



www.metttau.com

METTNAU

Magazin

JULI 2012

METTNAU-Teams starten beim Bodensee-Megathlon

Die **METTNAU** bewegt sich!

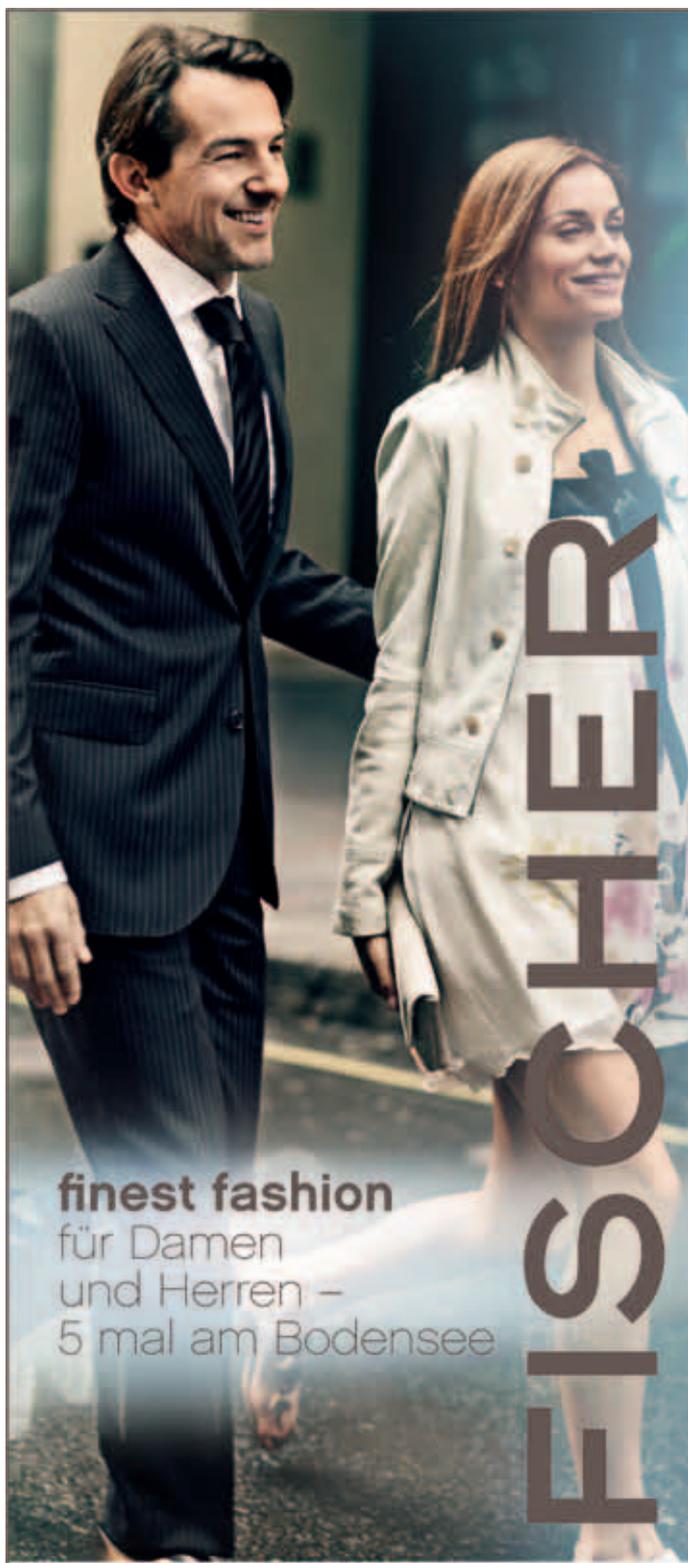
Ausdauertraining mit Stil

METTNAU Taiji+Qigong-Tage am Bodensee

Konzerte | Ausstellungen | Kunst | Kultur & vieles mehr



INHALT



finest fashion
für Damen
und Herren –
5 mal am Bodensee

FISCHER
MEN STORES

Konstanz
Obermarkt 1
Tel. +49 7531 23335

Singen
Scheffelstraße 3
Tel. +49 7731 9876-30

www.modefischer.de

FISCHER
WOMEN STORES

Konstanz
Hussenstraße 29
Tel. +49 7531 22990

Rosgartenstraße 36
Tel. +49 7531 36325-0

Singen
Scheffelstraße 2-4
Tel. +49 7731 9876-0

Editorial	3
Fünf METTNAU-Teams beim Bodensee-Megathlon am Start	3
METTNAU-Gast kennt Kur und Region bestens	4
Ausdauertraining mit Stil	4
METTNAU-Strategieentwicklungsprozess	5
Ehrung für verdiente Mitarbeiterinnen	6
Traumhafte Kunsthäusle-Ausstellungen	6
METTNAU Taiji- und Qigong-Tage am Bodensee	7
Herzlich willkommen beim Radolfzeller Hausherrenfest	8
Time to celebrate	8
Radolfzell	9
METTNAU-Philosophie	
Bewegung ist Leben!	14
METTNAU ist mehr!	15
Jeden Tag ein bisschen METTNAU schmecken	16
Kur und Kultur	18
Untersee/Höri	20
Insel Reichenau	22
Allensbach	22
Singen	23
Konstanz	24
Wundermittel und Mauerblümchen	25
Film ab zu den Zeller Filmnächten	25
Eröffnung der Sommerakademie	25
Kunst in der Villa Bosch	26
Die Schöpfungswoche	26
Sonderausstellung: Das Geheimnis der Heidenhöhlen	26
METTNAU-Veranstaltungen	27
METTNAU-Gesundheitsschulungsprogramme	28
Dies und das für den Gast	29
Buchtipps, Rätsel	30

IMPRESSUM

METTNAU-MAGAZIN: Das Magazin für Gäste und Freunde der METTNAU, 49. Jahrgang, Erscheinungsweise 12 x jährlich

Herausgeber: METTNAU Medizinische Reha-Einrichtung der Stadt Radolfzell, Strandbadstraße 106, Geschäftsführer und Kurdirektor Markus Komp

Herstellung: Labhard Medien GmbH, Max-Stromeyer-Str. 116, 78467 Konstanz
Geschäftsführung: Thomas Willauer, Gabriele Schindler
Projektkoordination: Gabriele Schindler, gschindler@labhard.de
Anzeigenleitung: Claudia Manz, cmanz@labhard.de

Redaktion: PR + Medienprojekte Gaby Hotz, gaby.hotz@t-online.de
(in Zusammenarbeit mit der METTNAU)

Gestaltung: hggraphikdesign Heidi Lehmann, 78315 Radolfzell-Möggingen

Druck: Druckerei Peter Zabel e. K., 78315 Radolfzell, www.zabeldruck.de

Bildnachweis: Titelfoto: Gaby Hotz | Fotos: Gaby Hotz, Ute Eßig, Privatbilder, METTNAU-Archiv, Labhard-Archiv, Stadtverwaltungen, Tourist-Informationen sowie Pressestellen der genannten Städte, Gemeinden, Regionen, Tourismusziele und Veranstalter.

© 2012. Alle Rechte vorbehalten.

Nachdruck mit Quellenangabe nur auf Nachfrage beim Verlag.

Liebe Gäste, liebe Leser des METTNAU-Magazins,

als Leiterin des Marketings möchte ich Sie herzlich hier bei uns auf der METTNAU begrüßen und all unseren Besuchern und Gästen einen schönen Aufenthalt wünschen.

Besonders in der Sommerzeit bietet der Bodenseeraum viele Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung. Genießen Sie von der Sonne begleitete Spaziergänge, Fahrradtouren entlang des Seeufers sowie die milden Abende am See. Nun gibt es auch überall wieder Open-Air-Konzerte und mehr – feiern Sie mit uns das dreitägige Radolfzeller Hausherrnfest in der Stadt und am See. Hier und bei anderen Festen kommt man schnell miteinander ins Gespräch.

Lassen Sie sich von dem Konzept unseres Hauses begeistern und anstecken und Sie werden schon bald spüren: „Bewegung ist Leben“. Um unserer Maxime gerecht zu bleiben und unsere Säulen der Philosophie,

Prävention und Rehabilitation, aufrecht zu erhalten, haben wir auch dieses Jahr wieder interessante und abwechslungsreiche Gesundheitsprogramme für Sie zur Auswahl.

Eine besondere Attraktivität bietet das Gesundheitsprogramm „Fit und Entspannt“. Das gesunde Zusammenspiel zwischen aktiver Bewegung und Erholung macht Sie fit, um den Alltag erfolgreich zu meistern. Weitere Angebote und genauere Informationen finden Sie auf unserer Homepage unter www.metttau.com.

Neben unseren Gesundheitsprogrammen bieten wir Ihnen auch kulturelle Exkursionen an, bei denen Sie die Möglichkeit haben, mehr über die Orte und deren Geschichte am Bodensee zu erfahren.

Auch die Stadt Radolfzell selbst präsentiert Ihnen mit ihrem historischen Stadtkern, der

See(h)straßen-Open-Air-Galerie und den vielen Einkaufsmöglichkeiten ihre Reize.

Ich darf Sie daher einladen, Ihren Aufenthalt vom ersten Tag an zu genießen und Ihre persönliche Entspannung und Erholung hier bei uns auf der METTNAU zu finden.



Ein Aufenthalt auf der METTNAU bedeutet Ankommen und Wohlfühlen, den Alltagsstress zu vergessen, das Angenehme genießen.

Mit besten Grüßen

Aleksandra Dokic, Leiterin Marketing

Fünf METTNAU-Teams beim Bodensee-Megathlon am Start

Mit dabei zwei von der METTNAU geförderte Junior-Teams

Die METTNAU-Joule-Junkies sind topfit und bei vielen sportlichen Großereignissen wie dem Highlander und anderen mit dabei. Diesen Herbst geht es beispielsweise zum München-Marathon. Besonders gerne starten sie in der Heimatstadt, am 29. Juli beim international besetzten Bodensee-Megathlon mit rund 6.000 Sportlern und am 21. September beim Bodensee-Firmenlauf durch die reizvolle Radolfzeller Altstadt.

