

# Rheinland-Pfalz Saarland

## Kleine Auszeiten

Wellness-Oasen für die Entspannung

**Schnupper-Urlaub**  
Kundenabende beim ADAC

**Ein starkes Team**  
75 Jahre ADAC in Rheinland-Pfalz

**Asphalt-Einblicke**  
Deutsches Straßenmuseum

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

1.-5.



EDITORIAL

## Extrem hohe Nachfrage! Die offiziellen 23 x 1-Euro-Cent-Münzen aller 20 Länder!

6.



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

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

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

**8.**  x 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

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!



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



### I N H A L T

#### Was uns bewegt

Freizeit- und Veranstaltungstipps  
Seite 4

#### Wellness im Herbst

Thermen und Kurzentren in der Region  
Seite 6

#### Service

Pkw-Wintercheck und Pedelec-Training  
Seite 12

#### Von Trampelpfaden und Highways

Deutschlands einziges Straßenmuseum  
Seite 13

#### Genuss schon vor der Reise

Kundenabende der ADAC Reisebüros  
Seite 14

#### Pylonen-Stürmer

Südwestdeutsche Kartslalom Meisterschaft  
Seite 16

#### Seit 75 Jahren in Rheinland-Pfalz

ADAC schaut zurück und voraus  
Seite 17

#### Fahrsicherheitstraining für die Bundesliga

ADAC vor Ort & Impressum  
Seite 18



## Meisterhafte Jugend

Beim Motorradtrial geht es nicht um Schnelligkeit, sondern um die Kunst, im exakt dosierten Zusammenspiel von Kupplung, Gas und Bremse und mit einem unglaublichen Gleichgewichtsgefühl schier unmögliche Hindernisse zu bewältigen. Besonders spannend sind für Zuschauer auch das Finale der Deutschen Jugend-Trial-Meisterschaft und der ADAC Bundesendlauf Jugendtrial am 11./12. Oktober 2025 im pfälzischen Kerzenheim.

> [Infos und Anfahrtsbeschreibung unter amc-kerzenheim.de](#)

# FREIZEIT

Herbst 2025

Rheinland-Pfalz  
Saarland



## Volles Programm

Der ADAC präsentiert sich vom 2. bis 4. Oktober 2025 auf der Festmeile in Saarbrücken im Rahmen des Bürgerfests zum Tag der Deutschen Einheit. Das Saarland ist 2025 Ausrichter der Feierlichkeiten mit Festakt und mehrtägigem Programm. In der modernen ADAC Mitglieder Lounge informiert der ADAC Saarland zu Themen wie Club-Mitgliedschaft und Versicherungen, Mobilität, Verkehr und Technik sowie Reise und Touristik. > [Infos auf adac-saarland.de](#)

## Meisterhafte Jugend

Beim Motorradtrial geht es nicht um Schnelligkeit, sondern um die Kunst, im exakt dosierten Zusammenspiel von Kupplung, Gas und Bremse und mit einem unglaublichen Gleichgewichtsgefühl schier unmögliche Hindernisse zu bewältigen. Besonders spannend sind für Zuschauer auch das Finale der Deutschen Jugend-Trial-Meisterschaft und der ADAC Bundesendlauf Jugendtrial am 11./12. Oktober 2025 im pfälzischen Kerzenheim.

> [Infos und Anfahrtsbeschreibung unter amc-kerzenheim.de](#)



## 73. Mittelrheinische ADAC Geländefahrt Ein Muss für Motorsportfans

Am Sonntag, den 26. Oktober, ist es wieder so weit: Die älteste Enduro-Veranstaltung Deutschlands, die Mittelrheinische ADAC Geländefahrt, geht in ihre 73. Runde. Diese traditionsreiche Veranstaltung begeistert jedes Jahr eine große Anzahl von Zuschauern, die die packende Action und die eindrucksvollen Fahrzeuge hautnah erleben möchten. Auch in diesem Jahr rechnet der ADAC Mittelrhein mit einer ähnlich starken Teilnehmerzahl wie im Vorjahr. Der erste Fahrer wird am Sonntag um 8 Uhr auf die Strecke gehen. Der Rundkurs erstreckt sich über etwa 52 Kilometer. Zusätzlich zur vier Kilometer langen Cross-Prüfung im Industriegebiet wird es eine zweite Cross-Prüfung in den Sandgruben von Engeln geben.

> [Mehr Informationen unter adac-mittelrhein.de](#)

**DRC**  
DMSB Rallye Cup

**SAARLANDISCHE ADAC  
RALLYE MEISTERSCHAFT**

# ADAC SAARLAND RALLYE »

» FINALE DES DRC, DER SRM UND DER  
LUXEMBURGISCHEN RALLYE MEISTERSCHAFT

» RALLYEZENTRUM EISENBAHNHALLE LOSHEIM

Fotos: ADAC Pfalz/Lennox Schlosser; Ann-Iren Ossenbrink/ADAC Saarland

**25.10.**  
**LOSHEIM AM SEE**

SB-SU 6

ADAC

SAARLANDRALLYE.MSC-LOSHEIM.DE

# Eine kleine Auszeit

*Wenn es draußen allmählich kälter wird, gibt es kaum etwas Schöneres, als sich einen Tag lang einmal richtig verwöhnen zu lassen und die wohlige Wärme einer Therme zu genießen. In der Region findet sich eine Vielzahl von schönen Bade- und Wellnesslandschaften, die zu einem Besuch einladen*

Zusammengestellt von Reinhard Moll



Foto: Saarland Therme



Rückzugsort für alle, die Körper und Geist eine Auszeit gönnen möchten: die Saarland Therme

## 1 Saarland Therme Orientalisches Wohlfühlparadies

**Nur wenige Kilometer** von der französischen Grenze entfernt, erwartet Besucherinnen und Besucher in Rilchingen-Hanweiler eine Oase der Entspannung: die Saarland Therme, inspiriert von den Badetraditionen und der marokkanischen Baukunst. Im Mittelpunkt steht die großzügige Thermal- und Saunalandschaft. Das wohltemperierte Thermalwasser entspringt einer eigenen Quelle mit wertvollen Mineralien. Innen- und Außenbecken mit zahlreichen Wasserattraktionen wie Massagedüsen, Sprudelliegen und einem Strömungskanal sowie ein Thermalwhirlpool und ein Solebecken sorgen für Abwechslung und Entspannung zu jeder Jahreszeit.

