

Bayern

Helfen im Freistaat



Rettungskräfte geben Einblick
in ihre tägliche Arbeit

**ADAC Tourismuspreis
Bayern**
Siegreiche Projekte
in 2025

Freizeit
Tipps für die
warme Jahreszeit

Interview
Motorsportler
Fabian Vettel



Niederbayern – Altmühlthal

4 Sterne Dorint Marc Aurel Resort Bad Gögging

4 Tage • Halbpension

ab € 333,- p.P.

Reise-Code:
done

Für Sie inklusive:

- ✓ 3/5/7 Übernachtungen ✓ Halbpension
- ✓ 1 Flasche Wasser pro Zimmer
- ✓ **Wellnessbereich** mit Thermalhallenbad, Außenpool und Saunen
- ✓ Nutzung des Fitnessraums
- ✓ **10% Ermäßigung auf Wellnessanwendungen** pro Vollzahler (mit Voranmeldung; MO – FR)
- ✓ 50 € Wellnessgutschein (ab 5 Nächten; mit Voranmeldung; nach Verfügbarkeit; nicht auszahlbar) ✓ WLAN

Termine & Preise

in €/Person im DZ KOM / EZ

Saison	Anreise		täglich		
	Nächte	3	5	KOM	EZ
01.11. - 17.12.25	333	559	559	879	
16.05. - 31.10.25	349	589	599	919	

Kurtaxe: ca. 2,10 € pro Person/Nacht
Auch 7 Nächte buchbar!



Bayerischer Wald

3 Sterne Landhotel Rosenberger in Wegscheid

4 Tage • All Inclusive

ab € 149,- p.P.

Reise-Code:
lawe

Für Sie inklusive:

- ✓ 3/5/7 Übernachtungen ✓ All Inclusive
- ✓ Nutzung des **Hallenbads**
- ✓ WLAN im öffentlichen Bereich
- ✓ Hotelparkplatz (nach Verfügbarkeit)

Termine & Preise

in €/Person im DZ

Saison	Anreise		täglich		
	Nächte	3	5	7	
23.11. - 19.12.25		149	239	329	
15.05. - 05.06.25,					
22.06. - 12.07.25,		179	279	379	
14.09. - 30.10.25,					
09.11. - 22.11.25					
06.06. - 21.06.25,					
13.07. - 13.09.25,		209	349	459	
31.10. - 08.11.25,					
20.12. - 26.12.25					

Einzelzimmerzuschlag: 10 €/Nacht
Kurtaxe: ca. 3 € pro Person/Nacht

Passau

Bsp. DZ Superior (gg. Aufpreis)



All Inclusive



All Inclusive Kreuzfahrt: Donauzauber

4 Sterne ARIELLE ROYAL ab/an Passau

Bis zu 500 € Rabatt

Für Sie inklusive:

- ✓ 7 Übernachtungen ✓ All Inclusive
- ✓ Ganztags geöffnete Kaffee und Teestation
- ✓ Willkommens-/Abschiedsgetränk mit kleinen Snacks
- ✓ 1 x Abschieds-Gala-Dinner
- ✓ Nutzung vieler Bordeinrichtungen
- ✓ Bordunterhaltung mit täglicher Livemusik
- ✓ Deutschsprachige Reiseleitung ✓ Gepäcktransport ab/bis Anleger ✓ Alle Hafen- und Passagiergebühren

Aktions-Angebot

8 Tage • All Inclusive

statt ab 1.199 €

jetzt schon ab 899 € p. P.

Reise-Code: arpd



Exklusive Termine & Preise 2025

in €/Person in einer 2-Bett-Außenkabine

	Haydn-Deck achtern* (A)	Haydn-Deck (B)	Strauss-Deck Bullauge (C)	Strauss-Deck frz. Balkon (D)	Mozart-Deck frz. Balkon (E)	Suite Mozart-Deck frz. Balkon (F)
23.10.	899 statt 1.199	999 statt 1.299	1.099 statt 1.399	1.399 statt 1.799	1.499 statt 1.999	1.799 statt 2.299
19.06., 26.06., 03.07., 10.07., 17.07., 24.07., 31.07., 07.08., 14.08., 21.08., 28.08., 18.09., 25.09., 02.10., 09.10., 16.10.	1.299 statt 1.599	1.399 statt 1.699	1.499 statt 1.799	1.699 statt 2.099	1.799 statt 2.299	2.099 statt 2.599

Bis zu 500 € Aktions-Rabatt pro Person bei Buchung bis 15.06.25! Nur solange der Vorrat reicht.

Unser Tipp: Sichern Sie sich unser **Ausflugspaket** mit 8 unvergesslichen Erlebnissen entlang der Donau zum exklusiven Vorzugspreis von 349 € p. P.

*evtl. verstärkte Maschinengeräusche. **Mindestteilnehmerzahl bei den Ausflügen:** 25 Personen pro Ausflug.

Informationen zur An-/Abreise mit der Bahn, Parkplätzen, zubuchbaren Ausflügen, Einzelbelegung u.v.m. bei unserem Serviceteam oder auf www.reisenaktuell.com

Beratung & Buchung unter **0261-293519585**

Mo.-Fr. 8-19 Uhr; Sa., So. u. Feiertage 10-19 Uhr

Online buchen auf **ReisenAKTUELL.COM** und in Ihrem Reisebüro

ReisenAKTUELL.COM
EHRLICH GÜNSTIG VERREISEN!

Weitere Termine und Informationen bzgl. Zuschlüsse, zusätzlichen Zimmerkategorien, Inklusivleistungen, Kinderermäßigungen, Mitnahme von Hunden usw. finden Sie auf reisenaktuell.com. Mit Erhalt der Reisebestätigung wird eine Anzahlung in Höhe von 20 % des Reisepreises fällig. Die Restzahlung ist 30 Tage vor Abreise zu tätigen. Veranstalter: Reisen Aktuell GmbH, in den Weniken 1, 56070 Koblenz

Cover: ADAC/Martin Hängen

Fotos: ADAC/Martin Hängen; ADAC Nordbayern; Gemeinde Friedenfels; Sandro Niosi

02-2025

Bayern

Viel Freude beim Lesen!

7 So setzen sich Helferinnen und Helfer für die Menschen in Bayern ein



Liebe Leserinnen und Leser,

unsere Titelgeschichte widmet sich dieses Mal dem Thema „Helfer in Bayern“. Wie Feuerwehr, Sanitäter, Polizei, THW sowie ADAC Luftrettung und Straßenwacht ihren wichtigen Aufgaben gerecht werden und mit welchen Herausforderungen sie bei ihrer täglichen Arbeit konfrontiert sind, betrachten wir in dieser Ausgabe. Darüber hinaus präsentieren wir Ihnen die siegreichen Konzepte der diesjährigen Gewinner des ADAC Tourismuspreis Bayern. Und im Interview erläutert Fabian Vettel, wie der Motorsport sein Leben beeinflusst hat und warum es privat gerne etwas komfortabler sein darf.