Zu den diesjährigen Megathlon-Teams der sportlichen METTNAU-Mitarbeiter gehört unter anderem auch der neue Chefarzt der Werner-Messmer-Klinik Dr. Robin Schulze. Start und Ziel sind im Radolfzeller Herzen-Areal. Es gilt, fünf Disziplinen zu absolvieren: Zu Beginn legen die Schwimmer eine Strecke von 1,5 Kilometern über den See zurück. Die Etappe der Rennradfahrer führt über 46,7 Kilometer über die Höri und den Schienerberg. „Die Steigung von Wangen aus hat es in sich!“, weiß Helmut Stiegler, Koordinator der Joule-Junkies und beim Megathlon in dieser Disziplin am Start. Danach nehmen die Inliner einen 22,7 Kilometer langen Rundkurs unter die Rollen. Auch die Mountainbike-Strecke über 36,4 Kilometer ist anspruchsvoll. Zum Abschluss freuen sich die Läufer auf zwei Runden zu je 5,2 Kilometer am See entlang und durch die Altstadt. Das Sauser Sport & Eventmanagement hat zudem rund um den Bodensee-Megathlon ein attraktives Rahmenprogramm geschnürt, das bereits am 27. Juli beginnt (www.bodensee-megathlon.de).

der METTNAU an diesem sportlichen Wettkampf zu beteiligen. Dass die Joule-Junkies bei solch sportlichen Herausforderungen mit viel guter Laune bei der Sache sind, ist bekannt. So sind in den zwei Junior-Teams einige Wiederholer, die gerne mit dabei sind. Ihre positiven Erlebnisse haben auch die anderen motiviert. Geschäftsführer und Kurdirektor Markus Komp freut sich, dass die METTNAU die zehn ambitionierten Nachwuchssportler aus der Region fördern kann. An den Start gehen als Schwimmerinnen: Michaela Jäger und Katharina Schulz, mit dem Rennrad sind Sandra Wacker und Lukas Thum unterwegs. Virginia Thum und Florian Asch starten als Inliner. Die Mountainbike-Strecke übernehmen Stefan Litterst und Daniel Dürrhammer. Meike Bernau und Florian André geben als Läufer zum Schluss ebenfalls alles! Die jungen Sportler

zwischen 16 und 24 Jahren erhalten von den Joule-Junkies ein Starterpaket mit entsprechenden Shirts usw. Zudem profitieren sie von der Kooperation mit Höll-Sport Radolfzell. Auch die Startgebühr wird von der METTNAU übernommen.

Weitere METTNAU-Sportkameraden sind am Stützpunkt in der Wechselzone und am Betreuungszelt im Einsatz. „Natürlich freuen sich alle fünf Teams auch auf zahlreiche Fans, insbesondere entlang der Laufstrecke und im Start-/Zielbereich“, so der Aufruf von Helmut Stiegler an die anderen Mitarbeiter und die METTNAU-Gäste. Übrigens: Helmut Stieglers Traum ist die Teilnahme am Hawaii-Marathon.

Wer unter https://apps.facebook.com/tiger_balm_team_new/ auf Seite 3, Bild 18 für ihn stimmt, kann ihm dabei helfen. ■



Die geförderten jungen Sportlern mit (von rechts): Stephan Förg von Höll-Sport, Helmut Stiegler, Dr. Achim Witzel und Geschäftsführer und Kurdirektor Markus Komp sowie rechts unten Monika Sattler von der METTNAU.

Erneut haben die Joule-Junkies junge Menschen eingeladen, sich mit Unterstützung

METTNAU-Gast kennt Kur und Region bestens

Robert Bayer schwört auf Gesundheitsprävention am Bodensee



Schlank und vital kam Robert Bayer zum Interview im Café Schmid – ein METTNAU-Gast, der allseits bekannt und beliebt ist. Jeweils zum Jahresbeginn und im Mai/Juni erholt er sich auf der METTNAU von seinen vielfältigen Aufgaben als oberster Chef der Bayer-Reisen in Ehingen und der Bayer-Spedition, Karlsruhe. Meist braucht es einige Tage, bis er sich von den beruflichen Anforderungen erholt hat und richtig abschalten kann. Robert Bayer lernte die METTNAU durch eine Herzerkrankung kennen und schwört seither auf deren Therapie-Konzept. Er wusste aber auch, dass es nun galt,

die eigene Gesundheit im Auge zu behalten. So war er nun zum 48. Mal hier und verabredet sich inzwischen regelmäßig mit anderen Gästen. Zum Jahresbeginn geht man in der Freizeit beispielsweise gemeinsam zum Schwimmen oder Skifahren. Beim zweiten, längeren Aufenthalt tritt die freundschaftliche Runde bei Touren durch die Region kräftig in die Pedale. Da geht es dann etwa über den Bodanrück, um die Höri oder über den Schienerberg. Diese Jahreszeit eignet sich auch bestens zum Rudern.

Zum Therapieplan gehörten Dehnübungen, Wasserübungen und Gymnastik. Auch nutzte er das neu gestaltete Schwimmbad in der Werner-Messmer-Klinik gerne in der freien Zeit. Für Ärzte, Therapeuten und alle anderen Mitarbeiter fand er nur lobende Worte – auch der Reinigungsservice sei sehr aufmerksam und freundlich. Die Entwicklung der METTNAU, die er seit langem miterlebt, hielt er für wichtig und gut. Aus eigenen Erfahrungen weiß er, dass man die sich ändernden Bedürfnisse der Gäste und neue Trends stets im Auge behalten muss, um auf Dauer zu bestehen: „Die Stadt hat mit der METTNAU einen großen Trumpf, den es zu pflegen gilt!“

Er selbst hatte frühzeitig das Reisebüro-Segment abgegeben und sich dafür mit den Busreisen spezialisiert. Wintersport-Reisen mit verschiedenen Extras oder beispielsweise das neue Angebot mit einem Etappenbus bis an den Bodensee und verschiedenen

Haltepunkten für individuelle Radtouren kommen prima an. Für Klassen- und Gruppenfahrten entwickle man passgenaue Angebote. Auch Firmen schätzen es, wenn sie für teambildende Betriebsaktionen mehrere, speziell auf die Wünsche zugeschnittene Komplett-Programme erhalten – „gerade dieser Bereich hat gute Zukunftschancen.“

Gesundheitsprävention ist ihm wichtig. In den Unternehmen unterstützen ihn die beiden Kinder und eine weitere Führungskraft. Die 360 Mitarbeiter absolvieren einen jährlichen Gesundheitscheck. Auch wissen sie, dass sie mit 0,0 Promille zum Dienst antreten müssen, was durch überraschende Tests kontrolliert wird. „Für die Fahrgäste in den 80 Omnibussen und bei den Transporten mit 120 Großbraumtanzügen hat Sicherheit oberste Priorität!“, betonte Robert Bayer. Mitarbeiter mit massiven Herz-Kreislaufproblemen unterstützt er, damit ein METTNAU-Aufenthalt möglich wird.

Neben seinem Interesse für historische Bücher ist Sammeln seine Leidenschaft. Dazu gehören alte Fahrzeuge und Busse (zum Teil für Sonderfahrten im Einsatz). So war Robert Bayer während seines METTNAU-Aufenthalts auch auf der Messe „Klassikwelt Bodensee“ in Friedrichshafen. Miniaturausgaben findet man auf seiner Modellbahnanlage. Zudem steht Bewegung auch zuhause regelmäßig auf dem Tagesplan. Die METTNAU wünscht ihm noch viele gesunde Jahre und zahlreiche angenehme Aufenthalte in den Reha-Einrichtungen am Bodensee! ■



Zusatzangebot für METTNAU-Gäste zum Einführungspreis

Wie fit bin ich wirklich und ist mein Laufstil richtig? Wer dazu Antworten möchte, kann im Rahmen eines METTNAU-Aufenthaltes ein neues Ausdauer-Angebot nutzen. Die Basis bildet ein Baustein in Theorie und Praxis mit freiem Ergometertraining, betreutem Lauftraining und einem Vortrag zum notwendigen Hintergrundwissen (Anfängerplan, Effekte, Material, Trainingsprinzipien). Zusätzlich gibt es zwei Wahlmöglichkeiten: Beim „Ausdauertraining mit Stil“ in Grup-

pen analysieren die Laufexperten der METTNAU mittels Videoaufnahmen den bestehenden Laufstil jedes Teilnehmers, geben Korrekturanleitungen für eine optimale Bewegungsform und prüfen dies nach einer gewissen Zeit anhand neuerlicher Aufnahmen nach. Die Laufstilanalyse, Filmaufnahmen und Trainingsempfehlung bekommt jeder Teilnehmer auf einem USB-Stick. Der Einführungspreis für dieses neue Angebot beträgt 80 Euro.

Zusätzlich kann man auf Wunsch oder Empfehlung des Arztes aus folgenden Bausteinen wählen: Stufen-Belastungstest, Laktatdiagnostik und Spiroergometrie zur Messung der Herz-Kreislauf-Lungenfunktion und des Energiestoffwechsels der Muskulatur.. Hinzu kommt die ausführliche, auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmte Einzel-Trainingsberatung mit evtl. ergänzenden Empfehlungen. (Informationen und Anmeldung über die Therapiedisposition). ■

„Die METTNAU bewegt sich!“

Strategieentwicklungsprozess der METTNAU



In Form einer Infomesse wurde der Stand des Strategieentwicklungsprozesses der METTNAU für sämtliche Mitarbeiter, den Oberbürgermeister Dr. Jörg Schmidt und eingeladene Mitglieder des Gemeinderates auf anschauliche und aussagekräftige Weise transparent gemacht. Auf der Grundlage der Ergebnisse des Kienbaum-Gutachtens von 2011 hatte man mit allen Führungskräften und weiteren Mitarbeitern über Monate intensiv gearbeitet, um langfristig gültige Eckpfeiler für ein erfolgreiches Unternehmen METTNAU festzulegen. Unterstützt und begleitet wurde dieser Prozess durch die Experten Barbara Ehniß – Beratung, Text, Konzept und Nicolai Andler von der Ignitegroup.

Ein tragfähiges Konzept

„Wir haben vieles bei uns hinterfragt, einiges bereits daraufhin verändert und einzelne Themen bis hin zu jedem Arbeitsplatz heruntergebrochen, um ein tragfähiges Konzept zu bekommen, das dauerhaften Bestand hat und der METTNAU auch in Zukunft einen erfolgreichen Platz in den vorderen Rängen der deutschen Kur- und Reha-Einrichtungen sichert“, erläuterte Geschäftsführer und Kurdirektor Markus Komp und betonte: „Dieser strukturierte Prozess zur Veränderung von Abläufen und Angeboten, der Modernisierung von Gebäuden und vielem mehr zeigt die bereits vorhandene Kompetenz, die wir selbst vor Ort haben. Ich verspreche Ihnen, das ist nicht für die Schublade!“ Vom Gemeinderat sieht er hier viel positive Unterstützung und hofft auch auf die weitere Zustimmung. Denn: „Der Markt ist regional wie bundesweit eng und sehr rege. Ebenso verändern sich die zu Recht gestellten Ansprüche unserer Patienten und Gäste. So gilt es, zum einen flexibel auf aktuelle Entwicklungen reagieren zu können und dennoch eine wirtschaftlich tragende und auf lange Sicht gültige Gesamtstrategie zu gestalten, um die METTNAU dauerhaft wettbewerbsfähig, leis-

tungsstark und finanziell stabil zu machen.“ Hierzu ist eine klare Abgrenzung zu Mitbewerbern durch ein eindeutiges Unternehmensprofil, ergebnisorientiertes Arbeiten, eine hohe Service-Qualität und höchste Kundenorientierung sowie eine starke Identifizierung der Mitarbeiter mit ‚ihrer‘ METTNAU erforderlich. „Sie sind unser wichtigstes Kapital“, erklärte Markus Komp den 140 interessierten Teilnehmern aus dem METTNAU-Team und lud sie ein, sich bei der Infomesse von den Bereichsleitern die Themenfelder erläutern zu lassen, um sich künftig selbst gut einbringen zu können. Dass die geplanten Veränderungen nicht dem Selbstzweck dienen, sondern durch Kostendruck und gesetzliche Vorgaben im Gesundheitswesen, die gewandelte Gästestruktur, steigende Ansprüche und Wünsche und durch den Zustand der Infrastruktur dringend erforderlich ist, wurde rasch deutlich.