**Ruhe mit der Klangschale** Die Saunalandschaft beeindruckt mit verschiedenen Thermenräumen wie der Kräutersauna, einer finnischen Aufguss-Sauna oder auch der Steinsauna. Dazu kommen ein orientalisches Dampfbad sowie ein Saledampfbad. Regelmäßige Aufgusszeremonien mit wohltuenden Düften, Honigmasken und Klangschalen sorgen für Tiefementspannung. Besonderes Highlight: die Eukalyptussauna auf der Dachterrasse mit Blick ins Grüne. Wer sich noch intensiver verwöhnen lassen möchte, findet im angeschlossenen Spa-Bereich eine große Auswahl an Massagen.

**Genuss für den Gaumen** Die nordafrikanisch geprägte deutsch-französische Küche im Thermenrestaurant überzeugt mit frischen Zutaten und aromatischen Gewürzen. Ob leichte Salate, herzhafte Fleisch- und Fischgerichte oder vegetarische Spezialitäten – hier findet jeder das passende Gericht für eine genussvolle Auszeit. Kleine Snacks und Süßspeisen runden das Angebot ab.

**Ein Kurzurlaub wie in Marokko** Die Saarland Therme ist ein Rückzugsort für alle, die Körper und Geist eine Auszeit gönnen möchten. Ein Kurzurlaub wie in Marokko – ganz ohne Flugticket. Und der Traum von 1001 Nacht geht weiter: Derzeit entsteht das Le Marrakech Boutique Hotel der Saarland Therme. Ein Spa-Hotel mit privaten Spa-Suiten und direktem „Bademanntelgang“ in die Therme. 32 Zimmer, davon 23 exklusive Suiten, die mit privater Sauna, Whirlpool oder beidem ausgestattet sind – jede von ihnen mit einem eigenen Balkon.

> [saarland-therme.de](http://saarland-therme.de)



## 2 Emser Therme Wellness am Fluss

In der Emser Therme erleben Gäste auf 6600 Quadratmetern ThermenLandschaft, SaunaPark, Wellness-Galerie, FitnessPanorama und im Restaurant Halberts Entspannung pur. Direkt an der malerischen Lahn gelegen, zählt sie zu den modernsten und attraktivsten Thermen Deutschlands – ein Ort, an dem Körper, Geist und Seele in Einklang sind.

**Erfrischende Momente genießen**  
Ob Sie in einem der acht Innen- und Außenbecken die wohltuende Wirkung des bis zu 35 Grad warmen Thermalwassers genießen, unter der Regendusche erfrischende Momente erleben oder in der Emser Salz-inhalation tief durchatmen – die großzügige Thermen-Landschaft lädt dazu ein, den Alltag hinter sich zu lassen. Auch das Sidroga Kräuter dampfbad sorgt für sanfte Entspannung und wohltuende Wärme. An sonnigen Tagen locken das Thermal-Außenbecken und das Sportbecken mit purer Erfrischung und Ausblick auf die Naturkulisse des Lahntals.

**Deutschlands erste Fluss-Sauna**  
Im SaunaPark erwarten Sie eine abwechslungsreiche Saunavarietät mit verschiedenen Temperaturen, großzügigen Ruhebereichen und ein besonderes Highlight: Deutschlands erste Fluss-Sauna, in der Sie bei 85 Grad Celsius und zehn Prozent Luftfeuchtigkeit mit direktem Blick auf die Lahn entspannen können. Für Gäste, die ihre Auszeit in Bad Ems verlängern möchten, bietet das direkt angeschlossene Emser ThermenHotel mit lichtdurchfluteter Architektur und dem Fluss vor Augen ein stilvolles Zuhause auf Zeit. Nur ein „Bademantelgang“ trennt Sie von der ThermenLandschaft, bequemer kann ein Wellnessurlaub kaum sein.

[emser-therme.de](http://emser-therme.de)



Die Emser Therme bietet eine vielfältige Erlebenswelt aus Thermalbad, Saunalandschaft, Spa-Bereich und Fitness – mit Blick auf die idyllische Lahn

Fotos: Dominik Ketz, Bad GmbH; Bad Kreuznach Naheland Tourismus GmbH; Andreas Pack Romantischer Rhein Tourismus GmbH

## TITELGESCHICHTE



### 3 Crucenia-Thermen und Bäderhaus in Bad Kreuznach

## Doppeltes Vergnügen

Wer nach Bad Kreuznach an der Nahe reist, kann sich dort gleich doppelt verwöhnen lassen: Die Crucenia-Thermen laden mit ihrer ausgedehnten Badelandschaft zu einem Wohlfühlauftenthalt ein, das benachbarte Bäderhaus punktet mit einer vielfältigen Wellnesslandschaft.