Das sind die Gewinner des ADAC Tourismuspreis Bayern 2025



20 Der Rennfahrer und Wahl-Augsburger Fabian Vettel erklärt, wie Motorsport sein Leben beeinflusst hat

INHALT

Freizeittipps

Seite 4

Das gibt's beim ADAC

Seite 6

Helfer in Bayern

Einblick in die tägliche Arbeit der Rettnerinnen und Retter

Seite 7

ADAC Tourismuspreis Bayern

Siegreiche Projekte

Seite 17

Interview

Motorsportler Fabian Vettel

Seite 20

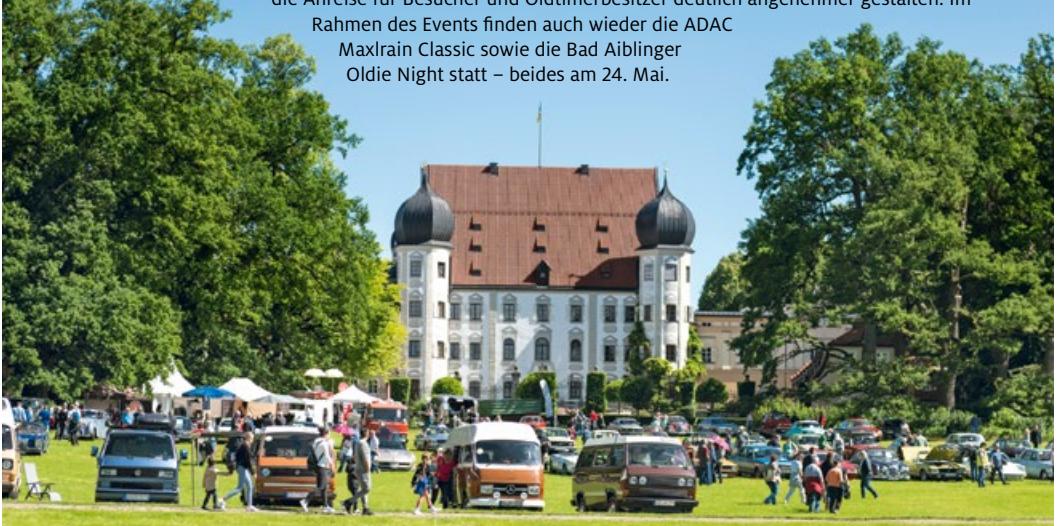
Prüfdienst/Impressum

Prüfzentren und Prüftrucks

Seite 22

Neuer Termin für Maxlrainer Oldie Feeling

Die 26. Auflage des legendären Oldtimertreffens am Schloss Maxlrain findet dieses Jahr früher als gewohnt statt, nämlich am 25. Mai 2025. Aufgrund einer Veranstaltung in Bad Aibling, die auf das Wochenende an Fronleichnam fällt und zu organisatorischen Herausforderungen geführt hätte, hat der ADAC Südbayern reagiert und das Maxlrainer Oldie Feeling vorverlegt. Der neue Termin außerhalb der Pfingstferien sollte die Anreise für Besucher und Oldtimerbesitzer deutlich angenehmer gestalten. Im Rahmen des Events finden auch wieder die ADAC Maxlrain Classic sowie die Bad Aiblinger Oldie Night statt – beides am 24. Mai.



FREIZEIT

Sommer 2025
Bayern



Mitmachen bei der Sportwagencharity

Am 3.8.2025 findet im Ofenwerk Nürnberg die 6. Sportwagencharity statt. Unter dem Motto „MitFAHREN. MitERLEBEN. MitHELPEN.“ können kranke und benachteiligte Kinder von ausgewählten lokalen Projekten kostenlos als Co-Pilot in einem Sportwagen renommierter Hersteller mitfahren. Auch Besucherinnen und Besucher haben gegen eine Spende die Möglichkeit, an einer Rundfahrt teilzunehmen. Welcher Bolide es wird, entscheidet das Los. Der ADAC Südbayern ist als Sponsor des Charity-Events aktiv und unterstützt das Programm ganzjährig mit verschiedenen Aktionen und einem Infostand. Unter anderem sind ein Aufprallsimulator, zwei Stauberer sowie ein Fahrzeug des ADAC Slalom Youngster Cup vor Ort. Die Sportwagencharity findet seit 2015 in Nürnberg statt und unterstützt darüber hinaus die sozialen Projekte mit Spenden für den guten Zweck.

> sportwagencharity.com/veranstaltung/6-sportwagencharity/

Auf zur ADAC Youngtimer Tour Nordbayern!

Den 28. Juni 2025 sollten sich alle Autoliebhaber dick im Kalender anstreichen: Denn dann findet bereits zum dritten Mal die ADAC Youngtimer Tour Nordbayern statt. Alle Autoenthusiasten mit einem Wagen aus den Jahren 1995 bis 2005 sind am letzten Juni-Wochenende herzlich zu einer Tour durch Unterfranken eingeladen. Das Fahrerfeld muss auch in diesem Jahr lustige und spannende Aufgaben im Rahmen der Veranstaltung meistern und kann außerdem die Fahrt durch eine sehenswerte Weinregion genießen. Die Route führt alle Teilnehmenden durch kleine urige Winzerdörfer, entlang der Mainschleife und Weinberge und beeindruckt – getreu dem diesjährigen Motto „Auf Achse zwischen Main und Wein“ – mit herrlichen Aussichten.

> Alle Infos zum Event und zur Anmeldung unter adac-nordbayern.de/klassik/youngtimer-tour

Foto: ADAC Nordbayern



**WIR WERTSCHÄTZEN
IHRE SCHMUCKSTÜCKE**

**SOWOHL OLDTIMER ALS
AUCH YOUNGTIMER
SIND BEI UNS WILLKOMMEN**



ADAC

UNSERE LEISTUNGEN:

- » KURZGUTACHTEN
- » TECHNISCHE ZUSTANDSERMITTLUNG
- » KAROSSERIEPRÜFUNG
- » ABGASUNTERSUCHUNG
- » TACHOTEST ZUR EINTRAGUNG
- » MOTORLEISTUNGSMESSUNG (AUCH ALLRAD)
- » FAHRZEUGWIEGUNG

Infos und Termine:

ADAC Prüfzentrum
Nürnberg-Fürth
Alte Reutstraße 115
90765 Fürth
T 0911 95 95 395

adac-pruefzentrum.de

ADAC Prüfzentrum
München
Ridlerstraße 35
80339 München
T 089 51 95 188

adac-pruefzentrum-muenchen.de

Das gibt's beim ADAC

Aktionen und Angebote aus den Regionalclubs

Badeschuhe für den Strandurlaub

So schön das Gefühl auch ist, aber beim Barfußlaufen kann man sich schnell verletzen. Die Surf- und Badeschuhe von Beco bieten daher den besten Schutz am Strand oder im Wasser. Bequemes und elastisches Neopren-Obermaterial garantiert beim Surfen oder Spielen beste Bewegungsfreiheit. Die rutschfeste Profilsohle schützt gleichzeitig vor Verletzungen durch Seegel, spitze Steine oder Glasscherben. Per Schnellschnürung ist der Schuh individuell anpassbar und sofort einsatzbereit. Eingearbeitetes Mesh-Gewebe sorgt dafür, dass eingedrungenes Wasser schnell abfließt. Die Badeschuhe gibt es in verschiedenen Farben und Farbkombinationen, sie sind in allen bayerischen Geschäftsstellen erhältlich.

> Aktionspreis: 9,95 Euro (bis zum 31.8.2025)



Reiseaccessoires von Hama



Für Vielreisende bietet der Hersteller Hama die passenden Reiseaccessoires. Wer zum Beispiel schon einmal sein Handy in fern gelegenen Reisezielen aufladen muss, kennt die Herausforderungen, die die länderspezifisch unterschiedlichen Steckdosen mit sich bringen. Hier hilft der Hama-Weltreisestecker weiter, der den Anschluss in bis zu 200 Ländern mit abweichenden Steckdosen ermöglicht. Darüber hinaus hat der Anbieter auch viele weitere praktische Produkte rund um das Thema Reisen im Angebot.

> Infos und Preise in den bayerischen ADAC Geschäftsstellen

IN ITALIEN NUR MIT WARNTAFELN

Zur Sicherung und Kennzeichnung überstehender Lasten an Kraftfahrzeugen sind in Italien Warntafeln Pflicht. Besorgen Sie sich am besten schon einmal vorsorglich ein solches Schild, damit Sie in Ihrem nächsten Italien-Urlaub jederzeit flexibel bleiben. Hinweis: Fahrradträger, die auf der Anhängerkupplung eines Fahrzeugs ruhen, benötigen in Italien seit diesem Jahr keine reflektierenden Warnschilder mehr, wenn der Träger ein Wiederholungskennzeichen und eine eigene Beleuchtung hat. Dies gilt jedoch nicht für Fahrradträger, die nicht an der Anhängerkupplung befestigt werden. Hierfür ist weiterhin eine Warntafel notwendig, wie auch für andere überstehende Lasten an Kraftfahrzeugen.

