

NR. 3 HERBST 2025

ADAC

ADAC.DE/VOR-ORT

Bayern



Motorsport im Wandel der Zeit

Freizeit

Tipps für Körper
und Geist

Interview

Im Gespräch mit Nürnbergs Zweiter
Bürgermeisterin Julia Lehner

Mobilität

Meldungen aus
dem Freistaat

Tauschangebot: € 10,- für € 10,- aus Ihrem Portemonnaie!

1.-5.



2-Euro Deutschland 2025 „Saarschleife“

2-Euro Spanien 2025 „Salamanca“

2-Euro Slowakei 2025 „100 Jahre Eishockey-EM“

2-Euro Estland 2025 „100 Jahre Buchdruck“

2-Euro San Marino „Heiliger Marinus“

Gemeinsame Rückseite Ø je 25,75 mm

Extrem hohe Nachfrage!

Die offiziellen 23 x 1-Euro-Cent-Münzen aller 20 Länder!

In bankfrischer Erhaltung!



Meine Bestellkarte

Ja, bitte liefern Sie mir folgende Startausgaben und monatlich eine weitere Ausgabe aus der jeweiligen Sammlung unverbindlich zur Ansicht. Ich habe immer ein 14-tägiges Rückgaberecht! (Lieferung zzgl. Versandkostenanteil – Porto, Verpackung, Versicherung – Ausverkauf vorbehalten)

1.-5. Euro-Komplett-Set: 5 x 2-Euro-Sammlermünzen (bankfrisch) **zum Tauschpreis von nur € 10,-!** (Nur 1 x pro Kunde bestellbar!)

6. Set: 23 Euro-Cent-Münzen (bankfrisch) für nur € 9,95 + Präsentationskassette € 2,95 = € 12,90!

7. Goldmünze (999/1000 Feingold) „Nofretete“ in Barrenform in Coincard für nur € 19,95 statt € 34,95!

8. 2-Euro-Münze mit Kaltemaille-Farbauflage „Papst Leo XIV.“ für nur € 9,90 statt € 19,90!

Der neue Papst wurde gewählt!
„Papst Leo XIV.“!
Original 2-Euro-Münze mit hochwertiger Kaltemaille-Auflage „Papst Leo XIV.“!

nur € 9,90 statt € 19,90
Ø 25,75 mm

Sir Rowland Hill Ltd. GmbH & Co. KG
Buchhorstblick 7a · 38162 Weddel · Fax: 0 53 06 / 95 95 77
E-Mail: service@srh-ltd.de

Auch bestellbar unter:
<http://top.new-coins.de>

Name/Vorname

Straße/Nr.

PLZ/Ort

Telefon

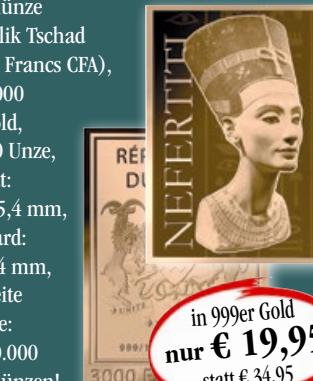
Geburtsdatum

E-Mail:
(Bitte so ankreuzen)

Ich möchte künftig Informationen über die Angebote von Sir Rowland Hill per E-Mail erhalten. Meine Einwilligung kann ich jederzeit widerrufen! Inj (2)

Offizielle Goldmünze in Barrenform „Nofretete“!

In geheimnisvoller Coincard!



Unterschrift
s91/bb56
Es gelten unsere Datenschutzerklärungen und unsere AGB. Diese finden Sie auf www.srh-ltd.de!

Cover: ADAC Motorsport Fotos: Jaanus Ree/Red Bull Content Pool, Ludwig Olah; stock.adobe.com/VRD

EDITORIAL



7

Motorsport im Freistaat
Von der guten alten Zeit und der ungewissen Zukunft



17

Kultur- und Freizeittipps

Inspiration für spannende und entspannende Ausflüge



20

Nürnbergs Zweite Bürgermeisterin Julia Lehner spricht im Interview über Kulturpolitik und stellt kulturelle Höhepunkte der Region vor

INHALT

Kurz notiert
Nachrichten aus Bayern Seite 4

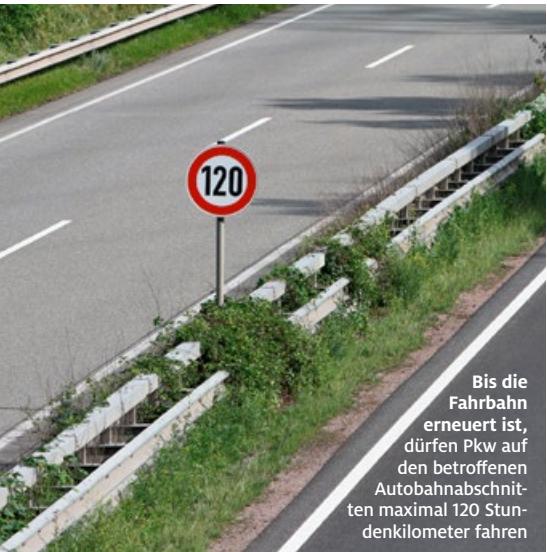
Motorsport im Freistaat
Renaction im Wandel der Zeit Seite 7

Kultur- und Freizeittipps
Abwechslungsreiche Auszeit im Freistaat Seite 17

Interview
Im Gespräch: Nürnbergs Zweite Bürgermeisterin Julia Lehner Seite 20

Prüfdienst/Impressum
Informationen zum mobilen Prüftruck und den Prüfzentren Seite 22

KURZ NOTIERT



Maximal 120 km/h auf bestimmten Autobahnabschnitten

Seit Mai gelten auf Teilen der A3, A7, A92 und A93 einheitliche zulässige Höchstgeschwindigkeiten von 120 km/h für Pkw. Hintergrund dieser Maßnahme ist der Zustand der betroffenen Autobahnabschnitte. Die dort noch eingesetzten Betonfahrbahnen aus den 1980er-Jahren haben das Ende ihrer geplanten Nutzungszeit überschritten und müssen von Grund auf erneuert werden. Wo dies noch nicht erfolgt ist, können vor allem an besonders heißen Tagen plötzlich und unvermittelt Hitzeschäden auftreten. Da solche Schäden an der Fahrbahn für Motorradfahrer besonders dramatische Folgen haben können, hat die Autobahn GmbH die zulässige Höchstgeschwindigkeit für Motorräder in den Sommermonaten Mai bis September auf 80 Kilometer pro Stunde reduziert.