### Baden unterm Kuppeldach

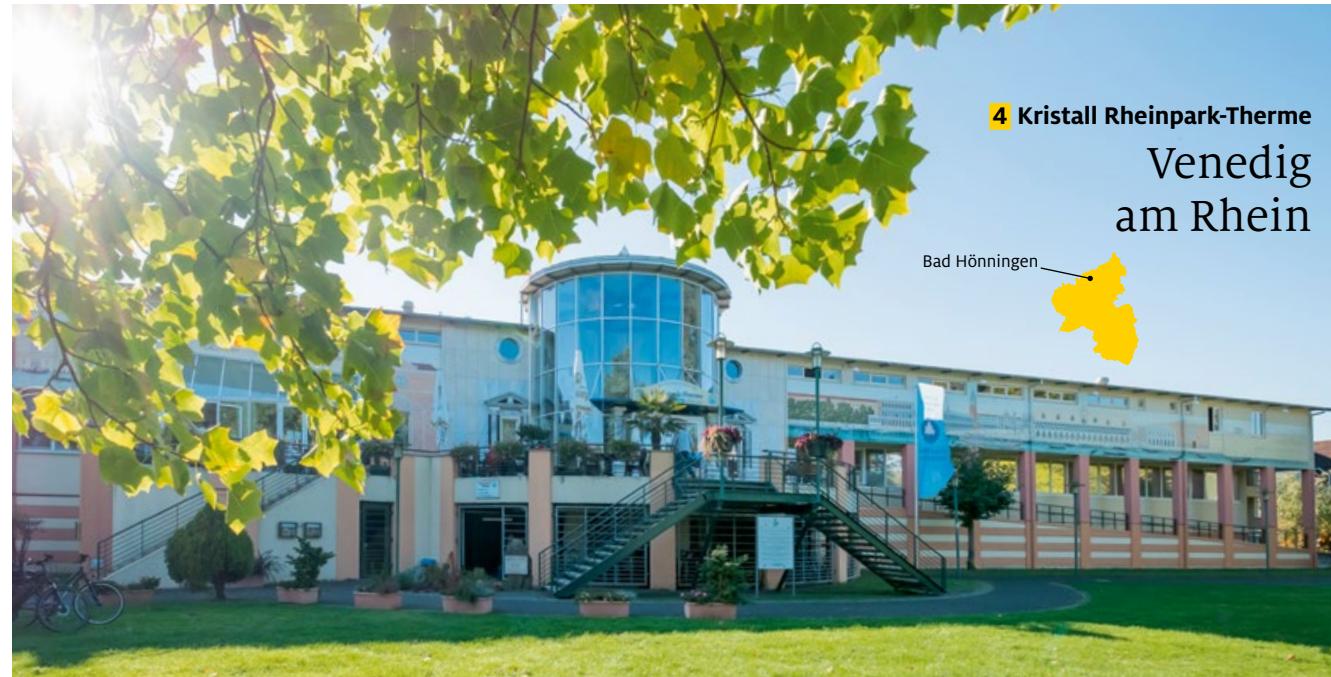
Malerisch am Ufer der Nahe liegen die Crucenia-Thermen. Man kann sich dort in zwei Innenbecken und einem Außenbecken mit wohligen 33 Grad Wassertemperatur entspannen. Unter einem großen Kuppeldach taucht man in das leicht salzhaltige Wasser ein, die ideale Umgebung, um abzuschalten. Das Heilwasser wird aus einer 500 Meter tiefen Quelle gewonnen. Muskulatur, Gelenke, Kreislauf und Abwehrkräfte profitieren von dem Badeaufenthalt.

### Römische Dampfbäder

Das Bäderhaus bietet auf 4000 Quadratmetern Fläche eine Saunalandschaft, die vielfältige Möglichkeiten zur Entspannung bereithält. Es gibt drei römische Dampfbäder, drei finnische Saunen, ein Meditationsbad, ein orientalisches Hamam und ein maurisches Bad. Etwas Besonderes ist das Stein- und Brechelbad, das im Stil einer Alm gestaltet wurde.

[bad-kreuznach-tourist.de](http://bad-kreuznach-tourist.de)

Entspannung pur mit Badelandschaft und Wohlfühl-Oase: Crucenia-Thermen und Bäderhaus in Bad Kreuznach



### 4 Kristall Rheinpark-Therme

## Venedig am Rhein



Bad Honningen

**Bad Honningen ist ein Kur- und Weinort** am rechten Rheinufer. Zu seinen Schätzen gehören nicht nur die edlen Tropfen, die über der Erde reifen, sondern auch die heißen Quellen, die unter der Oberfläche zu finden sind. Sie bilden die Grundlage der Anwendungen in der Kristall Rheinpark-Therme.

Das Wasser der Therme im unteren Mittelrheintal fördert Stoffwechselprozesse, löst Muskelverhärtungen auf und lindert Hautprobleme. Massagedüsen regen die Durchblutung an und sorgen für ein angenehmes Kribbeln im Körper. Eine Besonderheit sind die beiden Solebecken im Innen- und Außenbereich, die gerade im Herbst positive Wirkung für die Atemwege haben und Erkältungsankündigungen vorbeugen.

### Außensauna in Form einer Gondel

Die Therme wurde im venezianischen Stil mit Heiledelsteinen ausgestattet. Im Ambiente der Therme können sie ihre Wirkung entfalten. Zu den Highlights des Wellnessbads zählt auch die Saunlandschaft mit insgesamt sechs verschiedenen Saunen. Mediterranes Urlaubsfeier kommt auf, wenn man sich in den Außenbereich der Wellnessanlagen begibt: Die Kristall-Sauna und die Marco-Polo-Sauna wurden in Form einer Gondel gebaut – zwei kleine Saunaschiffe am Rheinufer, die die Gäste in der kalten Jahreszeit voller Wärme empfangen.