> Preis: 29,95 Euro



Fotos: ADAC/Martin Hagen

Unsere Retter

Text: Simon Hiller



In Bayern stellen die Landkreise und kreisfreien Gemeinden gemeinsam mit den Zweckverbänden den öffentlichen Rettungsdienst sicher. Insgesamt finden sich im Freistaat 25 Rettungsdienstbereiche, die jeweils über eine integrierte Leitstelle koordiniert werden. Diese nehmen alle Notrufe für Feuerwehr und Rettungsdienst entgegen und begleiten die Einsätze.

Im Folgenden zeigen wir anhand ausgewählter Beispiele, wie sich Feuerwehr, Rettungsdienst, Polizei, THW, Luftrettung und Straßenwacht für die Menschen in Bayern einsetzen und welche Herausforderungen ihnen bei ihrer täglichen Arbeit begegnen – stellvertretend für alle, die sich täglich engagieren und helfen, sei es ehrenamtlich oder hauptberuflich.



Lebensretter aus Leidenschaft

Mit knapp 326.000 aktiven Mitgliedern leisten die Feuerwehren in Bayern einen wichtigen Beitrag zur Sicherheit der Bevölkerung. Das Besondere daran: Die überwiegende Mehrheit ist ehrenamtlich tätig

Text: Bastian Hambalgo



Josef Erhart
Kommandant der Freiwilligen Feuerwehr Irschenberg

Lebensbedrohliche Brände, medizinische Notfälle und schwere Verkehrsunfälle – die bayerischen Feuerwehren sehen sich mit einer Vielzahl herausfordernder Einsätze konfrontiert. Hinzu kommt die psychische Belastung, schließlich kann der Alarm rund um die Uhr losgehen, sieben Tage die Woche. Besonders beeindruckend ist die Bereitschaft, für andere Personen im Extremfall das Leben zu riskieren, wenn man bedenkt, dass es sich hierbei um eine ehrenamtliche Tätigkeit handelt. Und das natürlich auch an Unfall-Hotspots entlang der Autobahn.

Einer, der die Belastung für die Feuerwehr tagtäglich am eigenen Leib erfährt, ist Josef Erhart, Kommandant der Freiwilligen Feuerwehr Irschenberg. Seine Einheit kommt auf rund 170 Einsätze im Jahr, was auch an der Nähe zur A 8 liegt. „Ein hohes Einsatzvolumen hat Vor- und Nachteile“, erklärt Erhart. „Einerseits ist man eingespannter als in anderen Regionen, andererseits sind die Abläufe deutlich routinierter und jeder weiß, was im Ernstfall zu tun ist.“ Erstaunlicherweise wertet Erhart den regelmäßigen Reiseverkehr auf der A 8 alles andere als

meisten Feuerwehrkräfte außerhalb ihres Wohnorts arbeiten und somit tagsüber nicht zur Verfügung stehen. Bislang funktioniere das System aber noch gut. Und das liege laut Erhart nicht zuletzt an den Ehrenamtlichen selbst: „Ich glaube, ich spreche für alle Feuerwehren in Bayern: Der Motivationsstand im Personal ist sehr gut.“

Eine beruhigende Erkenntnis. Zumal die aktuelle Dichte an Feuerwehr-Stationen und damit auch die gute Absicherung der Bevölkerung mit hauptamtlichen Kräften so nicht darstellbar wäre. Und im Ernstfall kann es über Leben oder Tod entscheiden, ob die ersten Einsatzkräfte in sechs oder doch erst neun Minuten nach der Alarmierung am Unfallort sind.

Mit 170 Einsätzen im Jahr ist die Freiwillige Feuerwehr Irschenberg gut ausgelastet. Die Autobahn A 8 trägt zum hohen Einsatzaufkommen bei

Fotos: stock.adobe.com/benjaminolte; Freiwillige Feuerwehr Irschenberg

Mit 170 Einsätzen im Jahr ist die Freiwillige Feuerwehr Irschenberg gut ausgelastet. Die Autobahn A 8 trägt zum hohen Einsatzaufkommen bei

TITELTHEMA **HELFER IN BAYERN**

„Dieser Job ist definitiv nicht für jedermann“

Wenn aus Beruf Berufung wird – Stefan Kornhaas über seine Tätigkeit beim BRK und die heiklen Aufgaben, die der Rettungsdienst täglich meistern muss

Text: Florian Fraunholz



Stefan Kornhaas
Leiter Rettungsdienst BRK im Kreisverband Fürth

“

Ein einfaches „Danke“ bedeutet uns viel und gibt neue Kraft

“

fachlich unter Zeitdruck die richtigen Entscheidungen treffen und gleichzeitig auch im Team miteinander harmonieren. Wir haben aber alle dieselbe Ausbildung durchlaufen und wissen bei den verschiedenen Sachverhalten, welche Schritte wir sofort unternehmen müssen“, so Stefan Kornhaas.

Über 30 Jahre ist Kornhaas im Rettungsdienst aktiv und hat in dieser Zeit selbstverständlich schon einiges erlebt – positiv wie negativ: „Natürlich haben meine Kollegen und ich schon viele schlimme Dinge gesehen und müssen diese verarbeiten. Was mich dagegen aber persönlich immer freut und mir neue Kraft schenkt, ist ein einfaches „Danke“ der Patientinnen und Patienten. Diese fünf Buchstaben bedeuten uns allen viel und geben neue Kraft.“ >

Seit über 40 Jahren ein Freund und Helfer

Ob Drogendelikte, Banküberfälle oder sogar Mordermittlungen – das Tätigkeitsfeld der Polizei ist breit gefächert. Doch diese Vielfältigkeit stellt die Polizeikräfte häufig vor große Herausforderungen

Text: Florian Fraunholz

Weit verstreute Trümmereteile, blutverschmierte Sitzpolster und Menschen in unausprechlichen Notsituationen: Für normale Bürgerinnen und Bürger ist dies ein Horrorszenario, für die bundesweiten Einsatzkräfte leider fast alltäglich. Auch Polizeidirektor Stefan Pfeiffer hat in seinen 40 Dienstjahren Dinge erlebt, die die uns bekannten Belastungsgrenzen übersteigen. „Als Polizeibeamter oder -beamtin ist man natürlich mit Dingen konfrontiert, mit denen die Gesellschaft generell weniger zu tun hat“, so Pfeiffer. „Gerade wenn dann beispielsweise Kinder betroffen sind, braucht man ein dickes Fell. Es gab im Leichenschauhaus einige Situationen, in denen man sich als gestandener Polizist am liebsten in Luft aufgelöst hätte. Schwere Momente gehören in diesem Beruf aber dazu.“

Professionalität steht bei der bayerischen Verkehrspolizei jeden Tag aufs Neue im Vordergrund, ganz gleich, welche Aufgaben in der

Stefan Pfeiffer ist seit über vier Jahrzehnten Polizist aus Leidenschaft



Foto: ADAC Luftrettung gmbh



Die Anzahl der Windeneinsätze hat vor allem bei den drei bayerischen Stationen in München, Murnau und Straubing zugenommen

Die fliegenden Gelben Engel

Mit bundesweit knapp 135 Alarmierungen am Tag leistet die ADAC Luftrettung einen wichtigen Beitrag zur notfallmedizinischen Versorgung – und macht nicht selten den Unterschied zwischen Leben und Tod aus

