-Tag mit seinem facettenreichen Programm, am ersten Juli-Wochenende wieder echt am See begegnen

können. Und nicht nur hier, denn ein Höhepunkt an diesem großen Wochenende mit unterhaltsamem Familienprogramm und verkaufsoffenem Sonntag ist die multimediale Ausstellung „Wirtschaft und Zukunft“ im Milchwerk.

Den ganzen Sommer über setzt sich Radolfzell mit seiner herrlichen SeeKultur, SeeNatur und SeeMusik in Szene und lädt Gäste wie Einheimische dazu ein, das SeeLeben zu genießen. Ein Höhepunkt ist sicher der Thementag „Radolfzell in Tracht“ am 21. August, der mit farbenprächtigen Brauchtum für Jung und Alt aufwartet. Und so richtig eintauchen in das Thema Heimat kann man in den bereits eröffneten Sonderausstellungen

„Trachten Leben“ im Stadtmuseum und „Patchwork Heimat“ in der Villa Bosch.

Aber auch bewährte Veranstaltungen wie die stimmungsvollen Radolfzeller Filmnächte direkt am See oder das beliebte Dîner en Blanc am Seeufer gehören zum Zeller Sommer – ebenso natürlich Wasser satt mit all den vielen Freizeitmöglichkeiten, die der See bietet – vom Baden und SUP-Paddeln über lautloses Dahingleiten mit der Solarfähre bis hin zu Genussfahrten auf Ausflugsschiffen und Eventsegeln.

Zahlreiche Akteure der Stadt tragen in diesem Jahr – unserem Heimattage-Jahr – zu einem unvergesslichen Programm bei. Ihnen allen gilt unser Dank. Wir alle wünschen Ihnen viel Anregung und Freude in diesem erlebnisreichen Sommer.

Bleiben Sie gesund und weiterhin achtsam!

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

INHALT



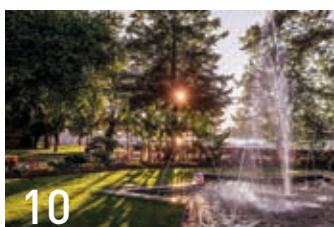
4



6



8



10



12

Radolfzell als Bühne für Land und Region	4-5
Heike Strate: Ein Sommer mit den Höckerschwan.....	6-7
Aufs Wasser!	8-9
Garten-Genuss so bunt wie nie	10-11
Radolfzeller Filmnächte: Kino vor traumhafter Seekulisse.....	12-13
Seefestival 2021 „Neue Ufer“	14-15
Aktionstage zur Sonderausstellung „Trachten Leben“	16
Ausstellung „GUT BETRACHTET“ Stadtbibliothek: HEISS AUF LESEN©	17
Picknick in Weiß – zu Tisch!	18
Die METTNAU – das Gesundheitszentrum am Bodensee	19-24
3. Milchwerk Musik Festival	25
Aktionsgemeinschaft: Eine starke Gemeinschaft	26-27
Radolfzeller Wiesenzauber	28-29
Wirtschaftsförderung: Lasertechnologie für reine Luft	30-31
Stadtwerke: Solarpark „Reichenauer Wiesen“	32-33
Veranstaltungen	34-37
Impressum	37
Gewinnspiel Randnotiz RUDOLF	38



14



25



28



30



32

Radolfzell als Bühne für Land und Region

Mit dem Baden-Württemberg-Tag am 3. und 4. Juli finden die diesjährigen Heimattage in Radolfzell am Bodensee ihren offiziellen Auftakt.

Die nachhaltig sinkenden Inzidenzen geben Grund zu Optimismus, dass die ursprünglich im Mai geplante Veranstaltung der Heimattage in Radolfzell im zweiten Anlauf stattfinden kann – unter Berücksichtigung des dann aktuellen Infektionsgeschehens und mit vorheriger Anmeldung über www.heimattage-radolfzell.de.

TEXT PETRA REINMÖLLER FOTO ILJA MESS

Baden-Württemberg-Tag

Die ganze Fülle und Leistungsstärke des Landes wird am 3. und 4. Juli beim Baden-Württemberg-Tag präsentiert. Er ist das Herzstück im Veranstaltungsreigen der Heimattage und gilt üblicherweise als deren offizieller Auftakt. So präsentieren sich am Seeufer und in der Innenstadt in über 40 Pagodenzelten Vereine, Initiativen, Freizeitziele der Region, Städte des Landes, Unternehmen sowie Vertreter aus Musik, Kultur und Naturschutz. Außerdem zeigen die offiziellen Heimattage-Sponsoren eine spannende Schau zum Thema „Wirtschaft und Zukunft“. Die Besucher erwartet dabei eine Mischung aus Information und Unterhaltung, Mitmach-Aktionen und sinnlichem Erleben.

Einer der zentralen Veranstaltungsorte ist die SWR-Showbühne beim Konzertsegel direkt am See. Hier präsentiert SWR-Moderatorin Stefanie Anhalt am Samstagabend die „größten Hits aller Zeiten“, bevor Max Mutzke zusammen mit der SWR-Big Band die Bühne vibrieren lässt. Die Tickets für das Konzert werden ausschließlich von SWR1 verlost. Am Sonntag erwartet die Besucher ein Gespräch mit dem stellvertretenden Ministerpräsidenten Thomas Strobl und Radolfzells Oberbürgermeister Martin Staab. Weiter geht es mit der SWR1-Band und Comedy-Einlagen des beliebten „Italo-Schwaben“ Heinrich del Core.

Höhepunkt der Radolfzeller Heimattage Baden-Württemberg ist die Schau „Wirtschaft und Zukunft“ im Tagungs- und Kulturzentrum Milchwerk. Exklusiv präsentieren hier die offiziellen Heimattage-Sponsoren eine Erlebniswelt, die sich mit Fragen befasst wie: Wie werden wir in der Zukunft leben? Wie werden wir uns kleiden? Welche Technik wird uns durch den Alltag begleiten? Interaktive Technologien lassen die Besucher auf dieser Reise in die Zukunft in virtuelle Welten eintauchen, so etwa können sie in einem Zugführer-Simulator einen ICE steuern. Die an der Schau beteiligten Unternehmen reichen von regionalen Großunternehmen über weltweit erfolgreiche „Hidden Champions“ aus Radolfzell bis zum regionalen Handwerksbetrieb. Sie alle haben gemeinsam, dass sie sich innovativ den Zukunftsanforderungen der Zeit, etwa im Bereich der Digitalisierung, stellen. Entwickelt und koordiniert wurde die Ausstellung von der Industrie- und Handelskammer Hochrhein-Bodensee, der Handwerkskammer Konstanz und dem Radolfzeller Gewerbeverein.

Wer nach Radolfzell reist, möchte natürlich auch den Bodensee erleben! Dazu laden die Bodensee-Schiffsbetriebe ein, die an beiden Tagen mehrmals täglich zu Rundfahrten über den Untersee auslaufen. Auch der erste verkaufsoffene Sonntag des Jahres am 4. Juli unter dem Motto „See(h)reise“ steht ganz im Zeichen des Baden-Württemberg-Tages.

Da die Anzahl der Besucher pro Tag begrenzt ist, müssen sich Interessenten vorab online auf www.heimattage-radolfzell.de registrieren. Hier finden sich auch alle wichtigen Informationen zu Programm und Attraktionen des Baden-Württemberg-Tages am 3. und 4. Juli. Das Organisationsteam der Heimattage passt das Veranstaltungsprogramm kontinuierlich dem Infektionsgeschehen an. So findet der Thementag „Radolfzell in Tracht“ nun am 21. August statt, die MundART-Nacht am 28. August. Vom 10. bis 12. September sind die Landesfesttage mit unterhaltsamem Bühnenprogramm geplant. Junge Musiker aus Baden-Württemberg präsentieren sich beim Seefestival vom 24. bis 26. September, das Straßenmusikfestival ist auf den 9. Oktober terminiert.

Viele weitere Veranstaltungen, auch der Ortsteile, finden sich im Kalender auf der Internetseite www.heimattage-radolfzell.de.

Radolfzell in Tracht

Die Trachtengruppe Alt-Radolfzell feiert im Heimatjahr ihr 100-jähriges Bestehen. Den wunderschönen Radolfzeller Trachten als wichtige Kulturträger der Stadt ist im Rahmen der Heimattage der Thementag „Radolfzell in Tracht“ am 21. August gewidmet. Mit einem großen Brauchtums- und Heimatmarkt am Seeufer will Radolfzell die Besucher einladen, sich hinter der Geschichte der Radolfzeller Trachten und dem damit verbundenen alten Handwerk wiederzufinden. Von 10 bis 18 Uhr bieten ausgesuchte Marktbesucher ihre bunte Vielfalt an Waren rund um die Trachtenkunst zum Verkauf an. Von Trachtenbekleidung über Trachtenschmuck, Stoffe, Bänder und Spitzen bis hin zu antiken Dingen reicht das Angebot. Daneben zeigt eine Klöpplerin die alte Kunst des Klöppelns von Spitze, die man einst zur Herstellung der kostbaren Radhauben für die Radolfzeller Tracht beherrschen musste. Rund um das Marktvergnügen sind die Besucher zu zahlreichen Workshops eingeladen, in denen weitere alte Handarbeitstechniken greifbar werden. Passend dazu präsentiert sich auf dem Markt die Freie Reichsritterschaft Sankt Georgenschild mit mittelalterlichem Handwerk. So werden unter anderem zahlreiche Handwerkszünfte zu bestaunen sein, die früher für Radolfzell charakteristisch waren. Begleitet wird der bunte Markt von einem Bühnenprogramm, bei dem sich geladene Trachtengruppen und natürlich die Trachtengruppe Alt-Radolfzell sowie Musikgruppen ein Stelldichein geben werden. Zum Abschluss wird die Trachtengruppe Alt-Radolfzell als besonderen Programmpunkt ein Theaterstück zur Entstehung ihrer Gruppe aufführen.

www.heimattage-radolfzell.de



FOTO ILJA MESS

Ein Sommer mit den Höckerschwans

Bücher zu gewinnen!

siehe Seite 38

Die weißen Schwäne prägen von jeher das Bild des Radolfzeller Ufers. Für viele Einheimische sind sie der Inbegriff für Heimat. Auch auf die Wahl-Radolfzellerin Heike Strate üben die eleganten Wasservögel, die jetzt im Sommer mit viel Nachwuchs unterwegs sind, eine besondere Faszination aus. Sie lieferten ihr Inspiration und Stoff für ein ganz besonderes Kinderbuch, das sich sowohl an Radolfzeller wendet als auch an Bodensee-Liebhaber und Touristen, die den Sommer mit ihren Kindern in Radolfzell verbringen – „Ein Sommer mit den Höckerschwans“. Hierzu die Autorin im Interview:



Heike Strate auf Beobachtungstour.



Der gut gelaunte Kurti und ...



... die hübsche Bella.

Was bedeuten die Schwäne für Sie persönlich?

Tja, ehrlich gesagt hatte ich immer recht gemischte Gefühle gegenüber Schwänen, was sicherlich durch Erziehung und optische Wahrnehmung geprägt war. So hatte ich einerseits schon als Kind von meiner Verwandtschaft am Zürichsee eingetrichtert bekommen, dass es besser ist, sich von ihnen fernzuhalten, da sie durchaus gefährlich werden können, sobald sie sich bedroht fühlen. Das hat sicher dazu geführt, dass ich da in jeglicher Hinsicht auf Distanz programmiert war. Andererseits sind das sehr imposante Tiere, die auf Menschen jeden Alters eine faszinierende Wirkung haben. Groß und stark, mit herrlich weißem Gefieder, majestätisch über den See gleitend, aber auch ein bisschen mystisch und unnahbar. Sie haben keine Mimik und geben auch keine Laute von sich, die wir Menschen als Sprache empfinden würden. Kurzum: Meine Sympathien für diese Wasservögel haben sich durchaus in Grenzen gehalten, was sich aber seit der Arbeit am Buch mächtig geändert hat.

Wie kam es zur konkreten Idee für das Buch?

Ich denke, ich hätte anfangs lieber über unseren Kater Rocky geschrieben, aber wie es so ist: Über Katzen gibt es genug Bücher, über Schwäne eben nicht. Und genau für die interessieren sich die Schulkinder, die ich als Jugendbegleiterin an der Ratoldus-Grundschule betreue. Vor allem kleine Jungs finden diese „weißen Riesen“ am See unglaublich aufregend. So erzählte mir beispielsweise mal ein sechsjähriger Knirps von seinem Opa, der von einem aufgebrachten Schwan „fast gefressen worden ist“ (lacht). Die Kids in diesem Alter haben eben richtig viel Fantasie ... und so kam mir die Idee, eine Geschichte für Kinder im Alter von sechs bis zwölf Jahren über Schwäne zu schreiben.

Können Sie uns das Buch kurz vorstellen?

Aber gerne. Das sind fünfzehn aufregende, anrührende und immer wieder lustige Geschichten, die vom Leben einer jungen Höckerschwan-Familie in Radolfzell am Bodensee erzählen: Mama Schugga und Papa Charly Höckerschwan sind im Frühjahr zum ersten Mal Eltern geworden. Und nun müssen die quirligen Höckerschwan-Kinder Archie, Leni, Bella, Kurti und Heidi begleitet, behütet und natürlich ganz oft belehrt werden, was mitunter ziemlich anstrengend ist. Mit Sascha Saatgans, dem kleinen Kater Lohengrin, Filmhund Ballauf, Bubi Badman, Frido Fuchs, Ida Igel, dem kleinen Benni und nicht zuletzt mit dem Sepp von der Radolfzeller Mole erleben die Höckerschwans spannende Abenteuer zwischen Seebad und Yachtclub – alles herrlich bebildert mit Zeichnungen der Profi-Illustratorin Alexandra Suliko Matyas aus Paris. Doch eine ganz besondere Qualität bekommt das Buch durch die sogenannten „Schlaumeierkästen“, die es zu jedem Kapitel gibt und die selbst für Erwachsene interessant sein dürften.

HEIKE STRATE ist Autorin, freie Journalistin und arbeitet als ehrenamtliche Jugendbegleiterin mit Schwerpunkt Sprachförderung an der Ratoldus-Grundschule in Radolfzell. Sie hat vier erwachsene Kinder und zwei Enkelinnen. 1963 in Bochum geboren und in Ratingen-Hösel in Nordrhein-Westfalen aufgewachsen lebt sie seit 2009 mit Ihrem Mann Jo und dem Kater Rocky in Radolfzell am Bodensee. Bekannt ist Heike Strate hierzulande auch als Sängerin der regionalen Band „Miss Otis & Friends“.

DAS BUCH „Ein Sommer mit den Höckerschwans“, rund 200 Seiten, Hardcover, gebunden, mit farbigen Illustrationen, Preis 14,95 Euro.

