



MotorWelt

Autoverkauf

Für wen sich Online-Plattformen lohnen



Mit großem Gewinnspiel:
Preise im Wert
von circa
77.000 €

WANDERN

Gipfelglück

Acht entspannte Touren in Deutschland und Österreich.
Plus: Ausrüstungs- und Gesundheitstipps

Fluthilfe

Wie der ADAC
im Einsatz war

Traumstraßen

Die schönsten Routen
für Auto, Rad und Bike



Mobilität der Zukunft

An welchen Treibstoffen die
Wissenschaft gerade forscht



**Beim Rechtsstreit lassen
wir Sie nicht hängen.**

Die ADAC Rechtsschutz-Versicherung.

**Schon ab 8,45 Euro
im Monat!**

Wählen Sie den Schutz, der zu Ihnen passt. Für Verkehr, Privat, Beruf und Wohnen. Jetzt abschließen auf adac.de/rechtsschutz oder unter **089 558 95 71 80 (Mo. - Sa.: 8 - 20 Uhr)** und in **jeder ADAC Geschäftsstelle**.

Stiftung Warentest	GUT (2,5) Rechtsschutz Exklusiv
Finanztest	Im Test: 60 Tarifangebote für eine Rechtsschutzversiche- rung für die Lebens- bereiche Privat, Beruf und Verkehr
1	Ausgabe 04/2022 www.test.de
	22LE27

ADAC Versicherung AG

ADAC



Lust auf Wandern

23° und kein Regen. Meine Wetter-App sagte bestes Wanderwetter für das Wochenende voraus. Im Magazin des Deutschen Alpenvereins fand ich viele ambitionierte Routenvorschläge, auf Facebook wurden Wanderlustige für eine 5-Stunden-Tour mit 950 Höhenmetern gesucht, beim Mittagessen erzählte jemand am Nebentisch, der Hochries im Chiemgau sei eine schöne Tour: 3 Stunden, 800 Höhenmeter und die Seilbahn für die knieschonende Talfahrt. Ich entschied mich für die letzte Route und bereute es nicht. Wenn auch Sie Inspirationen für Ihr nächstes Wanderabenteuer suchen, werden Sie in der Titelgeschichte „Gipfelglück“ ab Seite 26 fündig.

Wie Autoankauf-Plattformen funktionieren, haben unsere Verbraucherschutz-Tester untersucht. Die Ergebnisse können Sie ab Seite 52 lesen und dann entscheiden, ob das der für Sie passende Verkaufsweg sein könnte.

HVO100, E10, E-Fuels & Co. Alle reden von Antriebswende und Dekarbonisierung des Verkehrs. Mit welchen innovativen Kraftstoffen es gelingen kann und wie weit die Spritforscher sind, zeigen wir ab Seite 38.

Ein sehr wertvolles Fahrzeug wird diesmal im großen ADAC Motorwelt-Gewinnspiel verlost: ein schickes Campermobil auf Mercedes-Vito-Basis und weitere Preise im Gesamtwert von circa 77.000 Euro. Diesmal lohnt es sich also besonders, das Kreuzworträtsel zu lösen!

Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen mit Ihrer Clubzeitschrift!



Herzlichst Ihr

Martin Kunz, Chefredakteur
motorwelt@adac.de

Hinter den Kulissen dieser Ausgabe



340.000.000

Liter erneuerbares Ethanol produziert die Raffinerie von CropEnergies in Zeitz. Mehr zu alternativen Kraftstoffen lesen Sie ab Seite 38



17.787

junge Autofahrende machten 2023 beim ADAC Pkw-Training „Young Drivers only“ mit. Unser Autor war dabei, als 10 junge Leute die Grenzen der Fahrphysik erlebten (S. 62)



1

Lied auf der Playlist während der Fotoproduktion gefiel Bastian Pastewka besonders: „Bakerman“ von Laid Back. Erst sang er mit, dann erklärte er Anke Engelke den Sinn des kuriosen Songtextes (S. 46)

Nicht verpassen!

QR-Code per Smartphone-Kamera scannen und den Erscheinungstermin der **ADAC Motorwelt** über den Link im Kalender sichern: **21.11.2024**



MotorWelt

03 · 2024

Agenda

Alkohol ahoi 6
Ein Frachter fährt mit Methanol

Spannungsfelder 8
Tipps und Innovationen rund ums Laden von Elektroautos

Sicherheit unterwegs 10
Der Mobile Prüfdienst des ADAC

Dinner im Dunkeln 13
Per Wasserstoff-Ballon ins Weltall

Der Schnell-Bote 14
Ein Roboter von Hyundai übernimmt Lieferdienste

Wilde Wege 15
Sieben Urwälder von morgen

Mein Kulturherbst 16
Freizeitipps der Journalistin Sabine Rückert

Storys

Land unter 22
Vier ADAC Mitarbeiter erzählen, was sie bei der Flutkatastrophe im Einsatz erlebt haben

Grüne Welle 26
Eine zweitägige Wanderung auf dem Rheinsteig

Routenführung 36
Wanderwege und Wandertipps

Kraft der Natur 38
Alternative Treibstoffe aus Bioabfällen, Getreide und Frittenfett

Was für ein Theater 46
Anke Engelke und Bastian Pastewka im Interview

Online-Auktion 52
Was Sie bei Ankaufportalen für Ihr Auto bekommen

Deutschland erfahren 56
Zehn Traumstraßen in Nord, Süd, Ost und West

Schleudergang 62
Ein Tag beim ADAC Pkw-Training „Young Drivers only“

Volle Ladung E-Zukunft 68
Die ADAC Hauptversammlung

Kids und Cross 70
Die ADAC MX Academy



Das Cover

Wanderer genießen das Gefühl nach dem Aufstieg. Acht tolle Touren finden Sie ab Seite 26

26



Grüne Welle Von Lorch über Kaub nach St. Goarshausen. Zwei erlebnisreiche Wandertage mit wenig Höhenmetern und viel Weitblick

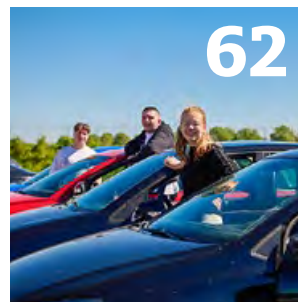
56



Deutschland erfahren

Traumhafte Routen für Auto, Motorrad, Fahrrad und zu Fuß

62



Schleudergang

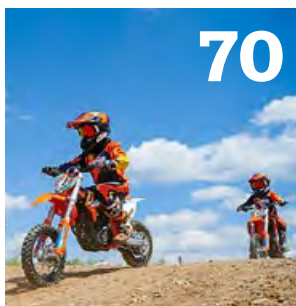
Die „Young Drivers“ kamen mit ihren eigenen Autos zum Pkw-Training

adac.de, Social Media und Newsletter

adac.de bringt Sie in Sachen **Mobilitätstrends** immer auf den neuesten Stand. Und bietet Tipps für klimafreundliches Unterwegssein. Zum Beispiel für Radfahrer.

Folgen Sie uns auf Facebook, Instagram, YouTube, X, Pinterest, LinkedIn und TikTok.

Sie wollen ganz bequem von uns informiert werden? Dann abonnieren Sie einfach den **ADAC Newsletter** auf adac.de/newsletter



Kids und Cross

Die ADAC MX Academy ist der Einstieg in die Motocross-Welt

Service

Sicher zur Schule 79

Die Schulstartkampagne der ADAC Stiftung

Autobahn-Tanken 80

Wer abfährt, spart viel Geld

Überall bequem laden 81

Sieben mobile Wallboxen im Test

Kinder-Fahrradtraining . 82

Der Club erweitert sein Angebot für Schulen

Ganzjahresreifen-Test 83

Zum ersten Mal erhält ein Modell die Endnote „gut“

DTM-Finale 85

Der Titel-Showdown 2024

Pedelec-Test 87

Einsteigermodelle bis 2000 Euro

„
**Langsam
tut sich
etwas. Aber
leider viel
zu langsam**
“

Anke Engelke hofft darauf, dass die Mobilitätswende in Gang kommt. Und Innenstädte autofrei werden



Was für ein Theater

Anke Engelke und Bastian Pastewka erkunden die Volksbühne am Kölner Rudolfplatz. Und reden über Freundschaft, Videokassetten und Radfahren

Standards

Meine Unterkunft 18

Max Scharnigg zeltet

Gesundheit 20

So bleibt das Herz fit

Gewinnspiel 44

Für ADAC Motorwelt-Leser:
Preise im Wert von circa
77.000 Euro zu gewinnen

Vorteilsseite 75

Exklusive ADAC Rabatte

Der ADAC Anwalt 80

Welche Cannabis-Grenzwerte
im Straßenverkehr gelten

Impressum 85

Leserfragen 88

Urlaubsknöllchen, Klimaanlage,
internationaler Führerschein

Mein nächstes Mal 90

Der Schauspieler Henning
Baum blickt in die nahe Zukunft



Grüne Reichweite
Voll betankt mit
Methanol, kommt die
Ane Maersk 23.000
nautische Meilen
(41.400 km) weit

Foto: Hasenpusch/Maersk



METHANOL-TREIBSTOFF

Alkohol ahoi

Schon auf den ersten Blick unterscheidet sich die Ane Maersk von anderen Transportschiffen: Die Brücke befindet sich nicht wie üblich in der Mitte oder am Heck, sondern am Bug des 350 Meter langen Schiffs. Der Grund dafür liegt verborgen im Schiffsinnen: Die Ane Maersk ist der erste Frachter dieser Größe, dessen Maschinen mit Methanol betrieben werden. Weil dieser Treibstoff nur die halbe Energiedichte von Schweröl oder Marine-diesel hat, braucht er für die gleiche Reichweite doppelt so viel Volumen und einen entsprechend größeren Tank. Das Versetzen der Brücke schafft den dafür nötigen Platz. Der positive Nebeneffekt: Durch den außergewöhnlichen Aufbau lassen sich in ihrem Rücken bis zu 16.500 Container besonders hoch stapeln, ohne die Sicht zu behindern. Betankt mit Methanol, ist die Ane Maersk deutlich klimaverträglicher unterwegs als andere Frachter: Der aus Biomasse gewonnene Treibstoff verursacht nach Angaben der dänischen Reederei Maersk 65 Prozent weniger Treibhausgase als fossile Treibstoffe. Künftig soll die Ane Maersk sogar mit E-Methanol laufen. Dieses wird mit Sonnen- oder Windstrom aus Wasser und CO₂ aus der Atmosphäre erzeugt und reduziert klimaschädliche Emissionen um bis zu 95 Prozent.