Herbst 2025
Bayern

KURZ NOTIERT



Großer Aktionstag: „Sicher zur Schule“

Am 28.9. findet im **Fahrsicherheitszentrum** in Schlüsselfeld der Aktionstag „Sicher zur Schule“ statt. Von 10 bis 16 Uhr können sich interessierte Eltern und Kinder über das Thema Schulwegsicherheit informieren. Angebote werden unter anderem verschiedene Verkehrssicherheitsprogramme der ADAC Stiftung und des ADAC Nordbayern sowie ein Fahrradparcours. Auch die Polizei Bamberg wird über die Sichtbarkeit auf dem Schulweg sowie über Schulweghelfer berichten. Darüber hinaus zeigt der ADAC e.V., was beim Thema Kindersitz/Kindersicherung wichtig ist, ein Überschlag-Simulator wird ebenfalls vor Ort sein. Zusätzlich veranstaltet der Elternbeirat der GMW Schlüsselfeld einen Kindersachenbasar. Der Eintritt ist frei.

Fotos: stock.adobe.com/as-PRoMedia; ADAC/Stefanie Aumiller

Bayernweites Jubiläum

Zwei Jahre nach der Gründung der Deutschen Motorradfahrer-Vereinigung (DMV) – aus der später der Allgemeine Deutsche Automobil-Club e.V. hervorging – wurden auch die bayerischen Regionalclubs ins Leben gerufen. Damit feiern sowohl der ADAC Nordbayern als auch der ADAC Südbayern dieses Jahr 120-jähriges Bestehen. Zusammen zählen die beiden Regionalclubs über 3,4 Millionen Mitglieder (Stand 31.12.2024), denen der ADAC mit Hilfe, Rat und Schutz zur Seite steht. Vielen Dank für Ihre Treue und dass Sie den größten Verein im Freistaat bereichern.

03 · 2025

KURZ NOTIERT



Foto: ADAC Nordbayern

Nürnberg wächst beim ÖPNV im Großstadtvergleich

Bundesweit auf Platz zwei steht Nürnberg beim Ausbau des ÖPNV. Das ergab eine Studie im Auftrag der Umweltorganisation Greenpeace. Busse und Bahnen wurden hier in den vergangenen Jahren um 5,4 Prozent ausgebaut, lediglich Leipzig erweiterte sein diesbezügliches Angebot mit 14,6 Prozent noch stärker. Insgesamt wurden im Rahmen der Studie die 30 größten Städte Deutschlands untersucht, von denen seit 2023 nur rund ein Drittel überhaupt den Nahverkehr spürbar ausgebaut hat. Besonders hervorgehoben wurden im Falle Nürnbergs der geplante neue Streckenabschnitt der U3, die Verlängerung der U2 sowie der Anschluss des neuen Stadtteils Lichtenreuth an das Straßenbahnnetz. Aufgrund von Fachkräftemangel und der Haushaltsslage waren allerdings stellenweise beim Busnetz Kürzungen notwendig geworden.

ADAC Mitgliederreisen

Uganda – Im Land der Berggorillas & Schimpansen



11-tägige Uganda Naturreise inkl. Flug

Inklusivleistungen:
Flug ab/von Frankfurt nach Entebbe, Inlandsflug Kisoro – Entebbe, 8 Nächte in Hotels, Lodges, Camps, Rundreise mit Safarfahrzeugen, Besichtigungsprogramm, Bootsfahrt im Murchions Falls NP und auf dem Kazinga Kanal, Ziwa Rhino Sanctuary Pirschfahrten, örtliche, deutschsprechende Driver Guides.

ADAC Mitgliedervorteile:
• 2-Stündige Sunset Cruise auf dem Lake Victoria
• Besuch Entebbe Botanischer Garten
• Mittagessen im Protea Hotel in Entebbe o.ä.

ab 4.899 € p. P. im Doppelzimmer
Reisetermin: 18.-27./28.2.2026
Auf Anfrage: Gorilla Trekking Permit: 950 €, Schimpansen Trekking Permit: 300 €

Beratung und Buchung:
250 ADAC Reisebüros
adacreisen.de/mgr-uganda
0800 331 00 44 372²

¹Reisebürofinder: adacreisen.de/reisebuero
²Täglich: Mo. - Fr.: 9.00 - 18.00 Uhr und Sa.: 9.00 - 13.00 Uhr.
Veranstalter: Veranstalter: DERTOUR Deutschland GmbH, 51149 Köln.
Druckfehler, Änderungen und Zwischenverkauf vorbehalten.

ADAC
Reisevertrieb GmbH

ADAC

Das gibt's beim ADAC

Aktionen und Angebote aus dem Regionalclub



Warnwesten für Kinder

Nicht nur im Fahrzeug sind Warnwesten unabdingbar. Auch die Kleinsten sollten mit ihnen ausgestattet sein – für mehr Sichtbarkeit auf dem Schulweg. Gerade bei Dunkelheit in den frühen Morgenstunden, wenn die Kinder am schlechtesten zu erkennen sind, bieten die signalfarbenen und reflektierenden Kinderwarnwesten mehr Sicherheit. Durch das Tragen einer Warnweste werden die Kids schon aus einer Entfernung von rund 140 Metern gesehen. Der ADAC sagt: ein Must-have zum neuen Schuljahr.

> Preis: Ab 3,95 Euro

Abb. ähnlich, solange der Vorrat reicht

Elektronische Parkscheibe

Entspannter parken:

Mit der elektronischen Parkscheibe von ParkLite entfällt das mühsame Einstellen der Uhrzeit. Außerdem spart man sich das Suchen der Scheibe, denn sie kann leicht und sicher an der Windschutzscheibe angebracht werden. Sobald das Fahrzeug steht, stellt sich die Parkscheibe vollautomatisch ein und rundet entsprechend auf die nächste halbe Stunde auf. Zusätzlich kann die Parkscheibe auch manuell eingestellt werden. Die ParkLite-Parkscheibe ist vom Kraftfahrtbundesamt zugelassen und extrem hitze- und kältebeständig.

> Preis: 29,90 Euro



Geschenkset – ADAC Serviceflotte

Für Kinder ab drei Jahren und natürlich auch Erwachsene, die sich für Modellautos begeistern, ist sie das ideale Geschenk: die ADAC Serviceflotte. Das mehrteilige Set des Herstellers Majorette enthält insgesamt vier Spielzeugautos und einen Spielzeughelikopter. Neben einem Volkswagen Crafter sind ein Suzuki Jimny, ein MAN TGS Abschleppwagen mit Ford GT sowie ein Airbus H145 Rettungshelikopter dabei. Jedes im ADAC Design gestaltete Fahrzeug ist mit Freilauf ausgestattet und besitzt ein hochwertiges Diecast-Metallgehäuse. > Preis: 18,99 Euro



Fotos: ADAC (2); Needit



TITELTHEMA MOTOSPORT

Motorsport im Freistaat

Text: Bastian Hambalgo

Motorsport ist aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Sei es nun als motorisierter Wettkampf zur bloßen Unterhaltung oder als Testfeld für technische Innovationen. Doch auch wenn diese besondere Sportart bereits seit über einem Jahrhundert Teil unserer Gesellschaft ist – von den früheren glorreichen Zeiten mit waghalsigen Legenden in komplett überzüchteten Boliden sind wir inzwischen meilenweit entfernt. Zum Glück? Oder würde dem modernen Motorsport ein wenig Tradition gut zu Gesicht stehen? Dieser und weiteren Fragen gehen wir in der großen Titelgeschichte nach, blicken auf einzelne Teilspektakel des Motorsportzirkus und lassen dabei Insider und ausgewiesene Experten zu Wort kommen. Und natürlich erklären wir Ihnen auch, wie Sie den Einstieg schaffen.