Der Gast steht im Mittelpunkt

Die beiden Berater, Markus Komp und die engagierten Bereichsleiter erläuterten den Teilnehmern zahlreiche Einzelheiten zu den finanziellen Zielen des Wirtschaftsplanes, den vorgesehenen Marketing-Aktivitäten, den Projekten der notwendigen Stabstelle „Gästemanagement“, zu strukturellen Zielen, die verschiedene Abläufe und Maßnahmen optimieren und in die die Mitarbeiter, ebenso wie bei verschiedenen Systemprozessen und Datenabwicklungen intensiv eingebunden sind. So bedarf es auch in Zukunft der Schulung, Förderung und dem Fordern von Führungskräften und Mitarbeitern. „Alle am Prozess Beteiligten haben sich mit höchstem Engagement und viel Herzblut eingebracht. Wir alle stehen voll hinter diesen Zielen! Gemeinsam mit Ihnen allen gelingt es uns, die METTNAU in ein zukunftsicheres Fahrwasser zu steuern und die notwendigen Mittel dafür in großen Teilen selbst zu erarbeiten“, stellte Markus Komp in seinem Apell an die Mitarbeiter klar.

Kernpunkt der gesamten Strategie-Entwicklung sind die Gäste und Patienten der METTNAU mit ihren Bedürfnissen und Wünschen. Diese beinhalten weit mehr als die rein medizinisch-therapeutischen Behandlungen und Angebote mit Beratung, Betreuung sowie neuer Wissensvermittlung. Die Möglichkeiten zu sozialen Kontakten, Unterhaltung, Spaß, Kulturerlebnissen und mehr, aber auch die Gelegenheit zum Rückzug, Innehalten und stille Plätze im weitläufigen Kurareal sind wichtige Elemente für einen nachhaltig positiv erlebten Aufenthalt. „Bewegte“ Freizeitangebote und Wohlfühl-Module zur freien Wahl sowie die komfortable Unterbringung mit hoher Service-Qualität gehören ebenso dazu. Unternehmen erwarten zunehmend Seminar- und Tagungsmöglichkeiten, verbunden mit individuell zusammengestellten Programmen für ihre Führungsriege.

Mit engagierten Mitarbeitern zum Ziel

Erste Ergebnisse aus dem Kienbaum-Gutachten und diesem Prozess werden bereits umgesetzt. In welchem Zeitrahmen, welche Arbeiten erfolgen und dabei mehr und mehr ganz in die Hand der METTNAU-Mitarbeiter übergehen, wurde ebenfalls erläutert. Barbara Ehniß und Nicolai Andler sind hinsichtlich des weiteren Weges sehr zuversichtlich, denn „die Motivation der Mitarbeiter ist sehr hoch!“. So kamen dann auch zahlreiche Teilnehmer der Aufforderung zu Kommentaren, ihren Erwartungen und ihrer Kritik nach – hier einige Beispiele: „Dies bringt mehr Transparenz über den Weg und das Ziel“, „Wichtig, dass der Prozess auch umgesetzt wird und sich alle daran halten.“ „Wir müssen die METTNAU innovativer, moderner werden lassen.“ „Es braucht spürbare und sichtbare Verbesserungen.“ „Die Basis nicht außen vor lassen.“ und „Zufriedene Patienten und Gäste sind das A und O!“.



Markus Komp, Geschäftsführer und Kurdirektor der METTNAU, sieht die Umsetzung des Strategieentwicklungsprozesses als unabdingbar, um die Radolfzeller Reha-Einrichtungen dauerhaft und erfolgreich auf dem immer schwierigeren Reha-Markt zu verankern.

Ehrung für verdiente Mitarbeiterinnen

Verabschiedung von Monika Joseph und Gertrud Winterer



Von links: Küchenchef Werner Schönmetzler, Monika Joseph, Gertrud Winterer, Stefan Gut und Geschäftsführer und Kurdirektor Markus Komp.

Die METTNAU-Gäste schätzen die gute Küche der METTNAU, die in diesen Sommermonaten täglich über 500 Personen mit feiner und gesunder Kost versorgt. Viele fleißige Hände, Erfahrung und Wissen gehören dazu, damit die Speisen zu Gesundheit und Wohlergehen ihren wichtigen Beitrag leisten können. Vor kurzem nun verabschiedeten Geschäftsführer und Kurdirektor Markus Komp, Küchenchef Werner Schönmetzler und Stefan Gut vom Personalrat die langjährigen Mitarbeiterinnen Monika Joseph und Gertrud Winterer.

Monika Joseph, seit 1970 staatlich anerkannte Diät-Assistentin, begann 1994 ihre Arbeit bei der METTNAU. Viele kennen sie von den Ernährungsberatungen für Gäste und aus ihrem Arbeitsfeld der Küche. In der Lehrküche vermittelte sie auf herzerfrischende Weise, wie man beispielsweise Cholesterinwerte durch die richtige Nahrungsmittelauswahl und die passende Zubereitung auf gesunde und leckere Art beeinflussen kann. Nach der Altersteilzeit begann nun im Februar ihre Freizeitphase.

Gertrud Winterer war seit März 1992 als vom ganzen Team geschätzte Küchenhelferin im Einsatz und zauberte gerne schnell und geschickt Verzierungen aus Gemüse und anderen Zutaten für Tellergerichte wie kalte Platten. Ihre herzhafteste, zupackende Art wird auch bei der Trachtengruppe Radolfzell geschätzt. Ihre Freizeitphase begann im Mai dieses Jahres.

Markus Komp dankte den beiden für ihren engagierten Einsatz, ihre tolle Arbeit und ihr freundliches Wesen mit Präsenten und wünschte ihnen von ganzem Herzen eine schöne, erfüllte und gesunde Zeit. Der Küchenchef hatte viele warme Worte für seine Mitarbeiterinnen parat. Er wusste manche Anekdote zu berichten und ließ erkennen, wie ihm diese langjährigen Weggefährtinnen im Küchenteam ans Herz gewachsen waren. Mit der gesamten Küchenmannschaft freute er sich, sie vielleicht bei dem einen oder anderen Anlass wieder zu treffen. Ebenso wie Stefan Gut wünschte er Frau Joseph und Frau Winterer für die Zukunft alles erdenklich Gute. ■

Traumhafte Kunsthäusle-Ausstellungen

Abwechslung garantiert: Gleich drei Künstlerinnen präsentieren ihre Arbeiten

Seit mehreren Jahren arbeitet die Radolfzeller Künstlerin **Erika Ebinger** in ihrem eigenen Malatelier in der Robert-Gerwig-Str. 5. Neben bisherigen Ausstellungen sind ihre Werke auch in einer Dauerausstellung in der Christuskirche zu sehen. Mit „Erikas Farbenzauber“ im Kunsthäusle präsentiert sie eine Auswahl an Collagen, Acryl- und Aquarellbildern, deren vorrangige Ausdruckssprache die Farbe ist. Ihre Werke sind bis 2. Juli täglich von 12-18 Uhr, bei schönem Wetter auch länger, zu sehen.

Weitere Informationen:
Erika Ebinger, Tel. 07732/58090
ErikaEbinger@online.de.

Brigitte Kleinehanding, in Frankfurt geboren, begann 1979 die Fotografie als weiteres Ausdrucks- und Gestaltungsmittel einzusetzen. Ein Förderpreis, Fotobände und zahlreiche Einzel- und Gruppenausstellungen dokumentieren ihren künstlerischen Werdegang. Seit 2009 lebt die Künstlerin in Moos-Bankholzen, Schienerbergstr. 3a. Nach anderen regionalen Ausstellungen sind nun vom 6. bis 19. Juli auch im Kunsthäusle ihre zauberhaften fotografischen Werke zu sehen. Die Ausstellung ist täglich von 14 bis voraussichtlich 17 Uhr geöffnet.

Weitere Informationen:
Brigitte Kleinehanding, Tel. 07732/9423847.

Am 23. Juli beginnt die Ausstellung von **Gitta Marquardt-Baladurage**. Die auf der Hörli lebende Künstlerin hat Ausbildungen und Studiengänge zu verschiedenen Maltechniken absolviert und sich an mehreren Ausstellungen beteiligt. Im Kunsthäusle zeigt sie figurative und abstrakte Acrylgemälde und Collagen. Außer am 28. Juli ist die Künstlerin täglich von 14-18 Uhr selbst da.

Weitere Informationen:
Gitta Marquardt-Baladurage
Ob den Reben 9, 78343 Hemmenhofen
Tel. 07735/938553
www.gitta.marquardt-baladurage.de. ■



METTNAU Taiji+Qigong-Tage am Bodensee

Gesunde Wochenendseminare im August – Premiere einer neuen Qigong-Form

Viele brauchen einen gesundheitsfördernden, ruhigen Ausgleich für die hohen Anforderungen des Alltags. Die fließenden Bewegungen der asiatischen Gesundheitsübungen Taiji und Qigong haben sich hierfür bestens bewährt. Kennenlernen oder verfeinern kann man diese Methoden vom 3. bis 26. August 2012 bei den 13. METTNAU Taiji+Qigong-Tagen der renommierten Radolfzeller Kureinrichtungen. Das vielseitige Programm auf der idyllischen Halbinsel der Ferienstadt am Bodensee findet an fünf Abenden und vier Wochenenden vorwiegend im Freien statt. Der sportliche Leiter der METTNAU Richard Geitner und die Taiji-Expertin Lo Yong sind ein eingespieltes Trainer-Team. Diesmal wird zudem mit dem Experten Alexander Callegari eine neue Qigong-Form als Premiere in Deutschland vorgestellt!



Der sportliche Leiter der METTNAU Richard Geitner (rechts) und die Taiji-Expertin Lo Yong (links) führen durch die METTNAU Taiji+Qigong-Tage. Die darin enthaltenen freien Termine „Qigong am Abend“ sind ebenfalls sehr beliebt.