Was genau ist denn in den sogenannten Schlaumeierkästen nachzulesen?

Da gibt es jede Menge Infos zu Radolfzell und der hiesigen Natur sowie Wissenswertes über die Tiere, die in den einzelnen Kapiteln eine Rolle spielen. Außerdem lernen die kleinen und großen Leser etwas über die Rolle der Schwäne in Mythologie, Kunst und Kultur, sie erfahren, was es mit der Villa Wolf als beliebter Filmkulisse für die Krimiserien „Tatort“ und „WaPo Bodensee“ auf sich hat, was es über das Konzertsegel und den El Nino zu sagen gibt und natürlich auch, wer der Steine-Künstler Sepp Bögle ist, der eine nicht ganz unwichtige Rolle in meinem Buch spielt.

Da muss man ja eine Menge Wissen zusammentragen. Hatten Sie denn bei der Recherche sachkundige Unterstützung?

Oh ja, bei den Informationen zu den Wasservögeln hat mir der renommierte Biologe Dr. Wolfgang Fiedler vom Max-Planck-Institut im Radolfzeller Ortsteil Möggingen sehr geholfen. Er hat ganz viele Fragen in den Schlaumeierkästen selbst beantwortet. So erklärt er beispielsweise höchst anschaulich und äußerst unterhaltsam, woraus zum Beispiel ein Schwanennest besteht, wie warm ist es unter den Federn der brütenden Eltern ist, warum es wichtig für Küken ist, direkt nach dem Schlüpfen die Eltern zu sehen und vieles mehr. Auch seine Frau Alexandra Sproll, ebenfalls Biologin, hat mir eine Menge Hintergrundwissen über die Fledermäuse geliefert, die in unserer Region leben und die im Kapitel über den verletzten Fledermausjungen Bubi Badmann eine wichtige Rolle spielen.

Wie lange haben Sie gebraucht, um das Buch zu schreiben?

Na, sagen wir, das Timing war sportlich. Ich habe am 10. Januar 2021 mit dem ersten Kapitel angefangen und das Manuskript Ende März 21 fertig gehabt. Aber ich wollte dieses Buch unbedingt im Sommer 2021 gedruckt vorliegen haben. Schließlich weiß ich von Freunden, Bekannten und meinen kleinen Enkelinnen, die in Köln wohnen und jeden Sommer hierherkommen, wie gerne Kinder Geschichten über die Umgebung hören, die sie in den Ferien mit allen Sinnen erleben dürfen – und mit meinen Geschichten von den Höckerschwans nehmen Kinder und Erwachsene, die nicht das Glück haben, hier zu wohnen, immer ein Stück Radolfzell mit nach Hause. Und dann auch noch unsere Heimattage – das alles war Grund genug, um mal so richtig Gas zu geben.

FRAGEN **MARINA KUPFERSCHMID** FOTO **SABINE TESCHE**
ILLUSTRATIONEN **ALEXANDRA SULIKO MATYAS**



Von jedem verkauften Exemplar geht 1 Euro als Spende an das Hegau-Jugendwerk in Gailingen. Das ist eine Spezialklinik für neurologische Rehabilitation, in der Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene therapiert werden. Auch bei Lesungen wird die Autorin um Spenden für diese Einrichtung bitten.

Das Buch ist ab Anfang Juli bei Buch-Greuter und in der Buchhandlung Am Obertor erhältlich sowie in der Tourist-Information Radolfzell und beim Lebenskünstler Sepp Bögle, der in den Sommermonaten an der Mole in Radolfzell anzutreffen ist.



FOTO WASSERSPORTZENTRUM RADOLFZELL

Aufs Wasser!



FOTO BSB

Was gibt es Schöneres, als einen heißen Sommertag auf dem See ausklingen zu lassen, an Bord eines Schiffes gutes Essen oder einfach nur einen traumhaften Sonnenuntergang zu genießen. Seesüchtige können sich auch in diesem Jahr auf schöne Events freuen.

Gin-Tasting auf der „Seewiefke“

Sie gehört zu den besonderen Schönheiten auf dem Untersee: Die Seewiefke. Ob als Abendausfahrt mit kleinen Köstlichkeiten oder ein Badeausflug in wunderschöne abgelegene Bereiche auf dem Bodensee, wo Skipperin oder Skipper mit den Gästen vor Anker gehen – das Friesenschiff mit seinen 100 Quadratmeter großen, prall gefüllten Segeln verheißt extravagantes Vergnügen – sowohl beim sportlichen Segeln als auch beim Chillen auf dem See. Exquisiten Genuss versprechen die Ausfahrten mit Gin-Tasting. Sommelier Benjamin Fuchs kredenzt hierbei Johannisbeer-Secco, edle Obstbrände und den von ihm eigens kreierten Dry Fox Gin – das Ganze verbunden mit passendem Imbiss. Unterhaltsam und fachkundig vermittelt er Wissenswertes, etwa zum ausgeklügelten Brennverfahren. Heimathafen der Seewiefke ist das Wassersportzentrum Radolfzell, das in diesem Jahr von der „Wilden Flotte“ übernommen wurde. Termine und weitere Eventmöglichkeiten unter www.wassersportzentrum-radolfzell.de.

Kulinarisches an Bord der „MS Stadt Radolfzell“

Eine Rundfahrt mit dem Kursschiff MS Stadt Radolfzell über Iznang, Radolfzell bis zur Reichenau und zurück ist wie ein Kurzurlaub. Die Bodensee-Schiffsbetriebe (BSB) laden ihre Fahrgäste dazu ein, einfach den Alltag einmal hinter sich zu lassen und an Bord unvergessliche Momente zu erleben. Absolute Höhepunkte der Schifffahrt auf dem Untersee sind die Genussfahrten. Eine etwa zweistündige Fahrt mit Grillmenü und Getränken gibt es am 21. August von 20 Uhr bis 22.15 Uhr. „Badisch schlemmen“ ist am Samstagabend, 18. September, angesagt und am 16. Oktober lockt die BSB mit Wildgenuss. Alle Genussfahrten unter www.bsb.de.

Mit dem Sonnenboot unterwegs

Lautlos dahingleiten, dem See und der Natur ganz nah sein, sich von der Kraft der Sonne treiben lassen – das geht nur auf dem HELIO Solarschiff. Sein Heimathafen ist Radolfzell, genauer gesagt der Steg beim Restaurant Strandcafé Mettnau. Jeden Dienstag und Donnerstag lädt das HELIO SOLARSCHIFF zu Sonnenuntergangsfahrten ein. Die HELIO ist auch eine attraktive Plattform für Kunstschaffende. So gibt es gelegentlich Fahrten, die Naturerlebnis und Kunstgenuss verbinden wie etwa die Klangfahrt mit Harfespielerin Johanna Dammert am 18. Juli. Auch kulinarische Fahrten wie die traditionelle Felchenfahrt am 28. August hat die HELIO im Programm. Weitere Termine und Informationen unter www.strandcafe-mettnau.de/de/solarfaehre-helio.

Mit der „MS Seestern“ in die Schweiz

Die „MS Seestern“ von Schifffahrt Lang mit Heimathafen am Steg in Gaienhofen-Horn ist „Hörifähre“ und Eventschiff zugleich. An festen Tagen kann man das deutsche Ufer verlassen und mit dem Motorschiff hinüber in die Schweiz fahren. Vor allem ist die MS Seestern aber für ihre musikalischen und kulinarischen Highlights bekannt. Da ist für jeden etwas dabei, angefangen von Abendrundfahrten, bei denen es bei schönem Wetter wunderbare Sonnenuntergänge zu erleben gibt, über Genussfahrten mit italienischem Buffet oder rustikalen Gau-menfreuden bis hin zu Cocktailparty und Whisky-Tasting. Alle See-Erlebnisse unter www.schifffahrtlang.de.

TEXT MARINA KUPFERSCHMID



GARTEN-GENUSS

SO BUNT WIE NIE

Gärten sind Entspannung, Spaß, ein Ausdruck von Individualität und Leidenschaft. Noch nie gab es so viel Gartenvielfalt und Farbenspiele am Bodensee zu entdecken wie in diesem Jahr.

Höhepunkte sind die beiden Landesgartenschauen in Überlingen und Lindau, die den ganzen Sommer über bis in den Herbst hinein Gelegenheit geben, herrlich gestaltete Uferparks zu erkunden. Überlingen etwa überrascht mit kreativen gärtnerischen Neuinterpretationen wie beispielsweise im Bodensee schwimmenden Gärten. Lindau ist Gastgeberin der Bayerischen Gartenschau und lockt mit Gartenerlebnissen zwischen See und Bergen. So ist etwa die Hintere Insel zwischen Bahnhof und See in einen grünen Gartenstrand verwandelt worden. Beide Gartenschauen sind von Radolfzell aus bequem mit der Bahn erreichbar. Nach Überlingen fahren Gäste mit der Bodenseecard West sogar kostenlos. Und für eine Fahrt nach Lindau kann das Baden-Württemberg-Ticket gelöst werden.

Die Blumeninsel Mainau ist schon seit Jahrzehnten das Gartenwunder am Bodensee. Im Mainau-Themenjahr „Blühende Wasser, schwimmende Gärten“ ist die üppige Blumenpracht dem Thema Wasser in allen Facetten gewidmet. Dabei werden Pflanzen in Szene gesetzt, die einen besonderen Bezug zum Wasser haben – sei es, weil sie am oder im Wasser wachsen, oder weil sie die Fähigkeit besitzen, besonders viel Feuchtigkeit zu speichern. Im Sommer thematisiert die Ausstellung „Kein Eis Meer“ mit großformatigen Aufnahmen und Videosequenzen die Folgen des Klimawandels.

Am Westlichen Bodensee hat die Liebe zum Gärtnern eine über tausendjährige Tradition. Kein Wunder, dass hier die Wiege der abendländischen Gartenkultur steht. Schon im 9. Jahrhundert pflegte Abt Walahfried Strabo auf der Klosterinsel Reichenau einen Kräutergarten und ließ seine Erkenntnisse in Europas ersten Gartenratgeber fließen – das Gedichtbändchen „Hortulus“. Heute gibt es, oft etwas versteckt, unzählige grüne Kostbarkeiten zu entdecken. Vor 15 Jahren dann keimte am Westlichen Bodensee die Idee, die Freude am Gärtnern zu teilen und 2008 fand das erste „Grenzenlose GartenRendezvous“ statt. Auf deutscher wie auf Schweizer Seeseite heißen seither die schönsten

Gärten und Parks Besucher willkommen. Das Besondere am „GartenRendezvous“: Auch Privatgärten öffnen ihre Tore – und jedes Jahr kommen neue dazu. Insgesamt können, sofern es die Pandemie zulässt, 79 Oasen entdeckt werden – wonnevoll über Wanderwege, per Rad, Kanu oder Schiff. Duftende Rosengärten zelebrieren die Königin der Blumen, heilende Kräutergärten erinnern an Hildegard von Bingen. Verführerisch auch eine Mondscheinführung im Duft- und Kräutergarten Syringa am Fuße des Hohentwils. Der Muse nachspüren kann man in Künstlergärten – auch der Bauerngarten von Hermann Hesse in Gaienhofen lädt ein. Dem GartenRendezvous angeschlossen sind auch etliche Gärten in Radolfzell. Jederzeit frei zugänglich ist der Stadtgarten, der als „Gartenoase im alten Stadtgraben“ seinen ganz eigenen Charme hat. Als „Landschaftsgarten“ im Wandel der Jahreszeiten präsentieren sich die Gnädinger Gärten im Radolfzeller Ortsteil Böhringen, offen zur angrenzenden Streuobstwiese und ruhiger Riedlandschaft. Am Rande von Radolfzell liegt der wunderbare Natur- und Kräutergarten von Hildegard-Heilpraktikerin Sabine Christ, die neben Führungen auch zahlreiche Vorträge über die Heilkraft der Pflanzen anbietet. Und in Markelfingen ist der Steingarten der Familie Blum mit Teich und Skulpturen ein Hingucker, der nach Voranmeldung besichtigt werden darf.

Alle, die Blütenzauber und Gartenidylle unterm Sternenhimmel genießen möchten, sollten die „Lange Nacht der Bodenseegärten“ vom 3. bis 5. September nicht verpassen. Hier öffnen viele Bodenseegärten ihre Gartentür und lassen Interessierte an einem lauschigen Gartenabend teilhaben. Das Angebot der teilnehmenden Gärten gibt es online unter www.bodenseegaerten.eu/langenacht.

Die Broschüre „Grenzenloses GartenRendezvous“ der Tourismusorganisation REGIO Konstanz-Bodensee-Hegau e.V. ist in der Tourist-Information Radolfzell erhältlich. Weitere Infos unter www.bodenseewest.eu



Landesgartengartenschau in Überlingen: Schwimmende Gärten

Ein Highlight der Landesgartenschau in Überlingen sind neben der Seebühne, den Schaugärten und Floristikschau den schwimmenden Gärten. Wunderschön hergerichtet blühen die Gärten mitten auf dem Bodensee.

FOTO OLAF KÜHL

Bayerische Gartenschau in Lindau

Lindau ist Gastgeberin der Bayerischen Gartenschau 2021 und lockt bis zum 26. September mit Gartenerlebnissen zwischen See und Bergen.

Lange Nacht der Bodenseegärten

Am 8. September bietet die Insel Mainau eine Inselfafari nach Sonnenuntergang an.



FOTO HELMUTH SCHAM



FOTO INSEL MAINAU / PETER ALLGEIER



FOTO KUHNLE & KNÖDLER



FOTO MIA- UND HERMANN-HESSE-HAUS

GartenRendezvous am Westlichen Bodensee

Rechts oben: Der Stadtgarten Radolfzell ist eine blühende Insel inmitten der Stadt.

Rechts unten: Mia- und Hermann-Hesse-Haus. Der Garten Hermann Hesses rund um sein eigenes, 1907 gebautes Landhaus.

14. Radolfzeller Filmnächte



TEXT TSR GMBH FOTO MATTHIAS ZIZELMANN [Radolfzeller Filmnächte 2020]

Kino vor traumhafter Seekulisse

Erst den Sonnenuntergang am See erleben, dann die Filmstars unter Sternen – die Radolfzeller Filmnächte sind Open-Air-Kino vom Feinsten.

Am ersten Sommerferien-Wochenende plant die Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH (TSR) wieder ein Freiluftkino am Bodenseeufer.

Wie bereits in den letzten Jahren wird am Freitagabend ein Spielfilm für die ganze Familie gezeigt, den die Radolfzeller Kinder und Jugendlichen im Frühling per Abstimmung auswählen durften. Dabei hat die Komödie „Die fantastische Reise des Dr. Dolittle“ das Rennen gemacht. Am Samstagabend sorgt die Musik-Komödie „Yesterday“ für beste Unterhaltung – nicht nur für Beatles-Fans. Erstmals wird am Sonntagabend mit „2040 – Wir retten die Welt!“ zusätzlich ein Dokumentarfilm gezeigt.