Zwischen Fortschritt und Nostalgie



Vielfältig talentiert Gerhard Müller nahm in seiner Karriere an den verschiedensten Meisterschaften teil

Ex-DTM-Pilot Gerhard Müller reist mit uns in die Vergangenheit des Motorsports und zeigt uns die größten Unterschiede zu den Rennwochenenden in den 80er- und 90er-Jahren

Text: Florian Fraunholz

„Früher war alles besser“ – ein Satz, den jeder von uns schon einmal gehört haben dürfte, auch im Kontext des deutschen Motorsports. Einer, der diese Aussage sofort unterschreiben würde, ist Gerhard Müller. Der gebürtige Nürnberger widmet sein Leben dem Motorsport und fuhr in seiner rund 40 Jahre andauernden Karriere unter anderem bereits in der DTM, der Formel 3, der Interserie und dem Porsche Carrera Cup. Bis heute ist der 64-Jährige im nationalen Rennsport unterwegs und weiß deswegen ganz genau, was „früher besser war“: „Der Motorsport hat sich von den Zuschauenden in den vergangenen Jahren immer weiter entfernt. Zu meiner Zeit in der DTM konnten die Fans nah an alle Autos sowie Fahrerinnen und Fahrer herankommen – das war Motorsport zum Anfassen. Diese Nähe ist mittlerweile verflogen und genau das vermissen viele Motorsportenthusiasten am meisten“, so Gerhard Müller.

Nicht nur der Motorsport hat sich verändert, auch die Fahrerinnen und Fahrer haben sich zu austrainierten Athleten weiterentwickelt, die unter anderem auch medial rund um die Uhr betreut werden. Für Kritiker eine Entwicklung, die keinen Platz für „echte Typen“ im Motorsport lässt. „In diesem Kontext fällt immer der Name Walter Röhrl. Der hat immer gesagt, was er gedacht hat, auch wenn diese Meinung für manche Menschen unbequem war. Mir fehlen diese Typen heutzutage. Wenn man an den deutschen Motorsport denkt, dann kommen einem sofort Namen wie Hans-Joachim Stuck, Michael Schumacher oder eben Walter Röhrl in den Sinn, und das auch noch lange nach deren aktiver Zeit. Heutzutage tauchen Fahrerinnen oder Fahrer auf, sind für ein paar Jahre aktiv und verschwinden dann wieder in der Versenkung. Mir fehlt da auch die Konstanz“, fasst Gerhard Müller zusammen.

Fotos: privat

Ein probates Gegenmittel für die Sehnsucht der Fans nach den „guten alten Zeiten“ ist der Blick zurück auf vergangene Motorsport-Highlights. Dieser fällt Gerhard Müller besonders leicht, denn seine Augen glänzen beim Erzählen diverser PS-Anekdoten. Doch ein Karrierehöhepunkt sticht für den ehemaligen BMW-Piloten besonders heraus: der zweite Platz beim legendären 24-Stunden-Rennen auf der Nordschleife im Jahr 2001. „Ich habe 14 Anläufe für diesen Erfolg gebraucht. Zuvor war ich bereits einige Male knapp am Podium dran, aber häufig haben uns technische Probleme um den Erfolg gebracht. Mit dem GT3-Porsche hat 2001 dann endlich alles zusammengepasst – diesen Tag werde ich niemals vergessen!“

Für diese Erlebnisse lebt man als Rennfahrer, doch in den 1980er- und teilweise noch 1990er-Jahren war im globalen Motorsport nicht alles Gold, was glänzte. Die Rennwagen wurden im weltweiten Wettrüsten immer stärker und extremer und der Motorsport beherbergte schon immer ein gewisses Risiko für die Fahrerinnen und Fahrer. Vor rund 40 Jahren war die Sicherheit



Gerhard Müller
startete jahrelang im
Porsche Carrera Cup



“
Motorsport-
enthusiasten ver-
missen die Nähe
zu den Fahrern

der Autos noch nicht vergleichbar mit den Standards von heute und viele Unfälle endeten leider tödlich. Stefan Bellof, Manfred Winkelhock oder auch der legende Ayrton Senna – sie alle waren Ausnahmetalente, doch ihr Leben endete in den Begrenzungsmauern in Spa, Clarington und Imola. Gerhard Müller hat diese Zeit überlebt, weiß aber dennoch um die Gefahr seines Berufs: „Die Unfälle von Stefan, Manfred oder auch Ayrton Senna waren schrecklich. Solche Ereignisse würden heute mit den modernen Autos glimpflich ausgehen, denn die Wagen wurden auch aufgrund dieser Tragödien immer weiterentwickelt. In den 80er-Jahren

wurden im Rennsport Aluminium-Chassis genutzt, die den Aufprall nur bedingt dämpfen konnten. Zum Glück wurden viele Ressourcen in die Sicherheit investiert, damit solche Tragödien nicht mehr passieren.“

Doch die deutlich geringere Anzahl an tödlichen Unfällen ist nicht die einzige positive Entwicklung im weltweiten Motorsport. Dieser hat sich zu einem Global Player in der Wirtschaft entwickelt, setzt mehrere Milliarden Dollar im Jahr um und bietet so Tausenden von

Menschen einen Arbeitsplatz. Außerdem ist der Rennsport mehr denn je ein technischer Vorreiter für die Automobilindustrie. Die in Rennwagen genutzten Technologien finden häufig den Weg in die Serienproduktion und ermöglichen der breiten Bevölkerung eine stetige Verbesserung im Mobilitätsbereich. Vielleicht war früher also doch nicht alles besser ... ➤



Bei jedem Wetter DTM-Action ist auf dem Norisring garantiert

Motorsport-Mekka Bayern

Im Freistaat kommen Fans von knallharter Rennaction auf und neben dem Asphalt voll auf ihre Kosten. Schließlich gibt es in Bayern ein reichhaltiges Angebot in Sachen Breiten- und Profisport

Text: Bastian Hambalgo

Der Freistaat Bayern hat schon zahlreiche Motorsport-Legenden hervorgebracht. Ob Walter Röhrl, Isolde Holderied oder eben Gerhard Müller – sie alle sind lebende Beweise dafür, dass Bayern und Motorsport untrennbar miteinander verwoben sind. Und das, obwohl in Bayern kein klassischer Asphalt-Rundkurs zu

finden ist, auf dem sich beispielsweise GT3-Boliden Duelle liefern. Ganz leer gehen Freunde des gehobenen Automobilsports hier aber nicht aus, wie DTM-Fans wissen. Der Norisring in Nürnberg, ein nur temporär befahrener Stadtkurs, ist seit Jahrzehnten fester Bestandteil einer der bekanntesten Rennserien Euro-

Foto: ADAC Motorsport

pas und ein Garant für unnachahmliche Rennaction. Vor allem wenn sich die Wolken über dem Nürnberger Zeppelinfeld sammeln und Regen für minimalen Grip sorgt. Aber auch bei strahlendem Sonnenschein kommen die über 100.000 Zuschauer auf ihre Kosten. Die DTM macht aller Voraussicht nach auch 2026 wieder Station in Franken.