Das beliebte Angebot enthält kostenfreie Abendveranstaltungen für jedermann ohne Voranmeldung sowie buchbare Tagesseminare an den August-Wochenenden. Da die hohe Qualität des Programms weithin bekannt ist, reisen Teilnehmer aus vielen Bundesländern und der Schweiz an. Sie planen ihren Urlaub oder ihre METTNAU-Kurtage extra um diese Zeit. Auch aus der internationalen Bodenseeregion interessieren sich viele für diese gesundheitsfördernden Bewegungen. Die Qigong-Übungen am 18. und 19. August wurden von dem international bekannten Prof. Ding Hongyu zusammengestellt. Mit ihm ist sowohl Richard Geitner wie Alexander Callegari, Taiji- und Qigong-Lehrer in Traunstein, befreundet. Diese beiden präsentieren eine neue Qigong-Form des Professors als Premiere in Deutschland. Hierzu wird im Sommer 2012 auch ein Buch erscheinen.



PROGRAMM 2012

- 3. August **Eröffnungsveranstaltung METTNAU Taiji+Qigong-Tage**
19 Uhr im Kurmittelhaus der METTNAU, Eintritt frei.
- 6.-9. August **„Qigong am Abend“** jeweils 19-20 Uhr im Areal vor der Hermann- Albrecht-Klinik, kostenfreies Angebot ohne Voranmeldung, auch für Ungeübte.
- Tagesseminare** jeweils 9-12 Uhr und 14.30-17.30 Uhr im Areal vor der Hermann-Albrecht-Klinik. Preis pro Tag/Person 60,- Euro.
 - 4. August **5 Organe-Qigong** (R. Geitner)
 - 5. August **Muskel-Knochen-Qigong 1** (R. Geitner)
 - 11. August **Taiji-Faustform für Einsteiger** (Lo Yong)
 - 12. August **Taiji-Schwertform für Einsteiger** (Lo Yong)
 - 18. August **Pan Zi Gong – Tellerübungen neu** (R. Geitner, A. Callegari)
 - 19. August **Daoyin Baojian Gong Vol. 2 – Gesundheitsschützendes Qigong** (R. Geitner)
 - 25. August **Taiji 42er Wettkampfform für Fortgeschrittene** (Lo Yong)
 - 26. August **Taiji 42er Schwertform für Fortgeschrittene** (Lo Yong)

Die Schlör Bodensee Fruchtsaft AG unterstützt das gesunde METTNAU-Angebot erneut mit Getränken für die Teilnehmer.

Aufgrund der regen Nachfrage empfiehlt sich die rasche Reservierung der Wunschtermine!

Weitere Informationen und Buchung über Richard Geitner, METTNAU, Strandbadstraße 106, 78315 Radolfzell
Tel. +49(0)7732/151-883, Fax +49(0)7732/151-371, richard.geitner@mettnau.com, www.richard-geitner.de.

Herzlich willkommen beim Radolfzeller Hausherrenfest!

Größte und wichtigste Festtage im Kulturkalender der Stadt



Theopont, Senesius und Zeno – die drei Radolfzeller Hausherren sind die Namensgeber für die höchsten Feiertage der Stadt vom 14.-16. Juli. Bischof Radolf von Verona, der im Jahre 806 mit der Gründung der „Cella Ratoldi“ den Ursprung der Stadt legte, brachte die Reliquien dieser drei Heiligen und künftigen Stadtpatrone hierher. Ihnen zu Ehren findet jedes Jahr am dritten Juliwochenende das mehrtätige Hausherrenfest statt. Ursprünglich von rein christlicher Natur enthält es nun auch viele weltliche Aspekte und lockt Besucher aus der gesamten Region nach Radolfzell. Bei den festlichen Gottesdiensten und Prozessionen ist die Mooser-Wasserprozession am Montag der Höhepunkt. Dazu gibt es in der Stadt und an der Seepromenade viele Darbietungen, musikalische Auftritte, ein buntes Kinderprogramm und ein imposantes Feuerwerk. Ein Fest, bei dem alle Gäste herzlich willkommen sind! Hier einige Höhepunkte:

Am Freitag, 13. Juli, ehren die katholischen Kindergärten der Stadt die Hausherren in einer Prozession, die um 17 Uhr im Stadtgarten startet. Böllerschüsse und die Münsterglocken signalisieren am Samstag, 14. Juli, um 16.45 Uhr den Beginn des Hausherrenfestes

2012. Zum Auftakt zeigt die Jugendfeuerwehr Radolfzell mit Gruppen aus der Stadt und den Stadtteilen auf dem Marktplatz und dem Parkplatzbereich des seemaxx ab 17.45 Uhr ihr Können. Nach der Wallfahrtsmesse um 18.45 Uhr im Münster genießen alle das große Galakonzert des Jugendblasorchesters ab 20 Uhr auf dem Marktplatz.

Der Hausherren-Sonntag am 15. Juli beginnt erneut mit Böllerschüssen, dem Läuten der großen Hausherren-Glocke und dem Turmblasen als Morgenruf der Stadtkapelle. Um 9 Uhr folgt das feierliche Hausherrenamt im Münster, in diesem Jahr gefeiert von Erzbischof Dr. Robert Zollitsch aus Freiburg. Der Münsterchor singt hierzu die Krönungsmesse von Wolfgang Amadeus Mozart. Anschließend folgt die beeindruckende Prozession mit den kostbaren Reliquien der drei Hausherren durch die Innenstadt. Sie endet auf dem Marktplatz, wo ein Fürbittgottesdienst folgt. Am See startet danach das musikalische Programm mit einem Konzert der Stadtkapelle und weiteren Orchestern. Dazu bieten zahlreiche Vereine ein breit gefächertes gastronomisches Angebot und weitere Extras. Das bunte Festprogramm am Seeufer geht bis in die Nacht hinein. Nach Einbruch der Dunkelheit bewundern alle den beleuchteten Gondelkorsor, das Segeldefilée und anschließende große Feuerwerk.

Gegen 8 Uhr empfängt man am Hausherrenmontag, 16. Juli, die mit Blumenkränzen geschmückten Boote der Mooser Wasserprozession, die damit ein altes Gelübde erfüllen. Gemeinsam mit Priestern, Ministranten, Trachten und Würdenträgern der Stadt führt die Prozession zu Lande weiter ins Münster. Nach dem feierlichen Mooser Amt kann man sich an der Seeufer-Festmeile beim Weißwurstfrühstück stärken. Ab 14.30 Uhr spielen Kinder- und Jugendgruppen am Konzertsegel die Hauptrolle, während die Stadt ältere Bürger und Gäste ins Milchwerk einlädt. Zum Abschluss kann man ab 20 Uhr am Konzertsegel nochmals das Tanzbein schwingen. ■



Time to celebrate

Gospelhits vom Feinsten!



Der Swing- und Gospel-Chor Happy Day aus Wächtersbach mit etwa 60 Sängerinnen und Sängern kommt mit seiner Band am 4. Juli um 20 Uhr ins Milchwerk Radolfzell. Mit seinem neuen Tourprogramm begeistert der Chor durch besinnliche und groovige Balladen sowie mit schwungvollen und fetzigen Gopsetiteln.

Zum Repertoire von Happy Day gehören traditionelle Gospels, Spirituals, aber auch Titel der sogenannten Contemporary Black- and White-Gospels, die stark von Musikstilen unserer Zeit wie Rock, Pop, Latin oder Funk

beeinflusst sind. Der Chor geht im dreijährigen Rhythmus auf Tour durch Deutschland und benachbarte Länder. Große Erfolge feierte er auch auf den evangelischen Kirchentagen in Frankfurt und beim ökumenischen Kirchentag in Berlin. Die neueste, fünfte CD zum Tour-Programm wurde dieses Jahr fertiggestellt. Bei dem Schwung, den die Sänger auf die Bühne des Milchwerks bringen, hält es die Besucher sicher nicht lange auf den Stühlen! Karten gibt es an der Abendkasse.

Mehr Informationen und Hörbeispiele unter www.happy-day-chor.de. ■

Wundermittel und Mauerblümchen

Sonderausstellung im Stadtmuseum Radolfzell

Die aktuelle Sonderausstellung über das Maiglöckchen passt so richtig zum Radolfzeller Stadtmuseum am Seetorplatz, das unter anderem auch eine historische Apotheken-Ausstattung enthält. Zum einen als Bestandteil betörender Parfüms geliebt, galt sie im Mittelalter auch als Attribut der Gottesmutter und seit der Renaissance als Wundermittel unter den Heilkräutern, mit dem sich namhafte Gelehrte befassten. Andere wieder nutzten die hübsche Pflanze als Motiv für Liebesgrüße, auf Porzellan, Gläsern und anderem mehr. Die facettenreiche Präsentation spannt einen weiten Bogen zur Kulturgeschichte des Maiglöckchens von der Botanik bis zum Brautstrauß.

Zu den begleitenden Veranstaltungen gehört am **Sonntag, 8. Juli** von 14 bis 17 Uhr auch ein Kräuterspaziergang mit anschließender Herstellung von Kräutersalzen (Anmeldung erforderlich).



Öffnungszeiten: Di bis So 10 bis 12.30 Uhr und 14 bis 17.30 Uhr, Do bis 20 Uhr.

Informationen: Tel. 07732/81-530 oder www.stadtmuseum-radolfzell.de. ■

Film ab zu den Zeller Filmnächten!

Open-Air-Kino in Radolfzell



Es ist wieder soweit! Große und kleine Filmfreunde freuen sich schon auf die fünfte Auflage der Zeller Filmnächte vom **Samstag, 21. Juli bis Montag, 23. Juli**. Der große Marktplatz mit den markanten Gebäuden bietet hierfür das richtige Ambiente. Radolfzeller und Gäste schätzen weitere Besonderheiten der Filmnächte: Für zwei Abende konnten sie selbst wählen, welcher

legendäre Filmklassiker oder neuer Kinohit auf die Leinwand kommt und – sie bringen ihre Sitzmöbel zum Freiluft-Kino selbst mit. Dadurch entsteht eine bunte Mischung vom Camping- oder Liegestuhl über Klapp- oder Barhocker bis zum gemütlichen Sessel – in dieser entspannten Atmosphäre findet jeder seinen Platz. Die Eiskarte des benachbarten Cafés und weitere Service-Mobile bieten ab 19 Uhr Vielfalt für das leibliche Wohl und natürlich Popcorn! Die Vorführungen starten mit Einbruch der Dunkelheit gegen 21.30 Uhr.

Der erste Kinoabend, gesponsert durch die Sparkasse Singen-Radolfzell, entführt mit der „Reise der Pinguine“ in polare Regionen. Für die beiden Folgeabende hatten die Südkurier-Leser per Online-Abstimmung jeweils fünf großartige Filme zur Wahl. Die Sieger-Titel findet man unter www.radolfzell.de. Sicher ist, dass Kinder, junge Kinogänger und Erwachsene gleichermaßen auf ihre Kosten kommen und auf dem nächtlichen Marktplatz gelacht wird, aber auch so manche Träne der Rührung fließt. Also nichts wie hin zu den Zeller Filmnächten mit ihrem besonderen, charmanten Flair!