Spannungsfelder

Günstig, nah und schnell sind die Stichwörter, wenn es um **Lademöglichkeiten** für das E-Auto geht. Wie und wo das klappt – und woran es bei Elektromobilität noch mangelt: Viele weitere Infos zum Thema finden Sie auf adac.de/elektromobilitaet

Text Christoph Henn Illustration Rob House

Knapp jeder fünfte Ladepunkt in Deutschland ist eine **Schnellladesäule**. Während manche Modelle in 10 Minuten über 200 Kilometer laden, schaffen andere nicht einmal 50.

Fotovoltaik-Überschussladen zu Hause sorgt dafür, dass möglichst viel sauberer und günstiger Strom direkt in das E-Auto fließt, anstatt teuren aus dem Netz zu laden. Die Verteilung übernimmt dabei eine smarte Wallbox oder ein Speicher mit Energiemanagement.

Mit **Autostromtarifen** können vor allem Vielfahrende bis zu 30 Prozent gegenüber dem normalen Haushaltsstrom sparen. Alternativ gibt es auch **dynamische Stromtarife**, bei denen das Fahrzeug immer in den Zeiten geladen wird, in denen der Strom an der Strombörse besonders günstig ist.

Anders als in den Anfängen der E-Mobilität herrscht heute kein **Stecker-Chaos** mehr. In Europa gibt es nur noch den Typ-2-Stecker für das Laden an Wechselstrom-Stationen und den CCS-Stecker für das Laden an Gleichstrom-(Schnell-)Ladestationen.

Bislang gibt es zwei **Bezahlwege** an öffentlichen Ladesäulen: Wer einen Vertrag mit dem Anbieter hat, zahlt per App oder Ladekarte. Alle anderen müssen den Umweg über eine Website gehen, um die Gebühr zu überweisen. Bei neuen Säulen wird es leichter: Sie enthalten ein Terminal zur Kartenzahlung.

ADAC e-Charge Ladekarte

Mit dem Angebot von ADAC und dem neuen Kooperationspartner Aral pulse laden Sie als Club-Mitglied Ihr Auto europaweit zum Vorteilspreis. Erst kürzlich wurde Aral pulse von dem Telekommunikations-Magazin „Connect“ als „Ladepunktbetreiber Nr. 1“ ausgezeichnet. Wer von dem neuen Angebot des ADAC (seit 1.8.) profitieren will, muss sich nur die Aral pulse App herunterladen und sich dann mit der ADAC Mitgliedsnummer registrieren.

Weitere Infos auf adac.de/e-charge



Die ADAC SE bietet mit ADAC e-Charge Home ihren Mitgliedern vergünstigte Wallboxen für zu Hause an.

Infos auf adac.de/wallbox

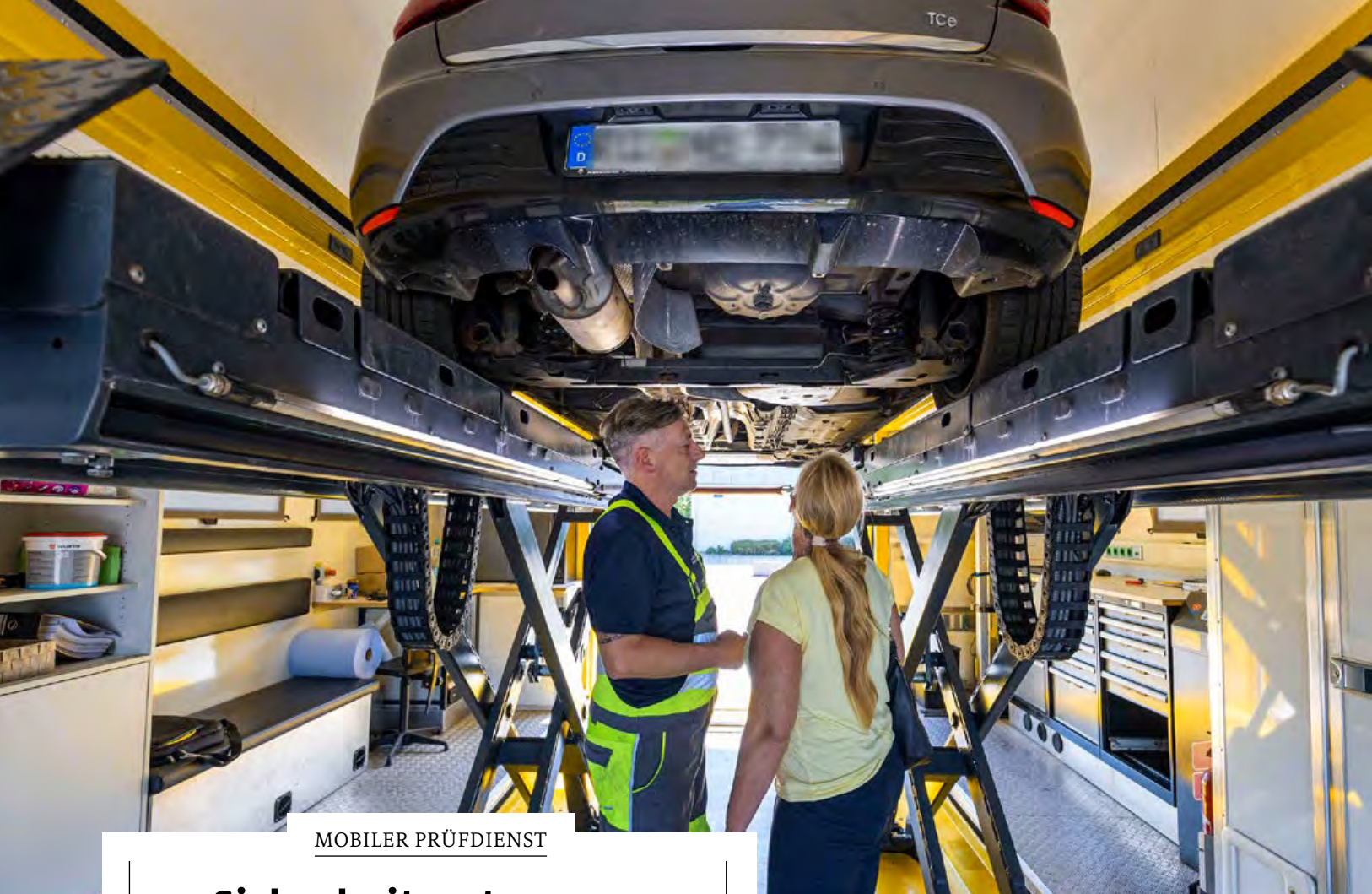
Lademöglichkeiten für Mehrfamilienhäuser sind noch selten. Dabei haben Mieter und Eigentümer einen Rechtsanspruch – zumindest auf eigene Kosten. Der Aufbau muss durch Fachpersonal erfolgen. Einer Recherche des ADAC zufolge forderten Firmen für die Installation einer Wallbox in einer Tiefgarage zwischen 1045 und 5200 Euro.

Per Auto den E-Roller laden? **Bidirektionales Laden** macht es möglich. Manche Modelle können Strom abgeben – solange sie nicht ans Netz angeschlossen sind. In Zukunft könnten sie auch mit dem Stromnetz verbunden werden und das eigene Haus versorgen oder bei großer Nachfrage das Stromnetz stabilisieren.

Rund 115.000 **öffentliche Ladepunkte** registrierte die Bundesnetzagentur Ende 2023. Die Nationale Leitstelle Ladeinfrastruktur geht von einem Bedarf von 520.000 Ladepunkten im Jahr 2030 aus – inklusive 68.000 Schnellladepunkten. Aktuell hat jede zweite Gemeinde noch keine öffentliche Ladesäule.

Bis 2028 soll es an jeder **Tankstelle** Strom geben. Große Betreiber müssen nach Plänen der Bundesregierung pro Standort mindestens eine Schnellladesäule (mit mindestens 150 kW Leistung) anbieten.





MOBILER PRÜFDIENST

Sicherheit unterwegs



Bremsen, Stoßdämpfer, Unterboden und Reifen. Wer sein Auto vom ADAC untersuchen lassen will, hat es nicht weit – ganz egal wo man wohnt: Von Frühlingsbeginn bis Wintereinbruch sind deutschlandweit elf ADAC Trucks mit Prüfcontainer huckepack unterwegs. 2023 waren sie rund 2000 Tage im Einsatz. Neben den rollenden Prüfcontainern gibt es außerdem an vielen Orten feste Prüfzentren. Für Club-Mitglieder ist die Nutzung des Angebots – inklusive Funktionstest des Lichts – kostenlos. Wer sein Auto verkaufen oder sich einen Gebrauchten zulegen will, kann zum günstigen Mitgliederpreis bei einigen Mobilen Prüfdiensten einen Gebrauchtwagencheck durchführen lassen (siehe Seite 54). Und vom 1. bis 30. November 2024 bietet der ADAC außerdem einen Wintercheck zum Sonderpreis von 25 Euro an.

Weitere Infos und Termine unter adac.de/pruefdienste





**Gleich gratis
downloaden!**

Was auch immer Ihnen fehlt. Die ADAC Medical App hilft.