Text: Bastian Hambalgo

„**Gegen die Zeit und für das Leben**“ – unter diesem Motto starten die Crews der ADAC Luftrettung jeden Tag zu ihren Einsätzen und verbessern spürbar die medizinische Versorgung der Bevölkerung. Gerade wenn es um Leben und Tod geht, zählt jede Sekunde. Deshalb kann es vor allem bei schweren Unfällen oder medizinischen Notfällen ein entscheidender Vorteil sein, wenn die Erstversorgung auf direktem Weg aus der Luft kommt. Im vergangenen Jahr war dies bundesweit über 49.000-mal der Fall. Die bayerischen Luftrettungsstationen kamen 2024 auf rund 12.000 Einsätze. „Die schnelle Hilfe aus der Luft hat wieder oft über Leben und Tod entschieden“, betont Frédéric Bruder, Geschäftsführer der ADAC Luftrettung. „Die Hubschraubercrews haben die notfallmedizinische Versorgung der Menschen 2024 uneingeschränkt sicherstellen können. Die Bevölkerung kann sich auch in Zukunft auf uns verlassen.“

Als ob der Alltag in der Luftrettung mit zahlreichen Notfällen und immer anderen Einsatzorten nicht schon abwechslungsreich genug wäre – in den letzten Jahren hat sich gezeigt,

dass vor allem Spezialeinsätze mit Rettungswinde immer häufiger gefragt sind. Ein dramatisches Beispiel hierfür erlebte die Crew des in München stationierten „Christoph 1“. Während eines Hochwassers vergangenen September war ein 24-Jähriger in die Isar gefallen. Er konnte sich gerade noch so lange festhalten, bis ein Notfallsanitäter aus dem ADAC Hubschrauber abgesetzt wurde und ihn aus den reißenden Fluten retten konnte.

Insgesamt haben sich die Spezialeinsätze mit Rettungswinde 2024 bundesweit auf hohem Niveau eingependelt. Die Crews der sechs Windenstationen in München, Murnau, Straubing, Sande (Niedersachsen), Westpfalz (Rheinland-Pfalz) und Hamburg flogen insgesamt 552 Windeneinsätze. Die Winde mit 90 Metern Länge und einer Traglast von rund 250 Kilogramm ermöglicht an schwer erreichbaren Einsatzorten eine erheblich schnellere Versorgung und Rettung von Patienten. Die Windenhubschrauber stehen zudem in Katastrophenfällen zur Rettung von Menschen in Notsituationen zur Verfügung.

>

Im Kampf gegen die Katastrophen

Das Technische Hilfswerk ist die Zivil- und Katastrophenschutzorganisation des Bundes. Im Einsatz sind ehrenamtliche Kräfte sowie hauptamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter – vom Schneechaos bis zum Hochwasser

Text: Simon Hiller

Peter Brandmann ist einer, der die Aufgaben des Technischen Hilfswerks (THW) genau kennt. „In erster Linie bieten wir technische Unterstützung und helfen in den verschiedensten Bereichen“, erläutert der Beauftragte und Fachberater bei Deutschlands größtem Ortsverband in Nürnberg. „Das reicht von Einsätzen bei Schneechaos und Hochwasser bis hin zum Brückentransport nach Slowenien.“ Mit der technischen Weiterentwicklung von Fahrzeugen ist auch bei der Unfallabsicherung eine stetige Weiterbildung wichtig. „Früher hat man nach einem Unfall zuerst die Batterie abgeklemmt. Bei neueren Fahrzeugen mit elektrischen Sitzen lassen sich diese aber dann nicht mehr verstauen, das muss man natürlich wissen und entsprechend vorgehen“, weiß Brandmann.

Im Stadtgebiet Nürnberg umfassen die Einsatzgebiete hauptsächlich Unwetter mit Starkregen. Im Falle einer Anforderung über die integrierte Leitstelle erhalten die Helferinnen und Helfer einen Handyalarm und geben Rückmeldung über ihre Einsatzbereitschaft. Anschließend erfolgt die Unterstützung der Einsatzkräfte von Feuerwehr und Polizei, etwa beim Abpumpen von Wassermassen in Tiefgaragen. Hierfür stehen besonders leistungsfähige Pumpen bereit, die eine Kapazität von bis zu 15.000 bis 20.000 Litern pro Minute haben.

Auch Blindgänger von Weltkriegsbomben sind ein häufiger Grund für Einsätze in Nürnberg. Hier werden dann die Evakuierung des betroffenen Gebiets erforderlich sowie die technische Unterstützung des Sprengmeisters. „Während meiner 35-jährigen Tätigkeit als Leiter wurden bereits insgesamt 26 Bomben entdeckt, hauptsächlich im Rahmen von Bautätigkeiten im Stadtgebiet“, erzählt Brandmann. Erst Ende vergangenen Jahres gab es am Nürnberger Dutzendteich einen Fund, bei dem das THW mit zum Einsatz kam. Hierfür wurde eigens ein Steg verlegt, um die Entschärfung und den Abtransport der Bombe über das Wasser zu gewährleisten. Besonders positiv ist Brandmann ein Einsatz in Erinnerung geblieben: Der bei der Fußballweltmeisterschaft 2006, als am Spielort Nürnberg insgesamt 1000 Helferinnen und Helfer in Bereitschaft standen.

Das Aufgabenspektrum des THW ist also breit gefächert. Wer Teil des Teams werden möchte, absolviert zunächst eine Grundausbildung, die mit einer theoretischen und praktischen Prüfung abgeschlossen wird und Voraussetzung für die Einsatzbefähigung ist. Hinzu kommt im Anschluss eine zusätzliche Ausbildung beziehungsweise eine weitere Spezialisierung in einer der 21 Fachgruppen.

Foto: THW Nürnberg



Peter Brandmann ist Ortsbeauftragter beim THW Nürnberg und seit mehr als vier Jahrzehnten ehrenamtlich aktiv



Die Mobilitätsgaranten

Über 100 Millionen Einsätze und 71 Jahre Erfahrung: Die Gelben Engel leisten tagtäglich schnelle Hilfe bei Pannen und tragen dazu bei, dass die 22 Millionen ADAC Mitglieder mobil bleiben

Text: Bastian Hambalgo



Laura Juraschek
ADAC Straßenwacht

Straßenwacht, Pannenhilfe, Gelbe Engel – für die Helfer in ihren gelben Fahrzeugen gibt es inzwischen mehrere Begriffe. Gemeint ist allerdings immer das Herzstück der ADAC Mitgliedsleistungen, das den Mobilitätsclub zu dem gemacht hat, was er heute ist. Im vergangenen Jahr feierten die Gelben Engel ihr 70-jähriges Jubiläum und helfen mittlerweile im achten Jahrzehnt havarierten Autofahrern. In dieser beeindruckenden Zeitspanne haben die Männer und Frauen der ADAC Pannenhilfe über 100 Millionen Einsätze absolviert. Inzwischen ist alle paar Sekunden ein Gelber Engel irgendwo in Deutschland im Einsatz.

Seit dem Startschuss am 2. Mai 1954 hat sich einiges getan. Waren anfangs gerade einmal 60 Motorradgespanne unterwegs, ist die Straßenwacht heutzutage eine moderne Organisation mit mehreren Tausend Mitarbeitern und einem gigantischen Fuhrpark, zu dem unter anderem auch E-Bikes und Quads zählen. Seit rund drei Jahren sind die Gelben Engel im Rahmen der ADAC Fahrrad-Pannenhilfe zudem für Radfahrer unterwegs. Und auch in anderen Bereichen hat sich die Pannenhilfe deutlich geändert. Während in Geschichtsbüchern immer nur von

engagierten und mutigen Männern auf ihren Motorrädern erzählt wird, ist es heute eine Selbstverständlichkeit, dass Frauen ebenfalls dem Beruf des Gelben Engels nachgehen. So auch die 25-jährige Laura Juraschek, die im Allgäu im Einsatz ist. „Der Beruf ist sehr abwechslungsreich und interessant. Neben dem handwerklichen Können ist es das Schönste, den Menschen zu helfen und ihnen mit Rat und Tat zur Seite zu stehen“, erklärt die Helferin. Wie in fast allen Teilen der Gesellschaft haben es Frauen auch in der Rolle des Gelben Engels nicht immer leicht. Laura Juraschek weiß aber, wie sie auf etwaige Vorurteile reagiert: „Natürlich sind Leute erst mal überrascht, wenn ich am Pannenort ankomme. Aber mit Durchsetzungsvermögen und einer sehr guten Leistung kann ich auch die skeptischsten Menschen von meinen Fähigkeiten überzeugen.“