Übrigens: Als Regenalternative ist mit dem Obergeschoss des seemaxx Factory Outlet Center Radolfzell bestens gesorgt – auch hier mit Bewirtung (Regentelefon: 0174/5647795). ■

Eröffnung der Sommerakademie

Alljährlich kommen Meisterschüler aus aller Welt nach Radolfzell, um in der Sommerakademie bei renommierten Dozenten zu lernen. Einheimische und Gäste können sich vom **3. bis 7. August** auf abendliche Open-Air-Konzerte in der Altstadt freuen (mehr in der nächsten Ausgabe). Traditionell eröffnen die Professoren mit einem Dozentenkonzert am **Dienstag, 31. Juli** um 19.15 Uhr im Milchwerk Radolfzell die diesjährige Sommerakademie.

Prof. Carmen Piazzini (Klavier), Prof. Anke Dill (Violine) und Prof. Gustav Rivinius (Violoncello) bringen folgende Werke zur Aufführung: Sonate g-Moll, op. 65 von Frédéric Chopin, Sonate A-Dur von César Franck und Trio d-Moll, op. 49 von Felix Mendelssohn Bartholdy.



Carmen Piazzini entstammt einer bekannten Künstlerfamilie in Buenos Aires und war schon mit 15 Jahren eine weltweit gefeierte Pianistin mit einem ungewöhnlich großen Repertoire. Neben Konzertsaal, Rundfunk, Fernsehen, Schallplatten und über 50 eingespielten CDs war sie auch pädagogisch tätig, zuletzt als Professorin an der Musikhochschule Karlsruhe.

Anke Dill aus Stuttgart, mit zahlreichen Preisen ausgezeichnete Geigerin, konzertierte bei vielen nationalen und internationalen Auftritten. CD-Produktionen und Radio- und Fernsehaufzeichnungen dokumentieren ihre Laufbahn. Sie unterrichtet bei Meisterkursen in der Schweiz und hat eine Professur an der staatlichen Hochschule für Musik und darstellende Kunst in Stuttgart.

Gustav Rivinius begann sein Cellostudium mit sechs Jahren. Zu den zahlreichen Auszeichnungen gehört auch der 1. Preis und die Goldmedaille beim 9. Internationalen Tschaikowsky-Wettbewerb in Moskau von 1990. Auftritte führten ihn durch Europa, Japan und die USA. In Kürze erscheint die neueste Produktion seiner Tonträger. Er unterrichtet an der Musikhochschule Saarbrücken. ■

Kunst in der Villa Bosch

„Schöpfungen“ und „Menschenbilder“



Pop-Art von Marcella Lassen.

Noch bis zum **8. Juli** präsentiert **Angelika Brackrock** als herausragende Papier- und Textilkünstlerin in der Städtischen Galerie Villa Bosch, Scheffelstr. 8, ihre Werke. Die Besucher werden für Raum und Grenze, Stofflichkeit und Farbe sensibilisiert und dabei mit einem Augenzwinkern aufgefordert, neue Blicke auf Natürlich-Zeitloses zu wagen.

Am **14. Juli** eröffnet der Kunstverein Radolfzell mit der Vernissage um 18 Uhr die Ausstellung von **Ingrid Eberspächer** und **Marcella Lassen** „Menschenbilder – Papierschnitte und Malerei“.

Ingrid Eberspächer präsentiert vielschichtige Bilderzählungen zwischen konkreter

Figuration und zeichenhafter Abstraktion. Der Betrachter begegnet phantasievollen Gedankenwelten. Bildgewaltige Geschichten entfalten sich in ihren so genannten Filmkästen mit comicartig abspulenden Zeichenbändern.

Marcella Lassen fokussiert in ihren teils großformatigen Gemälden die Welt der Schönen und Reichen, der Macht und des Erfolgs. Erscheinungen unserer Alltags- und Medienwelt werden dabei kritisch hinterfragt. Ihre farb- und formstarke Malerei wurzelt in der amerikanischen Pop-Art, die sie zu einer eigenständigen Bildsprache weiterentwickelt.

Öffnungszeiten: Di-So 14-17.30 Uhr. ■

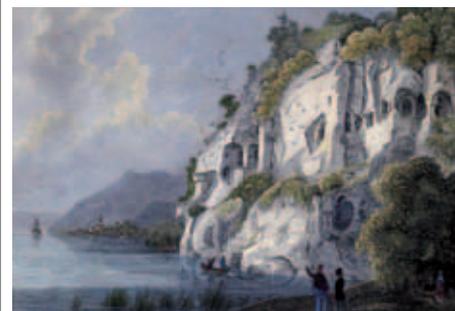
Sonderausstellung

Das Geheimnis der Heidenhöhlen

Die einst berühmten frühmittelalterlichen „Heidenhöhlen“ am Bodenseeufer bei Überlingen-Goldbach waren bis zu ihrer Zerstörung im 19. und 20. Jahrhundert ein einzigartiges Natur- und Kulturdenkmal am Bodensee. Bis zum **31. Oktober** macht die Ausstellung im Städtischen Museum Überlingen, Krummebergstr. 30, deren besondere Aura erlebbar. Es sind rund 80 zum Teil nie gezeigte Gemälde, Objekte und historische Ansichten zu sehen. Hinzu kommen Informationen zu Entstehung, Geologie und Geografie der in das Molassegestein gehauenen Heidenhöhlen. Zwei höhlenartig inszenierte Räume vermitteln ihre geheimnisvolle Atmosphäre, um deren Entstehung, Nutzung und Funktionen sich Sagen und Theorien ranken. Eine Hörstation mit Auszügen aus dem berühmten Roman „Ekkehard“ (1854) des zum Teil in Radolfzell auf der Mettnau beheimateten Schriftstellers Joseph Victor von Scheffel lässt den Zauber des Ortes nachempfinden, wie er in dem Kapitel „Der Alte in den Heidenhöhlen“ beschrieben wird.

Öffnungszeiten: Di-Sa 9-12.30 Uhr und 14-17 Uhr, So- und Feiertag 10-15 Uhr.

Informationen: www.ueberlingen.de. ■



Mit einem Bild möchte ich etwas Tröstliches sagen, so wie Musik tröstlich ist.

Vincent van Gogh

Die Schöpfungswoche

Höhepunkt: Festkonzert „Die Schöpfung“ mit rund 120 Sängerinnen und Sängern



Zum Jubiläum „20 Jahre Vokalensemble Gaienhofen“ bringt der Chor gemeinsam mit Sängerinnen und Sängern der Evangelischen Internatsschule Schloss Gaienhofen, mehreren Solisten und der Südwestdeutschen Philharmonie Konstanz das Konzert „Die Schöpfung“ von Josef Haydn zur Auf-

führung – die Besucher erwartet ein Konzert der Extraklasse! Am **Samstag, 14. Juli**, beginnt das Konzert in der Höri-Halle Gaienhofen um 20 Uhr. Am **Sonntag, 15. Juli**, ist in der Kirche St. Johann in Schaffhausen um 19 Uhr Konzertbeginn.

Kartenvorverkauf u.a. über die Christliche Buchhandlung Jona in Radolfzell, Seestr. 48, Tel. 07732/58081.

Eingebettet ist das Ganze in eine komplette, dem Thema gewidmete „Schöpfungswoche“ mit Ausstellungen und Gottesdiensten in der Melanctonkirche Gaienhofen. Das Kloster St. Georgen in Stein am Rhein zeigt ebenfalls eine Ausstellung. Hinzu kommen „Die Schöpfungsgalerie“ auf dem Waldweg von Gailingen (D) nach Ramsen (CH), Bilder-

zyklen zur biblischen Schöpfungsgeschichte im Bürgerhaus Gaienhofen sowie eine Ausstellung in der Hermann-Hesse-Schule Gaienhofen und eine literarisch-musikalische Andacht im Kloster Öhningen. Dazu ein Malkurs sowie eine grenzüberschreitende Radtour „Schöpfung erfahren“. Wesentliche Programmpunkte sind zudem zwei Podiumsdiskussionen mit bekannten Persönlichkeiten aus Politik, Wirtschaft, Kunst und Religion. Am **10. Juli** geht es um 19 Uhr in der Stadthalle Stein am Rhein um das Thema „Wie viel Wohlstand ist nachhaltig?“, am **11. Juli** wird um 19 Uhr in der Höri-Halle Gaienhofen die Frage gestellt: „Machen wir unsere Umwelt zur Unwelt?“.

Mehr zum gesamten Programm über www.vokalensemble-gaienhofen.de. ■

Montag, 2. Juli

19:30 Uhr Lesung mit Herrn Hof, WMK, Raum Mainau

Dienstag, 3. Juli

19:00 Uhr Kunsttherapie WMK* s. Aushang

19:30 Uhr Singabend WMK, Raum Höri

Mittwoch, 4. Juli

19:00 Uhr Encaustic – Kreatives Experimentieren und Malen mit farbigen Bienenwachsmalstiften WMK*, Kunsttherapieraum

19:00 Uhr Bridgeabend WMK, Raum Höri

19:15 Uhr Beweglich, locker und entspannt mit Feldenkrais Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

Donnerstag, 5. Juli

13:00 Uhr Seelsorge-Sprechstunde WMK, Musikzimmer

19:00 Uhr Kunsttherapie WMK* s. Aushang

19:00 Uhr Spieleabend mit Fr. Herfort, WMK, Cafeteria

19:00 Uhr Weinseminar Scheffelschlösschen, Kaminzimmer

Freitag, 6. Juli

13:15 Uhr Informationsgespräch mit der Küchenleitung in der Klinik Seehalde

16:30 Uhr Führung durch die Bildergalerie KSH mit Frau Jutta Mengele-Lorch

18:45 Uhr Kur und Kultur**

19:15 Uhr Leichter zur Ruhe kommen. Wirksame Wege zu Stressabbau, Entlastung und Entspannung (u.a. auch für Menschen mit Bluthochdruck) Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

Samstag, 7. Juli

15:00-18:00 Uhr Tiefer und gesünder schlafen mit Sounder Sleep. Schlaftraining, Bewältigungsstrategien bei Jetlag, Powernapping Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

20:00 Uhr Kinofilm WMK, Raum Mainau

Sonntag, 8. Juli

10:30 Uhr Beweglich, locker und entspannt mit Feldenkrais Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

13:30 Uhr Kur und Kultur**

19:30 Uhr Konzert mit Frau Pohel, WMK, Raum Mainau

Montag, 9. Juli

19:30 Uhr Harfenschnupperkurs mit Frau Dammert WMK, Raum Mainau

Dienstag, 10. Juli

19:00 Uhr Kunsttherapie WMK* s. Aushang

19:30 Uhr Singabend WMK, Raum Höri

19:30 Uhr Scheffelvortrag mit Frau Roth, Scheffelschlösschen, Kaminzimmer

Mittwoch, 11. Juli

19:00 Uhr Encaustic – Kreatives Experimentieren und Malen mit farbigen Bienenwachsmalstiften WMK*, Kunsttherapieraum