Beratung und Hilfe für ADAC Mitglieder. Jetzt noch mehr drin:

- » Doctolib Arztsuche und Online-Terminvereinbarung
- » Zugang zu telemedizinischer Behandlung im In- und Ausland*
- » Apothekenservice: Ihre lokale Apotheke immer dabei
- » Online Symptom Checker

Infos auf adac.de/medical oder einfach App downloaden!



* Telemedizin im In- und Ausland ist für alle ADAC Mitglieder zugänglich. Die telemedizinische Behandlung im In- und Ausland wird von der TeleClinic GmbH angeboten. Bei der telemedizinischen Behandlung erbringen die Ärzte keine umfassende Fernbehandlung. Es werden nur solche Krankheits- und Beschwerdebilder behandelt, für die nach allgemein anerkannten fachlichen Standards kein persönlicher ärztlicher Kontakt erforderlich ist.

ADAC



Kinospaß

mit Cowboys, Tieren und
Poltergeistern (S. 14)

AGENDA

ADAC Motorwelt | Herbst 2024



Ein Rennwagen
mit künstlicher
Intelligenz (S. 14)

Weltraumerlebnis

2025 soll die Kapsel mit
fünf Metern Durchmesser
zum ersten Mal abheben



Dinner im Dunkeln

Ein Abendessen in 30 Kilometern Höhe verspricht das amerikanische Start-up Space Perspective zahlungswilligen Freizeitastronauten. Wer 125.000 US-Dollar übrig hat, kann sich ab sofort einen Platz in der Neptun-Kapsel reservieren, die von einem Schiff vor der Küste Floridas starten soll. Während die meisten anderen Anbieter von Weltraumreisen auf Raketenantrieb setzen, geht es bei Space Perspective gemütlicher zu: Ein mit Wasserstoff gefüllter Ballon trägt die Kapsel langsam in Richtung Stratosphäre. Über sechs Stunden soll die laut Anbieter kohlendioxidneutrale Reise dauern. Aus diesem Grund gibt es außer einem kombinierten Lounge- und Essbereich auch ein Bad mit WC an Bord.

Voller Einsatz

Das eigene Land verteidigen, Tiere und Bäume beschützen und sich gegen einen Poltergeist zur Wehr setzen. Die Hauptcharaktere dieser drei Kinofilme haben große Aufgaben vor sich

Es kann vorkommen, dass Starttermine nach Drucklegung verschoben wurden.



Horizon

Die auf vier Teile angelegte Westernsaga von Kevin Costner spielt in der Zeit vor und nach dem Amerikanischen Bürgerkrieg und zeichnet über 15 Jahre die Entwicklung des Wilden Westens nach. Der erste Teil beginnt in New Mexico im Jahr 1861.

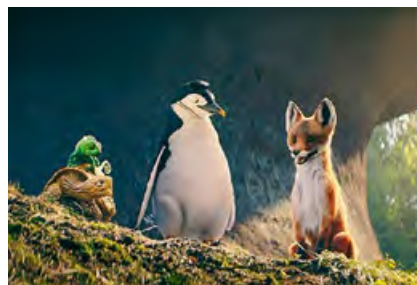
ab 22.8.



Beetlejuice 2

Der wild geschminkte Poltergeist ist zurück. In Teil zwei der Horrorkomödie von 1988 schlüpft Michael Keaton erneut in die Rolle des Beetlejuice. Diesmal hat er es mit der gefeierten Schauspiel-Newcomerin Jenna Ortega zu tun – die die Hauptrolle spielt.

ab 5.9.



Die Schule der magischen Tiere 3

Um sich für den Schutz von Tieren und Bäumen einzusetzen, planen die Kinder der Wintersteinschule, beim jährlichen Waldtag mitzumachen. Dann kommt es zu einem Streit zwischen Schülerinnen und Schülern – und das Projekt wackelt.

ab 26.9.



Coffee to go
Eine Federung sorgt dafür, dass nichts umfällt

Der Schnell-Bote

DAL-e Delivery von Hyundai soll Botengänge in geschlossenen Gebäuden überflüssig machen. Der etwa 4 km/h schnelle Roboter navigiert mit seiner Fracht mühelos durch die Flure und kann sogar Aufzug fahren und Türen öffnen. Am Ziel angekommen, übergibt der mit Gesichtserkennungssoftware ausgestattete DAL-e Delivery seine bis zu zehn Kilo schwere Fracht automatisch an die richtige Person.



Sicher verpackt
Erst beim Empfänger öffnet sich die Tür

KI-Rennwagen Ein Team vom Lehrstuhl für Fahrzeugtechnik der TU München hat ein Wettrennen auf dem Formel-1-Kurs in Abu Dhabi gewonnen. Ein von künstlicher Intelligenz gesteuerter Rennwagen ganz ohne Fahrer oder Steuerung aus der Ferne setzte sich gegen sieben andere KI-Racer durch.



Blaues Wunder
Der autonome TUM-Rennwagen

Wilde Wege

In diesen sieben **Urwäldern von morgen** kann die Natur sich so entwickeln, wie sie will. Zum Glück darf man ihr dabei zuschauen

1

HASBRUCH

In dem Naturwald westlich von Bremen wachsen einige der ältesten Bäume des Landes, zum Beispiel die etwa 1200 Jahre alte Friederiken-Eiche und eine 400 Jahre alte Hainbuche. Erwandern kann man das historische Gebiet auf zahlreichen Wegen und Rundwegen.

hasbruch.de

2

URWALD SABABURG

Mitten in Hessen fühlt man sich zwischen riesigen Adlerfarnen und knorrigen Hute-Eichen wie im Märchenwald – den man allein oder bei Führungen auf schmalen Pfaden und Holzstegen erleben kann.

naturpark-reinhardswald.de

3

WILDNIS-TRAIL NATIONALPARK EIFEL

Vier Tage lang atemberaubende Ausblicke, rauschende Bäche, grüne Wiesen und dichte Wälder. Insgesamt 85 Kilometer geht es (auf 18 bis 25 Kilometer langen Tagesetappen) von Süd nach Nord durch die landschaftliche Vielfalt des Nationalparks.

nationalpark-eifel.de

4

THÜRINGER URWALDPFADE

Entlang der Thüringer Höhenzüge reihen sich mehrere Waldwildnisgebiete aneinander, die kleinen Urwaldreliktarten wie dem seltenen Eremit-Käfer oder der geschützten Europäischen Wildkatze ein sicheres Zuhause bieten.

thueringer-urwaldpfade.de

7

URWALDINSEL VILM

Die Mini-Insel in der Ostsee ist ein Naturparadies mit rund 500 verschiedenen Farn- und Blütenpflanzen sowie 60 unterschiedlichen Brutvögeln. Der Besuch ist nur im Rahmen einer geführten 2,5-stündigen Tour möglich.

vilm-exkursion.de

6

URWALDSTIEG AM BROCKEN

Auf dem höchsten Berg im Harz werden aus ehemaligen Fichten-Monokulturen wilde Wälder. Auf der Waldforschungsfläche Brockenosthang erfährt man Interessantes über den Wandel im Bergfichtenwald und seine Artenvielfalt.

nationalpark-harz.de

5

NATIONALPARK BAYERISCHER WALD

Der älteste Nationalpark des Landes wird seit den 70ern sich selbst überlassen und bietet vielen seltenen Tieren, Pflanzen und Pilzen optimale Lebensbedingungen – zum Beispiel Luchsen und Habichtskäuzen. Begegnen kann man ihnen im Freigehege bei Neuschönau.

nationalpark-bayerischer-wald.bayern.de



Sabine Rückert Mein Kulturherbst



Die Journalistin **Sabine Rückert** moderiert mit ihrem Kollegen Andreas Sentker alle 14 Tage den erfolgreichen Podcast „Verbrechen“. Und freut sich gerade auf:

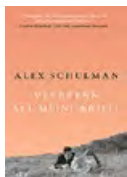


„Joker: Folie à Deux“ – ab 3. Oktober im Kino

Das ist der cineastische Knaller des Herbstes – unter anderem mit Joaquin Phoenix und Lady Gaga. Schon der Film Joker war 2019 der Hammer. Jetzt wird es noch besser, denn Joker hat eine Seelenverwandte gefunden. Da geh ich auf jeden Fall rein!

„Christine Lavant & Werner Berg“ – bis 31. Oktober im Werner Berg Museum in Bleiburg, Österreich

Eine Dichterin und einen Maler trifft im Jahr 1950 der Blitzschlag der Liebe. Sie beschreibt ihn, er malt sie. Die Ausstellung ist die Dokumentation einer verhängnisvollen Leidenschaft.

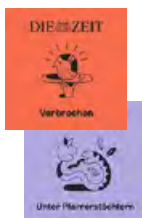


„Verbrenn all meine Briefe“ – Alex Schulman

Der schwedische Schriftsteller beschreibt in dem Buch die Liebe seiner Großmutter zu einem Dichter: Von ihrem berühmten Ehemann bedroht, verzichtet sie auf ihr Glück. Ein wunderbarer Roman über eine Frau, die ihren großen Augenblick verpasst.

„Verbrechen“ und „Unter Pfarrerstöchtern“ – auf allen Podcastplattformen und bei Zeit online

Reporter unserer Wochenzeitung berichten von selbst recherchierten Kriminalfällen. Ich erzähle zusammen mit meiner Schwester die Bibel in eigenen Worten. Sehr geeignet für lange Autofahrten, finde ich.



„Herr Puntila und sein Knecht Matti“ – ab 22. September im Schauspielhaus Hamburg

Die Intendantin Karin Beier inszeniert selbst das Theaterstück von Bertolt Brecht um einen Trinker mit zwei Gesichtern. Mit dabei: Joachim Meyerhoff. Ich Glückliche habe ein Abonnement.