Um die Corona-Regeln einzuhalten und die Kontakte der Kinogäste nachverfolgen zu können, fanden die Radolfzeller Filmnächte im vergangenen Jahr nicht am Konzertsegel, sondern im Strandbad Mettnau statt. Aufgrund der guten Bedingungen vor Ort und der positiven Resonanz wird das Strandbad auch in diesem Jahr vom 30. Juli bis 1. August zum Freiluftkino. Tickets

sind für 10 Euro ab Juli in der Tourist-Information erhältlich. Einlass für die Filmnächte ist um 20.30 Uhr, Filmbeginn um 21.30 Uhr. Sollte das Wetter an einem der Abende nicht mitspielen, gibt es mit Montag, 3. August, einen Ausweichtermin. Sollte eine Absage oder Verschiebung der Kinoabende am See notwendig werden, wird dies rechtzeitig auf www.radolfzell-tourismus.de bekannt gegeben.

Unterstützt werden die 14. Radolfzeller Filmnächte von der Volksbank Konstanz.

Weitere Informationen und Kontakt

Tourist-Information Radolfzell
Seestraße 30 · 78315 Radolfzell am Bodensee
Telefon 07732/81-500 · info@radolfzell-tourismus.de
www.radolfzell-tourismus.de

FREITAG 30. JULI

Die fantastische Reise des Dr. Dolittle:

Großbritannien im 19. Jahrhundert: Dr. Dolittle (Robert Downey Jr.) war einst ein berühmter Arzt und Veterinär. Doch als er seine Frau vor sieben Jahren verlor, zog er sich komplett zurück. Wie ein Einsiedler lebt er nun hinter den hohen Mauern seines Anwesens, fast ohne Kontakt zu anderen Menschen. Nur seine Tiere, mit denen der Arzt sogar sprechen kann, leisten ihm hier Gesellschaft – etwa die eigensinnige Papageien-Dame Polynesia (Stimme: Emma Thompson), die Dolittle mit Rat und Tat zur Seite steht, der zynische Strauß Plimpton (Kumail Nanjiani) oder der stets frierende Eisbär Yoshi (John Cena). Als die junge Königin Victoria (Jessie Buckley) schwer krank wird, bleibt Dolittle nichts anderes übrig: Er muss hinaus in die weite Welt, um das Heilmittel zu finden. Doch dafür muss er ausgerechnet jene mysteriöse Insel finden, bei deren Suche einst seine Frau ums Leben kam.

Genre: Komödie, Familie

Erscheinungsjahr: 2020

Laufzeit: 102 Min

Altersfreigabe: FSK 6

Filmtrailer:

www.filmstarts.de/kritiken/254755



SAMSTAG 31. JULI

Yesterday

Jack (Himesh Patel) ist zwar ein leidenschaftlicher Musiker, doch kann er sich gerade mit Mühe und Not über Wasser halten, denn erfolgreich ist er mit seiner Musik nicht. Aus seinem kleinen verschlafenen Heimatdorf an der englischen Küste hat er es noch nie in die weite Welt geschafft. Doch eine Person glaubt nach wie vor an Jack: Seine Jugendfreundin Ellie (Lily James) hält unerschütterlich an Jacks Talent fest. Bis ihm eines Tages ein Wunder geschieht. Nach einem mysteriösen weltweiten Stromausfall wird Jack von einem Bus angefahren. Nachdem er wieder zu Bewusstsein kommt, wirkt eigentlich alles so wie immer. Doch dann stellt Jack fest, dass sich plötzlich niemand außer ihm mehr an die Musik der Beatles erinnern kann. Jack nutzt diese Situation und verkauft die Welthits als seine eigenen Kompositionen. In kürzester Zeit wird er zur weltweiten Sensation und zu einem Mega-Popstar, dem die Herzen reihenweise zufliegen und der mit Ed Sheeran auf Tournee geht. Allerdings stellt sein neu gewonnener Ruhm die Beziehungen zu seinen Freunden und seiner Familie auf eine harte Probe.

Genre: Komödie, Musical

Erscheinungsjahr: 2019

Laufzeit: 117 Min

Altersfreigabe: FSK 0

Filmtrailer:

www.filmstarts.de/kritiken/263075



SONNTAG 1. AUGUST

2040 – Wir retten die Welt!

Der preisgekrönte Regisseur Damon Gameau macht sich auf die Reise, um herauszufinden, wie die Zukunft im Jahr 2040 aussehen könnte. Für sein Gedankenspiel geht er davon aus, dass wir Menschen die besten Lösungen annehmen und umsetzen würden, die uns zur Verbesserung unserer Lebensqualität und Erhaltung unseres Planeten zur Verfügung stehen. Und zwar würden nicht nur einzelne Menschen nach diesen Konzepten leben, sondern sie würden global im Alltag von Individuum und Gesellschaft verankert sein. Mehr Grün in den Städten, weniger Verkehr, saubere Meere, nachhaltigere Landwirtschaft – das alles könnte möglich sein, erfährt Gameau bei seinen Recherchen. Strukturiert hat der Regisseur seinen Film als visuellen Brief an seine 4-jährige Tochter. Er kombiniert traditionelles Dokumentationsmaterial mit gespielten Sequenzen und visuellen Effekten, um eine Vision der Zukunft zu erstellen, wie er sie sich nicht nur für sein eigenes Kind wünscht.

Genre: Dokumentation

Erscheinungsjahr: 2019

Laufzeit: 93 Min

Altersfreigabe: FSK 0

Filmtrailer:

www.filmstarts.de/kritiken/270986



Die Copyrights der Bilder liegen bei den Verleihfirmen oder Rechteinhabern, alle Rechte der abgedruckten Texte liegen bei den Urhebern.



KULTUR
Radolfzell
präsentiert.

Seefestival 2021: „NEUE UFER“ für Musikliebhaber

FR-SO 24.-26.
September

KONZERTSEGEL
RADOLFZELL

Das Seefestival Radolfzell betritt „Neue Ufer“. Beim dreitägigen Meeting und Show-Case Festival werden vom 24. bis 26. September die aktuellen popmusikalischen Strömungen und Trends aus Baden-Württemberg präsentiert.



Singer Friday mit TOP ACT Gregor Meyle

Das Festival soll ein Treffpunkt für Musikliebhaber werden, der die neuen musikalischen Geheimtipps aus dem Land vorstellt. Durch die Verschiebung des Festivals vom Mai in den September hat sich allein die Abfolge der einzelnen Festivaltage geändert, alle angekündigten Künstler treten wie geplant auf. Etwas ganz Besonderes in diesem Jahr ist der Festival-Freitag, der allein den Singer-Songwritern vorbehalten ist und an dieser Stelle ausführlich vorgestellt werden soll.

Passend zum „Singer Friday“ wird der Top Act, **Gregor Meyle**, im Rahmen der Heimattage Baden-Württemberg 2021 in Radolfzell das Festival als Headliner eröffnen. Gebürtig aus Backnang bei Stuttgart steht er für das musikalische Großwerden in Baden-Württemberg. Der sympathische Schwabe ist einfach ein leidenschaftlicher Bühnenmusiker – und welche Songs er in Radolfzell auf der Bühne des Seefestivals zeigen wird, darauf darf man bereits sehr gespannt sein.

Auch die aufstrebenden Sänger Peter Pux, Paul Weber und Luke Noa freuen sich mehr denn je darauf, endlich wieder auf der Bühne zu stehen. Alle drei haben Wurzeln oder Vergangenheit in Baden-Württemberg. **Luke Noa**, der mittlerweile in Berlin lebt, hat diese im beschaulichen Biberach an der Riß. Dort entstanden die ersten musikalischen Schritte und die Gründung seiner damaligen Band, mit der er es bis auf die Bühne des Southside Festivals schaffte. Den nächsten Schritt macht er allerdings als Solokünstler in seiner neuen Wahlheimat, wo im benachbarten Brandenburg auch seine erste EP mit dem Titel „Bleach“ entstand. Als einziger der Singer-Songwriter beim Seefestival singt er auf Englisch und die Liebe zur britischen Musik hört man aus seinen neuen Stücken heraus. Tanzbar, reif und sehr tiefgründig und brilliant produziert kommen diese aus den Lautsprechern

und schüren die Vorfreude auf das nächste Album, das bereits in der Vorbereitung ist. Die aktuelle Single „Roccastrada“, nach der gleichnamigen toskanischen Gemeinde benannt, in der Luke viel Zeit in der Vergangenheit verbracht hat, ist ein Song, der automatisch die Beine wippen lässt und eine wunderbare Begleitung durch den gesamten Sommer sein wird.

Paul Webers neue Singles „Auf und davon“ und „Männer“ sind feinsten Indie Power-Pop, der darauf wartet, von einer Live-Bühne herunter gehört zu werden. Paul hat im vergangenen Jahr viel kreative Energie gesammelt und sie in neue Songs fließen lassen. Sie handeln von vergangenen Beziehungen, Sehnsucht nach Gewissheit und Orientierung – sind aber auch gesellschaftskritisch und nachdenklich. Auch er ist seit einiger Zeit in Berlin zu Hause und wird im Rahmen des Seefestivals das erste Mal am Bodensee zu hören sein. Als Absolvent der Pop-Akademie und des Band-Pools kennt und schätzt er den Süden und wird mit seiner außergewöhnlichen Stimme auf Hörerfang gehen.

Lotte, Provinz und Peter Pux, an diesen drei Bands ist man 2019 nicht vorbeigekommen, wenn man von einer der kreativsten Städte im Süden der Republik gesprochen hat: Ravensburg.

Peter Pux ist von den genannten Künstlern vermutlich der am wenigsten kommerziell orientierte und daher noch nicht ganz so bekannt wie die anderen beiden Vertreter der Ravensburger Popmusik. Doch der gerne als Rohdiamant der deutschen Singer-Songwriter-Szene bezeichnete Künstler hat sich mit seinen einfühlsamen Melodien und Texten durch viele Konzerte in den vergangenen Jahren eine treue Fanbasis erspielt und war bereits mehrmals als Support-Act von Gregor Meyle unterwegs. Umso schöner, dass diese beiden in Radolfzell erneut auf der gleichen Bühne stehen werden.

TEXT MARTIN LANG



Tickets
zu
gewinnen

siehe Seite 38

Gregor Meyle

Der sympathische Schwabe ist einfach ein leidenschaftlicher Bühnenmusiker – und welche Songs er in Radolfzell auf der Bühne des Seefestivals zeigen wird, darauf darf man bereits sehr gespannt sein.



Peter Pux

war bereits mehrmals als Support-Act von Gregor Meyle unterwegs. Umso schöner, dass diese beiden in Radolfzell erneut auf der gleichen Bühne stehen werden.

Luke Noa

Als einziger der Singer-Songwriter beim Seefestival singt er auf Englisch und die Liebe zur britischen Musik hört man aus seinen neuen Stücken heraus.



FOTO OBEN SARAH KAISER
FOTO RECHTS MASSIMILIANO CORTESELLI
FOTO UNTEN TIM LOEBBERT



Paul Weber

Seine zwei neuen Singles sind feinsten Indie Power-Pop, der darauf wartet, von einer Live-Bühne herunter gehört zu werden.

DAS SEEFESTIVAL 2021 IM ÜBERBLICK

Freitag, 24. September

Singer Friday mit Gregor Meyle als Top Act, Peter Pux, Luke Noa und Paul Weber

Samstag, 25. September

Indie, Hip Hop, Elektro Klimbim mit Sloe Paul, Julian Maier-Hauff, Martin Haller und Cinemagraph

Sonntag, 26. September

Brass Brass Brass mit Fättes Blech, Brasserie, Zweierpasch, Brassluftthamma und die Froschenkapelle Radolfzell

Tickets sind bei reservix.de und bei der Tourist-Information Radolfzell, Seestraße 30, Tel. 07732/81-500, erhältlich. Weitere Infos, auch zum Hygienekonzept: musikstadt-radolfzell.de/seefestival



KULTUR
Radolfzell
STADTMUSEUM

Aktionstage zur Sonderausstellung

„Trachten Leben“



„Trachten Leben“ – der Titel der diesjährigen Sonderausstellung im Stadtmuseum Radolfzell, die im Rahmen der Heimattage Baden-Württemberg zu sehen ist, wird am Samstag, 10. Juli, und Sonntag, 11. Juli, zum Programm: An diesem Wochenende finden von 11 bis 17 Uhr die ersten Aktionstage in der Trachtenausstellung statt.



FOTO STADTVERWALTUNG RADOLFZELL

Neben Führungen in der Sonderausstellung erwarten die Besucherinnen und Besucher praktische Vorführungen, die einen Eindruck vermitteln, welche kunsthandwerklichen Fähigkeiten mit der Herstellung von Trachten und insbesondere der kostbaren Radhauben verbunden sind. Sei es die Kunst des Klöppelns oder der zeitaufwändigen Hohlspitzenstickerei: Ohne das Engagement einzelner Personen und dem Fortbestehen der Trachtengruppen wären viele Arbeitstechniken in Vergessenheit geraten.

Einer dieser Menschen, die sich Zeit ihres Lebens der Erhaltung und Wiederbelebung der alten Handarbeitstechniken verschrieben haben, ist der Textilrestaurator Jürgen Hohl aus Weingarten. Der weit über die Landesgrenzen hinaus bekannte Trachtenspezialist wird am Sonntagnachmittag anwesend sein und in einem Kurzvortrag auf die Entwicklungsgeschichte der Radhaube an-

hand ausgewählter Beispiele eingehen. Anschließend wird er die Radhauben der Radolfzeller Trachtengruppe öffentlich begutachten – eine seltene Möglichkeit, an seinem großen Fachwissen und seiner ansteckenden Begeisterung teilzuhaben.

Lassen Sie sich also inspirieren von kurzweiligen Führungen von Mitgliedern der Trachtengruppe, schauen Sie der Hohlspitzensticklerin über die Schulter und lassen Sie sich fesseln von den großformatigen Portraits moderner junger Frauen in Tracht aus dem Atelier des Schwarzwälder Fotografen Sebastian Wehrle, die im Untergeschoss des Museums ausgestellt sind!

EIN DETAILLIERTES PROGRAMM der Aktionstage wird rechtzeitig über die Medien und über die Homepage des Stadtmuseums www.stadtmuseum-radolfzell.de veröffentlicht.

GUT BETRACHTET

Ausstellung des Landesverbandes der Heimat- und Trachtenverbände Baden-Württemberg.

Die bunte Ausstellung ist fester Bestandteil der Heimattage Baden-Württemberg und zeigt die großartige Vielfalt der Trachten aus dem Ländle. Dabei kann man die Handwerkskunst aus den Bereichen Textil, Schmuck, Stickereien, Lederarbeiten und vieles mehr aus der Nähe betrachten.