[kristall-rheinpark-therme.de](http://kristall-rheinpark-therme.de)

## 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-Jiun 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?

„Kurkuma 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 kaufen ohne Risiko.**

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

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



Nahrungsergänzungsmittel

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

Fotos: Florian Trykowski RLP Tourismus GmbH, Südpfalz Therme



## 5 Südpfalz Therme

### Wellness im Weinkeller

**Idyllisch zwischen den Weinbergen** und dem Pfälzer Wald liegt die Südpfalz Therme. Wer die Badelandschaft in Bad Bergzabern besucht, findet darin ein breites Angebot an Wellness und Gesundheit, aber auch viel regionales Ambiente. Ein herausragendes Beispiel dafür ist die Riesling-Sauna, die im Stile eines Weinkellers gestaltet wurde. Einen urigen Charme hat auch die Wald-Sauna, die den Charakter einer Pfälzer Wanderhütte hat. Da kehrt man gerne ein und lässt sich verwöhnen – nur dass es statt Bier und Wein hier duftende Aufgüsse gibt. Etwas ganz Eigenes ist auch das Dampfbad Montanus Grotte, das nach dem Bergzaberner Professor Tabernaemontanus benannt wurde, einem Pionier der Naturheilkunde aus dem 16. Jahrhundert.

### Die heilsame Wirkung des Salzes

Ein Highlight der Südpfalz Therme ist die Salzgrotte. Bei einer Raumtemperatur von 23 Grad und einer Luftfeuchtigkeit von 40 Prozent können die Besucher die heilsame Wirkung des Salzes aus dem Toten Meer erfahren – eine Wohltat für die Atemwege. Sanfte Licht- und Klangeffekte helfen dabei, sich komplett zu entspannen. Der Besuch der Salzgrotte dauert 45 Minuten und ist von 10 bis 18 Uhr zu jeder vollen Stunde möglich. Große Wasserbecken im Innen- und Außenbereich sorgen in der Südpfalz Therme zudem dafür, dass man sich ausbreiten kann. Jeder findet sein Plätzchen und kann sich bei angenehmen 32 Grad Wassertemperatur entspannen.

Verwöhnangebote hält auch die Massage- und Beauty-Abteilung der Therme bereit. Zu den besonderen Events in der kalten Jahreszeit gehören die langen Saunäärche. Von Oktober bis April kann man jeweils am ersten Samstag im Monat von 18 Uhr bis um Mitternacht in der gesamten Therme textilfrei baden, begleitet von einem Programm, das den Aufenthalt zu einem unvergesslichen Erlebnis macht. Auch der Barfußpfad hat eine entspannende Wirkung auf Körper und Geist. Der Fußreflexzonenparcours, der mit unterschiedlich geformten Keramikelementen versehen ist, stimuliert und aktiviert beim Betreten spezifische Reflexzonen der Füße, entspannt und fördert die Durchblutung. Alternativ kann man das kulinarische Angebot auf der Thermenterrasse mit Blick auf das sprudelnde Wasser, die Rebzeilen und den alten Baumbestand genießen.

> [suedpfalz-therme.de](http://suedpfalz-therme.de)

## Auf zum Wintercheck!



**Wenn die Tage kürzer werden** und die Temperaturen sich nur noch im einstelligen Bereich bewegen, sollte man sein Fahrzeug winterfähig machen. ADAC und TÜV im Saarland bieten die Aktion „Wintercheck“ vom 3. bis 29. November 2025 an. An den teilnehmenden Stationen von TÜV und SVK kann man nach Zahlung einer geringen Schutzgebühr die Beleuchtung, Scheibenwischer und -waschanlage, Kühlwasserfüllstand, Bremsen, den Zustand des Unterbodens und der Reifen checken lassen. Bereits den ganzen Oktober über kann man seinen Wagen zudem kostenfrei dem Lichttest unterziehen.

> Alle Infos online unter [adac.de/saarland](http://adac.de/saarland) und [tuv.com/saarland](http://tuv.com/saarland)

**Für Anfänger, Wiedereinsteiger** und alle, die ihre Fahrpraxis auf dem Pedelec oder E-Bike verbessern möchten, bietet der ADAC Pfalz am 27. September in Neustadt einen dreistündigen Basis-Kurs an. In praktischen Übungen wird der sichere Umgang mit dem Pedelec geübt. Der Kurs ist für Erwachsene geeignet, das eigene Pedelec oder E-Bike muss mitgebracht werden. Der Kurs ist kostenfrei bei voriger Anmeldung beim ADAC Pfalz, Europastraße 1, 67433 Neustadt, T 06321 89 05 23, E-Mail [verkehr@pfa.adac.de](mailto:verkehr@pfa.adac.de)

> Infos unter [adac-pfalz.de/pedelec](http://adac-pfalz.de/pedelec)



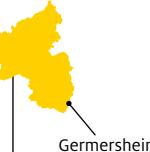
## Champion gesucht

**Im heutigen Straßenverkehr** ist der gekonnte und sichere Umgang mit dem Fahrrad wichtiger denn je – gerade für die Kids und Jugendlichen. Der ADAC Saarland leistet dazu einen wichtigen Beitrag mit der Durchführung seiner Fahrradtrainings. Bei über 100 Veranstaltungen konnten sich Kinder und Jugendliche in zwei verschiedenen Altersgruppen zwischen 8 und 13 Jahren für das Finale am Sonntag, den 9. November, in der Fischbachhalle in Quierschied qualifizieren und suchen dort ihren Champion.