Mit dieser Einstellung verkörpert Juraschek den Grundgedanken hinter den Gelben Engeln in Perfektion. Schließlich haben alle Pannenhelferinnen und Pannenhelfer nur ein Ziel: schnelle Hilfe im alltäglichen Chaos des Straßenverkehrs leisten und damit zur Mobilität und Sicherheit in Deutschland beitragen. >

Alle neun Sekunden
rückte 2024 ein Gelber
Engel aus. Häufigste
Pannenursache:
die Starterbatterie

Hilfe auf allen Kanälen

Mit neuen Lösungen versucht der ADAC, die Arbeit der professionellen Retter zu erleichtern und so das Gesundheitswesen zu stärken. Digital und online

Text: Bastian Hambalgo

Ob Feuerwehr, Luftrettung oder Sanitäter – alle Retter wissen, dass es im Notfall auf jede Sekunde ankommt. Daher ist es wichtig, dass Ersthelfer und professionelle Kräfte möglichst schnell vor Ort sind. Der ADAC denkt einen Schritt weiter und hat in den letzten Jahren auch die digitalen Kanäle betrachtet, über die Hilfe geleistet werden kann.

Als erstes Produkt dieser Überlegung entstand vor rund vier Jahren die ADAC Medical App, die einem möglichst breiten Publikum den Zugang zu medizinischer Versorgung ermöglichen soll. Der Umfang der Anwendung reicht vom digitalen Symptomchecker bis hin zu einer sogenannten telemizinischen Beratung. Darüber hinaus können auch Ärzte in der Umgebung gesucht und entsprechend Termine vereinbart werden.

Den nächsten Schritt in Sachen digitale Helfer unternahm der ADAC Anfang 2024. Mit dem ADAC Notfallpass wurde ein Tool geschaffen, das den Rettungskräften eine effektivere Arbeit ermöglichen soll. Mit dem kostenlosen Notfallpass für das Smartphone können Personen ab 18 Jahren die wichtigsten medizinischen Informationen auf dem Smartphone speichern und den Rettern vor Ort verschlüsselt via QR-Code zur Verfügung stellen. Neben Angaben zu Vorerkrankungen und Medikamentenallergien können beim Notfallpass auch Notfallkontakte sowie Informationen zu Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht hinterlegt werden.

Sofort verfügbar Ein Telenotarzt kann die Einsatzkräfte vor Ort unterstützen und entscheiden, welche medizinische Hilfe notwendig ist



Foto: ADAC Telenotarzt

Mit der letzten Erweiterung des Angebots im Gesundheitsbereich, dem sogenannten Telenotarzt, reagiert der ADAC auf die um sich greifende Ärzte-Knappheit. Der Telenotarzt ist als Ergänzung bestehender Notfallkonzepte gedacht. Er kann die Einsatzkräfte unterstützen und in Zweifelsfällen entscheiden, ob ein Notarzt vor Ort und eine klinische Behandlung notwendig sind, und den Einsatzkräften im Rettungswagen telefonisch oder per Video durch den Echtzeit-Abruf von Gesundheitsdaten ärztliche Maßnahmen übermitteln. So kann wertvolle Zeit bei der Versorgung des Patienten gewonnen werden. Zudem hat ein Telenotarzt die Möglichkeit, von seinem Arbeitsplatz aus mehrere gleichzeitig laufende Einsätze zu betreuen. Er wird zentral von der Leitstelle alarmiert und steht dem Rettungsdienst 24 Stunden am Tag zur Verfügung.



Foto: ADAC Südbayern/Stefan Leiprecht

Mitarbeiter werden Lebensretter

Dank eines neuen Angebots haben alle Mitarbeiter des ADAC Südbayern die Chance, im Ernstfall Leben zu retten

Text: Miriam Melanie Köhler

Helfen liegt in der DNA des ADAC. Jeden Tag sind unsere Mitarbeiter mit großem Engagement für unsere Mitglieder und Kunden da. Doch was, wenn Hilfeleistung in einer medizinischen Notlage gefragt ist? Egal ob im Kontakt mit Kunden, im Arbeitsalltag mit Kollegen oder im Privaten – wir wünschen uns, dass unsere Mitarbeiter auch in diesem Fall kompetent und beherzt Hilfe leisten können, wenn diese dringend gefragt ist.

Durch Erste-Hilfe-Maßnahmen kann jeder Einzelne zum Lebensretter werden, vorausgesetzt, man weiß, wie es geht. Wir sind daher stolz darauf, mit ADAC gelbhilft eine Tochtergesellschaft zu haben, die genau dieses lebensrettende Wissen vermittelt. Davon können seit 2024 auch unsere Mitarbeiter profitieren. Sie bekommen kostenfrei die Möglichkeit, alle vier Jahre an einem Erste-Hilfe-Kurs von gelbhilft teilzunehmen und so ihr Erste-Hilfe-Wissen aufzufrischen. Denn unser Ziel ist zu helfen, wann immer es drauf ankommt.

Neuer Pflicht-Check für Camper

Jetzt Termin vereinbaren!



Ab 19. Juni 2025 gibt es eine neue, verpflichtende Überprüfung für Wohnwagen und Wohnmobile mit Flüssiggasanlage.

Die Überprüfung ist alle zwei Jahre verpflichtend, bei neuen Fahrzeugen muss der Check vor der ersten Inbetriebnahme erfolgen.

Die ADAC Prüfzentren in Bayern überprüfen das Flüssiggas-System in Ihrem Camper bzw. Wohnwagen.

Infos und Preise

📞 089 51 95 188 (München)
🌐 adac-pruefzentrum-muenchen.de

📞 0911 95 95 395 (Nürnberg/Fürth)
🌐 adac-pruefzentrum.de

THEMA: Schmerztherapie

Die bessere Schmerz-weg-Formel.

Wende in der Behandlung jeglicher Schmerzen!

Vergessen Sie Paracetamol, ASS, Ibuprofen, Diclofenac und Co.

Sie rauben Lebensqualität, machen den Alltag zur Qual und lassen selbst einfachste Aufgaben manchmal zu gigantischen Herausforderungen wachsen: SCHMERZEN! Ob stechend, pulsierend oder dumpf, ob akut, temporär oder chronisch – Schmerz tut weh und Betroffene wünschen sich in solchen Momenten nichts sehnlicher als dies: ihn abstellen! Doch ist die chemische Schmerzkeule die einzige Option, die bleibt? NEIN! NICHT MEHR. Denn jetzt gibt es eine natürliche Alternative, die Ihre Schmerzen ausschaltet! Ohne Chemie. Ohne Nebenwirkungen. Ohne Abhängigkeit.

Entdecken Sie DOLOFERM® – die erste Anti-Schmerz-Formel der Welt mit der sanften Kraft der Natur! Ein unvergleichlicher Erfolg unseres Expertenteams in der natürlichen Schmerztherapie! Und für Millionen Menschen endlich der ersehnte Ausweg aus einer vielleicht schon Jahre dauernden Schmerzhölle! Das Geheimnis liegt in der Synergie gleich 5 kraftvoller Inhaltstoffe – perfekt dosiert und aufeinander abgestimmt. Sie killen den Schmerz an der Wurzel. Sogar noch, bevor er entsteht! Aber das Beste: DOLOFERM® ist keine chemische Keule, daher absolut sicher und vor allem eins: langfristig anwendbar!