Neben Bürgertrachten mit Radhauben im Bereich Bodensee, goldbestickten Hochschwarzwälder Trachten, bäuerlichen Trachten, Bollenhut, Winzertrachten, Hohenloher Festtags-trachten mit Florhaube, und Wolkenschiebern, findet man auch Allgäuer Gebirgstrachten. Eine Bereicherung für die Ausstellung sind Trachten von Volksgruppen, die in den letzten Jahrhunder-

ten in Baden-Württemberg eine neue Heimat gefunden haben und ihr Brauchtum weiter bei uns pflegen. Es wird bunt, es wird informativ, detailliert und spannend für alle Besucher.

In Radolfzell gewinnt die Ausstellung zusätzlich durch ihre Räumlichkeiten, denn sie findet im seemaxx Outlet Center statt, das sich in der ehemaligen Produktionshalle der Schiesser AG befindet. So kann die Ausstellung in einem modernen Kontrast zwischen Produktionsstätte und topmoderner Fashion genossen werden.

ÖFFNUNGSZEITEN Mo-Fr 10-19 Uhr, Sa 9.30-19 Uhr.



KULTUR
Radolfzell
STADTBIBLIOTHEK

HEISS AUF LESEN®

Das Leseabenteuer startet! Freundeskreis Stadtbibliothek e.V. startet das landesweite Sommerleseclubprojekt.



FOTO STADTVERWALTUNG
RADOLFZELL

Was wären die Sommerferien ohne Bücher? Der Sommerleseclub will Lesehungrige von der vierten bis sechsten Klasse powern. Ein wichtiges Ziel des Freundeskreises Stadtbibliothek ist die Leseförderung, denn den Mitgliedern des Vereins liegt die Lesekompetenz besonders am Herzen. Deshalb engagiert sich der Verein für die Umsetzung des Sommerleseclubs HEISS AUF LESEN®.

Für dieses Projekt stellt er über 100 Bücher zur Verfügung, spannende Preise und eine tolle Abschlussparty. Unterstützt wird der Freundeskreis Stadtbibliothek dabei von der Messmer-Stiftung und der Sparkassen-Stiftung.

Die jungen HEISS AUF LESEN®-Clubmitglieder können exklusiv brandneue Bücher mit spannenden, lustigen, fantastischen, abenteuerlichen und coolen Geschichten in der Stadtbibliothek entdecken und ausleihen.

Die Aktion hat zum Ziel, die Kinder zum Lesen zu animieren und Lesespaß zu vermitteln. Insbesondere Kinder, die eher wenig lesen, sind hier genau richtig.

Im Logbuch werden die Bücher dann bewertet und im persönlichen Gespräch können die Kinder den Freundeskreismitgliedern erzählen, welche Geschichte ihnen am besten gefallen hat. Corona-konform dürfen die Beurteilungen der Bücher auch online abgegeben werden.

Neben tollen Preisen, die es zu gewinnen gibt, können sich die jungen Clubmitglieder bereits jetzt auf ein tolles Abschlussfest freuen – vorausgesetzt, sie haben mindestens ein Buch gelesen.

Die Aktion startet am Mittwoch, 14 Juli. Auch während der Sommerferien kann man noch einsteigen.

MEHR INFORMATIONEN gibt es unter
www.freundebib.de oder www.radolfzell-stadtbibliothek.de



Picknick in Weiß – zu Tisch!

Auch dieses Jahr können sich die Radolfzeller wieder auf ein Picknick der besonderen Art freuen. Das beliebte „Dîner en blanc“ am See geht bereits in die fünfte Auflage.

Viele in Weiß gekleidete Menschen bepackt mit Picknickkörben und Kühltaschen mit unterschiedlichsten Leckereien, eine festliche und zugleich ausgelassene Stimmung, dazu ein herrlicher Sonnenuntergang über dem Untersee und den Hegaubergen – das ist das traumhafte Dîner en blanc, das einen festen Platz im Radolfzeller Veranstaltungskalender hat.

Auch in 2020 konnte das festliche Picknick in Weiß mit einem angepassten Sicherheits- und Hygienekonzept stattfinden. Daher plant die Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH nun die fünfte Auflage der beliebten Veranstaltung am **Samstag, 14. August**. Veranstaltungsbeginn ist um 18 Uhr, bis 22 Uhr können die Teilnehmer das Dîner en blanc am Bodenseeufer genießen.

Aufgrund der Baustelle an der Hafenmole wird das Dîner en blanc in diesem Jahr in das ehemalige Herzenbad verlegt. Dort erwarten die Besucher Sitzgruppen mit Platz für acht Personen in Ufernähe. Der Vorverkauf für Sitzplatztickets in der Tourist-Information Radolfzell hat begonnen. Aufgrund der aktuellen Vorgaben können zunächst nur Tickets für gesamte Tischgruppen für bis zu acht Personen aus maximal drei Haushalten zum Preis von 72 Euro erworben werden. Sollten Änderungen der Corona-Verordnung es ermöglichen, werden später

auch einzelne Sitzplatztickets für 9 Euro verkauft. Je nach geltender Corona-Verordnung am Veranstaltungstag behält sich der Veranstalter Änderungen und Auflagen vor. Besucher werden gebeten, sich vorab auf www.radolfzell-tourismus.de über die geltenden Hygieneschutzmaßnahmen zu informieren.

Alles Weitere funktioniert wie in den Vorjahren: Essen und Getränke bringt jeder selbst mit. Für kleine ergänzende Snacks und Getränke ist vor Ort gesorgt. Geschirr und Besteck wird ebenfalls selbst mitgebracht und sollte weiß und wiederverwertbar sein. Auch bei der Kleidung der Besucher gilt: Elegant oder leger – Hauptsache weiß! Die Tische und Sitzbänke werden vom Veranstalter weiß eingedeckt und dekoriert – es darf aber nach Lust und Laune um weiße Accessoires ergänzt werden. Für musikalische Unterhaltung ist gesorgt. Bei schlechten Wetterverhältnissen muss die Veranstaltung leider ersatzlos ausfallen, die Ticketgebühren werden in diesem Fall von der Tourist-Information Radolfzell zurückerstattet.

KONTAKT: Tourist-Information Radolfzell
Seestraße 30, 78315 Radolfzell am Bodensee
Telefon 07732 81-500, info@radolfzell-tourismus.de
www.radolfzell-tourismus.de



METTNAU – BEWEGUNG IST LEBEN

In dieser Ausgabe mit folgenden Themen:

Damit Sie nichts aus dem Gleichgewicht bringt

Rund um Antioxidantien und freie Radikale

Zum Vormerken: 22. METTNAU Qigong-Tage 2021

TEXT NICOLA M. WESTPHAL

FOTO METTNAU

Herzlich Willkommen auf der METTNAU

Die METTNAU ist als medizinische Einrichtung der Stadt Radolfzell auf die Therapie bei Störungen des Herz-Kreislauf-Systems spezialisiert. Begleitend werden Stoffwechselerkrankungen, orthopädische Befunde sowie die Folgen psychischer Überbelastung behandelt.

Seit dem Jahr 1958 ist die METTNAU ein starker Partner für die gesundheitliche Prävention und Rehabilitation und hat sich über die Grenzen Deutschlands hinaus als eines der bedeutendsten Zentren für Bewegungstherapie etabliert.

Das Motto „Bewegung ist Leben“ bildet die Grundlage für das ausgewogene Konzept, das auf dem Zusammenspiel körperlicher Aktivität, Entspannung, seelischer Balance und gesunder Ernährung beruht.

Das Kompetenz-Team der METTNAU besteht aus Sportlehrern und Sporttherapeuten, Medizinerinnen wie Kardiologen, Internisten, Psychologen sowie einer Fachärztin für Physikalische und Rehabilitative Medizin zur Behandlung orthopädischer Befunde. Das Ernährungs- und Küchen-

team überzeugt die Gäste mit seiner „herzgesunden“ und schmackhaften Ernährung und motiviert sie, diese auch zu Hause im Alltag fortzuführen.

Ob privat oder gesetzlich versichert, zur gezielten Gesundheitsförderung, zur Rehabilitation nach Krankheit oder zur Teilnahme an einem der berufsspezifischen Angebote, ein Aufenthalt auf der METTNAU ist ein wertvoller Beitrag für Ihre Gesundheit!

Genießen Sie die unvergleichlich schöne Lage direkt am Ufer des Bodensees, nutzen Sie das vielfältige kulturelle und touristische Angebot, entdecken Sie die Sehenswürdigkeiten unserer Region.

Kommen Sie in Bewegung – mit und auf der METTNAU!



Die METTNAU wurde als Ergebnis einer unabhängigen Befragung des Magazins FOCUS zum vierten Mal in Folge als eine der TOP Reha-Kliniken Deutschlands für das Fachgebiet Herz ausgezeichnet.

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

Weitere Infos finden Sie auf unserer Homepage unter www.mett nau.com

Reservierungsanfragen
Telefon 07732/151-810
info@mett nau.com

Damit Sie nichts aus dem Gleichgewicht bringt

Alice Stegmiller zeigt effektvolle Übungen zu einem funktionierenden Gleichgewichtssinn.



TEXT ALICE STEGMILLER | NICOLA M. WESTPHAL
FOTOS DANIEL ZIMMERMANN | METTNAU

Wir wissen, dass ausreichend Bewegung im Alltag eine grundlegende Rolle bei der Aufrechterhaltung unserer Gesundheit spielt. Bewegung ist aber noch viel mehr als Ausdauertraining und Kräftigungsübungen. Für jede unserer Bewegungen benötigen wir ein funktionierendes Gleichgewichtsorgan, sowohl beim Sport wie auch im Alltag.

Doch wer denkt schon bei routinierten Alltagsbewegungen wie dem Aufstehen vom Sofa oder dem Treppenlaufen über seinen Gleichgewichtssinn nach? Alice Stegmiller, Sporttherapeutin der METTNAU, sagt: „Es ist so leicht, unser Gleichgewicht zu trainieren! Dazu gibt es eine Reihe von Übungen, die bequem zu Hause durchgeführt werden können. Als Ausrüstung benötigt man nur eine Gymnastikmatte, einen weichen Teppich, ein Handtuch oder eine Decke. Und schon kann es losgehen!“ Alice Stegmiller hat für Sie drei Übungen zusammengestellt, die – regelmäßig geübt – helfen, Ihre Körperwahrnehmung zu fördern und Ihren Gleichgewichtssinn zu erhalten und zu verbessern. Zudem dienen diese Übungen der Sturzprävention, also Stürzen vorzubeugen oder

sich im Falle eines Sturzes besser abfangen zu können. Zum Trainingsanfang können Sie sich Sicherheit schaffen, indem Sie sich notfalls an einer Wand, Küchenplatte oder an einem Tisch festhalten können. Die Sporttherapeutin rät: „Das Wichtigste bei dem Training ist, dass Sie sich zu keinem Zeitpunkt unsicher fühlen und nicht zu viel auf einmal von sich verlangen. Lassen Sie sich bei den einzelnen Übungen die Zeit, die Sie brauchen und nehmen Sie die neue Herausforderung mit viel Spaß an. Die nächste Schwierigkeitsstufe können Sie auch gerne erst beim nächsten Training anstreben. Und ein letzter Tipp: Am besten funktionieren die Übungen barfuß!“

Eine Übung vorweg

Zu Beginn stellen Sie sich hüftbreit auf Ihre Matte. Die Knie sind gebeugt. Die Arme lassen Sie locker neben ihrem Körper hängen, dabei zeigen die Handflächen nach vorne. Nehmen Sie sich nun einen kurzen Moment Zeit, um sich einzuprägen, wie sich Ihr Stand anfühlt. Fühlen Sie sich stabil und verwurzelt? Oder fühlen Sie sich eher unsicher und wackelig? Als nächstes lösen Sie einen Fuß von der Matte und heben das Knie an, dabei verlagern Sie das Gewicht auf das andere Bein. Versuchen Sie, sich ihr Gefühl in diesem Moment einzuprägen. Fällt es Ihnen schwer, auf einem Bein das Gleichgewicht zu halten? Oder ist die Balance ohne größere Anstrengungen zu halten? Nun wechseln Sie die Seite und wiederholen die Übung. Falls Ihnen der Einbeinstand nun mit einem Bein leichter fällt als mit dem anderen, ist das kein Grund zur Sorge. Wir haben doch alle unsere Schokoladenseite, oder?

Und dann geht's auch schon los mit dem Training!

ÜBUNG 1

Das Gewicht wird auf das linke Bein verlagert. Bewegen Sie nun das rechte Bein auf und ab. Versuchen Sie, den Fuß zwischen- durch nicht auf dem Boden abzusetzen. Der Oberkörper bleibt dabei aufrecht und bildet eine stabile Mitte. Wiederholen Sie die Übung 16 mal – dann wechseln Sie zur rechten Seite.

ÜBUNG 2

Sie starten wieder mit der Gewichtsverlagerung auf das linke Bein. Das rechte Bein wird nun seitlich angehoben und wieder zum Körper herangeführt. Die Hüfte halten Sie dabei so gerade wie möglich, der Oberkörper bleibt aufrecht und stabil. Auch diese Übungen wiederholen Sie pro Seite 16 mal.

ÜBUNG 3

Bei der letzten Übung wird das Gewicht erneut auf das linke Bein verlagert. Den Oberkörper leicht nach vorne neigen. Halten Sie die Körperspannung. Das rechte Bein wird nun so gerade wie möglich nach hinten ausgestreckt und vom Boden abgehoben. Achtung: Das Becken möglichst stabilisieren und gerade halten. Wiederholen Sie die Übung 16 mal pro Seite.

DIE SCHWIERIGKEIT STEIGERN

Sollten Sie alle drei Übungen problemlos gemeistert haben, können Sie nun ihre Matte einmal in der Mitte falten und die Übungen mit erhöhtem Schwierigkeitsgrad wiederholen. Der Untergrund ist dieses Mal etwas instabiler und Sie werden wahrscheinlich bemerken, dass Sie ihre Körperspannung nun deutlich mehr beanspruchen müssen.

Weitere Steigerungen des Schwierigkeitsgrades sind das Ausführen der Übungen auf der nochmals gefalteten oder eng eingerollten Matte. Probieren Sie es einfach aus!

DER VORHER-NACHHER-EFFEKT

Zum Abschluss Ihres Trainings stellen Sie sich nochmals hüftbreit auf die Matte. Wie zu Beginn der Einheit verlagern Sie das Gewicht zuerst auf das eine Bein und begeben sich in den Einbeinstand. Versuchen Sie nun, dieses Gefühl mit dem zu Beginn des Trainings zu vergleichen. Zum Schluss wechseln Sie noch ein letztes Mal das Bein und vergleichen das Vorher-Nachher. Möglicherweise können Sie schon jetzt einen deutlichen Unterschied wahrnehmen.