> Infos unter [adac-saarland.de/verkehr-technik/verkehrssicherheitsprogramme](http://adac-saarland.de/verkehr-technik/verkehrssicherheitsprogramme)



Fotos: ADAC Saarland/Ann-Iren Ossenbrink; ADAC Pfalz

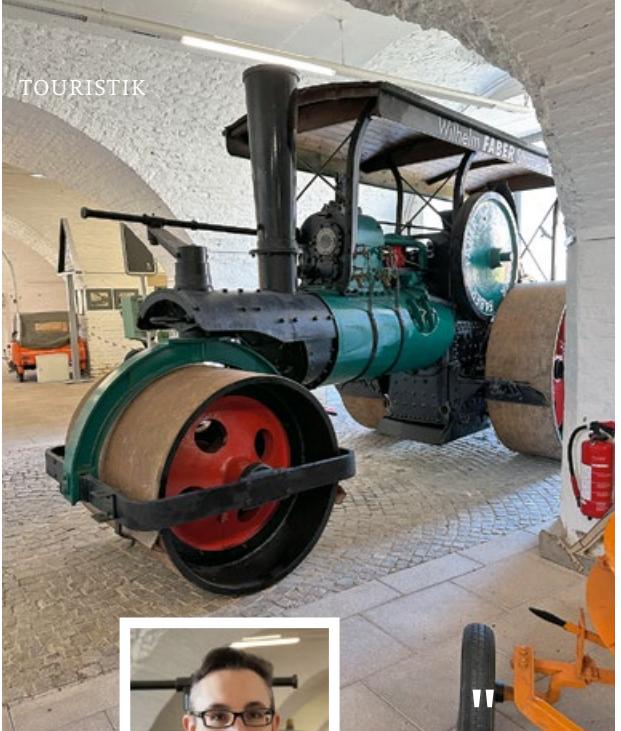


Germersheim

# Einmal über Stock und Stein

*Das Zeughaus der historischen Festungsanlage Germersheim beherbergt Deutschlands einziges Straßenmuseum. Auf rund 5000 Quadratmetern Ausstellungsfläche widmet es sich der Geschichte der Straße*

Text & Fotos: Monika Gaß



Simon Sporenberg,  
Ausstellungsleiter

**Unsere Zielgruppen sind Familien wie auch Fachpublikum**

wurde und selbst schon sehenswert ist. Die Ausstellung wurde 1989 von Straßenbauern konzipiert, um die Bedeutung und Entwicklung ihres Handwerks zu dokumentieren und sowohl Fachleuten wie auch einem breiten Publikum zugänglich zu machen. Aktuell wird das Museum modernisiert und familienfreundlich ausgebaut.

Ausstellungsleiter Simon Sporenberg begleitet die Modernisierung und Erweiterung des Museums: „In einem neuen Bereich machen wir die Ingenieurkunst des Brücken- und Tunnelbaus unter anderem anhand von Modellen in unterschiedlichen Größen erlebbar.“ Historische und moderne Verfahren im Straßenbau werden medial aufgearbeitet. Ab Herbst können Besucher an interaktiven Mitmachstationen selbst physikalische Gesetze erproben, die im Ingenieurwesen eine zentrale Rolle spielen.

> [das-deutsche-strassenmuseum.de](http://das-deutsche-strassenmuseum.de)

# Reise-Inspirationen

*Der ADAC im Saarland und in der Pfalz lädt Interessierte zu Kundenabenden ein*

**Die ADAC Reisebüros in Saarbrücken, Saarlouis und Neustadt** bieten Kundenabende an, die ganz im Zeichen außergewöhnlicher Reisen stehen – von exklusiven Kreuzfahrten bis hin zu Bahn-Abenteuern durch ferne Länder. Interessierte

Risefans erhalten dabei nicht nur faszinierende Einblicke in ausgewählte Reiseformen, sondern auch fundierte Informationen zu Angeboten und Leistungen der jeweiligen Veranstalter. Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Teilnehmende profitieren außerdem von attraktiven Buchungsvorteilen bei Abschluss einer Reise im Anschluss an die Events.

## Kleine Schiffe, große Erlebnisse

**Am Mittwoch, 24. September 2025,** veranstaltet das ADAC Reisebüro Saarbrücken einen Themenabend in Kooperation mit dem Premiumpartner nicko cruises. Vorgestellt werden Hochsee- und Flusskreuzfahrten mit kleinen, komfortablen Schiffen sowie die Weltreise auf der Vasco da Gama. Im Fokus stehen Routen abseits des Massentourismus, individueller Service und intensive Einblicke in die bereisten Regionen. Ob entlang der Donau, rund um Nordeuropa oder auf Fernrouten bis Südamerika – nicko cruises verbindet komfortables Reisen mit kultureller Tiefe und persönlicher Atmosphäre.

› Weitere Informationen und Anmeldung auf [adac-saarland.de/reise-touristik/kundenabend](http://adac-saarland.de/reise-touristik/kundenabend)