Zur Not geht es aber natürlich auch komplett ohne permanente Absperrungen, Zuschauertribünen oder Asphaltband. Und hier kommt das zweite große Motorsport-Highlight Bayerns ins Spiel, die Central European Rally (CER). Als Teil der FIA Rallye-Weltmeisterschaft macht die CER vom 16. bis zum 19. Oktober zum dritten Mal in Folge Station in Bayern, Österreich und Tschechien und wird auch dieses Jahr wieder die Region rund um Passau in Rennfieber versetzen. Letztes Jahr folgten an den vier Renntagen rund 90.000 Zuschauer live dem Spektakel.

Sport für die Masse

Was vielleicht nicht alle Menschen im Freistaat wissen: Neben diesen Zuschauermagneten finden jährlich Hunderte andere Veranstaltungen auf zwei und vier Rädern statt. Ob Kartschlalom für Kinder und Jugendliche, Automobilschlalom, Oldtimerveranstaltungen oder Bergrennen – hier stehen der Spaß am Fahren, das Miteinander



Die CER bringt die FIA Rallye-Weltmeisterschaft nach Bayern

und die Förderung von Fahrtechnik und Sicherheit im Vordergrund. Denn Motorsport ist in vielen Disziplinen auch ein beliebter Breitensport. Das merkt man in den zahlreichen Ortsclubs in ganz Bayern, die für eine sportliche Vielfalt sorgen und zahlreiche Veranstaltungen organisieren und durchführen. Dies ist nicht nur wichtig, um die bayerische Motorsport-Tradition am Leben zu halten, sondern auch ein wesentlicher Bestandteil des Vereinslebens im ADAC. Nicht zuletzt sorgt die Vielfalt an Motorsportarten auch für einen niedrigschwierigen Einstieg für den Nachwuchs.

>

» Rückgrat des Sports

Ohne freiwillige Helfer wären Motorsport-Veranstaltungen undenkbar. Das gilt für Schnupperkurse ebenso wie für Breitensportwettbewerbe und Veranstaltungen auf Profineuvel. Denn bei jedem Event gibt es unzählige Aufgaben, die von Ehrenamtlichen und lokalen Ortsclub-Mitgliedern übernommen werden. Sei es die Organisation der Veranstaltung, der Aufbau der Peripherie oder die Streckensicherung bei den Läufen selbst. Auch bei großen Veranstaltungen wird auf die Expertise von Ehrenamtlichen aus Ortsclubs zurückgegriffen. Sie richten zum Teil mehrfach pro Jahr eigene Veranstaltungen aus beziehungsweise unterstützen andere Ortsclubs. Mit ihrer Routine und ihrem Know-how sind sie auch für Großveranstaltungen ideale und teils unverzichtbare Unterstützer.



Rennaktion im Wandel

Die glorreichen Zeiten, in denen der Motorsport scheinbar uneingeschränkte Begeisterung ausgelöst hat, sind vorbei. In Zukunft gilt es auch in Bayern, zahlreiche Interessen zu vereinen – zum Beispiel beim Thema Umweltschutz

Text: Bastian Hambalgo

Verbrannter Gummi in der Luft, ein Konzert aus hochdrehenden Motoren in den Ohren, aus der Ferne der Geruch eines Bratwurststands – so oder so ähnlich haben die meisten Menschen Motorsport kennengelernt. Eine unnachahmliche Mischung aus technischer Meisterleistung, brachialer Gewalt und einem starken Gemeinschaftsgefühl an der Strecke. Der Motorsport steht vor zunehmender Konkurrenz mit vielen anderen Freizeitaktivitäten. Aber er hat das Potenzial, sich zu modernisieren und den Kampf aufzunehmen.



Die Alternative? Bislang konnte die vollelektrische Formel E der Königsklasse nicht den Rang ablaufen

müssen, damit wir die Klimakrise umgehen und generell mehr auf die Umwelt achten.“ Gleichzeitig kritisiert sie aber auch die vor allem in Deutschland sehr einseitige Betrachtung der Thematik. „Dabei wird oft vergessen, dass der Sport schon immer für Innovationen stand, die bei uns entwickelt werden und irgendwann Einzug in die Straßenautos finden.“ Hinzu komme, dass das generelle Bewusstsein schon längst bei den Verantwortlichen angekommen sei und im Motorsport gerade ein groß angelegter Wandel stattfinde.

Mehrere Lösungsansätze

Doch was ist der richtige Weg? Seit mehr als zehn Jahren versucht die Formel E, eine vollelektrische Alternative zur Formel 1 auf Stadtkurse rund um die Welt zu bringen. Mit eher mäßigem Zuschauererfolg. „Der Grund, warum das Konzept hier nicht so ganz aufgeht, ist meiner Meinung nach die Komplexität der Meisterschaft“, erklärt Flörsch. Ein Beispiel für diese Komplexität: Abseits der Rennlinie gibt es auf den Strecken Induktionsschleifen, die zusätzliche Energie freischalten. Die Aktivierung wirft die Fahrer zunächst zurück. Durch das Leistungsplus haben sie aber die Möglichkeit, den Zeitverlust wieder aufzuholen. Für Flörsch ist die Formel E vor allem technologiegetrieben, was dazu führt, dass die Teams mehr auf Strategien und das Management der Akkus blicken, als den Fans echtes Racing am Limit zu bieten. Einen anderen Ansatz, CO₂-neutrales Racing zu betreiben, könnten synthetische Kraftstoffe liefern. Seit diesem Jahr setzt die DTM auf diese. Die sogenannten E-Fuels werden mit CO₂ aus der Luft hergestellt und würden so keine weiteren Emissionen erzeugen. Auch für Flörsch sind E-Fuels die Zukunft. Unter ande-

“
Wir sollten einen stärkeren Fokus auf Reise und Logistik legen

“
Sophia Flörsch,
Rennfahrerin



Rennfahrerin Sophia Flörsch ist davon überzeugt, dass der Motorsport nicht an Bedeutung verlieren wird

rem weil sie sich im Renneinsatz, etwa im Langstreckensport, bereits bewährt haben. Noch einen weiteren Ansatz hat die junge Münchnerin in der Hinterhand. „Es ist zudem wichtig, einen stärkeren Fokus auf das Thema Reise und Logistik zu legen. Der Motorsport ist, wie viele andere Sportarten auch, einfach ein großer Zirkus, der immer von A nach B reist. Hier gibt es noch eine Menge Optimierungspotenzial“, so Flörsch.