Schmerzen für immer ausmerzen! Nur DOLOFERM® enthält das magische Quintett gegen den Schmerz:

Palmitoylethanolamid – kurz PEA: Ihr körpereigenes Analgetikum (Schmerzmittel) und Antiphlogistikum (Entzündungshemmer)

PEA gehört zu den Fettsäureamiden und ist ein integraler Bestandteil unserer eigenen Schmerzabwehr. Es bremst die entzündlichen Aktivitäten dieser Zellen, was Schmerzen lindert. PEA wird als Schutzreaktion auf Verletzungen, Entzündungen und Schmerzen in allen Geweben spontan produziert. Bei lang anhaltenden Schmerzen kann es jedoch zu einer „Erschöpfung“ kommen. Chronische Entzündungszustände führen zu niedrigeren



PEA-Spiegeln. Auch das Alter spielt eine Rolle: Ab 40 Jahren baut der Körper seine Vorräte daran ab. Die exogene Verabreichung von PEA hilft, den Spiegel des endogenen PEA wieder aufzufüllen und seine schützende, entzündungshemmende und schmerzlindernde Wirkung wiederherzustellen (Clayton, Paul, et al. (2021)). Bekannt ist PEA seit 1957, wurde aber lange Zeit übersiehen, da bereits synthetische Schmerzmittel verfügbar waren: Aspirin, kurz danach Paracetamol sowie Ibuprofen. Erst die Neurowissenschaftlerin und Nobelpreisträgerin Rita Levi-Montalcini erkannte die schmerzstillende und entzündungshemmende Wirkung. Inzwischen unterstreichen mehr als 300 präklinische und klinische Studien die Kraft von PEA. Und das nebenwirkungsfrei!

Superstoff PEA – die Antwort auf alle möglichen Schmerzen:

- Chronische Schmerzen (Arthrose, Arthritis, Migräne, Menstruation, Endometriose, Prostata- und Beckenschwangeren, Lumbalgie, Nackenschmerzen, Fibromyalgie, viszerale Schmerzsyndrome)
- Neuropathische Schmerzen (Bandscheibenschaden, Gürtelrose, Multiple Sklerose, Diabetes, neuralgische Schmerzen)
- Chronische Entzündungen (Degenerative Erkrankungen wie Alzheimer, Parkinson, Multiple Sklerose, entzündliche Darmerkrankungen, metabolisches Syndrom)
- Acute Entzündungen (Grippe, Erkältungen, Traumata)

Fermentierte Curcuma – von unschätzbarem Wert bei der Schmerzkontrolle

Viele Schmerzen beruhen auf stille Entzündungen. Hier wirkt fermentierte Curcuma besonders gut. Sie gilt als starkes Antioxidans und Antiiinflammatorikum, das durch den Prozess der Fermentation noch effektiver wirkt. Denn die Curcuminoide – die gesundheitsfördernden Stoffe in Curcuma – werden leichter für den Körper verfügbar gemacht, so dass er sie besser aufnehmen und nutzen kann.

Pyrrolochinolinchinon – kurz PQQ: Co-Faktor für gesunde Zellen

Die Mitochondrien, unsere zellulären

Unser Tipp:

Leserinnen und Leser dieser Zeitschrift können DOLOFERM® zum Vorzugspreis exklusiv hier beziehen.

Sie erhalten eine Monatspackung DOLOFERM® mit 60 Kapseln (Nahrungsergänzungsmittel · 46,3 g (430,89 € / kg) · (Art.-Nr. 179-036-7) zum Vorzugspreis von nur je 19,95 € (UVP: 49,95 €).

Bestellen Sie DOLOFERM®

Montag bis Freitag von 8.00 bis 20.00 Uhr und samstags und an Feiertagen von 8.00 bis 16.00 Uhr unter der Nummer **0 60 95 / 5 32 11 58** (es gelten Ihre Festnetz-/Mobilfunktarife). Nennen Sie bitte folgende

Vorteilsnummer: 51A.02

Sie erhalten DOLOFERM® PORTOFREI und mit 60-tägigem Rückgaberecht. Darüber hinaus geben wir Ihnen auf alle direkt bei AuraNatura® gekauften und bezahlten Produkte eine **365-Tage-Geld-zurück-Garantie!** Sollten Sie mit einem unserer Produkte nicht zufrieden sein, erhalten Sie bei Retoure von diesem den hierfür entrichteten Kaufpreis zurück.

Das ist Kaufen ohne Risiko.

FRAGEN?
www.auranatura.de oder rufen Sie an:
Tel.: 0 60 95 / 5 32 11 58

Es gelten unsere [Datenschutzerklärung](#) und AGB unter [www.auranatura.de](#). Schriftliche Anforderung möglich. Ihr Vertragspartner: AN Schweiz AG, Leubnerstrasse 6, CH-8202 Kreuzlingen. Druckfehler/Irrtum vorbehalten. Die Lieferung erfolgt aus Deutschland.

Verlangen Sie in Ihrer Apotheke ausdrücklich nach dem Original DOLOFERM® von AuraNatura®!

Erhältlich in Ihrer Apotheke:
60 Kapseln
(PZN: 18747917)

Nahrungsergänzungsmittel

Platz
1



TOURISMUSPREIS BAYERN 2025

Siegreiches Konzept Naturerlebnisdorf Friedenfels ganz vorn

Friedenfels im Oberpfälzer Landkreis Tirschenreuth ist Bayerns erstes zertifiziertes Naturerlebnisdorf und gewinnt den ADAC Tourismuspreis Bayern 2025. Überzeugt hat die Jury dabei das besondere Konzept der Gemeinde

Text: Simon Hiller

Die Natur rund um Friedenfels bietet Bäche und Felstürme, die sich eindrucksvoll mit Wäldern und Hangterrassen abwechseln. Damit dies so bleibt, baut der Ort auf einen besonders sanften und nachhaltigen Tourismus. Hierfür wurde, unter Einbeziehung der Bevölkerung, ein naturnahes touristisches Angebot entwickelt – und darauf geachtet, dass der dörfliche Charakter des Ortes gewahrt bleibt. Gleichzeitig wird der Einklang zwischen Mensch und Natur gefördert, indem großer Wert auf den Schutz der natürlichen Ressourcen gelegt wird und so die Landschaft erhalten bleibt.

Damit jede und jeder die Natur auf seine eigene Weise erleben und genießen kann, laden ausgewählte Rastplätze dazu ein, eine Pause einzulegen und die Stille der Natur zu genießen. Auch von erfahrenen Guides geführte Touren sind möglich, die ihr Fachwissen und ihre Leidenschaft über die Region gerne mit den Besucherinnen und Besuchern teilen. Die Natur- und Landschaftsführer sind überdies vom Wanderverband Bayern ausgebildet und zertifiziert. Und wer lieber mit dem Rad unterwegs ist, kann sich im Radverleih für die nächste Tour versorgen.

Gäste können aber auch bei den verschiedenen Vereinfesten und traditionellen Veranstaltungen mitfeiern. Darüber hinaus wird in der örtlichen Gastronomie besonderer Wert auf regionale Produkte und lokale Wirtschaftskreisläufe gelegt, zum Beispiel mit einer Picknick-Abholstation. Die Direktvermarktung der Dorfläden in der Region erlaubt nicht nur kurze Wege und maximale Frische bei den Lebensmitteln, sondern unterstützt gleichzeitig die lokale Wirtschaft. Durch mehr als 150 Gästebetten steht zudem eine ausreichende Übernachtungsinfrastruktur bereit. Ein besonderes Erlebnis bietet hier das sogenannte Sternennest, in dem beim Übernachten der Blick auf einen leuchtenden Sternenhimmel winkt.