19:00 Uhr Bridgeabend WMK, Raum Höri

19:15 Uhr Beweglich, locker und entspannt mit Feldenkrais Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

Donnerstag, 12. Juli

13:00 Uhr Seelsorge-Sprechstunde WMK, Musikzimmer

19:00 Uhr Kunsttherapie WMK* s. Aushang

19:00 Uhr Spieleabend mit Fr. Herfort, WMK, Cafeteria

19:00 Uhr Weinseminar Scheffelschlösschen, Kaminzimmer

Freitag, 13. Juli

13:15 Uhr Informationsgespräch mit der Küchenleitung in der Klinik Seehalde und für die HAK im Scheffelschlösschen, Kaminzimmer

18:45 Uhr Kur und Kultur**

19:15 Uhr Leichter zur Ruhe kommen. Wirksame Wege zu Stressabbau, Entlastung und Entspannung (u.a. auch für Menschen mit Bluthochdruck) Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

Samstag, 14. Juli

15:00-18:00 Uhr Tiefer und gesünder schlafen mit Sounder Sleep. Schlaftraining, Bewältigungsstrategien bei Jetlag, Powernapping Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

Sonntag, 15. Juli

10:30 Uhr Beweglich, locker und entspannt mit Feldenkrais Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

13:30 Uhr Kur und Kultur**

20:00 Uhr Kinofilm WMK, Raum Mainau

Montag, 16. Juli

19:00 Uhr Vortrag „Erlebnis Berg“ mit Herrn Schuler WMK, Raum Mainau

Dienstag, 17. Juli

19:00 Uhr Kunsttherapie WMK* s. Aushang

19:30 Uhr Singabend WMK, Raum Höri

Mittwoch, 18. Juli

19:00 Uhr Encaustic – Kreatives Experimentieren und Malen mit farbigen Bienenwachsmalstiften WMK*, Kunsttherapieraum

19:00 Uhr Bridgeabend WMK, Raum Höri

19:15 Uhr Beweglich, locker und entspannt mit Feldenkrais Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

Donnerstag, 19. Juli

13:00 Uhr Seelsorge-Sprechstunde WMK, Musikzimmer

19:00 Uhr Kunsttherapie WMK* s. Aushang

19:00 Uhr Spieleabend mit Fr. Herfort, WMK, Cafeteria

19:00 Uhr Weinseminar Scheffelschlösschen, Kaminzimmer

19:30 Uhr Seelsorge, Vortrag und Gespräch mit Frau Welte, WMK, Musikzimmer

Freitag, 20. Juli

13:15 Uhr Informationsgespräch mit der Küchenleitung in der Klinik Seehalde und für die HAK im Scheffelschlösschen, Kaminzimmer

18:45 Uhr Kur und Kultur**

19:15 Uhr Leichter zur Ruhe kommen. Wirksame Wege zu Stressabbau, Entlastung und Entspannung (u.a. auch für Menschen mit Bluthochdruck) Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

Samstag, 21. Juli

15:00-18:00 Uhr Tiefer und gesünder schlafen mit Sounder Sleep. Schlaftraining, Bewältigungsstrategien bei Jetlag, Powernapping Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

Sonntag, 22. Juli

10:30 Uhr Konzert mit dem Shanty-Chor Überlingen

10:30 Uhr Beweglich, locker und entspannt mit Feldenkrais Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

13:30 Uhr Kur und Kultur**

20:00 Uhr Kinofilm WMK, Raum Mainau

Montag, 23. Juli

16:00 Uhr Münsterführung mit Frau Welte

Dienstag, 24. Juli

19:00 Uhr Kunsttherapie WMK* s. Aushang

19:30 Uhr Singabend WMK, Raum Höri

Mittwoch, 25. Juli

19:00 Uhr Encaustic – Kreatives Experimentieren und Malen mit farbigen Bienenwachsmalstiften WMK*, Kunsttherapieraum

19:00 Uhr Bridgeabend WMK, Raum Höri

Donnerstag, 26. Juli

13:00 Uhr Seelsorge-Sprechstunde WMK, Musikzimmer

19:00 Uhr Kunsttherapie WMK* s. Aushang

19:00 Uhr Spieleabend mit Fr. Herfort, WMK, Cafeteria

19:00 Uhr Weinseminar Scheffelschlösschen, Kaminzimmer

Freitag, 27. Juli

13:15 Uhr Informationsgespräch mit der Küchenleitung in der Klinik Seehalde und für die HAK im Scheffelschlösschen, Kaminzimmer

18:45 Uhr Kur und Kultur**

19:30-23:00 Uhr Tanzabend im Strandcafé

Sonntag, 29. Juli

10:30 Uhr Beweglich, locker und entspannt mit Feldenkrais Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

13:30 Uhr Kur und Kultur**

20:00 Uhr Kinofilm WMK, Raum Mainau

Montag, 30. Juli

19:00 Uhr Vernissage zur Bilderausstellung von Frau Silvana Roth WMK, Leseraum

Dienstag, 31. Juli

19:00 Uhr Kunsttherapie WMK* s. Aushang

19:30 Uhr Singabend WMK, Raum Höri

Kurseelsorgerin Annemarie Welte erhielt SPD-Bürgerpreis

Für ihr „großes ehrenamtliches Engagement“ und „weil sie für die Menschen der Stadt viel Gutes getan haben“ erhielten Annemarie Welte, Dietlind Heilmann und Ursula von Mackensen den SPD-Bürgerpreis. Sie wurden für ihre Arbeit als Patientenfürsprecherinnen und den Einsatz für die Umsetzung wichtiger Einrichtungen am Radolfzeller Krankenhaus in einer Feierstunde geehrt. Hauptamtlich ist Annemarie Welte unter anderem als Radolfzeller Klinikseelsorgerin und als Kurseelsorgerin für die

Patienten und Gäste der METTNAU aktiv. Dort schätzt man ihre ruhige und mitfühlende Art und ihr Wissen um die Sorgen und Nöte, die gerade die Patienten in der Anschlussheilbehandlung umtreiben. Jeden Donnerstag um 13 Uhr bietet sie in der Werner-Messmer-Klinik (Musikzimmer) eine Sprechstunde an. Über Vorträge und Gesprächsrunden mit ihr informiert der Aushang.



* Anmeldung an der Rezeption der WMK

** Voranmeldung und Bezahlung an den Rezeptionen der jeweiligen Kliniken, nähere Informationen entnehmen Sie bitte den Aushängen.

Abkürzungen: KSH = Klinik Seehalde; HAK = Hermann-Albrecht-Klinik; WMK = Werner-Messmer-Klinik; KPK = Kurpark-Klinik

Psychologische Beratung

Sprechstunde:

Mo-Fr (außer Di) ohne Voranmeldung jeweils 11.30-12 Uhr
Hier besteht die Möglichkeit zu einem unverbindlichen Vorgespräch und Einholen von Informationen auch bezüglich einer Beratung am Heimatort sowie zur Abklärung/Kennenlernen bei dem Wunsch nach Einzelgespräch/en.

Einzelgespräch:

Dr. Joachim Modes · Psychotherapeut · Tel. 343 · WMK 3. Etage, Zimmer 343

Dr. Dorothea Hensel-Dittmann · Psychotherapeutin · Tel. 443 · WMK 4. Etage, Zimmer 443 (Mo, Mi, Fr 11.30-12 Uhr)

Dipl. Psych. Aleksandra Schefczyk · Psychotherapeutin · Tel. 445 · WMK 4. Etage, Zimmer 445 (Di, Mi, Fr von 8-12 Uhr)

Termin nach Vorgespräch (auch tel. Terminvereinbarung gemäß obigen Zeiten) bzw. – auch ohne Vorgespräch – an der Disposition. Eine Zuweisung seitens des behandelnden Arztes ist nicht notwendig.

Nichtraucher-Training

Jeden Donnerstag 14 Uhr · WMK Raum Reichenau
Während des Kuraufenthaltes Nichtraucher werden. In einer Gruppe von Gleichbetroffenen lernen Sie in einem Selbstkontrollprogramm besser, dem Problem zu begegnen. Bei Fragen und/oder akuten Schwierigkeiten stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Stress-Seminar I (Theorie) / II (Praxis)

Jeden Mittwoch 10 Uhr · WMK Raum Mainau

Entspannungs-Training

Mo-Do jeweils 13.25 Uhr · Gymnastikhalle WMK
Bitte kommen Sie fünf Minuten vor Beginn. Kein Eintritt mehr nach Trainingsbeginn.
Einführung zum Tiefenmuskulären Entspannungstraining
Fr 13.15 Uhr · WMK Raum Mainau

Ernährungsberatung

Einzelgespräch:

Beratungen in Form von Einzelgesprächen sind nach ärztlicher Verordnung möglich. Bitte nehmen Sie mit dem/der behandelnden Arzt/Ärztin Kontakt auf, damit eine entsprechende Einzelberatung verordnet werden kann. Terminvereinbarung über die zentrale Therapiedisposition. Gäste der Klinik Seehalde vereinbaren einen Termin bitte über das Arztsekretariat.

Gruppenschulung:

Seminare für Selbstzahler sowie für gesetzlich versicherte Patienten. In den Seminaren werden Sie über wichtige Grundlagen einer gesunden Ernährung informiert und erhalten wertvolle Tipps zur Umsetzung in Ihrem Alltag. Weiter werden Gruppenschulungen zu den Themen Diabetes, erhöhte Blutfettwerte, Adipositas und für fliegendes Personal angeboten. Auch die Teilnahme an der Lehrküche oder am Einkaufstraining ist möglich. Bei Interesse nehmen Sie mit dem/der behandelnden Arzt/Ärztin Kontakt auf.

Die Ernährungsberatung findet ausschließlich in der WMK statt. Räumlichkeiten und Termine entnehmen Sie bitte Ihrem wöchentlichen Therapieplan.

Kochen ohne Reue zu den Themen

„Es muß nicht immer Fleisch sein“ und „Fit mit vollem Korn“
(Termine siehe Aushang in der Werner-Messmer-Klinik).

Entspannung

Feldenkrais – beweglich, locker und entspannt

Mit der Feldenkrais-Methode verbessern Sie Ihre Beweglichkeit auf wohlthuende Weise. In langsamen Bewegungsabläufen, ohne unnötige Anstrengung und einseitige Belastung werden unökonomische Bewegungsmuster erkannt und können verändert werden.

Die Bewegungsabläufe sind leicht und ohne Anstrengung durchführbar, sie bringen rasch eine deutliche Steigerung der Flexibilität, bessere Körperhaltung und mehr Bewegungseffizienz.

Leitung: Dr. Marianne Breuer, Psychologin und Feldenkrais-Lehrerin (Termine siehe Veranstaltungskalender).