Viel Spaß beim Üben und bleiben Sie in Bewegung!



Rund um Antioxidantien und freie Radikale



Antioxidantien? Freie Radikale? Dies sind Schlagwörter, die wir immer wieder im Zusammenhang mit „gesunder Ernährung“ hören. Aber was sind denn genau Antioxidantien? Und worin sind sie enthalten? Diese und weitere Fragen beantwortet Monika Sattler, Ernährungsberaterin/ DGE und Diätassistentin der METTNAU:

Frau Sattler, viele wissen: Antioxidantien schützen unseren Körper vor negativen äußeren Einflüssen. Aber was genau sind denn Antioxidantien?

Zu den Antioxidantien zählen Nährstoffe wie beispielsweise Vitamin C, Vitamin E, Carotinoide und die sekundären Pflanzenstoffe (das sind Farb-, Geruchs- und Geschmacksstoffe der Pflanzen), die uns vor Schädigungen durch freie Sauerstoffradikale, dem sogenannten „oxidativen Stress“, schützen. Eine gute Versorgung mit Antioxidantien schützt vor der Entstehung bestimmter Erkrankungen wie zum Beispiel Arteriosklerose oder Krebs.

Und kurz erklärt: Was sind „freie Radikale“?

Hierunter versteht man sehr reaktionsfreudige Substanzen, die Kettenreaktionen im Körper auslösen. Untersuchungen sprechen dafür, dass freie Radikale krankhafte Abläufe im Körper anstoßen können, die wiederum zur Entstehung von Krebs und Arteriosklerose beitragen können. Der Körper ist täglich freien Radikalen ausgesetzt, die auch aus der Umwelt resultieren wie beispielsweise Nikotin oder UV-Bestrahlung und verfügt über ein entsprechendes Abwehrsystem.

Wie funktionieren Antioxidantien, also die „Radikalfänger“?

Antioxidantien inaktivieren die hochreaktiven Substanzen, bilden daraus stabile Verbindungen, wodurch die Kettenreaktion im Körper gestoppt wird.

In welchen Produkten sind welche Antioxidantien enthalten?

Sekundäre Pflanzenstoffe als Begleitstoffe finden sich in Obst und Gemüse. Der maximale Gehalt wird beim optimalen Reifezeitpunkt erreicht. Deshalb ist es empfehlenswert, Obst und Gemüse möglichst saisonal oder tiefgekühlt auszuwählen. Bezüglich der Menge von Obst und Gemüse gilt nach wie vor das Motto „5 am Tag“, also fünf Portionen à eine Hand voll – zwei davon als Obst, drei als Gemüse. Eine der fünf Portionen kann auch als Saft gerechnet werden. Wenn Sie dabei möglichst alle

Farben des Obst- und Gemüsespektrums pro Tag auswählen, sind Sie perfekt versorgt. In dieser Empfehlung ist dann automatisch eine gute Vitamin C- und Beta-Carotin-Versorgung gewährleistet. Hohe Vitamin C-Gehalte weisen zum Beispiel Johannisbeeren, Zitrusfrüchte und auch Kartoffeln auf. Lieferant von Beta-Carotin sind alle gelben, orangefarbenen und grünen Obst- und Gemüsesorten. Spitzenreiter sind dabei Aprikosen, Karotten, Kürbis, Feldsalat und Grünkohl. Damit das Vitamin E ausreichend zugeführt wird, ist der Einsatz von Pflanzenölen wie Raps-, Soja- oder Weizenkeimöl sowie Nüssen angeraten.

Wieviel sollte man pro Tag aufnehmen?

Bei gesunden Erwachsenen sind zur Prävention folgende Zufuhrmengen empfohlen: Vitamin C: 75-150 mg, Vitamin E: 15-30 mg, Beta-Carotin: 2-4 mg. Raucher haben einen Mehrbedarf an Vitamin C von 50-100 mg und Beta-Carotin, möglicherweise auch an anderen Antioxidantien wie Vitamin E.

Wie sinnvoll ist es, Antioxidantien als Supplement zuzufügen?

Wenn eine vollwertige Ernährung nicht gewährleistet werden kann, ist der Griff zu Supplementen oft naheliegend. Es gilt zu berücksichtigen, dass ein optimaler Schutz vor freien Radikalen nur gewährleistet ist, wenn alle Antioxidantien in ausreichender Menge ergänzend wirken können. Diese Maßgabe ist durch Supplemente kaum zu erreichen. Bei Überdosierung kann die Wirkung der Antioxidantien ins Gegenteil umschlagen. Verschiedene Studien mit hochdosierten Antioxidantien ergaben ein erhöhtes Risiko, an Krebs zu erkranken und erhöhte Sterblichkeitsraten. Deshalb wird von einer Dosierung der Supplemente von max. 150 % der D-A-CH-Referenzwerte abgeraten. Deutschland (D), Österreich (A) und die Schweiz (CH) haben sich auf gemeinsame Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr geeinigt. In Supplementen sollten nicht mehr als die 1,5-fache Menge des Tagesbedarfs eines Nährstoffs enthalten sein.



Tipp

Saisonal und regional auf den Tisch

Dieses Obst und Gemüse hat im Juli und August bei uns Saison:
 Artischocken, Auberginen, Blumenkohl,
 Bohnen, Brokkoli, Chinakohl, Erbsen,
 Gemüsefenchel, Gurken, Salat, Mangold,
 Radicchio, Radieschen, Rettich, Rucola,
 Spinat, Spitzkohl, Stangensellerie,
 Tomaten, Zucchini, Brombeeren,
 Erdbeeren, Heidelbeeren, Himbeeren,
 Johannisbeeren, Kirschen, Pflaumen,
 Stachelbeeren.



NICO'S BLOG:



GLEICH | GE | WICHT

„Ach herrje, ich habe letzte Woche eine schlimme Nachricht bekommen. Das hat mich völlig aus dem Gleichgewicht gebracht“, erzählte jüngst meine Freundin. Sie wirkte ganz aufgelöst, klagte, dass sie seit dieser Nachricht auch körperliche Symptome verspüre. Laut Duden findet man zum Schlagwort Gleichgewicht folgendes: „Substantiv, Neutrum“ und die Definition „Zustand eines Körpers, in dem die entgegengesetzt wirkenden Kräfte einander aufheben“. Als Beispiele werden unter anderem genannt: „die Waage ist im Gleichgewicht“, „das Gleichgewicht halten“, „aus dem Gleichgewicht kommen“ und „sie verlor das Gleichgewicht und stürzte“. Mit diesen Sätzen schwingt Unheilvolles mit, dass es gefährlich sein kann, die Balance zu verlieren. Das kann sich ebenso physisch wie psychisch auswirken – manchmal sogar als Wechselwirkung oder in Folge als Konsequenz. Wenn etwas oder jemand aus dem Gleichgewicht gerät, dann ist das ein schlechtes Zeichen, es lauert Gefahr. Also gilt es, dem entgegenzuwirken – „in seiner Mitte zu bleiben“ oder „sie zu finden“, etwas wieder „ins Lot, ins Gleichgewicht zu bringen“.

Die METTNAU verfolgt in ihrem Therapiekonzept genau diesen Ansatz, denn es beruht auf dem ausgewogenen Zusammenspiel körperlicher Aktivität und seelischer Balance. So gelingt es vielen Gästen, ihr inneres Gleichgewicht wiederzufinden. Körperlich das Gleichgewicht zu halten, ist übrigens bis ins hohe Alter wichtig, zum Beispiel für die Sturzprävention. In unserem Serviceteil auf den Seiten 20-21 präsentiert Ihnen Alice Stegmüller, Sporttherapeutin der METTNAU, einige einfache Übungen, mit denen Sie Ihren Gleichgewichtssinn trainieren können.

Viel Spaß dabei wünscht Ihnen Ihre

Nicola M. Westphal

Nicola M. Westphal

Ein Rezept aus unserer METTNAU-Küche:



FOTO METTNAU

Gemüse-Pilz-Lasagne ■ Nährwert pro Portion 370 kcal

Zutaten

300 g Lasagne-Blätter (Trockengewicht)
80 g Zwiebeln, 1 EL Olivenöl plus etwas Öl zum Ausfetten der Form
200 g Pfifferlinge, 160 g Champignons
40 g Tomatenmark
200 g passierte Tomaten
Frischer Oregano und Basilikum
Knoblauch, Pfeffer, Paprika
50 g Edamer, 30 % Fett i.Tr., gerieben

Zubereitung

Den Backofen auf 175 °C vorheizen. Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen, in Würfel schneiden und in Olivenöl andünsten. Die Pilze kurz abbrausen, trockentupfen, schneiden und dazugeben. Das Tomatenmark und die passierten Tomaten miteinander verrühren, zur Pilzmasse geben und mit Kräutern und Gewürzen

abschmecken. Eine Auflaufform mit Öl absfetten. Die Lasagne-Blätter abwechselnd mit der Pilz-Tomatenmasse schichten. Auf die oberste Schicht den Käse streuen. Auf der mittleren Schiene ca. 40 Minuten backen.

Dieses und weitere Rezepte finden Sie in unserem METTNAU-Kochbuch „... von Herzen genießen“. Das Buch, entwickelt von unserem Team aus dem „Fachbereich Ernährung“, enthält neben den Rezepten wertvolle Tipps und Tricks, die Sie dabei unterstützen, das ausgewogene Ernährungskonzept der METTNAU leicht in Ihrem Alltag umzusetzen. Beziehen können Sie das Kochbuch an den Rezeptionen unserer Kliniken sowie in unserem Online-Shop unter www.metttnau.com/de/metttnau-shop.

22. METTNAU Qigong-Tage 2021

Dienstag-Sonntag, 13.-18. Juli: „Qigong am Abend“, 19-20 Uhr

ZUDEM SIND FOLGENDE TAGESSEMINARE GEPLANT:

Samstag, 17. Juli: „Die Kraft der Ruhe – Zhan Zhuang – dastehen wie ein Baum“

Sonntag, 18. Juli: „Qi Gong mit den fünf Elementen/Wandlungsphasen“

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Eine Anmeldung (training@metttnau.com oder +49 7732 151-811) ist für alle Veranstaltungen zwingend erforderlich!

Aktuelle Termine und Änderungen auf unserer Homepage unter www.metttnau.com.

Hätten Sie's gewusst?

Der Deutsche Rentenversicherungsträger (DRV) kann für all diejenigen, die noch im Erwerbsleben stehen und mindestens fünf Jahre in der DRV pflichtversichert waren (mind. 60 Monatsbeiträge) – egal, wann diese Versicherungszeit war(!) – eine medizinische Rehabilitation gewähren. Voraussetzung ist, dass Sie am Arbeitsplatz zunehmend erschöpfen/dekompensieren und aktuell eine Reha-Maßnahme dazu beitragen kann, Ihre Erwerbsfähigkeit wiederherzustellen, zu stabilisieren und zu erhalten. Ihr behandelnder Arzt sollte diese Notwendigkeit attestieren und begründen. Sie selbst müssen dafür noch die Formulare G100 und G110 bei der DRV einreichen, die sie z.B. im Internet auf der Homepage der DRV finden.

Das 3. Milchwerk Musik Festival wird nach der letztjährigen Verschiebung nun in diesem Jahr vom 1. bis 7. September stattfinden.

Es wird erneut eine breite Palette guter Musik geboten und mit der Künstlerwahl ein sehr großes Publikum über die fünf Veranstaltungstage angesprochen. Durch die Absage seiner Tour wird Johannes Oerding leider erst im nächsten Jahr dabei sein, wie vom Veranstalter MCD mitgeteilt wurde. Alle anderen Künstler treten wie 2020 geplant auf. Als Neuverpflichtung für das Festival konnte MCD „die feisten“ gewinnen. Die zwei Comedy-Barden besingen in herrlich humoristischer Manier die Skurrilitäten des Lebens und der Liebe und verpassen dem Wahnsinn des Alltags ihren ganz eigenen Soundtrack. Das Highlight des Festivals ist unweigerlich Matthias Reim. Er hat den Schlager-Deutschrock der letzten drei Jahrzehnte maßgeblich mitgeprägt. Sein wohl bekanntester und zeitloser Song „Verdammt, ich lieb' Dich“ darf auf keiner Party fehlen und wird von Generationen textsicher mitgesungen. So darf man sich auf tolle Shows und beste Musik freuen.

Das 3. Milchwerk Musik Festival Radolfzell wird von der Firma Aptar präsentiert.



Alle bereits erworbenen Tickets behalten ihre Gültigkeit.

KARTEN UND WEITERE INFORMATIONEN

www.milchwerk-musik-festival.de
www.milchwerk-radolfzell.de/veranstaltungen
mcd-ticketshop.reservix.de
 Tickethotline 01806 700 733

Informationen zu den Hygiene- und Sicherheitsmaßnahmen im Milchwerk sind unter www.milchwerk-radolfzell.de/aktuelles zu finden.

DIE KONZERTE IM ÜBERBLICK

- 1. September** **Die feisten** „Das Feinste der feisten“ **NEU!**
- 3. September** **ONAIR** „IDENTITY“ **[1]**
- 4. September** **Anne Haigis & Ina Regen** „Das Clubkonzert“ **[2/3]**
- 5. September** **Annett Louisan** „Kleine große Liebe“ **[4]**
- 7. September** **Matthias Reim** „Sommer 2021“ **[5]**



FOTO MICHAEL PETERSON

[1]



FOTO STEFAN PELZER-FLORACK



FOTO NINA STILLER

[2/3]



FOTO CHRISTOPH KÖSTLIN

[4]



FOTO PEGGY SCHELLENBERGER

[5]



AKTIONSGEMEINSCHAFT
RADOLFZELL

Einkaufen und Genießen

live vor Ort

TEXTE BARBARA BURCHARDT

FOTOS MITGLIEDER DER AKTIONSGEMEINSCHAFT

Besonders in diesen Zeiten ist Zusammenhalt und Solidarität gefragt, um die Interessen vieler zu bündeln und gemeinsam für eine Sache einzustehen. Die Aktionsgemeinschaft des Handels freut sich, dass sie Verstärkung durch neue Betriebe bekommt. Gepaart mit der Erleichterung darüber, dass endlich wieder so etwas wie Normalität eintritt, und der Urlaubsstimmung in der Stadt, schaut man gleich doppelt positiv in die Zukunft.

Mal Hand auf's Herz: Online shoppen ist schon ok und „to go“ Essen abholen auch. Nur das Einkaufs- und Genusserlebnis live vor Ort kann das einfach nicht ersetzen. Viel schöner ist es doch, sich im Laden ein Bild des Angebotes zu machen, kompetent beraten zu werden, das Lieblingsteil anzuprobieren und sich die schmackhafte Empfehlung des Tages vom Lieblingsgastronom persönlich servieren zu lassen.