Die familiär geführten Unterkunftsbetriebe – gepaart mit vielfältigen Möglichkeiten für Erlebnis und Genuss unter Bewahrung der örtlichen Natur und Kultur – haben die Jury des ADAC Tourismuspreis von diesem zukunftsorientierten Modell eines nachhaltigen Tourismus überzeugt. Das Naturerlebnisdorf ist nicht nur ein Leuchtturmprojekt im Freistaat, sondern kann als solches zugleich als Blaupause für Nachahmer dienen. > tourismus.friedenfels.de >

Fotos: Gemeinde Friedenfels; Kutschfahrten Engelhardt; Steinwald-Allianz; Gemeinde Friedenfels

Platz zwei und drei gehen ins Allgäu und nach Regensburg

Das Immenstädter Projekt „Digital Ranger“ widmet sich dem Naturschutz im Outdoor-Tourismus – und rangiert damit vor dem Artificial-Intelligence-Chat, der einen verbesserten Zugang zu Infos rund um die Urlaubsplanung liefert

Text: Simon Hiller



Platz
2

Die digitale Tourismus-Plattform Outdooractive aus Immenstadt im Allgäu landete mit ihrem Projekt „Digital Ranger“ auf Rang zwei. Besucherinnen und Besucher von Schutzgebieten können hier und über die dazugehörige App nicht nur passende Routenvorschläge, spannende Erlebnisse und einen weltweiten Reiseführer finden, sondern werden auch noch punktgenau über die örtlichen Naturschutzregeln informiert. Dadurch wird den Nutzerinnen und Nutzern eine umweltverträgliche Tourenplanung und -durchführung ermöglicht. Über ein datengetriebenes Monitoring und die wirkungsvolle Kommunikation der geltenden Regeln kann eine zielgenaue Besucherlenkung erreicht werden und die Erholungssuchenden werden ohne Verlust der Erlebnisqualität sanft zu einem nachhaltigen Verhalten animiert. Mit diesem innovativen Ansatz gehen der Outdoor-Tourismus und der Artenschutz in der heimischen Landschaft Hand in Hand.

› outdooractive.com

Der GenAI-Chat der Regensburg Tourismus GmbH konnte den dritten Platz erreichen. Das Projekt richtet sich an die Besucherinnen und Besucher der städtischen Tourismus-Webseite. Mithilfe von künstlicher Intelligenz erhalten die Gäste schnell und unkompliziert Informationen rund um Fragen zur Urlaubsplanung und zu lokalen Veranstaltungen. Das System nutzt dabei neueste Technologien, die eigenständig lernen und sich kontinuierlich verbessern. Dank der über 100 integrierten Sprachen ermöglicht der Chat eine internationale Kommunikation – und funktioniert darüber hinaus auch barrierefrei in Leichter Sprache. Die digitale Barrierefreiheit, die 24/7-Verfügbarkeit sowie individuelle Empfehlungen je nach Wetter und persönlichem Veranstaltungswunsch runden das Angebot ab. Gleichzeitig wird durch die digitale Lösung der Papieraufwand für Infomaterialien, wie etwa Flyer, spürbar reduziert und das Projekt trägt zur Entlastung der Mitarbeitenden bei.

› tourismus.regensburg.de

Fotos: Simon Reuter, Outdooractive; Bilddokumentation Stadt Regensburg

Sonderpreis Nachhaltigkeit für Schwendaktionen im Achtental

Zusätzlich zum Tourismuspreis werden im wechselnden Turnus die Sonderpreise für Nachhaltigkeit und Digitalisierung prämiert. Dieses Jahr wurde ein nachhaltiges Konzept im Landkreis Traunstein ausgezeichnet

Text: Simon Hiller

Die Schwendaktionen im Achtental erhalten 2025 den Sonderpreis für Nachhaltigkeit. Mit den Aktionen gibt es für Gäste die Möglichkeit, in den Alltag der Almen einzutauen, „Einheimischer auf Zeit“ zu werden und somit einen persönlichen Beitrag zum Erhalt der Almflächen und der dort vorhandenen Artenvielfalt zu leisten. Unter Schwenden versteht man das pflanzengerechte Zuschneiden und Entfernen von Gebüsch und kleinen Sträuchern sowie die Beseitigung des anfallenden Materials. Regelmäßige Schwendarbeiten sind fester Bestandteil auf den Almen. Touristinnen und Touristen können mit ihrer tatkräftigen Mithilfe das Nützliche mit einem gewinnbringenden Aufenthalt in der Natur verbinden und lernen durch die gemeinsame Tätigkeit die Einheimischen und deren Alltag besser kennen.

› achtental.com



LANDESGARTENSCHAU
FURTH IM WALD 2025



**SAGENHAFT
VIEL ERLEBEN**
22. MAI BIS 5. OKTOBER

Erleben Sie 137 Tage mit über 3 000 Veranstaltungen. Die Drachenstadt lädt ein zu einer Welt voller Naturschönheit, Kunst und Kultur. Ein **einmaliger** Sommer voller Überraschungen wartet auf Sie.

BESONDERES HIGHLIGHT
ADAC ERLEBNISWELT
26. JULI | 10 – 16 UHR



FURTH2025.DE



Motorsport im Blut

Interview: Bastian Hambalgo

Herr Vettel, ab wann wussten Sie, dass Sie gerne hinterm Steuer sitzen und eine Karriere im Motorsport verfolgen wollen?

Mein Weg und meine Kindheit waren stark vom Motorsport geprägt. Ich bin im Krankenhaus auf die Welt gekommen und eigentlich danach direkt im Kinderwagen auf die Kartbahn mitgenommen worden. So bin ich auch aufgewachsen, meine Familie und mein ganzes Umfeld hatten etwas mit Motorsport zu tun. Daher kam die Begeisterung für das Thema relativ automatisch – und ich bin auch sehr froh darum, weil ich so meine Bestimmung gefunden habe.

Und wann fanden die ersten eigenen Rennversuche statt?

Ich bin mit fünf oder sechs Jahren im Kart gesessen – aber in einem privaten Kreis mit meinem Vater zusammen. In der Zeit, in der ich meine ersten Meter gesammelt habe, war mein Bruder natürlich einige Schritte weiter und schon in Richtung Formel 1 unterwegs. Für uns als Familie war das eine sehr prägende Zeit –

und dadurch kam mein eigener Einstieg ein bisschen später. Erst mit 14 Jahren bin ich mein erstes Kartrennen gefahren. Dafür habe ich viel Überzeugungskraft leisten müssen. Wer Kartsport erleben will, braucht Unterstützung von zu Hause. Aber mein Vater war froh, schon einen Sohn durch den Kartsport gebracht zu haben. Doch am Ende ist alles in die richtige Richtung gegangen.

Wo kann man Sie in der laufenden Motorsport-Saison auf der Strecke live erleben?

Die vergangenen Jahre habe ich sehr viel Erfahrung in vielen verschiedenen Rennautos und Serien sammeln dürfen. Dies möchte ich weiterhin ausbauen und natürlich auch für 2025 nutzen. Dieses Jahr habe ich ein recht spannendes Programm. Es wird viel auf die Nordschleife gehen, um dort Langstreckenrennen und natürlich auch die 24 Stunden zu fahren. Das ist nicht nur das schönste Rennen im Kalender, sondern auch mein persönliches Ziel. Was sonst noch alles kommt, weiß man Anfang des Jahres

Foto: Gruppe C Photography

Der Rennfahrer und Wahl-Augsburger Fabian Vettel erklärt, wie Motorsport sein Leben beeinflusst hat und warum es privat dafür gerne etwas komfortabler sein darf

INTERVIEW

oft nicht. Das hängt auch damit zusammen, dass der moderne Motorsport immer mehr von finanziellem Rückhalt bestimmt ist und die Sponsorensuche in den letzten Jahren nicht einfacher geworden ist. Aber meist kommt doch eins zum anderen und dann sitzt man wieder im Cockpit.

Wie sieht es bei der privaten Fortbewegung aus? Geht es da auch rasant zur Sache?

Eigentlich eher recht schlicht. Ich fahre einen ganz gewöhnlichen Audi A4 Kombi mit Diesel, weil ich das Jahr über doch ziemlich häufig unterwegs bin. Und auf der Autobahn muss es kein Supersportwagen sein, es darf gerne etwas komfortabler und sparsamer zugehen. Natürlich habe ich neben dem Alltag noch das Glück und Privileg, unfassbar schnelle Fahrzeuge auf der Rennstrecke oder bei Coachings fahren zu dürfen. Deshalb kann es im Alltag auch mal ruhiger sein.