Leichter zur Ruhe kommen

Wirksame Wege zu Stressabbau, Entlastung und Entspannung, auch für Menschen mit Bluthochdruck. In diesem Seminar lernen Sie durch einfache, kleine Bewegungen (mini-moves), die mit der Atmung synchronisiert werden, zur Ruhe zu kommen. Die Konzentration auf diese „kleinen Bewegungen“ erleichtert das Abschalten, beruhigt die Gedanken und entspannt den Körper. Die Übungen sind leicht zu erlernen und bieten eine wirksame Hilfe im Alltag (Termine siehe Veranstaltungskalender).



Schwimmbad

Unseren Gästen stehen die Schwimmbäder im Kurmittelhaus und in der Werner-Messmer-Klinik zur Verfügung. Neben der Wassergymnastik ist „freies Schwimmen“ wie folgt möglich:

Kurmittelhaus

(für Kurgäste und Öffentlichkeit)

Bewegungsbad B

Winter (Oktober – April)

Täglich außer Do 16:00-21:30 Uhr

Donnerstag 19:00-21:30 Uhr

Sommer (Mai – September)

Täglich außer Do 18:00-21:30 Uhr

Donnerstag 19:00-21:30 Uhr

Bewegungsbad A

Mittwoch

Kinderschwimmen 14:00-17:00 Uhr

Freitag (auf Rezept)

Wassergymnastik 15:00-15:30 Uhr

Freitag (nur im Winter von Okt. – April)

Warmbadetag 16:00-21:30 Uhr

Im Kurmittelhaus haben Sie auch die Möglichkeit, Solarien zu benutzen.

Werner-Messmer-Klinik

(ohne Badeaufsicht und nur für Kurgäste)
Die Schwimmbadbenutzung ist aus Sicherheitsgründen erst ab 2 Personen möglich!

Mo-Fr 07:30-08:30 Uhr/14:30-16:00 Uhr

Zusätzliche Zeiten:

Mo-Di 17:00-21:00 Uhr

Mi 19:00-21:00 Uhr

Do 14:30-21:00 Uhr

Fr 17:00-18:30 Uhr/19:45-21:00 Uhr

Sa-So 07:30-12:00 Uhr/14:30-21:00 Uhr

Sauna

Vor einem Saunagang ist eine Rücksprache mit Ihrem behandelnden Arzt/Ärztin unbedingt erforderlich (Eintrag in der Kurkarte). Aus Sicherheitsgründen bitten wir Sie, nicht alleine in die Sauna zu gehen. Im Notfall Schwesternrufanlage betätigen. Unseren Gästen stehen zwei Saunen zur Verfügung (Kurkarte bitte an der Rezeption vorlegen).

Sauna Kurpark-Klinik

Mo-Mi 14:00-21:30 Uhr Gemischt/Sauna

Do 14:00-21:30 Uhr Herren/Sanarium

Fr 14:00-21:30 Uhr Damen/Sanarium

Sa 14:00-21:30 Uhr Gem./Sanarium

So 14:00-21:30 Uhr Gemischt/Sauna

Sauna Kurmittelhaus

Mi-Mo gemischte Sauna, Di Damen-Sauna

Winter (Okt.-April) 16:00-21:30 Uhr

Sommer (Mai-Sept.) 18:00-21:30 Uhr

Für Kurgäste ist die Sauna Mo-Fr ab 14:00

Uhr, Sa-So ab 16:00 Uhr (Winter) und ab

18:00 Uhr (Sommer) geöffnet.

Krafraum Kurpark-Klinik

Mo-Fr 09:00-12:00 Uhr/14:00-17:00 Uhr

19:00-21:00 Uhr

Sa 14:00-17:00 Uhr/19:00-21:00 Uhr

So 14:00-17:00 Uhr/19:00-21:00 Uhr

Dies & das für den Gast

Gottesdienste

Katholische Kirche Münster ULF

Marktplatz · Sonntag 9:15 Uhr und 11:15 Uhr

Evangelische Kirche

Bühlstraße 5a · Hauptgottesdienst Sonntag 10 Uhr

Evangelisch-Methodistische Kirche

Robert-Gerwig-Straße 5 · Sonntag 10 Uhr

Freie Evangelische Kirchengemeinde

Herrenlandstraße 58 · Sonntag 10 Uhr

Ökumenische Seelsorge

Sprechstunde mit Frau Welte jeden Donnerstag um 13 Uhr.

Vorträge und Gesprächsrunden mit Frau Welte im Musikzimmer der WMK (siehe Aushang).

Weinprobe

Für Laien ist es oft schwierig, nachzuvollziehen, was einen Experten veranlasst, einen Wein als angenehm im Abgang zu bezeichnen oder gar einen Hauch von Pfirsichgeschmack erkennen zu wollen. Weinexperte Wolfgang Schuler vermittelt im Rahmen einer Weinverkostung auf unterhaltsame Weise, Duft- und Geschmacksnoten zu erkennen, so dass Weine bestimmt und zugeordnet werden können. Die Degustation findet jeweils donnerstags um 19 Uhr (siehe Aushang) im Kaminzimmer im Scheffelschlösschen statt und wendet sich sowohl an Weinliebhaber als auch Einsteiger.

Singabend mit Adam Kuhn

Singen Sie sich gesund und glücklich! Schon 15 Minuten Singen versetzen Herz und Kreislauf in frohlockende Stimmung und versorgen den Körper besser mit Sauerstoff. Nach einer halben Stunde Singen wird das Gehirn mit Glücksstoffen überflutet. Auch die Abwehrkräfte profitieren, denn nach wenigen Minuten steigt bereits der Immunglobulin-A-Wert an, der vor Erkältungen schützt. Wer am Singen teilnehmen möchte, auch ohne Vorkenntnisse, ist jeden Dienstag um 19:30 Uhr in den Raum Höri in die Werner-Messmer-Klinik herzlichst eingeladen, Liederbücher werden gestellt.

Bridge

Bridge, die Königin unter den Kartenspielen, begeistert weltweit Millionen junge und ältere Menschen. Es könnte auch Sie interessieren, sich mit jeder Kartenausteilung immer neuen Aufgaben zu stellen und sich mit einem Partner oder Partnerin zu verständigen. Wir sind jeden Mittwoch ab 19 Uhr in der Werner-Messmer-Klinik im Raum Höri zu finden. Wenn Sie schon Bridge spielen, sind Sie als Gast bei uns herzlich willkommen. Eine Partnerin oder ein Partner findet sich sicher. *Anmeldung bei:* Bridge Spielkreis Radolfzell Luise Mühl · Tel. 0 77 32 / 63 06

Gesundes Liegen

Erholsamer Schlaf regeneriert Körper, Geist und Seele. Matratzen, Kissen und Lagerungshilfen müssen individuell angepasst sein. Erfahren Sie mehr zum Thema „Gesundes Liegen“ im Hegau-Bodensee-Klinikum Radolfzell, Schlaflabor/4. Etage, Raum 465 jeweils Dienstag 14-15:30 Uhr und Donnerstag 15-16:30 Uhr, Tel. 0 75 31 / 69 44 70 .

Rotary-Club

Im RC Radolfzell-Hegau sind die rotarischen Kurgäste herzlich willkommen. Die Meetings finden im Hotel Haus Gottfried in Moos wie folgt statt: Erster, dritter bis fünfter Dienstag im Monat um 12:30 Uhr, zweiter Dienstag im Monat um 19:30 Uhr (Abendmeeting mit Damen). Weiterhin wird von April bis Oktober ein Präsenztisch auf der Mettnau angeboten: Erster und dritter Donnerstag im Monat um 19 Uhr im Hotel Garni ART VILLA am See, Rebsteig 2/2.

Weitere Informationen: Sekretariat von Chefarzt Dr. Drews · Hermann-Albrecht-Klinik · Tel. intern 859 · extern 0 77 32 / 151-859

Lions Club Radolfzell-Singen

Treffen jeden 3. Montag im Monat · 19:30 Uhr · Hotel Flohr's in Singen-Überlingen. *Kontakt:* Helmut Assfalg · Tel. 0 77 31 / 628 38

Zonta International

Meeting jeden 3. Dienstag/Monat

Informationen: Frau Stuckert · Tel. 547 24

Tennis

Die METTNAU verfügt über zwei Sand-Tennisplätze auf dem Therapiegelände. Buchung Rezeption Hermann-Albrecht-Klinik.

Weitere Tennisplätze:

Tennisclub Radolfzell-Metttau · Tel. 0 77 32 / 106 32

Tennishalle im Sportpark Mettnau · Tel. 0 77 32 / 131 32

Boccia (Boule)

Auf dem Therapiegelände befinden sich zwei Boccia-Bahnen. Kugeln sind an der Rezeption der Hermann-Albrecht-Klinik erhältlich.

Tischtennis

In den Gymnastikhallen des Kurmittelhauses, der Kurpark- und der Werner-Messmer-Klinik kann am Abend und am Wochenende Tischtennis gespielt werden. Schlüssel zur Halle und Schläger sind an der jeweiligen Rezeption erhältlich.

Golf

Golfanlage Schloß Wiechs · Brunnenstraße 4B · 78256 Steißlingen

Tel. 0 77 38 / 71 96 · www.golfclub-steisslingen.de



MIETWAGEN FÜR SIE

Sondertarife für Urlaubsgäste z.B. Renault Twingo

Tagespauschale
inkl. 100 km € 49,-
Wochenendpauschale
inkl. 1000 km € 99,-

Erfahren Sie die schöne Umgebung mit einem Mietwagen von uns.

Autovermietung
BLENDER

Bitte rufen Sie an und reservieren Sie Ihren Wunschtermin unter **077 32-98 2773**.