Und damit die Zeller Innenstadt mit ihrem Angebot auf ganzer Linie überzeugt, wurde vor 45 Jahren die Aktionsgemeinschaft Radolfzell e.V. gegründet, mit der Idee, die Energie und das Angebot vieler zu bündeln und mit ansprechenden Aktionen die Aufmerksamkeit auf Radolfzell zu lenken. Dazu gehören beispielsweise alle verkaufsoffenen Sonntage und der Christkindlemarkt, um nur einige zu nennen. Heute stehen hinter der ehrenamtlichen Arbeit über 130 Mitglieder aus Handel, Gastronomie, Hotellerie, Dienstleistung, Banken und Gewerbe und viele neue Gesichter sorgen mit ihren Ideen dafür, dass sich ein Besuch in Radolfzell zu jeder Zeit lohnt. Besonders in den – hoffentlich der Vergangenheit angehörenden – Zeiten der Pandemie hat sich das Engagement der Aktionsgemeinschaft rumgesprochen und der Verein wächst weiter.



Zu den neuen Mitgliedern in der Aktionsgemeinschaft gehört die **Bäckerei und Konditorei Koch**, die seit bald 30 Jahren ihre Kundschaft mit Brötchen, Brot und Feingebäck verwöhnt – alles in der eigenen Backstube in Radolfzell in traditioneller Handwerkskunst hergestellt und gebacken. Neben einem breiten Sortiment an Backwaren aus Urgetreide dürfen auch leckere Torten, Schnitten und Kuchen im Angebot nicht fehlen. Und wer's lieber individuell mag: die Bäckerei Koch zaubert einmalige Torten, kreative Geschenke aus Butterzopf, belegte Riesenbrezeln und vieles mehr für ihre vier Filialen.

Ebenfalls Neumitglied in der Aktionsgemeinschaft ist die Familie Moses, die seit 2017 das **Bistro Carlo** im Herzen des Industriegebiets – in der Herrenlandstraße – betreibt. Hier gibt es leckere Klassiker wie Currywurst mit Pommes, hausgemachtes Gyros, Schnitzel und vieles mehr. Auch dank des täglich wechselnden Mittagsmenus ist für jeden was dabei – immer mit dem Fokus auf Qualität und Frische der Speisen. Jetzt, wo endlich die Sonne wieder lacht, lädt die neugestaltete und vergrößerte Terrasse mit 40 Sitzplätzen zum Verweilen im Freien ein.

Ein wunderbares Plätzchen ist auch die **Gaststätte am Surfplatz**. Das Restaurant mit Seeterrasse sorgt für das leibliche Wohl und verwöhnt mit heimischen Spezialitäten, exklusiven Steakspezialitäten, frischen Salaten und Erfrischungsgetränken aller Art. Immer freitags lädt Carsten Laufer im Sommer seine Gäste zum schon legendären „Chill & Grill“ ein. Aber Achtung: Für dieses Event gibt es eine echte Fangemeinde – bitte unbedingt vorher anmelden. Dem Restaurant sind eine VDWS-Surfschule und Verleih von Surf- und SUP-Boards angeschlossen. Der 6.000 m² große Surfplatz ist ein idyllischer Spot, der bei West- bis Südwestwinden sowie an Ostwindtagen perfekte Bedingungen für Anfänger und Fortgeschrittene bietet. Die Surfschule ist von Mai bis Oktober geöffnet, mit Unterricht in kleinen Gruppen und mit speziellem Schulungsmaterial



Und wer Lust hat, ein wenig irisches Lebensgefühl zu genießen, der ist im **The Irish Exit Pub** in der Höllestraße genau richtig. Das Pub steht für gediegene Atmosphäre, gute Musik, qualitative und besondere Biere, Drinks und leckere Speisen. Für die

beiden Betreiber, Jule Meier und Jens Mürke, ist ihr Pub „ein Ort der Begegnung, ein Ort an dem wir gemeinsam lachen, diskutieren und genießen. Jede Meinung ist hier willkommen.“ Und für alle Neugierigen: Grundsätzlich beschreibt „Irish Exit“ einen dezenten Abgang, das Gegenteil von ausgiebigen Verabschiedungszeremonien, mit der Gewissheit, dass die Party auch ohne einen selbst weitergeht und trotz des leisen Abschieds morgen die Sonne erneut scheint.

Wer Radolfzell und den Bodensee ganz besonders für seine vielfältigen Wassersportmöglichkeiten liebt, der wird im **Kanuladen am Bodensee** fündig. Das Fachgeschäft der Kanuschule MiSchaKu ist ebenfalls neu in der Aktionsgemeinschaft und bietet ein gut sortiertes Angebot an Canadiern, Kajaks und alles rund um den Trendsport Stand Up Paddling, ganz gleich ob Boards, Paddel, Bekleidung oder sonstiges Zubehör. Fundierte Beratung bietet Inhaber Michael Schaz-Kunze und für die Freude am Paddeln sorgen die Kurse der Kanuschule, in der das notwendige Know-how vermittelt wird.

Last but not least ein weiterer Lieblingsplatz direkt am See: Die **Seebar am Konzertsegel**. Zwischen Yachthafen und der Halbinsel Mettnau gelegen, bietet die Seebar am Konzertsegel die wunderbare Kombination aus Biergarten, Café und Beach-Bar mit mediterranem Flair. Neben einer großen Getränkeauswahl gibt es hier feine Speisen wie zum Beispiel das kontinentale oder auch das Weißwurstfrühstück, leckeren Wurstsalat und verschiedenen Snacks. Und wie es sich für einen richtigen Biergarten gehört, darf man hier auch seine eigenen mitgebrachten Speisen verzehren – ein idealer Platz am See zum Trinken, Essen, Verweilen und Entspannen – sofortiges Urlaubsfeeling inklusive.



Bistro Carlo



Gaststätte am Surfplatz



Kanuladen am Bodensee



Seebar am Konzertsegel

Tradition und Treue

Feierstunde im Autohaus Blender Radolfzell und Konstanz

Gleich neun (!) Jubilare wurden von den Geschäftsführern **Hansjörg und Michael Blender** sowie deren Schwester **Claudia Bochinger** im Rahmen ihrer Corona-konformen Mitarbeiterversammlung im vergangenen Dezember geehrt. Dass Firmentreue im Radolfzeller Traditionsbetrieb großgeschrieben wird, beweisen folgende Jubilare:

10 Jahre ist **Janine Stadler** als kompetentes Allround-Talent im Service-Bereich und für allerlei Sonderaufgaben mit an Bord. Genauso lange ist **Melanie Weber** als gute Seele im Konstanzer Autohaus mit dabei. 15 Jahre gehört **Kevin Dietsche** zum Werkstatt-Team. In 20 Jahren ist aus dem Azubi **Harald Fehrle** ein Vollblut-Verkäufer geworden, der sich für das Autohaus und seine Kunden voll und ganz einsetzt. Seit 25 Jahren ist **Daniel Helbig** im Technik-Team und hat sich zum Spezialisten für die kleinen und großen Probleme rund um die Fahrzeuge entwickelt. **Thomas Hainke** gehört schon 30 Jahre als zuverlässiger Kundendienstmechaniker zum Blender-Team.

Claudia Bochinger hat, nach verschiedenen Nebenjobs, im Familienbetrieb beim Umzug ins neue Autohaus schließlich ganz zum Thema Auto gefunden und ist voller Freude dabei. Zuerst als Verkäuferin, dann als Bilanzbuchhalterin und nun als Geschäftsführerin, die alles mit fraulichem Ansatz steuert.

1980 hatte **Uschi Auer** bei der Marke Renault angefangen – zunächst im Konstanzer Autohaus Wengert und nun seit 19 Jahren im Autohaus Blender. Dafür gab es eine Urkunde der Handwerkskammer und großen Dank von Chefs und Chefin. Vom Lehrbeginn als Automobilkaufmann an gerechnet, ist **Hansjörg Blender** nun 50 Jahre im Familienbetrieb, in dem er nach dem frühen Tod des Vaters schon jung Verantwortung übernahm.



FOTO GABY HOTZ

Von links stehend: Thomas Hainke, Uschi Auer, Kevin Dietsche, Harald Fehrle, Hansjörg Blender, sitzend: Claudia Bochinger, Michael Blender, Janine Stadler.

Nicht dabei sein konnten die Jubilare Melanie Weber und Daniel Helbig.

Auf zur „See(h)reise

Am **4. Juli** ist es endlich so weit. Der erste verkaufsoffene Sonntag in Radolfzell findet statt. Unter dem Motto „See(h)reise“ stehen von 12.30 bis 17.30 Uhr Bummeln, Einkaufen und Genießen an oberster Stelle!





Radolfzeller WIESENZAUBER

Herrliche Wiesen und Weiden umschließen Stadt und Ortsteile von Radolfzell. Ein Spaziergang, der neugierig macht auf schöne, wilde Natur.

Ein großer Teil des Radolfzeller Grünlands sind so genannte Streuwiesen. Sie heißen so, weil ihr raues, schilfhaltiges Gras früher als Strohersatz zum Einstreuen in den Stall genutzt wurde. Spaziergänge durch Streuwiesen sind auf der Mettnau, am Mindelsee und im Radolfzeller Aachried zwischen Radolfzell und Moos möglich. Sie sind gleichermaßen für seltene Pflanzen, Vögel und Insekten ein wertvoller Lebensraum. Je nach Boden und Bewirtschaftung gibt es dort auch im Sommer noch einzelne Orchideen zu entdecken. Die Mehlprimel und sogar Enziane sind seltene, aber typische Streuwiesenblumen. Heute werden diese Wiesen von Naturschutzverbänden und Landwirten so gepflegt – meist im Winter – dass sie ihre Funktion für die Natur erhalten und die Menschen erfreuen können.

Rendezvous mit der „Blume des Jahres“

Die nach der Frau des früheren Bundeskanzlers Helmut Schmidt benannte Loki-Schmidt-Naturschutz-Stiftung hat den Großen Wiesenknopf zur Blume des Jahres 2021 gekürt. Man findet diese schöne, meist rotpurpurfarbene, aber wenig auffällige Blume in großer Zahl rund um Radolfzell, etwa in den Reichenauer Wiesen südlich von Böhringen oder am westlichen Ortsrand von Radolfzell. Der Wiesenknopf blüht vor allem dort, wo das Grünland an Gräben oder feuchte Mulden stößt. Die Farbe des meist kniehohen Wiesenknopfs variiert von weiß über purpurfarben bis rot-braun. Als Heilpflanze dienen Kraut und Wurzel zur Wundbehandlung und bei Durchfall.



FOTO SIMON RINGWALD

Natur – Faszinierendes Zusammenspiel

Es gibt eine schöne Dreiecksgeschichte von Wiesenknopf, Ameisen und einem Falter: dem Wiesenknopf-Ameisenbläuling, der auch bei uns vorkommt. In die purpurnen Blütenköpfe legt die Falterfrau ihre Eier ab. Die Blume ist die einzige Nahrung der Jungraupen, die dort die ersten drei Wochen verbringen, die Raupen brauchen diese Pflanze. Dann werden die Raupen von Wiesenameisen bei einem eigentümlichen Ritual adoptiert, bei dem Dufte und die „Fühlerfummelei“ der Ameisen eine große Rolle spielen. Die Raupen werden in den Ameisenbau geschleppt, wo sie sich bis zur Verpuppung von der Ameisenbrut ernähren. Als Entschädigung bekommen die Ameisen Honig, den die Raupen tropfenweise aus ihrem Hinterende abgeben. Nach zehn Monaten verlässt der fertige Falter das Ameisennest. Das alles spielt sich vielfach auch rund um Radolfzell ab.



FOTO JOCHEN SCHWARZ

Weidetiere

Für Abwechslung beim Spaziergang rund um Radolfzell sorgt die Begegnung mit Weidetieren. Oft sind sie dort, wo das Mähen wegen der Hanglage schwierig ist. Oberhalb von Güttingen sind die gemütlichen Angus-Rinder zur Landschaftspflege angestellt. Bei den Buchenseen unterhalb dieses Ortsteils übernehmen zottige Schottische Hochlandrinder die Arbeit. Wo Gebüsch kurzgehalten werden soll, etwa im Mindelsee-Gebiet, weiden Ziegen. Dort gibt es auch eine Schafherde. In den Naturschutzgebieten legen Fachleute der Naturschutzverbände fest, wo wie oft gemäht oder mit welchen Tieren beweidet werden soll, damit für die jeweils typische Flora und Fauna der Tisch gedeckt wird. Weidetiere können auch gefährlich werden, deshalb gilt es Abstand zu halten und außerhalb der Zäune zu bleiben.



FOTO ROMAN MÜLLER

GUT ZU WISSEN

- Die Naturschutzverbände BUND (Telefon 07732/15070) und NABU (Telefon 07531/9216640) bieten auf Anmeldung Exkursionen an, die auch durch Wiesen führen.
- Bei der zertifizierten Naturpädagogin Angela Klein können Schulklassen, Kindergruppen oder Familiengruppen Wiesenerlebnisse buchen (Telefon 07732/911887).



Lasertechnologie für reine Luft

Mit Technik für den Einsatz gegen Corona rückt ein kleines startUp-Unternehmen aus Radolfzell am Bodensee ins Blickfeld der Öffentlichkeit: Die Firma LaPhTec hat im Zuge der Pandemie die weltweit ersten Laser-Luftdesinfektoren entwickelt und ist vor kurzem mit ihren innovativen, leistungsstarken Geräten, die alle Arten von Viren und Bakterien zerstören, in Serienproduktion gegangen. Die Anfragen auch aus Österreich und der Schweiz sind enorm.



Das startUp-Unternehmen LaPhTec auf Erfolgsspur: Die Geschäftsführer Hooman Khajehnouri (rechts) und Thomas Maier (links).

Die Luftdesinfektoren sind für den professionellen Einsatz konzipiert wie zum Beispiel für die Gastronomie, für Verkaufsräume, Ausstellungsräume, Schulen, Wartebereiche von Arztpraxen und Krankenhäusern, öffentliche Einrichtungen, für Großraumbüros, Sitzungszimmer, Verwaltungen und viele Räume mehr, in denen Menschen zusammenkommen. „Es ist ein Hybrid-Lüftungsgerät, das man wie eine Art mobile Klimaanlage in jeden Raum stellen kann“, stellt LaPhTec-Mitbegründer Thomas Maier das Gerät vor und erklärt die Funktionsweise der Neuheit, die mit Hochleistungslasern in ihrem Innern Mikroorganismen wie Bakterien und Viren den Kampf ansagt. Dabei wird die Raumluft über einen Ventilator in das mit Strom betriebene Gerät gesaugt. Innerhalb des Lüfters erzeugt ein zweiter Ventilator einen kontrollierten Zyklon beziehungsweise einen Wirbel, der die Luft zentriert. Diese wird dann von allen Seiten mit Lasern bestrahlt. Aerosole sollen dabei verdampfen und Viren und Bakterien neutralisiert werden. Sensoren überwachen die Raumluft und melden, wann dem Raum wieder Frischluft zugeführt werden sollte. Je nach Raumgröße wird die Luft kontinuierlich von Viren und Bakterien gesäubert und im Boden des Systems wieder in die Raumluft zurückgeführt.