Auf nach Hamburg, Glentleiten und Neustadt an der Weinstraße. Für Brauchtum und Erntedank



Hamburg-Kirchwerder

Am 6. Oktober findet hier der größte Erntedankumzug Norddeutschlands statt – mit 30 geschmückten Festwagen und über 60 Vereinen und Gruppen.

erntedankfest-kirchwerder.de

Glentleiten

Beim Dreschtag am 3. Oktober trennt sich im Freilichtmuseum Glentleiten im wahrsten Sinne des Wortes die Spreu vom Weizen. Und im Ofen wird Brot gebacken. glentleiten.de



Neustadt an der Weinstraße

Beim Deutschen Weinlesefest (27.9. bis 14.10.) gibt es Weinproben, einen bunten Jahrmarkt und es werden Weinköniginnen gewählt. neustadt.eu

Ampel mit Köpfchen

Kollisionswarnung für Autos, grüne Welle für Radler, automatische Fußgängererkennung: Bei Landshut wird eine Ampel getestet, die das leisten soll. Der Versuch soll zeigen, ob so Unfallzahlen gesenkt und schwächere Verkehrsteilnehmer geschützt werden. Gesteuert wird die Ampel von künstlicher Intelligenz, die Daten von Kameradetektoren und Radarsensoren nutzt.



Testfeld Die Ampel der Zukunft steht in Essenbach

Sonnenstunden an der türkischen Mittelmeerküste

2 Wochen 5* Premium-Urlaub

statt ab ~~1199 €~~

schon ab

899 €

Nur bei Buchung bis
31. Oktober 2024
mit Rabatt-Code
ADAB311024

**Hilton-
Qualität**

**Spa-
Paket**
im Wert von
400 €

**All-
Inclusive**

Markenqualität an der türkischen Mittelmeerküste: Auf unserer **15-tägigen Premium-Reise** ins **5*-Hotel DoubleTree by Hilton Antalya-Kemer** erwartet Sie ein zauberhaftes Urlaubsparadies! Sie genießen **All-Inclusive** mit köstlichen **Food-Truck-Spezialitäten** und ein **inkludiertes Spa-Paket im Wert von ca. 400 €!** Freuen Sie sich schon jetzt auf entspannende Sonnenstunden. Mehr Informationen finden Sie unter www.lebenslust-touristik.de

INKLUSIV-REISELEISTUNGEN

- ✓ **15-tägige Wellness-Reise ins 5*-Hotel DoubleTree by Hilton Antalya-Kemer**
- ✓ **Hin- und Rückflug nach/ab Antalya mit** SunExpress, Pegasus Airlines, Corendon Airlines o. a.
- ✓ **20 kg Freigepäck**
- ✓ **Transfer Flughafen – Hotel – Flughafen**
- ✓ **Deutschsprachige Flughafenassistentz**
- ✓ **14 Übernachtungen im 5*-Hotel DoubleTree by Hilton Antalya-Kemer**
- ✓ **Das 5*-Hotel DoubleTree by Hilton Antalya-Kemer verfügt u. a. über** Rezeption, Büfett-Restaurant, Outdoor Food-Court, À-la-carte-Restaurants (gegen Aufpreis buchbar, mit Reservierung), 8 Food-Trucks (witterungsabh.), Lift, Bars, Swimmingpool, beheiztes Hallenbad, Spa-Bereich, kostenfreies WLAN; Sonnenterrasse und Pier mit Liegen, Sonnenschirmen und Badehandtüchern (alles saisonal).
- ✓ **Unterbringung im Doppelzimmer mit 32 m² u. a. mit** Bad oder Dusche/WC, 49"-LED-TV, Föhn, Safe, Klimaanlage (saisonal), kostenlose Minibar (Wasser, Softdrinks, Bier), Tee- und Kaffeezubereitungsmöglichkeit und Balkon
- ✓ **All-Inclusive von Check-In bis Check-Out u. a. mit:**
 - Frühstück, Mittagessen und Dinner in Büfettform im Restaurant „Sauce“ • Tagsüber Food-Truck-Gastronomie-Konzept (mind. 8 Food-Trucks Öffnungszeiten je nach Saison)
 - Wasser, Softgetränke, Bier, Cocktails, lokale alkoholische Getränke & ausgewählte alkoholische Premium-Getränke (an den Bars zu festgelegten Öffnungszeiten)
 - À-la-carte-Restaurants (gegen Aufpreis und Reservierung)
- ✓ **Premium-Spa-Paket im Wert von ca. 400 €:**
 - 1 x Schaummassage im Hamam (Dauer ca. 20 Min.)
 - 1 x Körperpeeling im Hamam (Dauer ca. 20 Min.)
 - 1 x Rückenmassage (Dauer ca. 20 Min.)
 - 1 x Gesichtsmassage (Dauer ca. 20 Min.)
 - 1 x Gesichtsmaske (Dauer ca. 20 Min.)
 - Täglich freier Eintritt in das Spa (7–21 Uhr) mit Sauna, Dampfbad, Hamam, Ruhebereich
- ✓ **Umfangreiches Unterhaltungsprogramm u. a.** täglich Live-Musik sowie wöchentliches Angebot mit z. B. Bingo, Wassergymnastik, Yoga, Pilates, Darts u. v. m.
- ✓ **Deutschsprachige Lebenslust-Gästabetreuung**

WUNSCHLEISTUNGEN:

Doppelzimmer zur Alleinbenutzung: + 699 €
Zimmer mit seitlichem Meerblick: + 149 € p. P.
Zimmer mit direktem Meerblick: + 299 € p. P.

JETZT BUCHEN & SPAREN

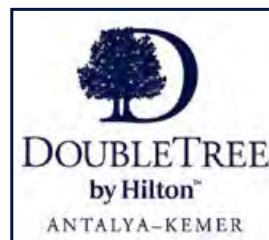
Optional buchbares Ausflugspaket

Aquädukt & Amphitheater	75 €
Manavgat & Bootsfahrt	65 €
Antalya & seine Altstadt	55 €
Demre, Simena & Kekova	85 €

~~280 €~~

Als Ausflugspaket bei Sofort-Buchung statt für 280 € für nur 199 €

Nachbuchung des Pakets zum vollen Preis (280 €) vor Ort nur möglich, wenn Restplätze verfügbar.



Reisetermine und Abflughäfen	Aufpreis	Dez. 2024	März 2025	April 2025	Mai 2025
München	0 €	3 17 4	11 18 -	1 8 15 29	13
Stuttgart	25 €	3 17 4	11 18 -	1 8 15 29	13
Köln	25 €	3 17 4	11 18 -	1 8 15 29	13
Frankfurt	25 €	3 17 4	11 18 -	1 8 15 29	13
Düsseldorf	25 €	3 17 4	11 18 -	1 8 15 29	13
Berlin	25 €	3 17 4	11 18 -	1 8 15 29	13
Leipzig	35 €	3 17 4	11 18 -	1 8 15 29	13
Hamburg	35 €	3 17 4	11 18 -	1 8 15 29	13
Bremen	35 €	3 17 4	11 18 -	1 8 15 29	13
Hannover	35 €	2 16 3	10 17 31	- 7 14 28	12
Dresden	35 €	2 16 3	10 17 31	- 7 14 28	12
Nürnberg	25 €	2 16 3	10 17 31	- 7 14 28	12
Saisonzeiten		A B B	C	C D E F	G
Saisonzuschläge: A=0 € B=100 € C=200 € D=300 € E=400 € F=500 € G=600 €					
Zug zum Flug: An- und Abreise mit der Deutschen Bahn in der 2. Klasse: +70 €					

Mit Erhalt der Reisebestätigung und des Reisepreis-Sicherungsscheins wird eine Anzahlung in Höhe von 20% des Reisepreises fällig. Die Restzahlung ist 30 Tage vor Abreise zu leisten. Alle Preise pro Person.

Kostenfrei anrufen: 0800-33 33 444 | Info & Buchung: lebenslust-touristik.de

Für Sie erreichbar: Montag – Samstag von 8.00 bis 20.00 Uhr E-Mail: info@lebenslust-touristik.de

Lebenslust Touristik GmbH | Michaelkirchplatz 1–2, 10179 Berlin | Feldbergstraße 57, 61440 Oberursel | Mitglied im DRV Deutscher Reiseverband



Das Zelt

Kolumnist **Max Scharnigg** über die unterschiedlichen Orte, in denen er auf Reisen und im Urlaub schon übernachtet hat

Jeder erinnert sich an sein erstes Zelt. Meines war tintenblau und ich werde sofort vergnügt, wenn ich daran zurückdenke: Jugendlager im Schlamm, eskalierende Musikfestivals, Bergtouren. In der besten Zeit war das blaue Zelt mein bester Begleiter, Kulisse für frühe Abenteuer und erste Fluchten. „Zelt!“ war zwischen dem 10. und 20. Lebensjahr die Standardantwort, wenn ich an Logis außer Haus dachte. Damals war klar, dass jede Nacht im Zelt ein Erlebnis darstellte – selbst wenn die Expedition nur im elterlichen Vorgarten stattfand. Was damals nicht klar war: dass die Bedürfnislosigkeit der Jugend eine Grundvoraussetzung für das Glück im Zelt ist.

Nagetier-Aktivitäten

Als 15 Jahre später und knietief im Erwachsensein die Idee eines Zelturlaubs über unseren Frühstückstisch geisterte, stellte sich gleich besagte sentimentale Erinnerung ein. Ich schwärmte von der zelteigenen Gemütlichkeit,

die zwischen Schlafsack, der Erschöpfung vom Wandern und den Nachtgeräuschen entsteht, und überzeugte die Frau, die keinerlei Campingvorbildung hatte, mit unwiderstehlichen Argumenten: kleines Gepäck, irgendwo schlafen, die Natur ganz nah, sich wieder jung fühlen! Der Trip an die schwedische Südküste machte allerdings schnell klar, was die großen Nachteile des Zeltens waren: kleines Gepäck, irgendwo schlafen, Natur ganz nah. Seltsamerweise waren in meiner Erinnerung keine Mücken, keine Regenstürme und auch keine nächtlichen Nagetier-Aktivitäten verzeichnet.