Doch egal ob mit Verbrennern, E-Motoren, regional oder global: Bei all den Herausforderungen muss der Motorsport versuchen, die Fans nicht zu verlieren. Denn ohne Zuschauer entlang der Strecken würde der Motorsport über kurz oder lang seine Seele verlieren und sich selbst abschaffen. >

Mehr als nur eine Alternative?



SimRacing hat sich in den vergangenen Jahren zu einer eigenständigen Motorsportsparte entwickelt. Ein beeindruckender Fortschritt, der seine Gründe hat

Text: Florian Fraunholz

Sebastian Vettel fährt in Monaco über die Ziellinie, **Walter Röhrl** treibt seinen Audi S1 quattro bei der „Nacht der langen Messer“ durch die Schluchten von Monaco und **Jacky Ickx** stellt beim 24-Stunden-Rennen in Le Mans einen Rekord nach dem anderen auf – Persönlichkeiten und Momente, die Motorsportherzen höherschlagen lassen. Jeder Rennsportenthusiast träumt davon, einmal selbst hinter dem Steuer eines dieser legendären Boliden zu sitzen. SimRacing macht dies möglich!

Für den Einstieg in den Motorsport brauchen Interessierte das passende Fahrzeug, viel Zeit und ab einer bestimmten Klasse auch die entsprechenden Lizenzen. Mit Fortschreiten der Rennsportkarriere werden auch die Kosten immer höher – Aspekte, die beim SimRacing keine Rolle spielen. Wer beispielsweise das ADAC SimRacing Center in Weiden besucht, kann mit einem aus 300 Fahrzeugen ausgewählten Rennwagen sofort

das Gaspedal durchdrücken. Somit bietet das virtuelle Rennerlebnis eine schnellere und kosten-günstigere Alternative zum regulären Motorsport.

Die beinahe logische Folge: SimRacing entwickelt sich zu einem weltweiten Phänomen. Schon seit geraumer Zeit streamen Rennfahrer wie der viermalige Formel-1-Weltmeister Max Verstappen oder sein Rivale Lando Norris ihre virtuellen Rennen im Internet. Mit der ADAC Nordbayern SimRacing Experience hat auch der regionale SimRacing-Sport eine Plattform, die jungen Talenten den Einstieg oder auch den nächsten Schritt ihrer Motorsportkarriere ermöglicht.

Doch auch weniger ambitionierte Hobbypiloten kommen mithilfe der Full-Motion-Simulatoren dem Erlebnis, einen Rennwagen auf den berühmtesten Strecken dieser Welt zu bewegen, so nah wie möglich. Und mal ehrlich: Wer hat nicht schon mal davon geträumt, in seinem Lieblingsrennwagen die Ziellinie als Erster zu überqueren?

Fotos: ADAC Nordbayern

Steig ein in die faszinierende Welt des Motorsports!

Für verschiedene Altersgruppen gibt es beim ADAC in Bayern eine Vielzahl von Einstiegsmöglichkeiten. Dies gilt für Disziplinen sowohl auf vier als auch auf zwei Rädern. Das Angebot reicht von Motocross über das Kartfahren bis hin zum Rallyesport

Text: Simon Hiller

Automobilsportarten

Einen idealen Einstieg in diesen Bereich bietet der Kartsport. Neben der klassischen Rundstrecke (etwa über die Kart Rookie School ab sechs Jahren) ist hier der Jugend-Kartslalom eine Möglichkeit. Bei diesem geht es darum, einen mit Pylonen abgesteckten Parcours möglichst schnell und zugleich fehlerfrei zu durchfahren. Einen fließenden Übergang vom Jugend-Kart- in den Automobilsport ermöglicht der Automobil-Slalom, zum Beispiel über den Slalom Youngster Cup ab 15 Jahren. Fortgeschrittene, die sich mit unterschiedlichen Fahrbahnbelägen im Kampf gegen die Uhr behaupten möchten, können ihre Fähigkeiten wiederum in einem Rallyelehrgang unter Beweis stellen. Eine Teilnahme beim ADAC Clubsport Rallye Sprint Cup ist schon ab 15 Jahren möglich.



Motorradsportarten

Wer zwischen sechs und 14 Jahre alt ist, kann bei einem Pocket & Mini Bike Schnupperkurs erste Erfahrungen auf der Rundstrecke machen. Darüber hinaus gibt es auch im Motorradsport eine Vielzahl von Möglichkeiten. Beispielsweise im Motocross (MX), wo es unter anderem auf die schnellste Zeit ankommt, oder im Enduro-Sport, der eine hohe Anpassungsfähigkeit an den jeweiligen Streckenverlauf erfordert. Beim Trial sind wiederum eine gute Balance und Konzentration gefordert. Hier wird ein Hindernisparcours durchfahren, bei dem möglichst kein Fuß auf den Boden gesetzt werden darf. Ein passgenaues MX- oder Trial-Camp kann bereits ab sechs beziehungsweise acht Jahren absolviert werden.

Weitere Informationen über die zur Auswahl stehenden Lehrgänge und Schnupperkurse:

- > adac-nordbayern.de/einsteiger
- > motorsport-suedbayern.de/einstieg

Natürlich können sich Interessierte auch beim nächsten ADAC Ortsclub informieren.

Die Zukunft der Medizin

Wie diese fermentierte Heilpflanze die Medizin erobert.



Seit Tausenden von Jahren ist Curcuma fester Bestandteil der traditionellen Medizin zur Behandlung von Entzündungen, Schmerzen und einer Vielzahl anderer Beschwerden. Nun erobert die Heilkraft dieser Wunderwurzel auch unsere Medizin! Allein die wissenschaftliche Datenbank PubMed verzeichnet über 6.000 Studien zu Curcuma und weit mehr als 20.000 Studien zu ihrem aktiven Wirkstoff – dem Curcumin.

Bereits im Jahr 2020 versetzte diese wissenschaftliche Studie Forscher auf der ganzen Welt in Aufruhr: Verglichen wurden normale Curcuma und fermentierte Super-Curcuma. Was die Studie ans Tageslicht brachte, ist unglaublich. Bissher kannte man 84 Curcuminoide. Doch fermentierte Super-Curcuma hat 115 Curcuminoide! (Xiang, Xingliang et al. 2020). Und noch eines brachte die Studie ans Tageslicht: Ist normale Curcuma aufgrund ihrer hydrophoben Eigenschaften für den Körper nur schwer zu verwerten, ist fermentierte Super-Curcuma maximal bioverfügbar!