Auf die Idee für das ausgeklügelte Lüftungssystem kam der Stockacher Hooman Khajehnouri. Er hat Lasertechnik studiert und auch in diesem Bereich gearbeitet. Doch aufgrund der Pandemie musste er sich beruflich umorientieren. Das System tüftelte er in seinem Keller aus, der erste Prototyp entstand. Durch Zufall – ihre Töchter sind befreundet – lernte er Thomas Maier kennen, der sich aufgrund der Pandemie im Bereich Vertrieb und Projektmanagement selbständig gemacht hatte. Zusammen gründeten die beiden dann im Sommer 2020 das startUp LaPhTec, das nun seit einigen Monaten im Radolfzeller Innovationszentrum (RIZ) angesiedelt ist. „Dass wir die Räume hier subventioniert von der Stadt Radolfzell mieten können, ist natürlich eine sehr große Hilfe für ein startUp“, macht Thomas Maier dankbar deutlich.



Der Laser-Luftdesinfektor zerstört zu 99,99 % alle Arten von Viren und Bakterien.

Inzwischen verfügt das Unternehmen über drei Gerätetypen, die alle gleich stark in puncto Luftdurchlass und Wirksamkeit sind, sich einzig in der Bedienung und im Design unterscheiden. Das Unternehmen hat Wirksamkeitstest mit zwei mikrobiologischen Laboren gemacht, die bescheinigen, dass der Laser bis zu 99,99 % aller Mikroorganismen zerstört. „Mit unserer Laser-Technologie haben wir ein sehr leistungsstarkes Gerät, das herkömmlichen Filter- oder auch modernen UVC-basierten Luftreinigern massiv überlegen ist“, unterstreicht Thomas Maier. So können etwa in einer Stunde mit einem einzigen Gerät bei Dauerbetrieb bis zu 900 Kubikmeter Luft umgewälzt werden, zum Beispiel, um einen drei Meter hohen Raum mit 20 x 15 Meter Fläche zu desinfizieren. Und die Geräte sind erschwinglich. Neu ist, dass das Bundeswirtschaftsministerium für Bezieher der Überbrückungshilfe III die Anschaffungskosten der Geräte bis zu 90 Prozent fördert – abhängig von den Umsatzeinbußen während der Pandemie. Jetzt gehe es vorrangig darum, Produktionskapazitäten zu schaffen, um den erwarteten Ansturm zu bewerkstelligen. Bereits in der Konzeption ist ein Lüftungsgerät mit gleicher Technologie, das in bestehende, zentrale Lüftungsanlagen von Hochhäusern, Hotels, Shopping Center, ... eingebaut werden kann, um große Mengen Luft schnell zu desinfizieren – auch hilfreich, um etwa Grippe- oder Magen-Darm-Infektionswellen abzuflachen.

Eine Vision des Unternehmens ist, dass die Fähigkeit, mit künftigen Pandemien umzugehen, besser wird und Lockdowns wie zuletzt nicht erforderlich sind. „Gerade im Hinblick auf mögliche Virus-Mutationen sollten wir nicht allein auf Impfungen setzen, sondern flankierend dazu an Lösungen für alle Bereiche des täglichen Lebens arbeiten“, sind sich Hooman Khajehnouri und Thomas Maier einig.

startUp Center Radolfzell



Die Stadt Radolfzell bietet in Kooperation mit dem Radolfzeller Innovationszentrum RIZ Jungunternehmen und Existenzgründern die Möglichkeit, im RIZ Büro- und Werkstattflächen anzumieten. Die Förderung in Form eines monatlichen Mietzuschusses soll die startUp-Unternehmen in der Anfangsphase beim Aufbau ihrer Firma unterstützen.

Zielgruppen

- Technologieunternehmen
- Technologieorientierte Dienstleister
- Wissensintensive, unternehmensorientierte Dienstleister

Die Vorteile

- Variable Räumlichkeiten in zentraler Lage
- Förderung der Stadt durch Mietzuschüsse
- Erfahrungsaustausch mit anderen Gründern und etablierten Unternehmen vor Ort
- Moderne Infrastruktureinrichtungen
- Alle Serviceleistungen aus einer Hand

Kontakt

Stadt Radolfzell am Bodensee
Wirtschaftsförderung | Marianne Lindenthal
Telefon 07732/81-106 | wirtschaftsfoerderung@radolfzell.de

TEXT **MARINA KUPFERSCHMID** FOTOS **ANDREAS KOCHLÖFFEL**



Solarpark „Reichenauer Wiesen“

Im Juni wurde die Photovoltaik-Freiflächenanlage der Stadtwerke Radolfzell offiziell eingeweiht. Mit fast 2.000 Solarmodulen wird sie jährlich 750.000 Kilowattstunden Strom produzieren. Das ist genügend Energie, um über 200 Haushalte ganzjährig zu versorgen.



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

Solaranlagen können neben der Dachmontage auf kleiner Fläche auch in großem Stil auf geeigneten Freiflächen entstehen – zum Beispiel entlang von Bahngleisen. Eine solche Möglichkeit bot sich hinter der Kleingartenanlage zwischen Böhringen und der Ziegelei Rickelshausen. Das dahinterliegende Grünland war für eine gewerbliche Bebauung zu feucht, für die ein Hektar große Solar-Freifläche aber gut geeignet.

Auf dem Gelände „Reichenauer Wiesen“ errichteten die Stadtwerke Radolfzell in den letzten Wochen eine Photovoltaik-Freiflächenanlage. Die Anlage besteht aus 1.998 Solarmodulen, sieben Wechselrichtern und erbringt zukünftig eine Leistung von 747,72 kWp. Für den Solarpark wurde eine eigene Trafostation aufgestellt, um den von Sonnenenergie gewonnenen Ökostrom auf der insgesamt 8.000 Quadratmeter großen PV-Parkfläche in das Radolfzeller Stromnetz einzuspeisen. Das Vorzeigeprojekt in Sachen regenerativer Energieerzeugung setzt ein weiteres Zeichen zur Unterstützung der Energiewende vor Ort und fördert die regionale Stromproduktion. Durch den PV-Park „Reichenauer Wiesen“ sehen die Radolfzeller Kunden, woher der grüne Strom kommt, und das Beste daran: Der eingespeiste Ökostrom wird direkt und ohne Umwege für die Versorgung der Radolfzeller Bevölkerung genutzt.

Der Ausbau erneuerbarer Energie in der Region ist wichtig für das Gelingen der Energiewende: Er sorgt dafür, dass die regionale Wertschöpfung gefördert und die Abhängigkeit vom internationalen Energiemarkt reduziert wird. Der dezentrale Ausbau trägt unmittelbar dazu bei, dass lange und teure Transportwege sowie Überlandleitungen quer durch Deutschland zum Teil vermieden werden, zudem entsteht dank umweltfreundlicher Prozesse keine weitere CO₂-Belastung.

Klimaschutz, Naturschutz und Landwirtschaft

Eine zentrale Frage der Energiewende ist die optimale Verwendung der Fläche für Photovoltaik-Freiflächenanlagen. Es gilt Klimaschutz, Naturschutz und Landwirtschaft bestmöglich miteinander zu verbinden. Die Stadtwerke achteten bei der Errichtung unter anderem auf genügend Abstand zwischen den maximal ein Meter hohen Solarmodulreihen, um einerseits eine effiziente Einspeisung sicherzustellen und andererseits die Biodiversität möglichst wenig einzuschränken.

Für die Landschaftspflege – in diesem Fall, um die Module vor einer Beschattung zu schützen – werden mehrere Zwergschafe eingesetzt, die nicht nur den Bewuchs niedrig halten, sondern durch die Beweidung neuen Insektenarten einen Lebensraum bieten. Selbst die Ausscheidungen der Zwergschafe haben ihren Nutzen, sie dienen Fledermäusen und Mistkäfern als Nahrungsquelle.

Im Herbst werden auch mehrere Bienenstöcke durch den Imkerverein Radolfzell aufgestellt. Die fleißigen Fluginsekten liefern dem Menschen nicht nur wertvolle Produkte wie Honig und Bienenwachs, sondern sie dienen beim Ausschwärmen den Blütenpflanzen auch als wichtige Bestäuber.

Für weitere Informationen zu regional erzeugtem Strom:

Einfach QR-Code mit Smartphone-Kamera scannen.



Dauerveranstaltungen Juli-August 2021

MÄRKTE

Mittwoch + Samstag

Radolfzeller Wochenmarkt

Ort: Marktplatz, 7-13 Uhr

Jeden Samstag + jeden 1. Mi im Monat

Flohmarktläden der AG Terre des Hommes

Ort: Alte Pakethalle, Kapuzinerweg

10-13 Uhr

FÜHRUNGEN

Jeden Samstag

Auf den Spuren Radolfs | A

Stadtführung durch die Altstadt

Treffpunkt: Tourist-Information Radolfzell

11 Uhr

Jeden Dienstag

Naturerlebnis Mettnau

NABU-Führung

Treffpunkt: Mettnau, NABU-Infopavillon

19-20 Uhr

BEWEGUNG

Jeden Samstag

Geführte Wanderung in die Umgebung

| A Ca. 13-18 Uhr

Treffpunkt & genaue Uhrzeit werden rechtzeitig auf www.radolfzell-tourismus.de angegeben

Täglich

Seeufertour mit dem SEGWAY (PTi2)

Den Bodensee „schwebend“ erleben

Treffpunkt: Eventcenter Zweirad Joos

14-16 Uhr (Anmeldung erforderlich)

Jeden Dienstag, Mittwoch + Donnerstag

Qigong am Konzertsegel

Ort: Konzertsegel am Seeufer

6.30-7 Uhr

Jeden Mittwoch

Breitensport- und Gästeturniere

Lockere Tennis-Mixturniere

Ort: Mettnau, TC Tennisplatzanlage

15-17 Uhr

Mittwoch + Samstag

Geführte E-Mountainbike-Tour

Treffpunkt: Eventcenter Zweirad Joos

Mi 10-13.30 Uhr, Sa 15-18.30 Uhr

(Anmeldung erforderlich)

Samstag, 3./17./31. Juli

Donnerstag, 29. Juli, 5./19./26. August

Yoga am Bodensee

Ort: Markelfingen, NaturFreundeHaus

8-9 Uhr

Dienstag-Sonntag, 13.-18. Juli

METTNAU Qigong-Tage

Angebote unter www.metttau.com

SCHIFFFAHRT

Dienstag + Donnerstag

Sonnenuntergangsfahrten

auf dem HELIO Solarschiff

Treffpunkt: Anlegesteg Mettnau

am Restaurant Strandcafé

Uhrzeiten siehe www.strandcafe-metttau.de/de/solarfaehre-helio

AUSSTELLUNGEN

Mittwoch-Sonntag

Patchwork Heimat

Ausstellung von Studierenden über

Zugehörigkeit und Beheimatung

Ort: Villa Bosch, 14-17.30 Uhr

Donnerstag-Sonntag

Trachten Leben

Sonderausstellung

Ort: Stadtmuseum, 11-17 Uhr

Täglich

Barockoko

Kunst in der Kaserne

Ausstellung der Künstlerin Anette C. Halm

Ort: Saga.Gallery, 9-17 Uhr



LOTTE ECKENER – TOCHTER, FOTOGRAFIN UND VERLEGERIN

Hesse Museum Gaienhofen
28. März bis 27. Juni 2021

Öffnungszeiten: Dienstag bis Sonntag 10 - 17 Uhr



HESSÉ MUSEUM GAIENHOFEN

Kapellenstraße 8 | 78343 Gaienhofen | Telefon: 07735/ 440949
hessé-museum@gaienhofen.de | www.hessé-museum-gaienhofen.de



Eine große Auswahl an
Bodensee- und Internationalen Weinen

WEINMAYER | Weinimport + Weinhandel
Herrenlandstr. 69 • 78315 Radolfzell • Tel. 07732 99790 • www.weinmayer.de



Zweirad
MEEES

bei Reparatur
Leihrad kostenlos
www.Zweirad-Mees.de

Großer Fahrradverleih !

Inh. Bertram Pausch • Höllturm passage 1 • Radolfzell • Tel. 07732-2828

Mo bis Fr. 9.00 – 18.00 Uhr
Sa 9.00 – 14.00 Uhr

Verkauf • Verleih • Reparatur



ELEKTRO WAGNER

Inhaber: Markus Maier

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

**Elektro-
und
Gebäude-
technik**

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

Veranstaltungen Juli 2021

Donnerstag, 1. Juli

Radolfzell anno 1551 | A

Stadtführung – Unterhaltsame Kostümführung mit Pfarrköchin Anna
Treffpunkt: Tourist-Information Radolfzell
19.30-21 Uhr

Donnerstag-Samstag, 1.-3. Juli

Weg damit

Sprechtheater mit Musik, Monolog
Ort: Theater Zeller Kultur, 20-22 Uhr

Freitag, 2. Juli

Schmetterlingswiesen

Kinderführung mit dem BUND
Treffpunkt: Möggingen, BUND Naturschutzzentrum, 14.30-16.30 Uhr

Samstag-Sonntag, 3.-4. Juli

Baden-Württemberg Tag

Leistungsschau zu den Heimattagen
Ort: Seeufer und Innenstadt, 11-18 Uhr | s.S. 4

Wirtschaft und Zukunft

Ausstellung mit Präsentation der Heimattage-Sponsoren
Ort: Milchwerk, 11-18 Uhr

Sonntag, 4. Juli

Verkaufsoffener Sonntag „See(h)reise“

Ort: Innenstadt bis seemaxx
12.30-17.30 Uhr | s.S. 27 und aktuell unter www.herzlich-einkaufen.de

Donnerstag, 8. Juli

Vogelekursion mit dem Kanu

Naturerlebnis mit dem NABU
Ort: Markelfingen, NaturFreundehaus
10-13 Uhr

Qigong am Kneippbecken

für Anfänger und Fortgeschrittene
Ort: Mettnau, Kneippbecken, 19-20 Uhr

Nachtwächterführung | A

Treffpunkt: Tourist-Information Radolfzell
20-21.30 Uhr

Freitag, 9. Juli

Mettnau Summer Nights

Konzert: Luz y Sombra
Ort: Mettnau, Alte Konzertmuschel
20-22 Uhr

Samstag, 10. Juli

Yoga am Bodensee

Ort: Surfplatz Radolfzell, 8-9 Uhr

Fahrrad-Codierung

als Diebstahl-Prävention durch den ADFC
Ort: Parkplatz Weltkloster, 9.30-15 Uhr

Fahrrad-Selbsthilfewerkstatt

mit dem ADFC Radolfzell
Ort: Parkplatz Weltkloster, 14-17 Uhr

Gin-Tasting auf dem Bodensee

Eventsegeln auf der Seewiefke in Kooperation mit dem Fuchshof
Treffpunkt: Wassersportzentrum Radolfzell, 16-19 Uhr | s.S. 9