Womöglich gab es derlei in den 90ern einfach nicht. Auch sonst kam mir einiges anders vor: War der Boden schon immer so hart und weit unten? Die Zeltöffnungen so schmal? Das versprochene Jungfühlen schlug jedenfalls bald ins Gegenteil um: Das halbhohe Kriechen und Bücken, die drei schlechten Nächte und dürftigen Waschmöglichkeiten führten



Max Scharnigg

arbeitet als Schriftsteller und Redakteur der „Süddeutschen Zeitung“ in München. Für die ADAC Motorwelt erzählt er davon, wo er überall schon geschlafen hat. Und ob er das noch mal machen würde

dazu, dass wir Südschweden 20 Jahre gealtert verließen. Der große Denkfehler beim Zelten ist sowieso, dass man dafür nur wenig braucht. Wer Zeltcampen ernst meint, hat bald ein veritables Equipment-Lager im Rücken oder Kofferraum: Klappstühle und -tische, Kocher, Leuchten und Vorzeltteppiche, Luftmatratzen, Hängematten, Verstau-Boxen und so weiter. Sehr viel Zeug dafür, dass man den Komfort einer Ausnüchterungszelle erreicht.

Glücksmomente

Klar, es gibt sie immer noch, die magischen Zeltmomente: Wenn man auf dem Campingplatz ganz nach vorne ans Wasser darf, wo es keinen Stromanschluss und nicht genug Platz für die dicken Wohnmobile gibt. Wenn man am Morgen den Reißverschluss aufzieht und plätschernde Ostseewellen vor sich hat, während man hinten noch im warmen Schlafsack steckt, wie so ein Freizeit-Zentaur. Solche Momente sind zelten, aber auch selten. <



Foto: Hendrike Tesch; Illustration: Peter Ryan

Die Armbanduhr

FORD MUSTANG

Blue Edition



JEDE UHR EIN NUMMERIERTES UNIKAT

Die Rückseite ist mit dem Ford-Mustang-Logo und der individuellen Nummerierung versehen



EINZIGARTIGES DESIGN

Die Armbanduhr wird in einer exklusiven Präsentations-Schatulle mit einem von Hand nummerierten Echtheits-Zertifikat zu Ihnen nach Hause geliefert

WICHTIGE DETAILS

OFFIZIELL LIZENZIERT
Offiziell von Ford lizenziert

WICHTIGE ANGABEN
In dem Edelstahlgehäuse sorgt ein Quarz-Uhrwerk mit Stoppuhr-Funktionen für präzise Zeitmessung, und in der Mitte des dunkelblauen Zifferblattes prangt das offizielle

Logo in Reliefform – ein galoppierender Mustang vor rot-weiß-blauen Streifen.

JEDE UHR IST EIN NUMMERIERTES UNIKAT
Jede Armbanduhr ist auf der Rückseite einzeln nummeriert.



Ø Uhrgehäuse: 4,4 cm
Umfang Armband: 17–22 cm
Abbildung vergrößert

Artikel-Nr.: 578-FAN55.01

Artikelpreis: € 199,80
(zahlbar auch in 4 Monatsraten zu je € 49,95)
zzgl. € 8,95 Versand

PRÄZISION IN EINEM AUSSERGEWÖHNLICHEN DESIGN

Im Frühjahr 1964 brachte Ford ein Fahrzeug auf den Markt, welches sofort zum Klassiker wurde – den Ford Mustang. Der Mustang war der Urvater der sogenannten „Pony-Cars“, für damalige US-Verhältnisse eher kleine Coupés und Cabrios mit großvolumigen 6- oder 8-Zylinder-Motoren. Jetzt können Sie dieser amerikanischen Autolegende ein würdiges Denkmal setzen – mit einer Herren-Armbanduhr, so aufsehenerregend wie das Original.

Die Armbanduhr „Ford Mustang – Blue Edition“ ist in einem zeitlosen Design gestaltet und fängt formvollendet den Geist der berühmten „Pony-Cars“ ein. In dem Edelstahlgehäuse sorgt ein Quarz-Uhrwerk mit Stoppuhr-Funktionen für präzise Zeitmessung, und in der Mitte des dunkelblauen Zifferblattes prangt das offizielle Logo in Reliefform – ein galoppierender Mustang vor rot-weiß-blauen Streifen. Auch auf der Gehäuserückseite ist Logo des Auto-Klassikers, sowie die individuelle Nummerierung eingraviert. Das gelochte Lederarmband mit kontrastierenden Nähten rundet das stilvolle Erscheinungsbild perfekt ab.

EXKLUSIV BEI THE BRADFORD EXCHANGE

Dieses einzigartige Andenken an die Automobil-Legende erscheint exklusiv bei The Bradford Exchange und ist nicht im Handel erhältlich. Ihre Uhr kommt in einer edlen Präsentations-Schatulle inklusive handnummeriertem Echtheits-Zertifikat zu Ihnen nach Hause. **Tragen Sie eine wunderschöne Uhr und ein Stück Zeitgeschichte. Bestellen Sie die Herrenarmbanduhr „Ford Mustang – Blue Edition“ am besten noch heute!**



WEEE: 9707538

Ford Motor Company trademarks and trade dress used under license to The Bradford Group

www.bradford.de

Für Online-Bestellung
Referenz-Nr.: **110042**

Bitte einsenden an: The Bradford Exchange Ltd.

Johann-Friedrich-Böttger-Str. 1–3 • 63317 Rödermark • kundenbetreuung@bradford.de

Telefon: 0 60 74 / 916 916

Österreich: Senderstr. 10 • A-6960 Wolfurt/V • Schweiz: Inwilerriedstrasse 61 • CH-6340 Baar



Das Angebot ist limitiert – Reservieren Sie noch heute!

PERSÖNLICHE REFERENZ-NR.: 110042

Mit 120-TAGE-Rückgabe-Garantie

Zeitlich begrenztes Angebot: Antworten Sie bis 7. Oktober 2024

☐ **Ja**, ich reserviere Armbanduhr „Ford Mustang – Blue Edition“ Artikel-Nr.: 578-FAN55.01

Bitte gewünschte Zahlungsart ankreuzen (X):

- ☐ Ich zahle den Gesamtbetrag nach Erhalt der Rechnung
☐ Ich zahle in vier bequemen Monatsraten

Name/Vorname Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen

Straße/Nummer

PLZ/Ort

Geburtsdatum E-Mail (nur für Bestellabwicklung)

Telefon (nur für Rückfragen)

X
Unterschrift

Datenschutz: Detaillierte Informationen zum Datenschutz finden Sie unter www.bradford.de/datenschutz. Wir werden Ihnen **keine** Angebote von The Bradford Exchange per **E-Mail, Telefon oder SMS-Nachricht** zukommen lassen. Sie können Ihre Kontaktpreferenzen jederzeit ändern, indem Sie uns unter nebenstehender Adresse bzw. Telefonnummer kontaktieren. Bitte teilen Sie uns per Telefon, E-Mail oder schriftlich mit, falls Sie keine brieflichen Angebote erhalten möchten.



Schrittmacher
Wandern aktiviert
Herz und Kreislauf

Herzensangelegenheit

Es gibt viele Faktoren, die den aktivsten Muskel des Körpers belasten.
Dr. Jakob Ledwoch weiß, was man tun kann, damit das Herz gesund bleibt

300.000 Menschen in Deutschland erleiden jedes Jahr einen Herzinfarkt. Bei einem Teil löst er sogar den plötzlichen Herztod aus. Männer sind häufiger und früher betroffen: Ab 40 Jahren besteht für sie ein erhöhtes Risiko, bei Frauen oft erst zehn Jahre später – dafür ist ihr Sterblichkeitsrisiko im Falle eines Infarkts höher. Eindeutige Vorzeichen eines Herzinfarkts (siehe re.) sind starke Schmerzen in der Brust, die in Arme, Oberbauch oder Rücken ausstrahlen können. Bei Frauen treten oft auch noch unpräzise Hinweise wie Druckgefühl im Brustbereich, Kurzatmigkeit, Übelkeit, Erbrechen oder Schwindel auf.



Der Experte
Der Kardiologe
Dr. Jakob Ledwoch
ist Oberarzt und
Leiter der Telemedizin
am Isar Klinikum
München

Die häufigste Infarkt-Ursache ist die koronare Herzerkrankung. Zu dieser Verengung der Herzkranzgefäße kommt es durch Ablagerungen wie Cholesterin und Kalk. Das Fatale: Die Krankheit bleibt oft Jahre unbemerkt und führt später zum Infarkt oder zur chronischen Herzschwäche. Darum sollte man früh genug zum Check-up gehen. Die gesetzlichen Kassen übernehmen ab 35 alle drei Jahre die Kosten. Eine Herzschwäche, Bluthochdruck oder Gefäßverengung lassen sich so früh erkennen. Außerdem sollte man auf den Lebensstil achten. Er ist viel häufiger der Grund für ein höheres Herzinfarktrisiko als Veranlagung: Raucher zum Beispiel haben

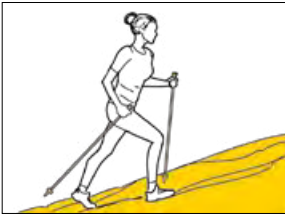
ein mehr als doppelt so hohes Herzinfarktrisiko wie Nichtraucher. Aber schon fünf Jahre nach dem Stopp sinkt der Wert fast auf den eines Nichtrauchers. Achten Sie auch auf Ihr Gewicht und ernähren Sie sich gesund. Hier hat sich die mediterrane Kost bewährt: wenig Fleisch, viel Fisch, frisches Gemüse und Olivenöl, das mit ungesättigten Fettsäuren punktet. Letztere wirken sich positiv auf erhöhte Blutdruck-, -zucker- und -fettwerte aus. Genauso wie Sport (siehe o. re.). Wer diese Tipps – nicht rauchen, Gewichtskontrolle, eine ausgewogene Ernährung und regelmäßige Bewegung – befolgt, senkt das Herzinfarktrisiko um 50 Prozent.