Ebenfalls aufhorchen lässt diese neueste Studie von 2024: Forscher entdeckten in fermentierter Super-Curcuma erwartungsgemäß nicht nur mehr Curcuminoide, fermentierte Curcuma hatte auch

höhere Phenol- und Flavonoidgehalte und viel bessere Radikalfängeraktivitäten (44,6 %) als nicht fermentierte (30 %). So stieg der Quercetin-Gehalt ziemlich deutlich um sage und schreibe 40 % an! Quercetin ist ein Pflanzenpigment (Flavonoid) und eines der am häufigsten vorkommenden Antioxidantien in der menschlichen Ernährung. Es spielt eine wichtige Rolle beim Schutz gegen oxidativen Stress und Entzündungen. (Lo, Kai-Jun et al., 2024)

Das stellt alles in den Schatten, was die Wissenschaft bisher über Curcuma wusste! Die WHO empfahl bisher 3 g Curcuma pro Tag. Viele Studien wurden mit 8 g täglich durchgeführt. Wenn man jedoch weiß, dass davon nur ein minimaler Bruchteil im Körper überhaupt verwertet wird ...

... welche Wunder können dann selbst wenige Milligramm fermentierter Super-Curcuma bewirken, deren Wirkstoffe fast vollständig in der Blutbahn ankommen?

„Curcuma ist eine jahrhunderte alte Medizin zur Behandlung von altersbedingten Krankheiten, denn der Wirkstoff schützt die Körperzellen vor Altersveränderungen.“ (Prof. Dr. Sigrun Chribasik-Hausmann, Universität Freiburg)

Was man noch nicht lange weiß: Erst die Fermentation entfaltet die volle Wirkung dieser Wunderwurzel. Durch das Fermentieren entsteht eine komplette Apotheke der Natur in einer kleinen Kapsel. Ist Curcuma von Natur aus schlecht für den Körper zu verwerten, macht Fermentation nun endlich den maximalen Wirkstoffgehalt für den Körper nutzbar.

Vergessen Sie herkömmliche Curcuma-Produkte und die Mythen, ein wenig Piperin (Pfeffer) würde die Bioverfügbarkeit herkömmlicher Curcuma verbessern! Die Effekte sind minimal. Erst die Fermentation macht normale Curcuma für den Körper zum Superhelden!

Wer auf der Suche nach einer natürlichen Alternative in der Gesundheitsvorsorge ist, kommt an diesem goldgelben Wunder nicht vorbei. Doch nur fermentierte Curcuma ist auch wirklich Super-Curcuma! Rüsten Sie sich und verpassen Sie Ihrer Gesundheit noch heute einen Kickstart!

Nur Fermentura® CURCUMA DUO enthält fermentiertes Curcuma-Pulver, zusätzlichen Curcuma-Extrakt mit standardisiertem Curcuminoidgehalt plus Phosphatidylserin und Selen für noch mehr Wirkpektrum!

Unser Tipp:

Leserinnen und Leser dieser Zeitschrift können zum Vorzugspreis fermentierte Curcuma exklusiv hier beziehen.

Sie erhalten eine Monatspackung Fermentura® CURCUMA DUO mit 30 Kapseln (Nahrungsergänzungsmittel · 25,9 g (770,27 € / kg) · Art.-Nr. 179-050-1) zum Vorzugspreis von nur je 19,95 € (UVP: 44,95 €).

Bestellen Sie Fermentura®

CURCUMA DUO Montag bis Freitag von 8.00 bis 19.00 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:

53G.01

Sie erhalten Fermentura® CURCUMA DUO 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 Kauf ohne Risiko.**

Es gelten unsere Datenschutzerklärung und AGB unter www.auranatura.de. Schriftliche Anforderung möglich. Ihr Vertragspartner: AN Schweiz AG, Leubermannstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen. Druckfehler/Irrtum vorbehalten. Die Lieferung erfolgt aus Deutschland.

Bestehen Sie in Ihrer Apotheke auf das Original Fermentura® CURCUMA DUO von AuraNatura®!



30 Kapseln (PZN DE: 19359867)
30 Kapseln (PZN AT: 5934664)

Fotos: Haus der Bayerischen Geschichte | Gestaltung: www.buero-wilhelm.de; VKR; Deutsches Museum, München | Hubert Czech

Königliche Geschichte in Regensburg

War König Ludwig I. Bayerns größter König? Dieser Frage geht das Haus der Bayerischen Geschichte in der Bayerischen Landesausstellung zum Regenten aus dem Haus Wittelsbach auf den Grund. Durch die große Liebe zum Detail erhalten die Besucher einen einmaligen Einblick in die Welt Ludwigs I. Dabei werden viele Facetten des umstrittenen Regenten beleuchtet. Besonders erwähnenswert: Die Ausstellung ist für die ganze Familie gedacht und bindet auch kleine Historiker gekonnt ein.



Haus der Bayerischen Geschichte, Regensburg
Bis 9. November 2025
hdbg.de



Expedition ins Eis

Die Klimakatastrophe wird selbst in unseren gemäßigten Breiten immer deutlicher spürbar. Noch viel direkter lassen sich die Veränderungen des Klimas in der Arktis beobachten. Das ist das Ergebnis der „Polarstern“-Expedition, die 2019 gestartet ist. Wie die Forscher dabei unterwegs waren, was sie genau gemacht haben und mit welchen Herausforderungen sie zu kämpfen hatten, kann man in der Sonderausstellung „Dünnes Eis“ erleben.

Verkehrszentrum des Deutschen Museums, München
Bis 9. November 2025
deutsches-museum.de/verkehrszentrum

KULTUR

Versunkener Mythos



Spätestens seit dem James-Cameron-Epos kennt wirklich jeder die Titanic und das tragische Schicksal ihrer Passagiere. In Rosenheim wird der Untergang des berühmten Schiffs dank Originalartefakten und Multimedia-Installationen lebendig und für jedermann spürbar. Dabei steht die Titanic für mehr als eine verhängnisvolle Schiffsreise. Ihre Geschichte ist ein zeitloses Symbol für Innovation, Ambition und die Tragik des Scheiterns. Das ist allemal einen Besuch wert.

Lokschuppen, Rosenheim
Bis 6. Januar 2026
lokschuppen.de

Herbst 2025
Bayern



Radeln von Fluss zu Fluss

An Donau, Altmühl, Pegnitz, Vils und Naab führt der Fünf-Flüsse-Radweg entlang. Auf rund 300 Kilometern gibt es auf den insgesamt fünf Etappen zahlreiche Highlights zu entdecken. Neben geschichtsträchtigen Städten am Wegesrand wie Regensburg oder Kelheim warten viele landschaftliche, kulturelle und kulinarische Besonderheiten. Angefangen von den Höhlen des Karstgebirges, bis hin zu Kulturdenkmälern und Museen. Darüber hinaus gibt es die Möglichkeit, eine Teilstrecke der Radtour auf dem Schiff über den Main-Donau-Kanal zurückzulegen. Wer es etwas kürzer mag, kann alternativ diverse Tagestouren mit unterschiedlichen Längen und Ansprüchen absolvieren. Der Fernradweg eignet sich sowohl für sportlich ambitionierte Radlerinnen und Radler als auch für solche, die es etwas gemütlicher angehen möchten. Lademöglichkeiten für E-Bikes sind ebenfalls vorhanden.