Samstag-Sonntag, 10.-11. Juli

Aktionstage „Trachten Leben“

Trachtenausstellung mit Führungen und handwerklichen Vorführungen
Ort: Stadtmuseum, 11-17 Uhr | s.S. 16

Sonntag, 11. Juli

Eine Stadtführung im Jahre 1913 | A

Radolfzell auf dem Weg in die Moderne mit Hannes, dem Diensthilfen
Treffpunkt: Tourist-Information Radolfzell
11-12.30 Uhr

Jazz Open: Dagmar Egger Band

Ort: Mettnau, Alte Konzertmuschel
11-13 Uhr

Donnerstag, 15. Juli

Geführte Tages-Radtour mit dem ADFC

LENK-Tour am Bodensee
Treffpunkt: Seetorplatz, 9 Uhr

Radolfzell anno 1551 | A

Stadtführung – Unterhaltsame Kostümführung mit Pfarrköchin Anna
Treffpunkt: Tourist-Information Radolfzell
19.30-21 Uhr

Samstag, 17. Juli

Improtheater „Sommerspecial“

Ort: Böhringen, Atelierdie Werkstatt, 19 Uhr

Sonntag, 18. Juli

Harfefahrt

Konzert mit Johanna Dammert auf dem HELIO Solarschiff
Abfahrt: Hafenmole, 19-21 Uhr | s.S. 9

Sonntag, 18. Juli

Sonntagsspaziergang mit dem NABU

Treffpunkt: Mettnau, NABU-Infopavillon
10-11.30 Uhr

Mittwoch, 21. Juli

Geführte Feierabend-Radtour

mit dem ADFC
Treffpunkt: Seetorplatz, 18-20 Uhr

Donnerstag, 22. Juli

Nachtwächterführung | A

Treffpunkt: Tourist-Information Radolfzell
20-21.30 Uhr

Freitag, 23. Juli

Pflanzengallen am Wegesrand

Führung mit dem BUND
Treffpunkt: Möggingen, BUND Naturschutzzentrum, 17-19 Uhr

Mettnau Summer Nights

Konzert: SKUPA
Ort: Mettnau, Alte Konzertmuschel
20-22 Uhr

Samstag, 24. Juli

Yoga am Bodensee

Ort: Surfplatz Radolfzell, 8-9 Uhr

Das Leben und Lieben der Libellen

Führung mit dem BUND
Treffpunkt: Markelfingen, Parkplatz am Mindelsee/Waldfriedhof, 14-16 Uhr

Sonntag, 25. Juli

Jazz Open: Jazz Gang-Süd

Ort: Mettnau, Alte Konzertmuschel
11-13 Uhr

Freitag, 30. Juli

Radolfzeller Filmnächte – Open Air-Kino

Film: „Die fantastische Reise des Dr. Dolittle“ | s.S. 13
Ort: Strandbad Mettnau, 20.30-23 Uhr

Samstag, 31. Juli

Radolfzeller Filmnächte – Open Air-Kino

Film: „Yesterday“ | s.S. 13
Ort: Strandbad Mettnau, 20.30-23 Uhr

.....
A | Anmeldung in der Tourist-Information Radolfzell erforderlich.



bsundres
Kunst · Hand · Werke

Poststraße 10 · Radolfzell
www.bsundres.de

Veranstaltungen August 2021

Sonntag, 1. August

Radolfzeller Filmnächte – Open Air Kino

Film: „2040 – Wir retten die Welt!“

Ort: Strandbad Mettnau

20.30-23 Uhr | s.S. 13

Donnerstag, 5. August

Vogelexkursion mit dem Kanu

Naturerlebnis mit dem NABU

Ort: Markelfingen, Naturfreundehaus

10-13 Uhr

Radolfzell anno 1551 | A

Stadtführung – Unterhaltsame Kostüm-

führung mit Pfarrköchin Anna

Treffpunkt: Tourist-Information Radolfzell

19.30-21 Uhr

Freitag, 6. August

Kinderstadtführung mit „Magd Marie“

durch die Radolfzeller Altstadt

Treffpunkt: Tourist-Information Radolfzell

11 Uhr

Mettnau Summer Nights

Konzert: Trio Macciato

Ort: Mettnau, Alte Konzertmuschel

20-22 Uhr

Samstag, 7. August

Yoga am Bodensee

Ort: Surfplatz Radolfzell, 8-9 Uhr

Fahrrad-Codierung

als Diebstahl-Prävention durch den ADFC

Ort: Parkplatz Weltkloster, 9.30-15 Uhr

Fahrrad-Selbsthilfewerkstatt

mit dem ADFC Radolfzell

Ort: Parkplatz Weltkloster, 14-17 Uhr

Sonntag, 8. August

Jazz Open

Konzert: Ladwigs Hot Jazz Orchestra

Ort: Mettnau, Alte Konzertmuschel

11-13 Uhr

Eine Stadtführung im Jahre 1913 | A

Radolfzell auf dem Weg in die Moderne

mit Hannes, dem Diensthofen

Treffpunkt: Tourist-Information Radolfzell

11-12.30 Uhr

Donnerstag, 12. August

Vogelexkursion mit dem Kanu

Naturerlebnis mit dem NABU

Ort: Markelfingen, NaturFreundehaus

10-13 Uhr

Nachtwächterführung | A

Treffpunkt: Tourist-Information Radolfzell

20-21.30 Uhr

Freitag-Sonntag, 13.-15. August

Weg damit

Sprechtheater mit Musik, Monolog

Ort: Theater Zeller Kultur, 20-22 Uhr

Samstag, 14. August

Dîner en blanc

Picknick ganz in Weiß

Ort: Herzenbad, 18-22 Uhr | s.S. 18

Gin-Tasting auf dem Bodensee

Eventsegeln auf der Seewiefe

in Kooperation mit dem Fuchshof

Treffpunkt: Wassersportzentrum

Radolfzell, 16-19 Uhr | s.S. 9

Sonntag, 15. August

Sonntagsspaziergang

Mit dem NABU seltene Tier- und

Pflanzenarten erleben

Treffpunkt: Mettnau, NABU-Infopavillon

10-11.30 Uhr

Champagner-Cup

Lockeres Tennis-Mix-Turnier

Ort: Mettnau, TC Tennisplatzanlage

14-18 Uhr

Mittwoch, 18. August

Tennis-Kurgast-Mix-Turniere

Ort: Mettnau, TC Tennisplatzanlage

14-18 Uhr

Donnerstag, 19. August

Radolfzell anno 1551 | A

Stadtführung – Unterhaltsame Kostüm-

führung mit Pfarrköchin Anna

Treffpunkt: Tourist-Information Radolfzell

19.30-21 Uhr

Samstag, 21. August

Radolfzell in Tracht

Brauchtums- und Heimatmarkt

Ort: Seeufer Radolfzell

10-18 Uhr | s.S. 5

Gin-Tasting auf dem Bodensee

Eventsegeln auf der Seewiefe

in Kooperation mit dem Fuchshof

Treffpunkt: Wassersportzentrum

Radolfzell, 16-19 Uhr | s.S. 9

Grill-Schiffsfahrt

Kulinarische Fahrt an Bord der

MS Stadt Radolfzell | s.S. 9

Abfahrt: Hafen Radolfzell 20-22.15 Uhr

Sonntag, 22. August

Jazz Open: Tom Bahnholzer Quintett

plays Ellington

Ort: Mettnau, Alte Konzertmuschel

11-13 Uhr

Mittwoch, 25. August

Wie Kinder die Natur sehen

Fotoprojekt für Kinder mit dem BUND

Treffpunkt: Möggingen, BUND Natur-

schutzzentrum, 10-11 Uhr

Donnerstag, 26. August

Nachtwächterführung | A

Treffpunkt: Tourist-Information Radolfzell

20-21.30 Uhr

Freitag, 27. August

Wie Kinder die Natur sehen

BUND-Führung am Mindelsee für Kinder

Treffpunkt: Möggingen, BUND Natur-

schutzzentrum, 13-18 Uhr





BUCH
GREUTER

LESEGLÜCK

beginnt bei uns

Schützenstraße 11 | Radolfzell
Onlineshop | buch-greuter.de

MIETEN SIE DIE ZUKUNFT!

100 % ELEKTRISCH ... DER NEUE RENAULT ZOE



Rufen Sie uns an und reservieren Sie Ihren Wunschtermin.
Tel. 077 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 € 179,-
Erfahren Sie die schöne
Umgebung mit einem
Mietwagen von uns.

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

→ Heimattage Baden-Württemberg: Radolfzell in Tracht

Samstag, 21. August
mit Brauchtums- und Heimatmarkt



FOTO MARKE GENTILE

Samstag, 28. August

Yoga am Bodensee

Ort: Surfplatz Radolfzell, 8-9 Uhr

Felchenfahrt

auf dem HELIO Solarschiff | s.S. 8
Abfahrt: Hafenmole 18.30-20.30 Uhr

MundArt

Kabarett mit „D'Muettersproch
Gsellschaft“ und dem SWR4
Ort: Milchwerk, 19.30 Uhr | s.S. 5

A | Anmeldung in der Tourist-Information
Radolfzell erforderlich.

WICHTIGE HINWEISE ZU FÜHRUNGEN

Jeden Samstag finden geführte Wanderungen und Stadtführungen der Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH statt. Zusätzlich werden Nachtwächterführungen, Kinderstadtführungen und Kostümführungen angeboten. Die Teilnehmerzahlen sind begrenzt. Tickets für alle Führungen (außer „Eine Stadtführung im Jahre 1913“) sind aus

schließlich in der Tourist-Information und auf www.reservix.de erhältlich, dabei müssen die Kontaktdaten angegeben werden. Während den Stadtführungen besteht Maskenpflicht.

Für alle Veranstaltungen gilt:

Stand 16. Juni 2021,
Änderungen vorbehalten.

Impressum

'zeller magazin: Das Magazin für Einheimische und Gäste der Stadt Radolfzell am Bodensee, Ausgabe 4/21, Erscheinungsweise 6 x jährlich, Auflage: 10.500 Exemplare

Herausgeber: Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH, Geschäftsführerin Nina Hanstein, Kirchgasse 30, 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-Straße 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: PASSAVIA Druckservice GmbH & Co. KG, Passau

Titelfoto: Wassersportzentrum Radolfzell
Texte und Fotos: Wenn nicht anders vermerkt, wurden uns die Texte und Fotos freundlicherweise von den Projektpartnern zur Verfügung gestellt.

© 2021. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck mit Quellenangabe nur auf Nachfrage beim Verlag.

Über
**10.000
[€]-Bikes**
am Lager

Joos
Radolfzell | Konstanz | Gottmadingen | FN-Immenstaad

» **Riesige Auswahl** in 5 Filialen auf 10.000m²

» **Große Leihradflotte:**
400 Leihräder, davon über 100 €-Bikes

» **Online-Shop** www.fahrradlagerverkauf.com

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

Regional und direkt vor Ort.

Schlör
Säfte mit Stil

Schlör Direktverkauf · Herrenlandstraße
78315 Radolfzell · Tel. 07732 9971-0

Mo / Do / Fr 9 - 12 Uhr / 13 - 18 Uhr
Di / Mi 9 - 12 Uhr / 13 - 17 Uhr

zum Schluss

Gewinnspiel!

Beantworten Sie unsere Gewinnspielfrage und gewinnen Sie einen unserer Preise:

- » 1 x 2 Tickets für den Singer-Friday, 24. September, am Seefestival Radolfzell
- » 1 x 2 Tickets für den Seefestival-Samstag, 25. September
- » 3 Bücher „Ein Sommer mit den Höckerschwan“ von Heike Strate

GEWINNSPIELFRAGE:

Wer wird im September als Top Act das Seefestival Radolfzell eröffnen?

Bitte schicken Sie uns Ihre Antwort mit Betreff „zeller Gewinnspiel“ bis 18. August 2021 an zeller@radolfzell-tourismus.de.

Postadresse:
Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH
Kirchgasse 30, 78315 Radolfzell am Bodensee

Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

TEXT UND FOTO MARINA KUPFERSCHMID »

Randnotiz: Neue „Möbel“ für die Stadt

Damit die Besucher in Radolfzell bequemer eine Snackpause einlegen können – ob zwischendurch beim Einkaufen, Spazierengehen oder beim kleinen Stopp auf der Radtour – haben die Stadtverwaltung und die Vereinigung der Gastwirte auf lockere Weise zusätzliche „Möbel“ aufgestellt. Die improvisierten Stehtische, mit denen man es den Besuchern während der Pandemie leichter machen wollte, eines der zahlreichen Mitnahme-Gerichte der Radolfzeller Gastronomie zu sich zu nehmen, sind aus-rangierte Lebensmittelfässer, die von den städtischen Betrieben für den neuen Einsatzzweck mit weißer Farbe, Holztischplatte und Heimat-Tage-Emblem frisch aufbereitet wurden. Unter anderem sind die Stehtische vor dem Bahnhof, am Gerberplatz, am Marktplatz, am Untertorplatz und am Seetorplatz zu finden. Sie erfreuen sich inzwischen großer Beliebtheit bei Einheimischen wie Gästen und leisten ganz unkompliziert einen weiteren Beitrag zur Aufenthaltsqualität in der Stadt.



zeller Radolfzell am Bodensee
magazin 2021

Das nächste 'zeller magazin' erscheint am 31. August 2021. 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

EIN GENUSS...
KLASSE IDEE MIT DIESEN STEHTISCHEN!



möbel für's leben

COR interlücke



COR | Interlücke
Cassina
B & B Italia
Mobimex
Tonon
Schönbuch
Moroso
Kettner | u.v.m.

wohnstudio mattes

planen. einrichten. leben.

125 Jahre Wohnkultur

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

DIE BODENSEE-
SCHIFFFAHRT. **BSB**

DEN SEE ENTDECKEN VON SEINER SCHÖNSTEN SEITE

Die Sonne im Gesicht, ein köstliches Getränk in der Hand – kleiner Kurzurlaub zu zweit gefällig? Genießt eure Auszeit auf unseren Schiffen und lasst es euch gut gehen. Volle Fahrt voraus!

Ahoi
Radolfzell
und bis
hoffentlich
bald an Bord!

Infos unter www.bsb.de

HEIMATTAGE

Baden-Württemberg
RADOLFZELL 2021



„Radolfzell in Tracht“
21. August 2021

heimattage-radolfzell.de