HERZ

Bewegungsdrang Mit diesem Sportmix halten Sie Ihren Körper fit und das Herz bleibt lange gesund

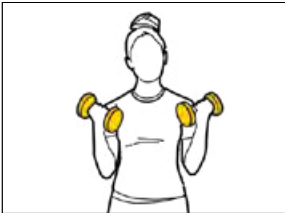
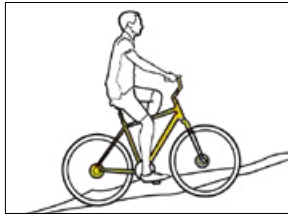
Gehen

Schon täglich zehn Minuten zügiges Spaziergehen oder Nordic Walking haben positive Effekte auf das Herz-Kreislauf-System.



Fahrradfahren

Wer regelmäßig Rad fährt – fünfmal die Woche zehn Minuten reichen –, kräftigt das Herz und verbessert die Ausdauer.



Leichter Kraftsport

Drei Einheiten Hantelübungen oder zweimal 30 Minuten Funktionsgymnastik in der Woche stärken die Muskulatur.



Gleichgewichtstraining

Mit Übungen wie dem Ausfallschritt verbessern Sie Tiefenmuskulatur und Motorik. Gutes Gleichgewicht beugt Stürzen vor.

Achtung, Herzinfarkt!

Bei einem Infarkt sind ein oder mehrere Herzkranzgefäße stark verengt oder sogar verschlossen – das Herz bekommt nicht mehr ausreichend Blut. Dann muss die Durchblutung so schnell wie möglich wiederhergestellt werden, sonst stirbt Muskelgewebe ab und die Pumpfähigkeit des Herzens wird geschädigt. Besteht der Verdacht auf einen Herzinfarkt, gilt: Warten Sie nicht, dass die Beschwerden abklingen, verständigen Sie sofort den Notruf unter 112 und schildern Sie Ihre Situation.



Taktgeber

Das Herz schlägt 100.000-mal pro Tag

Mehr Infos auf [adac.de/herzinfarkt](https://www.adac.de/herzinfarkt)



Cavallino Treporti Der Strand Venedigs

www.visitcavallino.com

#visitcavallino





15

Landkreise und 3 kreisfreie Städte
(Regensburg, Passau, Augsburg)
riefen allein in Bayern den Katastrophenfall aus

Die Bewältigung der **Flut in Süddeutschland** im Frühjahr war ein gemeinsamer Kraftakt Tausender Menschen und vieler Hilfsorganisationen. Auch der ADAC leistete einen Beitrag. Vier Mitarbeiter erzählen, was sie im Einsatz erlebten

Land unter



Unter Wasser
Von den Fluten
umschlossene Häuser
im Landkreis Augsburg



Teamwork
Pilot Güntner und
Winden-Operator
Opperer (hinten)

Schiffsrettung in Regensburg

Pilot Jochen Güntner half beim Abseilen einer Crew

„In Regensburg stand die Donau so hoch, dass zwei Museumsschiffe in Not geraten waren. Es bestand die Gefahr, dass sie sich vom Anleger losreißen und quer über den Fluss treiben. Dabei hätten sie Brücken beschädigen oder sinken können. Also musste schnellstmöglich die Besatzung an Bord, um die Schiffe zu verlegen. Weil alle anderen Wege durch die Flut versperrt waren, sollten wir die Crew per Hubschrauber an Deck bringen. Punktgenau seilte unser Winden-Operator Gerhard Opperer die Männer aus 30 Metern Höhe ab. Ich musste den Hubschrauber dabei nach Gerhards Anweisungen präzise auf der richtigen Position halten, damit die Besatzung beim Herablassen nicht mit Antennen oder anderen Hindernissen auf dem Schiff kollidierte. Nachdem die Crew sicher an Deck angekommen war, steuerte sie die Schiffe gegen die starke Strömung zu einem neuen, sicheren Liegeplatz. Wir warteten währenddessen mit drehenden Rotoren auf einer Brücke in der Nähe, um zu helfen, sollte die Crew in Not geraten – was zum Glück nicht passierte.“ >



Rettung in höchster Not
Die Hubschrauber-Crew suchte eine Frau in einer Baumkrone

Baumkronen-Befreiung bei Neu-Ulm

Winden-Operator Harald Heinlein über eine spektakuläre Abseilaktion



Arbeitsplatz
Heinlein an Bord des „Christoph 40“

„Ich arbeite seit gut 25 Jahren als Winden-Operator und Notfallsanitäter bei der ADAC Luftrettung, aber so eine Situation hatte ich noch nie: Man teilte uns mit, dass eine junge Frau seit über zwei Tagen in einer Baumkrone ausharrt. Zwar kannten wir die ungefähre Position, doch es ist schwer, in einem großen Waldgebiet den richtigen Baum zu finden. Zum Glück gab es zwei Polizisten, die sich zu ihr durchgeschlagen hatten und uns einweisen konnten. An der Einsatzstelle mussten wir aufpassen, nicht zu tief zu schweben, unser Abwind kann Äste brechen und Personen verletzen. Ich stand in 75 Metern Höhe auf der Kufe und dirigierte den Piloten. Dann ließ ich einen Wasserretter und einen Notarzt mit dem Windenseil ab. Die Frau war zum Glück unverletzt, sodass wir sie mit dem Arzt zügig hochziehen konnten. Endlich war sie in Sicherheit, nach 62 langen Stunden.“



Enormer Einsatz

Über 100.000 Menschen engagierten sich im Frühjahr bei der Hochwasserkatastrophe, um Leben zu retten und Schäden zu verhindern. Allein in Bayern waren rund 84.000 haupt- und ehrenamtliche Helferinnen und Helfer im Einsatz. Die Rettungskräfte kamen von Feuerwehren, DLRG und Wasserwacht, Technischem Hilfswerk, dem Roten Kreuz und der Bundeswehr – aus allen Teilen des Landes.



Schleichwege in Schwaben

Straßenwachtfahrer Kai Geisheimer kämpfte sich durchs Gelände

Erfahrener Gelber Engel

Geisheimer arbeitet seit acht Jahren für die Straßenwacht



„**Regen ist** an sich kein Problem. Unsere Schutzkleidung hält uns trocken, sodass wir uns auf die Pannenhilfe konzentrieren können. Diesmal war es anders: Die Niederschläge waren so extrem, dass das Material an seine Grenzen kam. Mir lief das Wasser in die Gummistiefel. An die Substanz gingen die Tage aber vor allem, weil ich in vielen Fällen nicht mehr helfen konnte: Da viele Straßen überflutet waren, erreichte ich Mitglieder oft erst nach langen Fahrten über Schleichwege. Am Ziel konnte ich dann nur noch einen Motorschaden feststellen. Manche Menschen waren trotz Absperungen in die Flut gefahren, andere hatten Pech, da ihr Ort in kurzer Zeit volllief. Ich blickte in viele deprimierte Gesichter, das war emotional belastend für mich. Aber es gab auch gute Momente. Einigen Mitgliedern konnte ich doch noch helfen: In Diedorf etwa sprang ein Fahrzeug wieder an, nachdem ich mit einem Lappen und etwas Geduld das feuchte Steuergerät wieder trocken bekommen hatte.“ <

„**Ich war** gerade bei dem vom Technischen Hilfswerk THW in Wilhelmshaven organisierten Blaulichttag und stellte den Gästen unseren Helikopter vor, als die Anfrage reinkam: Könnt ihr im Hochwassergebiet bei Augsburg aushelfen? Ich beendete meinen Auftritt sofort, damit wir so schnell wie möglich mit dem Hubschrauber abheben konnten. Der Einsatz ging los, wir als friesländische Crew machten uns auf den Weg in Richtung Süddeutschland.

Unser Auftrag: Wir sollten in einem unübersichtlichen Gebiet mehrere von Wasser eingeschlossene Menschen aus ihrer Notlage befreien. Darunter war eine autistische Frau in Begleitung ihrer Eltern. Sie war von der Situation komplett überfordert. Nach der Untersuchung am Boden beruhigte ich sie einfühlsam, bis sie sich mit mir in den Hubschrauber hochziehen ließ. Ein anderes Flutopfer wiederum, ein Mann, traute sich erst nicht, den Bauwagen zu verlassen, in dem er festsaß. Am Ende war er jedoch sehr dankbar.“

Rettungsaktionen in Augsburg

Notarzt Dr. Henning Fründt barg eingeschlossene Menschen



Hilfe aus dem Norden
Fründt ist eigentlich
in Friesland stationiert

Grüne Welle

Eine **zweitägige Wanderung** auf dem Rheinsteig. Mit tollen Ausblicken, regionalen Spezialitäten und interessanten Begegnungen

Text Ole Zimmer Fotos Ramon Haindl

Gemächlich tuckert die Fähre von Niederheimbach über den Rhein. Das Ziel: Lorch auf der anderen Flussseite. Die 4000-Einwohner-Stadt ist der Ausgangspunkt für eine 36-Kilometer-Wanderung auf dem insgesamt 320 Kilometer langen Rheinsteig. Während der Überfahrt sieht man bereits die Weinberge hinter der Pfarrkirche St. Martin. Die steilsten Lagen haben 60 Prozent Steigung, der Weg schlängelt sich quer am Hang entlang. Die Strecke von Lorch über Kaub nach St. Goarshausen ist perfekt für eine abwechslungsreiche Zwei-Tages-Tour. Sie bietet schmale Steige, vielfältige Natur, gemütliche Raststationen und grandiose Ausblicke auf den Rhein, der diese Landschaft einst geformt hat. Die Tour startet nur wenige Gehminuten vom Fähranleger entfernt – bei der Touristen-Information, die gleichzeitig die Vinothek der Stadt ist. Hier wartet bereits Gilbert Laquai, einer der >

RHEINSTEIG



Genussvolle Kulturlandschaft
Blick auf die Weinberge vom
Rheinsteig oberhalb der
Burg Gutenfels in Kaub