» fuenf-fluesse-radweg.info

FREIZEIT

Herbst 2025
Bayern

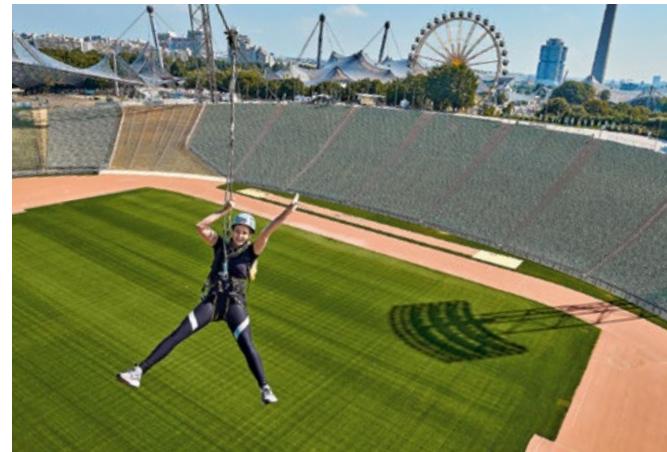
Gute Erholung in Bad Brückenau



Als **Stadt mit Heilbad-Anerkennung** bietet das unterfränkische Bad Brückenau mit seinem Staatsbad ein vom Freistaat betriebenes Erholungszentrum. Die Stadt ist bekannt für ihre Heilquellen, die im 17. Jahrhundert erstmals erwähnt wurden. Auch architektonisch kann sich das Ensemble sehen lassen und richtet sich sowohl an Familien und Paare als auch an Senioren. Darüber hinaus steht im Ort für Freizeitaktivitäten ein Hochseilkettergarten bereit. Der Kurgarten mit seinem Kursaalgebäude lädt wiederum zum Spazierengehen ein. Wer etwas ausgedehntere Aktivitäten schätzt, kann sich auf einem der zwölf Rundwanderwege durch und um Bad Brückenau begeben. Dank seiner Lage inmitten des von der UNESCO gekürten Biosphärenreservats Rhön befindet sich Bad Brückenau in einer Region mit hohem Erholungswert. Neben den Hochmoorgebieten sind dort zahlreiche seltene Pflanzen beheimatet.

» **Bad Brückenau**

» bad-brueckenau.de



Flug durchs Stadion

35 Meter über dem Rasen des Münchner Olympiastadions – was wagemutig klingt, ist für viele der ultimative Outdoorspaß. Und an diesem Spaß können alle teilhaben. Der „Flying Fox“ lässt Adrenalin-junkies vom Zeltdach auf die Osttribüne des Stadions rasen und dabei einen atemberaubenden Blick auf den Olympiapark werfen. Für Personen ohne Höhenangst auf jeden Fall einen Ausflug wert.

» **Olympiapark, München**

» olyMPIAPARK.DE

Unter Tage

Im Südosten Bayerns dreht sich alles um das weiße Gold. Das Salzbergwerk Berchtesgaden ermöglicht Besuchern einen Einblick in eine Welt unter der Oberfläche. Die Grubenbahn bringt die Besucher tief in den Stollen des Salzbergwerks, wo einzigartige Lichtspiele und eine atemberaubende Atmosphäre warten. Ein Erlebnis, das man so schnell nicht vergisst.

» **Salzbergwerk, Berchtesgaden**

» SALZBERGWERK.BERCHTESGADEN.DE



Hoch hinaus

Manchmal kann es durchaus Spaß machen, den Boden unter den Füßen zu verlieren. Vor allem dann, wenn dies mit einer Ballonfahrt verbunden ist. Bayernweit werden zahlreiche Ausflüge (oder besser: Ausfahrten) im Ballon angeboten und Interessierten ein einmaliger Blick auf den Freistaat. Abheben und die Welt hinter sich lassen!



„Nichts ist beständiger als der Wandel“

Nürnbergs Zweite Bürgermeisterin Prof. Dr. Julia Lehner (CSU) im Interview

Interview: Florian Fraunholz Foto: Ludwig Olah

Welche kulturellen Ereignisse stechen für Sie im Jahr 2025 heraus?

In Nürnberg wurde im Frühling die Blaue Nacht sehnlichst zurückerwartet. Nürnbergs lange Nacht der Kunst und der Kultur hatte ein Jahr Pause eingelegt und kehrte zurück und vereinte 110.000 Menschen in der Altstadt. Wenig später stand das Deutsche Chorfest an und Nürnberg wurde zum bundesweiten Mittelpunkt der Chormusik. Zudem feierten Nürnbergs Kulturläden 50-jähriges Jubiläum – eine besondere Erfolgsgeschichte für die Soziokultur, die hier sehr früh Wurzeln geschlagen hat. Und das war nur der Auftakt in einen spannenden und vibrierenden Kultursommer in der Stadt.

Ihre Laufbahn in der Kommunalpolitik endet 2026 auf eigenen Wunsch. Wie blicken Sie auf die vergangenen fast drei Jahrzehnte in diesem Bereich zurück?

Ich gestalte Nürnberger Kulturpolitik mit großer Freude und großem Elan mit. Dabei versuche ich, nicht zu häufig zurückzublicken auf Entwicklungen, die angestoßen werden konnten, sondern den Blick auf das zu richten, was aktuell zu erledigen ist. In den zurückliegenden Jahren ist gleichwohl viel bewegt worden. Ich denke dabei an die Eröffnung des Südpunkts oder der Kulturwerkstatt

Auf AEG!, die Sanierung der Stadtbibliothek, des Künstlerhauses und des Dokumentationszentrums oder die Öffnung des Memoriums Nürnberger Prozesse und vieles mehr. Doch Aufgaben wie der Einzug des Staatstheaters und von Ateliers und Kunsträumen für die Freien Szenen in die Kongresshalle erfordern derzeit volle Aufmerksamkeit.

Seit 1996 sind Sie Mitglied des Stadtrats in Nürnberg. Wie haben sich in Ihren Augen der Begriff „Kultur“ und Ihre Aufgaben seitdem verändert?