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



FASZINATION LUFTFAHRT



Dornier Museum Friedrichshafen am Flughafen
Tel. + 49 (0)7541 487 36-00

Öffnungszeiten:
Mai-Oktober: Mo. bis So. 10.00 – 18.00 Uhr
November-April: Di. bis So. 10.00 – 17.00 Uhr
Geschlossen am 24./25. und 31.12.

www.dorniermuseum.de

THEATER Die Färbe SINGEN

**Curt Goetz
Emanuel Reibachs
Welttheater**

Bis 14. Juli
Mi · Do · Fr · Sa 20.30 Uhr

**Ballettabend
in der Basilika**

**Eine Reise durch
die neue Welt**

18., 19., 20., 21., 22. Juli

**THEATER-CAFÉ
BIERGARTEN**

vor der Vorstellung
ab 16 Uhr geöffnet

Karten & Information:

(07731) 64646 + 62663
Abendkasse ab 19.30 Uhr
Schlachthausstraße 24
www.diefarbe.de

BUCHTIPP

**Franz Hohler:
SPAZIERGÄNGE**

**Eine Erkundung dessen,
was Heimat ist**

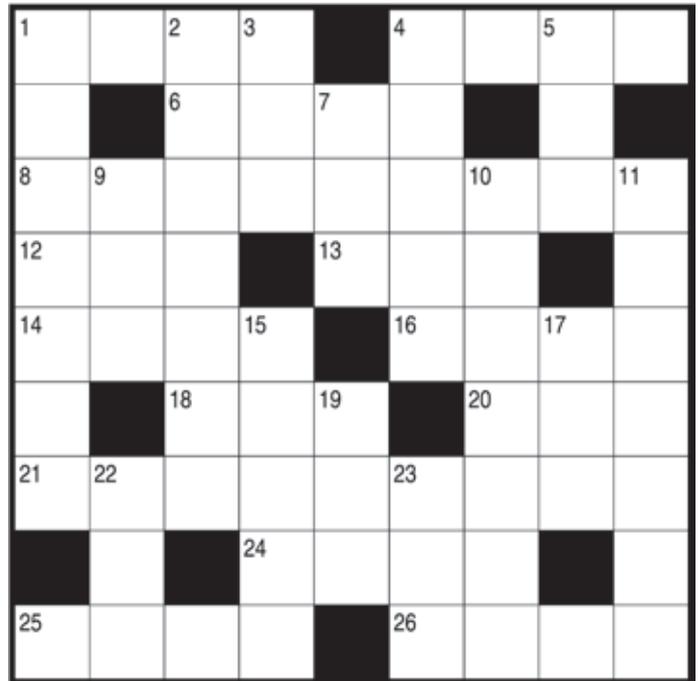
Wissen wir eigentlich, wo wir leben? Wie die Straßen aussehen, die wir täglich entlanggehen? Wie der Frühling sich am nahe gelegenen Fluss anfühlt? In Franz Hohlers Spaziergängen bekommen wir eine Ahnung, was es in unserer nächsten Umgebung alles zu entdecken gibt an Schönerm, an Merkwürdigkeiten und auch an Aberwitz. Wir lernen wahrzunehmen und verwandeln uns langsam in Kenner von etwas, das wir zu kennen glaubten – unseren Alltag.



*Luchterhand
Literaturverlag,
gebundenes
Buch,
160 Seiten
ISBN: 978-3-
630-87386-2
EUR 18,99*

WORTSPIEL

Auflösung im nächsten Heft



Waagerecht: 1 Mittelamerikanischer Staat, der Zigarren, Zucker und heiße Rhythmen exportiert 4 Man kann Ketten nicht nur am Hals tragen 6 Lläuft der Weinstock rückblickend durch Wald und Flur? 8 Antielektroartschneiderverfahren, messerscharf und schaumgeboren 12 Drei ältere Römer, froh am Treppen versammelt 13 Ein gewisser Jack ruht sicher nicht in Frieden 14 Menschenfressender Riese à la France 16 Von ihr ernährt sich vornehmlich diese Krähe 18 Augenfalte, in keinem Liederbuch zu finden 20 Was hat ein Atoll Tuvalu mit den Inuit gemeinsam? 21 Auf eine Fragestellung wird auf diese Weise erwidert 24 Auch bei der Essener Industrie rauchen heute noch die alten Kamine! 25 Wildschwein, das hier seine Männlichkeit verloren hat 26 Sagenhaftes Höchstbegehrtes bei den Artus-Rittern

Senkrecht: 1 Hierin saßen einst Buchhalter und Bürokraten noch an Pulten und führten ihre Kontobücher 2 Innerlich erfüllt ist man wörtlich voller Seele 3 System, das bei KFZ absolut nichts blockiert 4 Erdbeerfarben, aber nicht für Reisgerichte zu empfehlen 5 Sie lässt man gerne mal heraus, wenn wilde Partytime im Haus 7 Dieser Stock steht besonders den Schweizer Kraxlern

nahe 9 Endloser, scharf beobachten-der sagenhafter Wächter der Antike 10 Er liegt im Volksmund meist lauernd in den Büschen 11 Sucht ein Chemiestudent „Vitamin A“, könnte er es im Augennetz entdecken 15 Mit zusätzlicher Kopfbedeckung strahlt das Stacheltier im Sternbild Orion 17 Sie steckt in jedem Auerhahn – wo er auch bestens balzen kann 19 Was fehlt Shakespeares Demona, um Gestalt anzunehmen? 22 Der vegetarische Lappländer möchte partout zu keiner Zeit seinen Renbraten 23 Ganz Schön Geschickt, diese deutsche Befreiungseinheit in Mogadischu!

AUFLÖSUNG JUNI 2012:

B	U	M	S	F	R	O	H	
I	A	E	R	A	U			
G	Y	M	N	A	S	T	I	K
B	U	S	Y	E	S	L		
A	L	E	S	R	U	T	E	
N	L	T	U	N	O	T		
D	I	L	E	T	T	A	N	T
N	T	E	A	M	E			
A	N	I	S	B	I	E	N	

**CERAMICA
ULLI BEHOLZ**

kirchgasse 16 öffnungszeiten:
direkt beim dienstag-freitag 15-18 uhr
radolfzeller münster samstag 10-13 uhr



**Erleben Sie Technik und Kunst im
Zeppelin Museum Friedrichshafen**

Wichtige Termine 2012

16.12.2011 bis 26.2.2012
HCEHERE WESEN – Roland Fuhrmann

Ab 23.2.2012
EPHEMERALS – FLÜCHTIGE DIALOGE. Aus der Reihe: Off-Space meets Museum

3.2. bis 6.5.2012
WIR SIND ALLE ASTRONAUTEN – Universum Buckminster Fuller im Spiegel zeitgenössischer Kunst

9.3. bis 6.5.2012
1.600.628 KM DURCH DIE LUFT – Luftschiffkapitän Heinrich Bauer

6.5.2012
ZEPPELIN MUSEUM IM WANDEL – DIE NEUE DAUERAUSSTELLUNG ENTSTEHT
Eröffnung Neukonzeption 3. Teil

25.5. bis 9.9.2012
HOCHSEETAUGLICH – Theodor Kober & 100 Jahre Wasserflug am Bodensee

5.10.2012 bis 6.1.2013
ANTON STANKOWSKI – Fotografie



ZEPPELIN MUSEUM FRIEDRICHSHAFEN

TECHNIK UND KUNST

Öffnungszeiten: Mai – Oktober: täglich 9 – 17 Uhr
November – April: Di – So 10 – 17 Uhr

Seestraße 22 · 88045 Friedrichshafen

Info-Telefon: +49 / 75 41 / 3801-0 · www.zeppelin-museum.de

seemaxx.
Factory Outlet Center Radolfzell



Factory Outlet Center
Radolfzell

TOP-MARKEN
zu Outlet-Preisen!

Mehrwertsteuer-
Rückerstattung
für unsere
Schweizer Kunden.

30% bis
70%
Preisvorteil*

TOMMY HILFINGER Reebok
LEVI'S TRUSSARDI camel active K+S jordan cardin OPTIKER MILKMA
WOLFSBERG DOCKERS K+S MARC UNCOVER
MCXX CHEVY felina GERRY WEBER TOMMY HILFINGER

Mo-Sa, 10-19 Uhr · Schützenstraße 50 · 78315 Radolfzell
Telefon +49 (0) 7732-940 999 30 · www.seemaxx.de

AKTIONSGEMEINSCHAFT
RADOLFZELL

HERZLICH WILLKOMMEN
IN RADOLFZELL



TERMINE

- 06.07.2012 Sparkassenhock
- 14. - 16.07.2012 Hausherrnfest
- 21. - 23.07.2012 Zeller Filmmächte
- 28.07.2012 Erlebnisamstag
- 29.07.2012 Bodensee Megathlon
- 31.07.2012 Beginn Sommerakademie
- 01.09.2012 Altstadtfest
- 21.09.2012 Vivactiva Bodensee-Firmenlauf
- 02.10.2012 Kulturnacht
- 07.10.2012 Musik uff de Gass
- bis 02.09.2012 Wöchentlicher Abendmarkt auf dem Marktplatz
donnerstags 16:00 bis 20:00 Uhr

Radolfzell Sparkasse Singen-Radolfzell www.herzlich-einkaufen.de

Schöne ? ? ?
Erinnerungen ?
gesammelt ? ?

**Dann halten Sie
diese doch fest!**
z.B. als Kalender, Poster oder
gedruckt auf eine Acrylglas-Platte

ZABEL
IHR DRUCKEREI
www.zabeldruck.de
78315 Radolfzell · Telefon 07732 92770

IHR innovatives
Druckhaus
am Bodensee

ZEPPELIN
Neue Technologie

Wir erfüllen Träume.



An Bord des Zeppelin NT liegt
Ihnen die Welt zu Füßen. Schweben
Sie mit – dem Alltag davon und
erleben Sie neue Perspektiven

Mit dem kulinarischen Angebot im
Restaurant Zeppelin Hangar FN
und unseren Wertführungen wird
Ihr Besuch in Friedrichshafen zu
einem spannenden Erlebnisstag für
die ganze Familie.

Informationen und Buchung:
Telefon: +49 (0)7541 5900-0
www.zeppelinflug.de

Deutsche Zeppelin-Reederei GmbH · Allmannsweilerstraße 132
88046 Friedrichshafen



- F¹** Fuß- / Fahrradweg in die Stadt
- F²** Seebad
- F³** Minigolfplatz
- F⁴** Café Schmid
- F⁵** Fahrradverleih bei der WMK
- F⁶** Kurpark mit „Urkundenhäuschen“
- F⁷** Strandbad
- F⁸** Restaurant Strandcafé mit „Kunsthäusle“ (zeitweise Ausstellungen)
- F⁹** Tennisplätze / Tennisclub
- F¹⁰** Fahrradverleih/Parkplatz bei der HAK
- F¹¹** Aussichtsplattform

- H¹** Bushaltestelle „Sportplatz“
Treffpunkt für Wanderungen (Gäste der Klinik Seehalde)
- H²** Bushaltestelle „Mettnau Klinik“
Treffpunkt für Wanderungen (Gäste der Werner-Messmer-Klinik und der Kurpark-Klinik)
- H³** Bushaltestelle „Strandbad“, Wendeplatte
Treffpunkt für Wanderungen (Gäste der Hermann-Albrecht-Klinik und der Undine)
- U¹** Hermann-Albrecht-Klinik (HAK)
- U²** Werner-Messmer-Klinik (WMK) mit Haus B
- U³** Klinik Seehalde (KSH) mit Villa und Apartmenthaus
- U⁴** Kurpark-Klinik (KPK)
- U⁵** Haus Undine
- U⁶** Haus Christine
- M¹** Kurmittelhaus (KMH) Arzstation HAK, Sport- und Therapieeinrichtungen, Sauna, Bewegungsbad
- M²** Scheffelschloßchen Kurdirektion
- M³** Verwaltungsgebäude Reservierungsabteilung und Patientenabrechnungswelle
Reservierungsabteilung Tel. +49 (0) 7732 151-810
Patientenabrechnungswelle Tel. +49 (0) 7732 151-811
- S** Zentrum für Schlafmedizin der METTNAU

H = Bushaltestelle
U = Unterkunft
M = METTNAU-Gebäude
F = Freizeitanlage