Tag 1. Abwechslungsreich vom Rheingau an den Mittelrhein



Kletterpartie

Familie Müller aus Neustadt an der Weinstraße mag es gerne steiler



Weinmeister

Winzer Gilbert Laquai oberhalb von Lorch an der Ruine Nollig

größten Weinbauern des Ortes. Er begleitet uns ein Stück des Weges und erklärt, was es zu sehen gibt. Direkt aus Lorch führt der Rheinsteig zunächst als schmaler Pfad zur Burgruine Nollig. Es geht vorbei an alten Trockenmauern, mit denen früher die Weinberge befestigt wurden, und über offene Flächen. „Weinbau ist auch Pflege der Kulturlandschaft und gut für die Artenvielfalt“, erklärt Laquai und zeigt nach rechts. Dort, zwischen Krüppelichen, wachsen Pflanzen

wie Acker-Wachtelweizen und Fingerhut. „Wo wir Flächen offenhalten, findet man die größte Dichte an geschützten Pflanzen und Tieren.“ Nach einer halben Stunde verabschiedet sich Laquai, er muss zur Arbeit: in die Weinberge. Das Herz ist auf Touren gekommen und signalisiert: Der Rheinsteig ist zwar keine Bergtour, aber fordernd. Paul und Jakob sehen das ganz anders. Die sieben und acht Jahre alten Brüder federn den Steig hinauf, scheinen keine Anstrengung zu

spüren. Sie sind mit ihren Eltern unterwegs. „Wir wollten es mal ein wenig steiler“, erzählt Mutter Julia Müller. Normalerweise würden sie daheim in Neustadt an der Weinstraße wandern. Die zwei Tage hier sollen für Abwechslung sorgen.

Ab nach Rheinland-Pfalz

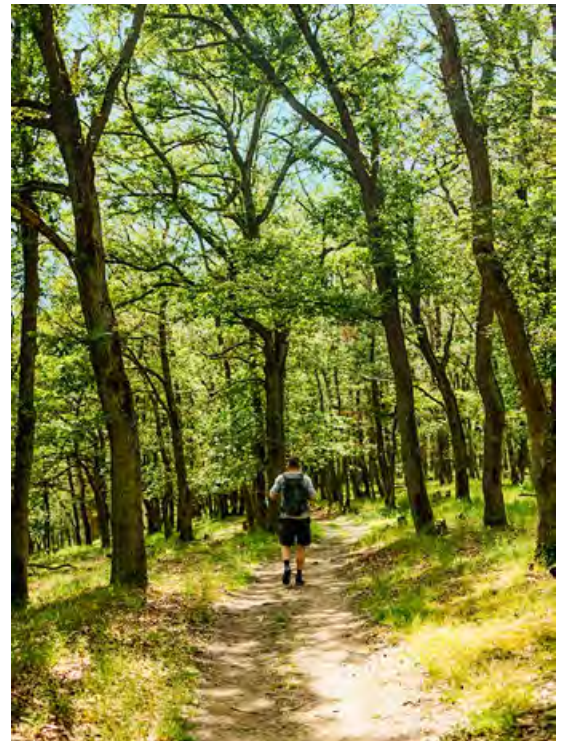
Die Clemenskapelle liegt, eine knappe Stunde nach dem Start, in den Weinbergen über Lorchhausen. Immer nah am Hang führt der Rheinsteig vorbei an steilen Wein-



Wandern mit Aussicht
Blick vom Rheinsteig auf
Lorchhausen und den Fluss

und immer wieder an den Rand der Hänge. Dreieinhalb Stunden später sieht man die Burg Gutenfels. Das Gemäuer aus dem frühen 13. Jahrhundert ist heute ein liebevoll restauriertes Hotel. Von den Terrassen in den aufwendig gestalteten Gärten öffnet sich der Blick auf das Tagesziel Kaub mit der Zollburg Pfalzgrafenstein mitten im Rhein.

Vorbei an ehemaligen Schieferstollen, endet der Weg eine halbe Stunde später in Kaub, dem Tagesziel. Das 800-Einwohner-Örtchen ist schnell erkundet: In einem gut 800 Jahre alten Haus in der Metzgergasse findet sich das kleine Schiefermuseum, zum Essen geht es in das Restaurant des Hotels Zum Turm oder für regionale Spezialitäten und originelle Flammkuchen-Variationen ins Weinbistro Kaub-Mitte. ➤



Grenzgänger
Nach dem Übergang von Hessen nach Rheinland-Pfalz geht es durch lichten Eichen- und Buchenwald

bergen – vorbei am Aussichtspunkt Wirbellay mit dem Blick auf den Ort Bacharach gegenüber. Durch den Wald geht es weiter bis an die Grenze von Hessen und Rheinland-Pfalz. Hier kommen wir zum Grenzvogt: ein Weinstand mit urigen Holzbänken und Tischen aus alten Fässern. Wirtin Claudia Gundlach und ihr Mann Axel betreiben die Bar im Wald seit über 15 Jahren. Je nach Wetter sind die zwei von Ostern bis November die ganze Woche hier. „Wir mögen es, Menschen zu treffen“, sagt Claudia, „und wir möchten, dass sie bei uns eine gute Zeit haben.“ Heute, bei bedecktem Himmel und frischen Temperaturen, sind hier und auf der Strecke kaum andere Wanderer zu sehen. Auf den ersten Kilometern nach dem Grenzvogt hört man nur Vögel zwitschern und den Wind in den Baumkronen. Der Weg führt durch Buchen- und Eichenhaine, über Wanderwege, Steige



Waldwirtschaft
Im Grenzvogt können sich müde Wanderer kurz erholen



Seitenwechsel
Der beschilderte Übergang vom Rheingau an den Mittelrhein

Der 1. Tag Von Lorch nach Kaub





Romantik über Kaub
Blick auf Burg Gutenfels (li.) und
die Zollburg Pfalzgrafenstein

Tag zwei beginnt direkt mit einem Anstieg durch die Weinberge. Die 14 Kilometer des Vortags spüren wir noch in den Beinen, es geht langsamer voran – auch weil heute mit 22 Kilometern eine längere Etappe kommt.

Schnaps und Wein

Nach einer Stunde erreicht man das Weingut Fetz in Dörscheid. Christian Muders zeigt Gästen gerne die Brennerei und den Keller, erklärt, wie Schnaps und Wein entstehen. Wer sich anmeldet und 1,5 Stunden Zeit hat, kann viel erfahren. „Wein dauert ja auch“, sagt der 32-Jährige lächelnd, „wir machen hier halt nichts mal eben schnell nebenher.“

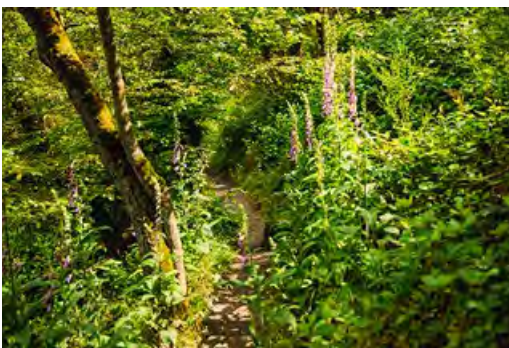
Danach geht der Rheinsteig ins verwunschene Urbachtal – und wieder hinauf. Mit mehr als 24 Prozent Steigung geht es durch den Wald. Zum Glück ist es nicht nass, sonst könnte es auf dem lehmigen Boden arg rutschig werden. Oben ändert sich die Landschaft. Der Untergrund wird steiniger und trockener, es wirkt fast mediterran.

Am Hof Leiselfeld, gut 14 Kilometer nach dem Start, steht am Wegesrand die Rheinsteig Rast. Vor einem der Nebengebäude finden Gäste schattige Bänke und Tische, im gemütlichen Gastraum versorgt Wirt Heinz Baumert mit Frau und Stiefsohn Alex Raithel Wanderer mit Kuchen, Wein und kalten Speisen. Wer länger sitzt, merkt: So allein, wie man sich die eineinhalb Tage gefühlt hat, ist man gar nicht. Immer wieder kommt wer vorbei. „Hier kann viel los sein“, sagt Raithel, „an Pfingsten kamen knapp 800 Leute.“ Zu den Gästen heute zählen Ele und Susanne, zwei Freundinnen mittleren Alters. Die Tour über den Rheinsteig sei ein Geschenk zum runden Geburtstag von Susanne, erklärt Ele. Susanne wirkt glücklich: „Es ist anstrengend, aber keine Qual“, sagt sie, >

Illustration: Tim Möller-Kaya



Pausenhelfer
Alex Raithel von
der Rheinsteig
Rast und sein
Hund warten
auf Gäste



Grüner Bereich
An vielen Stellen geht es tief in die üppige Flora hinein

Der 2. Tag

Von Kaub nach Sankt Goarshausen





**5% Frühbucherrabatt bei
Buchung bis 30.11.2024**

Die Reise Ihres Lebens - Entdecken Sie 4 Kontinente

Den Fahrtwind im Gesicht spüren, sich zu fremder Musik im Takt wiegen, neue Geschmäcker probieren, exotische Pflanzen beschnuppern und bisher unbekannte Landschaften bestaunen. 133 Tage lang kommen Sie so dank des kleinen Kreuzfahrtschiffes der Welt nah und lernen Land und Leute kennen.