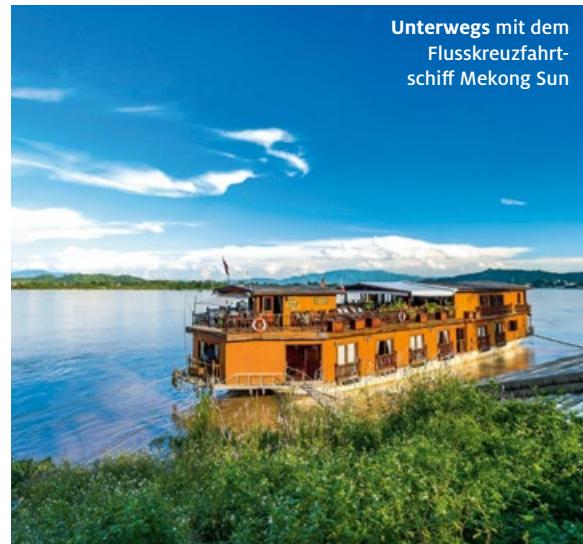


**Ein besonderer Anblick**  
Der Schiefe Turm von Pisa in Italien

## Abenteuer auf Schienen und Wasserwegen

**Am Freitag, 7. November 2025,** folgt der Kundenabend im ADAC Reisebüro Saarlouis in Zusammenarbeit mit dem Veranstalter Lernidee Erlebnisreisen. Thematisch dreht sich alles um besondere Bahnreisen und exklusive Flusskreuzfahrten. Ein Highlight ist die Vorstellung des African Explorer – ein Sonderzug, der auf über 3500 Kilometern durch das südliche Afrika führt. Bekannt aus der ARD-Dokumentation „Verrückt nach Zug“, bietet diese Reise eindrucksvolle Erlebnisse zwischen Natur und Kultur: vom wildreichen Etosha-Nationalpark über die Dünenlandschaften der Namib-Wüste bis hin zur Küstenstadt Kapstadt. Darüber hinaus wird eine Boutique-Flusskreuzfahrt auf dem Mekong durch Laos und Thailand vorgestellt. Die Reise auf einem kleinen, stilvollen Schiff führt durch entlegene Regionen, vorbei an spektakulären Landschaften und bietet authentische Einblicke in das Leben entlang eines der beeindruckendsten Flüsse der Welt.

› Weitere Informationen und Anmeldung auf [adac-saarland.de/reise-touristik/kundenabend](http://adac-saarland.de/reise-touristik/kundenabend)



**Unterwegs mit dem Flusskreuzfahrtsschiff Mekong Sun**

Fotos: nicko cruises Schiffsreisen GmbH; Klaus Hansen

## Auf Antarktis-Expedition die Wunderwelt des Eises entdecken

**Am Dienstag, 23. September 2025,** ab 18 Uhr entführt das ADAC Reisebüro Neustadt gemeinsam mit den Experten von Hapag Lloyd Cruises in die faszinierende Welt der Antarktis: majestätische Gletscher, schimmernde Eisberge und faszinierende Tierarten, darunter Pinguine, Wale, Robben, Seeelefanten, Seebären und eine Vielzahl von Seevögeln. Vorgestellt werden die kleinen Expeditionsschiffe, die bei der Kreuzfahrt durch die Antarktis abseits der ausgetretenen Pfade Anlandungen an unberührten Küsten und kleinen Inseln ermöglichen. Noch schöner als der Infoabend ist nur die Reise selbst.

### » Vorankündigung

**Kundenabend – Höhepunkte Indochinas:**  
Vietnam – Kambodscha – Laos  
Montag, 12. Januar 2026, 18 Uhr im  
ADAC Reisebüro Neustadt



**Auf Kreuzfahrt durch surreal schöne Eislandschaften am Ende der Welt**

› Weitere Informationen und Anmeldung unter [adac-pfalz.de/reise-touristik](http://adac-pfalz.de/reise-touristik) sowie per Telefon 06321 89 05 91  
oder per Mail an [neustadt@pfa.adac.de](mailto:neustadt@pfa.adac.de)



## Das **beste Geschenk** zum Autofahren.

**Sicher unterwegs mit dem ADAC Pkw-Training Young Drivers only.**

Fahranfänger sind für alle neuen Abenteuer ideal gerüstet mit einem **ADAC Pkw-Training Young Drivers only**. Mit guter Laune und viel Spaß bereiten sich die Führerscheinneulinge dabei auf viele Situationen im Straßenverkehr vor, um einen sicheren Umgang rund um Fahrzeug und Fahrverhalten zu entwickeln. Und das ruhige Gefühl für die Eltern gibt es gratis dazu.

ADAC Mitglieder genießen exklusive Preisvorteile. Das Training ist zertifiziert und wird von vielen Berufsgenossenschaften bezuschusst.

# Tanz um die Pylonen

Ende September trifft sich der Kart-Nachwuchs bei den Südwestdeutschen ADAC Kartslalom Meisterschaften im saarländischen Mettlach-Orscholz und ermittelt seine Champions

Text & Fotos: Ann-Iren Ossenbrink



Start frei  
für Jari



Die Aufgabe lautet: möglichst schnell und fehlerfrei durch den Parcours

Jari ist „ready to race“. Der Siebenjährige sitzt wie ein Vollprofi mit Rennanzug, Handschuhen und Helm in seinem Kart und wartet gespannt, dass es losgeht. Die Ampel springt von Rot auf Grün und Jari tritt das Pedal durch – voller Fokus auf den Slalom-Parcours. Geschickt, schnell und fehlerlos schlängelt er seinen Mini-Renner zwischen den Pylonen bis ins Ziel. Geschafft! Wie Jari haben sich in dieser Saison bei den jeweiligen regionalen Meisterschaften die Besten für die Südwestdeutsche ADAC Kartslalom Meisterschaft qualifiziert. Nachwuchstalente aus den sechs Regionalclubs Nordbaden, Südbaden, Württemberg, Mittelrhein, Pfalz und Saarland geben am 28. September auf dem Gelände des Cloef-Atriums in Mettlach-Orscholz Gas.