Wie viel Zeit bleibt neben dem Motorsport noch für andere Hobbys und Leidenschaften? Auch in der Hinsicht bin ich sehr privilegiert. Es gibt viele junge Menschen, die nicht wissen, an was sie Spaß haben sollen, und ich habe das große Glück, mit meinem Hobby meinen Lebensunterhalt zu verdienen. Das macht mich schon sehr stolz und glücklich. Und deshalb muss es da aber auch nichts anderes Großes geben. Klar, ich treffe mich auch gerne mit meinen Freunden und gehe gern raus, aber mein Leben ist doch schon sehr stark von Autos und von Motorsport geprägt. Viel Zeit bleibt da für andere Dinge kaum noch.

» KURZVITA

Geburtstag: 10. Dezember 1998

Geburtsort: Heppenheim

Rennserien: Audi TT Cup, Lamborghini Super Trofeo Europe, ADAC GT Masters, ADAC 24h-Rennen, Nürburgring Langstrecken-Serie, BOSS GP

ADAC Mitgliederreisen

MS Hamburg:
An Weihnachten nach Südamerika & Silvester in Rio

Inklusivleistungen: Schiffsreise in der gebuchten Kabinenkategorie, sämtliche Hafengebühren, volle Verpflegung auf dem Schiff bestehend aus: Frühstück, Mittagessen, Nachmittagstee oder -kaffee mit Gebäck, Abendessen, Begrüßungs- und Abschiedscocktail an Bord und Kapitänsdinner, Unterhaltungsprogramm und Veranstaltungen an Bord, Thematische Lektorate über Ihre Reiseziele

■ ADAC Mitgliedervorteile:

- 100 € Bordguthaben p.P.

ab 5.399 € p. P. bei 2er-Belegung
Reisetermin: 17.12.2025 - 10.1.2026

Beratung und Buchung:
250 ADAC Reisebüros
adacreisen.de/mgr-weihnachten
069 945 15 97 40¹

¹Reisebürofinder: adacreisen.de/reisebuero ²Täglich: 8.00-20.00 Uhr. Veranstalter: plantours, Eine Marke der plantours & Partner GmbH, 20099 Hamburg. Druckfehler, Änderungen und Zwischenverkauf vorbehalten.

ADAC Prüfzentren in Bayern



Alle Informationen zu den Leistungen der Prüfzentren erhalten Sie vor Ort in Fürth und München sowie auf den entsprechenden Webseiten. So erreichen Sie die Prüfzentren:

» **ADAC Prüfzentrum München**
Ridlerstraße 35, 80339 München,
T 089 51 95 188
E-Mail pruefzentrum@sby.adac.de;
adac-pruefzentrum-muenchen.de

» **ADAC Prüfzentrum Nürnberg-Fürth**
Alte Reutstraße 115, 90765 Fürth,
T 0911 95 395
E-Mail pruefzentrum@nby.adac.de;
adac-pruefzentrum.de

Mobiler Prüfdienst in Bayern



Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrem zuständigen Regionalclub, wann der Prüfdienst in Ihrer Nähe ist. Dies ist telefonisch oder online möglich.

» **ADAC Nordbayern**
T 0911 95 395
adac-nordbayern.de/mobilitaet/
mobiler-pruefdienst

» **ADAC Südbayern**
T 089 51 95 188
adac-pruefzentrum-muenchen.de/
mobiler-pruefdienst

IM PRESSUM

Herausgeber
Präsidium des ADAC e. V.,
Hansastraße 19,
80686 München,
T 089 767 60,
E-Mail adac@adac.de

Redaktionsleitung
Bettina Engel (V. i. S. d. P.),
ADAC Nordbayern, Äußerer
Sulzbacher Straße 98, 90491
Nürnberg; Miriam Melanie
Köhler, ADAC Südbayern,
Ridlerstraße 35, 80339 München

Redaktion
Dr. Simon Hiller (Gesamtkoordination
dieser Ausgabe), Florian Fraunholz,
Bastian Hambalgo

Produktion
storyboard GmbH,
Wiltzendorfstraße 5, 80805 München

Verlag
BurdaVerlag GmbH,
Arabellastraße 23,
81925 München,
T 089 925 00,
E-Mail anfrage@burda.com

Anzeigen
BCN Brand Community Network GmbH,
Arabellastraße 23, 81925 München.
Es gilt die aktuelle Preisliste, siehe
brand-community-network.de

Head of Publisher Management:
Meike Nevermann

Verantwortlich für den
Anzeigenteil: Katja Lickhardt

Druck
Burda Druck GmbH, Hauptstraße 130,
77652 Offenburg, T 0781 84 01,
E-Mail info@burda-druck.de

Veröffentlichung gem. Art. 8 Abs. 3
des Bayerischen Pressegesetzes
Verlag: BurdaVerlag GmbH,
Alleinige Gesellschafterin:

BurdaVerlag GmbH. Deren alleinige
Gesellschafterin: Burda Gesellschaft
mit beschränkter Haftung. Deren
alleinige Gesellschafterin: Hubert
Burda Media Holding Kommandit-
gesellschaft. Deren persönlich
haftende Gesellschafter sind Prof.
Dr. Hubert Burda, Verleger, Offenburg,
und die Hubert Burda Media Holding
Geschäftsführung SE.

Fotos: ADAC Nordbayern; ADAC Südbayern/Richard Klenberger



ADAC Pkw-Training Young Drivers only

Sicherheit von Anfang an!

- » Fahrspaß in der Gruppe ab 17 Jahre
- » Sicheres Bremsen auf glatten und griffigen Straßen
- » Wirkung von unterschiedlichen Geschwindigkeiten richtig einschätzen
- » Einfluss von Ablenkung auf das Reaktionsvermögen

Gutscheine und Buchung
fahrsicherheitstraining-bayern.de
oder T 0 800 898 00 68 (kostenlos)

Das perfekte Geschenk zum Führerschein als Gutschein!

Das ADAC Pkw-Training Young Drivers only gibt Ihnen das gute Gefühl,
dass Ihre Lieben sicher ans Ziel kommen.

ADAC Fahrsicherheitszentren in Bayern

Franco Bettoni Herren Leinen-Baumwollhemd kurzarm



Herren Leinen-Baumwollhemd kurzarm

türkis	Art.-Nr. 226.396
weiß	Art.-Nr. 226.400
marine	Art.-Nr. 226.413
mintgrün	Art.-Nr. 239.405
hellgrau	Art.-Nr. 239.418
sonnengelb	Art.-Nr. 252.283

Stubai Herren Strickfleecejacke



Strickfleecejacke	
grau-melé	Art.-Nr. 241.380
dunkelblau-melé	Art.-Nr. 241.393
anthrazit-melé	Art.-Nr. 241.407

UNITED COLORS
OF BENETTON.



5er Pack Boxershorts	
grau meliert	Art.-Nr. 261.470
schwarz	Art.-Nr. 261.483
dunkelblau	Art.-Nr. 261.496

Benetton 5er Pack Boxershorts



UNSERE TOP-MARKEN:



... und viele mehr

www.personalshop.com



1. QR-Code scannen

2. Ihr Gutschein-Code ➡ D30885 ➡ wird automatisch eingelöst

3. Von 30% Rabatt* profitieren

oder telefonisch bestellen: 0 69 / 92 10 110 ☎

Chiemsee 2 für 1 Herren Polo



2 für 1 Herren Kurzarm-Polo

marine	Art.-Nr. 240.619
weiß	Art.-Nr. 240.622
rot	Art.-Nr. 240.635
hellgrün	Art.-Nr. 240.648
türkis	Art.-Nr. 240.651
rosé	Art.-Nr. 240.664

Nordcap Herren
Funktionsbermudas



Herren Funktionsbermudas

marine	Art.-Nr. 254.700
anthrazit	Art.-Nr. 254.713
curry	Art.-Nr. 254.726
petrol	Art.-Nr. 254.739



Noch mehr Artikel und
Informationen online