Nichts ist beständiger als der Wandel – dieser Leitsatz hat sich bislang stets bewahrheitet. Und das ist, gerade auch mit Blick auf Nürnbergs sehr heterogene kulturelle Szenen und Institutionen, auch eine notwendige Auffassung. Denn Kultur und Kunst sind Motoren für eine moderne Stadtentwicklung, es sind kraftvolle Werkzeuge, um das gesellschaftliche Miteinander zu befördern. Und das gerade in Zeiten, in denen die Stadtgesellschaft diverser ist als jemals zuvor.

In den vergangenen Jahren hat sich die regionale und bundesweite Kulturlandschaft verändert – auch aufgrund der gestiegenen Migration. Wie haben Sie diese Entwicklung wahrgenommen und wie hat dies Ihre Arbeit verändert?

Ich sehe hier eine bemerkenswerte Kontinuität. Nürnberg ist als Stadt seit vielen Jahrhunderten von Migrationsbewegungen geprägt. Und diese haben zwangsweise immer auch direkten Einfluss auf das Kulturleben nach sich gezogen. Man denke nur an Albrecht Dürer, dessen Vater, aus Ungarn kommend, sich einst in Nürnberg niederließ. Als große Handelsmetropole im Zentrum Europas war Nürnberg immer ein attraktives Ziel für viele Menschen und hier haben Einflüsse von außen stets eine große Rolle gespielt. Und das tun sie bis heute, wenn wir auf Nürnberg als internationalen Messegeland und auch wirtschaftliches Herz der Metropolregion blicken. Und sicher wird auch die TUN als neue Hochschule perspektivisch Nürnberg um neue Impulse bereichern, wie es bereits die Hochschule für Musik oder die Akademie der Bildenden Künste erfolgreich vorleben.

INTERVIEW

Welche zentralen Kulturthemen werden Sie noch in Ihrer Amtszeit beschäftigen?

Kulturentwicklung ist ein Prozess, der nie abgeschlossen sein wird. Und folgerichtig investiert die Stadt Nürnberg an vielen Stellen derzeit in wichtige Infrastrukturen. Das Museum Industriekultur wird aktuell umgebaut, die Ausstellung im Memorium soll erweitert werden, um nur zwei Beispiele zu nennen. Und in der Erinnerungskultur hat Nürnberg Exemplarisches geleistet und investiert derzeit in großem Maße auf dem ehemaligen Reichsparteitagsgelände. Mithilfe von Bund und Freistaat werden Zeppelinfeld und -tribüne zu einem Lern- und Begegnungsort entwickelt, das Dokumentationszentrum erneuert, aber auch der Bahnhof Märzfeld, von dem aus Jüdinnen und Juden aus Nürnberg und ganz Nordfranken in die Todeslager der Nationalsozialisten deportiert wurden, zu einem würdigen Gedenkort umgestaltet. Dass die Kongresshalle zu einem

Standort für das Staatstheater und die freien Künste werden kann, unterstreicht Nürnbergs Ambitionen, immer wieder aufs Neue die Auseinandersetzung mit der Geschichte zu suchen. Das ist eine große Aufgabe, die weit über Nürnberg hinausweist.

Wie sehen Sie die Zukunft der regionalen kulturellen Angebote? Welche Entwicklungen sind in diesem Sektor zu erwarten?

Kommunale Investitionen in die Kultur sind nach wie vor sogenannte freiwillige Leistungen einer Stadt. Das heißt, dass bislang fast zwangsläufig zumeist hier angesetzt wird, wenn es gilt, den städtischen Haushalt zu konsolidieren. Ich setze mich dafür ein, dass Kultur durchaus auch als Pflichtaufgabe einer Kommune betrachtet werden sollte. Denn der Mehrwert, der durch Kunst und Kultur für alle Bürgerinnen und Bürger generiert wird, ist im Grunde unzählbar.

**Wir
checken
Ihre Klimaanlage**



ADAC

- » Regelmäßige Wartung hilft, kostspielige Reparaturen zu vermeiden
- » Check alle zwei bis drei Jahre ist empfehlenswert



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

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

adac-pruefzentrum.de

adac-pruefzentrum-muenchen.de

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 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 95 395
adac-nordbayern.de/mobilitaet/mobiler-pruefdienst

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

Fotos: ADAC Südbayern/Heidi Mayer; ADAC Südbayern/Richard Kienberger

IM PRESSUM

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

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

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

Produktion
storyboard GmbH,
Wiltzudenstraße 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: Burda Gesellschaft mit beschränkter Haftung. Deren alleinige Gesellschafterin:
Hubert Burda Media Holding Kommanditgesellschaft. Deren persönlich haftende Gesellschafter sind Prof. Dr. Hubert Burda, Verleger, Offenburg, und die Hubert Burda Media Holding Geschäftsführung SE.



ADAC Fahrsicherheitstraining erleben.

Trainieren Sie Fahrsicherheit und Fahrdynamik und erleben Sie einen Tag voller Fahrspaß.

Wählen Sie aus vielseitigen Kursangeboten und trainieren richtiges Bremsen, gekonntes Ausweichen, das Fahren in der Kurve und schnelles Reagieren auf den modernen ADAC Trainingsanlagen in Bayern.

Buchen Sie allein, zu zweit oder mit einer Gruppe.
Für Ihre Lieben gibt es alle Trainings auch als Gutscheine zum Verschenken!

Zusammen. Unterwegs. Fahrspaß

Mehr Infos unter
fahrsicherheitstraining-bayern.de
oder T 0 800 898 00 68 (kostenlos)

ADAC Fahrsicherheitszentren in Bayern

Stubai Herren Strickfleecejacke



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

UVP*-Preis 79,99
Personalshop-Preis 39,99
-30% für Sie
€ 27,99

Chiemsee Herren Badeshorts



Herren Badeshorts
marine Art.-Nr. 253.417

UVP*-Preis 39,99
Personalshop-Preis 19,99
-30% für Sie
€ 13,99

Benetton 5er Pack Boxershorts



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

UVP*-Preis 59,95
Personalshop-Preis 19,99
-30% für Sie
€ 13,99

Nordcap 5er Pack
Funktionspolos



5er Pack Funktionspolos Art.-Nr. 252.241

UVP*-Preis 199,-
Personalshop-Preis 49,99
-30% für Sie
€ 34,99

UVP*-Preis 199,-
Personalshop-Preis 49,99
-30% für Sie
€ 41,99

Franco Bettoni Bequem-Mokassins



Bequem-Mokassins
taupe Art.-Nr. 403.838
dunkelblau Art.-Nr. 403.841
rot Art.-Nr. 403.854
schwarz Art.-Nr. 407.250

Tom Ramsey Herren 3er Pack
Freizeithosen



3er Pack Freizeithosen Art.-Nr. 254.061



1. QR-Code scannen
2. Ihr Gutschein-Code ➡ **D30889** ➡ wird automatisch eingelöst
3. Von 30% Rabatt* profitieren

oder telefonisch bestellen: 0 69 / 92 10 110 ☎

Noch mehr Artikel und
Informationen online

www.personalshop.com