Beim Kartslalom kommt es darauf an, einen mit Pylonen abgesteckten Rundkurs sowohl schnell als auch fehlerfrei zu durchfahren. Der Parcours ist für alle Klassen von K1 bis K5 identisch. Auch der 6,5 PS starke Verbrenner-Kart und der Elektro-Kart sind für alle Teilnehmenden gleich. Alle sechs Jahre ist der ADAC Saarland Ausrichter der Südwestdeutschen Meisterschaft, die er mithilfe

seiner Ortsclubs und mit vielen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern durchführt. Deshalb ist die Vorfreude bei allen Beteiligten und Verantwortlichen besonders groß.

Doch nicht nur die Konkurrenz und die Leistung zählen an dem Tag, es soll vor allem Spaß machen. Und deshalb wird auch ein schönes Rahmenprogramm für die Teams geboten. So können die Kids und Jugendlichen den atemberaubenden Baumwipfelpfad erklimmen und einen Blick auf das Wahrzeichen des Saarlands, die Saarschleife, werfen. Außerdem stehen zahlreiche Spiel- und Aktionsplätze auf dem Gelände zur Verfügung.

Die Veranstaltung beginnt um 8.30 Uhr mit der Parcours-Besichtigung der Klasse K1 und endet gegen 18 Uhr mit der Siegerehrung der Klasse K5.



Ein detaillierter Zeitplan  
und alle weiteren Infos finden  
sich auf [adac-saarland.de](http://adac-saarland.de) –  
oder Sie scannen den QR-Code



In seiner Laudatio  
sagte Schweizer: „Der  
ADAC ist seit 75 Jahren  
ein starker Partner für  
Mobilität und Sicherheit  
in unserem Land. Für  
dieses Engagement  
gratuliere ich Ihnen im  
Namen des ganzen  
Landes sehr herzlich“



Ministerpräsident Alexander Schweizer (Mitte) empfing den Vorsitzenden des ADAC Mittelrhein Rudi Speich und den Vorsitzenden des ADAC Pfalz Joachim Ohmer (rechts daneben) und deren Gäste bei einem Festakt zum 75-jährigen Jubiläum im Mainzer Landtag

## Eine Erfolgsgeschichte der Mobilität

Vor 75 Jahren wurden die ADAC Regionalclubs Pfalz und Mittelrhein gegründet.  
Seither stehen die Clubs für zuverlässige Hilfe, Sicherheit und Mobilität

Text: Monika Gaß

In den frühen Jahren gab es nur wenige Geschäftsstellen, darunter Grenzbüros für Reisedokumente. Schon vor der offiziellen Gründung der Regionalclubs im Jahr 1950 war das erste Pannenfahrzeug in der Pfalz aktiv. 1954 startete der ADAC die Straßenwacht mit 60 Motorradgespannen – ein Meilenstein, der die Nachfrage nach Pannenhilfe stark wachsen ließ.

Heute sind die Pannenhelfer unersetztlich: Jährlich rücken sie über 3,6 Millionen Mal aus – allein in Rheinland-Pfalz über 210.000-mal. Die Basis der ADAC Regionalclubs sind ihre Ortsclubs, von denen es im ADAC Pfalz 51 und im ADAC Mittelrhein 91 gibt.

Mit insgesamt elf Standorten und über 245 Mitarbeitenden betreut der ADAC in Rheinland-Pfalz seine Mitglieder in Fragen rund um Mobilität, Reisen, Verkehrssicherheit und Verkehrser-

ziehung. Besonders wichtig sind Präventionsprogramme, Fahrsicherheitstrainings und die Zusammenarbeit mit Schulen und Behörden. Neben Fahrrad-Pannenhilfe gibt es Beratung zu Elektromobilität und als neue Services Schlüsselnotdienst und Zuhause-Schutzbrief. Auch Nicht-Mitglieder profitieren – z.B. von den neuen Rad-service-Stationen. Motorsportveranstaltungen wie der ADAC Truck-Grand-Prix, die Mittelrhein Classic und Sandbahnrennen sind feste Termine im Veranstaltungskalender.

Mit fast 1,3 Millionen Mitgliedern bleibt der ADAC in Rheinland-Pfalz ein unverzichtbarer Mobilitätspartner. Er wird sich auch zukünftig für innovative Mobilitätslösungen, Verkehrssicherheit und die Zusammenarbeit mit Politik und Gesellschaft einsetzen. Gemäß dem Motto: „Wir sind da“ – gestern, heute und morgen.

Fotos: Jana Kay



**Auf dem Spielfeld Rivalen**, hinter dem Steuer auf einer Mission – die Busfahrer der drei Fußball-Bundesligisten 1. FC Köln, Eintracht Frankfurt und 1. FSV Mainz 05 tauschten jetzt den sportlichen Wettbewerb gegen ein gemeinsames Ziel: mehr Sicherheit im Straßenverkehr. Auf dem Gelände des ADAC Fahrsicherheitszentrums am Nürburgring nahmen die Fahrer der Mannschaftsbussen an einem speziell auf sie zugeschnittenen Fahrsicherheitstraining teil.

Das Programm hatte es in sich: Neben theoretischen Grundlagen standen praktische Übungen wie Bremsmanöver auf rutschiger Fahrbahn, Kurvenverhalten auf Gefälle sowie präzises Slalomfahren mit über 20 Tonnen schweren Reisebussen auf dem Plan. Der Hintergrund ist ernst, denn die Fahrer sind meist mit wertvoller Fracht unterwegs: Profifußballer samt Betreuerteam. „Ob Millionäre oder Schulklassen, die Verantwortung ist die gleiche: Man will alle sicher nach Hause bringen“, erklärt Rolf Gewehr, Fahrer des Teambusses von Eintracht Frankfurt. Sein Kollege Jens Hahn von Mainz 05 ergänzt: „Man kann bei so einem Trai-

ning nur lernen. Die dritte Runde war schon deutlich besser als die erste.“ Neben fahrttechnischen Herausforderungen stehen die Fahrer im Alltag auch vor besonderen Situationen, zum Beispiel wenn Fans aus Euphorie oder Frust unkontrolliert auf die Straße treten oder Busse anhalten wollen. Das Fahrtraining hilft, auch in solchen Momenten ruhig und professionell zu reagieren.

Michael Ruffen, Trainer im ADAC Fahrsicherheitszentrum Nürburgring, zieht ein positives Fazit: „Hier sind alle auf Augenhöhe – egal ob 1. oder 2. Liga. Die Fahrer machen einen richtig guten Job.“ Für Ruffen und seine Kollegen war es eine besondere Gelegenheit, die Expertise in Sachen Sicherheit mit der Welt des Profifußballs zu verbinden und ein starkes Zeichen für verantwortungsbewusstes Fahren, weit über das Spielfeld hinaus, zu setzen. Das Fahrsicherheitstraining wurde auch vom SWR medial begleitet, weitere Fußball-Bundesligisten haben ihre Teilnahme bereits angekündigt.

› Weitere Informationen zum Bus-Intensivtraining:  
[fsz-koblenz.de/omnibus-fahrtraining](http://fsz-koblenz.de/omnibus-fahrtraining)

## IMPRESSUM

**Herausgeber**  
Präsidium des ADAC e.V.,  
Hansastraße 19, 80686 München,  
T 089 767 60,  
E-Mail [adac@adac.de](mailto:adac@adac.de)

**Redaktionsleitung**  
Monika Gaß (V.i.S.d.P.),  
ADAC Pfalz, Europastraße 1,  
67433 Neustadt; Mirco  
Hillmann, ADAC Mittelrhein,  
Viktoriastraße 15, 56068 Koblenz;  
Ann-Iren Ossenbrink, ADAC  
Saarland, Untertürkheimer Stra-  
ße 39 - 41, 66117 Saarbrücken

**Redaktion**  
Monika Gaß (Koordination  
dieser Ausgabe),  
Ann-Iren Ossenbrink,  
Vanessa Stankovic

**Produktion**  
storyboard GmbH, Wiltzuden-  
straße 5, 80805 München  
**Verlag**  
Burda Verlag GmbH,  
Arabellastraße 23, 81925 München,  
T 089 925 00,  
E-Mail [anfrage@burda.com](mailto:anfrage@burda.com)

**Anzeigen**  
BCN Brand Community Network  
GmbH, Arabellastraße 23,  
81925 München. Es gilt die  
aktuelle Preisliste, siehe  
[brand-community-network.de](http://brand-community-network.de)

**Druck**  
Burda Druck GmbH, Hauptstraße  
130, 77652 Offenburg, T 0781 84 01,  
E-Mail [info@burda-druck.de](mailto: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 Gesell-  
schafterin: Hubert Burda Media  
Holding Kommanditgesellschaft.  
Deren persönlich haftende Ge-  
sellschafter sind Prof. Dr. Hubert  
Burda, Verleger, Offenburg, und  
die Hubert Burda Media  
Holding Geschäftsführung SE.

Foto: Mark Edelmann

## ADAC Mitgliederreise

### Höhepunkte Marokkos

#### 10-tägige Rundreise nach Marrakesch inklusive Flug

##### Inklusivleistungen:

- Flug ab Frankfurt/M. oder München nach Marrakesch und zurück
- Rail & Fly
- 9 Nächte in Hotels der guten bzw. gehobenen Mittelklasse
- 9 x Frühstück, 8 x Abendessen
- Rundreise im klimatisierten Reisebus
- Besichtigungsprogramm inkl. Eintrittsgelder
- örtliche, deutschsprechende Reiseleitung

##### ■ ■ ■ ADAC Mitgliedervorteile:

- Innenbesichtigung der Hassan II Moschee in Casablanca
- Wüstensafari in Erfoud
- Spezialitäten Tour in Marrakesch

ab 1.529 € p. P. im Doppelzimmer | **Reisetermine:** Februar und März 2026

**Beratung und Buchung:**  
■ ■ ■ 250 ADAC Reisebüros'  
■ ■ ■ [adacreisen.de/mgr-marokko](http://adacreisen.de/mgr-marokko)  
■ ■ ■ 069 945 15 97 40'

'Reisebürofinder: [adacreisen.de/reisebuero](http://adacreisen.de/reisebuero) ^Täglich: 8 – 20 Uhr.  
Veranstalter: DERTOUR Deutschland GmbH, 51149 Köln.  
Druckfehler, Änderungen und Zwischenverkauf vorbehalten.

**ADAC Reisevertrieb GmbH**



Über 100 Top-Marken  
und 10.000 Artikel unter:

[www.personalshop.com](http://www.personalshop.com)

EXKLUSIV  
FÜR TREUE  
LESER!

Stubai Herren Strickfleecejacke



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

# 30% Jubiläums- RABATT\* auf ALLES!

Der 30% Rabatt\* gilt auf unser gesamtes Sortiment mit Ihrem Gutschein-Code

► D30889 ◀

Chiemsee Herren Badeshorts



Herren Badeshorts  
marine Art.-Nr. 253.417

Benetton 5er Pack Boxershorts



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

Nordcap 5er Pack Funktionspolos



5er Pack Funktionspolos Art.-Nr. 252.241

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

ANZEIGE

UNITED COLORS  
OF BENETTON.

**NORDCAP**

**reusch**

**CHIEMSEE**

Jacques Britt



[www.personalshop.com](http://www.personalshop.com)



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](http://www.personalshop.com)