Highlights:

- Silvester an der Copacabana
- Antarktis mit Schlauchbootanlandungen
- Südgeorgien & Falklandinseln
- Südafrika, Madagaskar, Mauritius
- Übernachtaufenthalte: Lissabon, Buenos Aires, Kapstadt, Dakar, Funchal/Madeira, Mahé/Seychellen
- 2 Nächte Aufenthalt: Rio de Janeiro und Walvis Bay/Namibia

133 Tage Kreuzfahrt ab/bis Hamburg
Europa – Südamerika – Antarktis – Afrika
ab 22.999 € p. P. bei 2er-Belegung,
Reisetermine: 6.12.2025 - 17.4.2026



MS Hamburg: Rund um Kuba
11 Tage Kreuzfahrt inkl. Flug
ab/bis Frankfurt oder München

ADAC Mitgliedervorteile:

- Exklusive Sonderpreise
- Eine Flasche Begrüßungs-Sekt auf der Kabine
- Einladung zum Cocktailempfang mit der Kreuzfahrt-Leitung

ab 2.999 € p. P. bei 2er-Belegung,
Reisetermine: 28.12.2024 - 7.1.2025,
6.1. - 17.1.2025, 15.1. - 25.1.2025



Beratung und Buchung:

170 ADAC Reisebüros **adacreisen.de/4-kontinente** **069 945 15 97 40**

¹Reisebürofinder: adacreisen.de/reisebuero ²Täglich: 8.00 - 22.00 Uhr.

Veranstalter: PLANTOURS Kreuzfahrten, Eine Marke der plantours & Partner GmbH, 28195 Bremen. Druckfehler, Änderungen und Zwischenverkauf vorbehalten.



Märchenhaft
Das Urbachtal liegt
verwunschen im Wald



Ins Glas geschaut

Christian Muders macht Wein und Schnaps.
Und zeigt Wanderern gerne, wie das geht



**Tag 2. Die Etappe ist lang,
fordernd – und wunderschön**

Pause mit Weitblick

Autor und Fotograf auf dem
Spitznack bei Leiselfeld

„und auf dem Steig ist es gigantisch abwechslungsreich.“ Ele, die in der Nähe lebt, ergänzt: „Von der Vegetation her bist du mal in Portugal, dann wieder in der Rhön. Ich denke mir immer: So wunderschön, das kann nicht wahr sein.“

Nach einer hausgemachten Maibowle geht es auf den letzten Abschnitt des Tages. Kurz nach der Rheinsteig Rast führt der Weg am Spitznack vorbei, einer ausgesetzten markanten Felskanzel hoch über dem Tal. Wir trauen uns die

Kletterei zu und erleben spektakuläre Ausblicke. Man sollte aber vorsichtig sein: Zum einen liegt der Felsen im Naturschutzgebiet, entsprechend achtsam gilt es mit den Pflanzen umzugehen. Zum anderen fällt der Fels sehr steil in die Tiefe: knapp 100 Meter.

Auf dem Plateau der Loreley

Nach der Ruhe in der Natur wirkt der Trubel auf dem Plateau der Loreley wie eine andere Welt. Der Kultur- und Landschaftspark, der

2019 eröffnet wurde, ist auch mit Autos und Bussen erreichbar, entsprechend voll wird es an schönen Tagen. Die Besucher können hier das Naturdenkmal Loreley erleben, es gibt Führungen, Restaurants, eine Sommerrodelbahn und regelmäßig Konzerte auf der Freilichtbühne. Von sechs Aussichtspunkten öffnen sich Blicke in das canyonartige Durchbruchstal. Der Rhein wird hier auf ein Drittel seiner Breite verengt. Die Strömung ist stärker, es bleibt wenig >

8 Tage 4-Sterne-Reise **Balkan**Inklusive
Kotor (Welterbe)Ihr Vorzugspreis für Sie als
Leser der MOTORWELT
Normalpreis **500,-€***
Ihr Rabatt **- 300,-€**ab
nur **200,-€***
p.P. im DZ

Eine der beliebtesten Studienreisen der Deutschen mit 4 berühmten Welterbestätten!

Inklusive
Ohrid & Ohridsee (Welterbe)Inklusive
Kloster Gračnica (Welterbe)Inklusive
Kloster Ljeveski (Welterbe)Inklusive
Sveti StefanInklusive
Ausgewählte 4-Sterne-Hotels

Beispielhotel

Inklusive spektakulärem Ausflugsprogramm:

- **Skopje:** am Fluss Vadar gelegen zählt die Hauptstadt Nordmazedoniens zu einer der ältesten Ansiedlungen des Balkans
- **Kloster Gračnica (UNESCO-Welterbe):** eines der bekanntesten Bauwerke der byzantinischen Kunst
- **Prizren:** Altstadt mit pittoresken Gebäuden im ottomanischen und byzantinischen Stil
- **Kloster Ljeveski (UNESCO-Welterbe):** die älteste Fünfkuppelkirche der serbischen Kunst
- **Shkodra:** eine der ältesten Siedlungen Albaniens - die Geschichte geht bis in die Antike zurück
- **Platz der Demokratie:** umringt von Fontänen, Bäumen und malerischen Blumenarrangements
- **Kathedrale Hl. Stephan:** mit vielen bezaubernden Fresken und einem Bild von Mutter Teresa
- **Et'hem-Bey-Moschee:** der osmanische Sakralbau hat wunderschöne Fresken im Inneren
- **Kotor (UNESCO-Welterbe):** eine der schönsten Buchten der europäischen Mittelmeerküste und UNESCO-Weltkulturerbe
- **Budva:** eine der ältesten Altstädte an der Adriaküste
- **Insel Sveti Stefan:** kleine malerische Fischerinsel mit verwinkelten Gassen
- **Handwerkstradition** im Schmuck- und Lederatelier
- **Tirana:** die idyllische Hauptstadt Albaniens mit einzigartigen Sehenswürdigkeiten
- **Skanderbeg-Platz:** benannt nach dem albanischen Nationalhelden Skanderbeg
- **Ohrid: (UNESCO-Welterbe):** traumhafte Stadt direkt am gleichnamigen See gelegen mit wunderschönen kleinen Gässchen und traditionellen Häusern
- **Kunsthandwerk** in traditioneller Teppichknüpferei
- **Kloster Sveti Naum:** jahrhundertalt und mit wunderschönen Kirchenmalereien verziert
- **Gedenkhaus Mutter Teresa:** Die Friedensnobelpreisträgerin Mutter Teresa wurde in Skopje geboren.
- **Kathedrale Hl. Ohrid Klimet:** mit der größten Jesus-Darstellung in der Kuppel

Ihre Inklusivleistungen:

- + Hin- und Rückflug mit renommierter Fluggesellschaft¹ nach Skopje inkl. Flughafen- und Hoteltransfers
 - + 7 Übernachtungen im Doppelzimmer in ausgewählten 4-Sterne Hotels (Landeskst.) inkl. 7x reichhaltigem Frühstücksbuffet
 - + Faszinierende Studienreise in unserem modernen und klimatisierten Reisebus mit den berühmtesten Höhepunkten des Balkans! Freuen Sie sich auf ein spektakuläres Ausflugsprogramm inkl. Eintritten (lt. Programm), u.a. mit:
 - Skopje
 - Kloster Gračnica (Welterbe)
 - Prizren
 - Kloster Ljeveski (Welterbe)
 - Shkodra & Shkodrasee
 - Platz der Demokratie
 - Kathedrale Hl. Stephan
 - Moschee Ebu Bekr
 - Porto Montenegro
 - Kotor (Welterbe)
 - Budva
 - Insel Sveti Stefan
 - Tirana
 - Skanderbeg-Platz
 - Römerstraße Via Egnatia
 - Ohrid & Ohridsee (Welterbe)
 - Papiermuseum
 - Kloster Sveti Naum
 - Gedenkhaus Mutter Teresa
 - Kathedrale Hl. Klimet
 - + Qualifizierte, Deutsch sprechende Studienreiseleitung
 - + 24 Stunden ärztliche Rufbereitschaft
- Gesamtpreis p.P. **500,-€***
Rabatt p.P. - 300,-€
Vorzugspreis p.P. ab nur 200,-€*

Wunschleistungen zu Vorzugskonditionen:

Genusspaket: Das Paket beinhaltet täglich reichhaltiges Buffet am Abend mit internationalen Spezialitäten: nur 149,- € p.P. statt **169,-€***.

Reisemonate	März 2025 (1.3. – 5.3.)	März 2025 (6.3. – 18.3.)	März 2025 (19.3. – 31.3.)	April 2025
Saisonzuschlag p.P.	0,- €	80,- €	160,- €	240,- €

Lesen & Reisen: Ihr Vorzugspreis für Sie als Leser der MOTORWELT ab nur

200,-€*
p.P. im DZ

statt ab **500,-€***



Flughafen	Berlin	Düsseldorf	Frankfurt	Hamburg	Hannover	Leipzig	München	Stuttgart
Flughafenzuschlag p.P.	55,- €	60,- €	65,- €	60,- €	0,- €	55,- €	60,- €	60,- €
Abflugtage	Mi	So	So	Mo	Mo	Mi	Di	Di

Einzelzimmerzuschlag: 200,- € p.P.

Reiseveranstalter: RSD Reise Service Deutschland GmbH, Elsenheimerstraße 61, 80687 München

Zur Einreise benötigen deutsche Staatsangehörige einen gültigen Personalausweis bzw. Reisepass. Staatsangehörigen anderer Länder wird empfohlen, die für sie geltenden Einreisebestimmungen bei der Botschaft des Ziellandes zu erfragen.

¹ z.B. Freebird Airlines (bekannte Charterfluggesellschaft)

* Vor Ort ist jeweils zusätzlich eine staatliche Kur- und Citytaxe von bis zu 3,- € p.P./Nacht zu zahlen (Stand April 2024). Mit Erhalt der schriftlichen Reservierungsbestätigung und des Reisepreissicherungsscheins wird eine Anzahlung in Höhe von 20 % des Reisepreises fällig. Die Restzahlung ist 28 Tage vor Abreise zu leisten. Preis gilt am 03.03.2025 ab Hannover. Bei anderen Reisetagen und Abflughäfen fallen die in der Tabelle angegebenen Zuschläge an. RSD Reise Service Deutschland GmbH bietet den Preisvorteil im Vergleich zum Normalpreis auf www.rsd-reisen.de. Es gelten die Reisebedingungen der RSD Reise Service Deutschland GmbH (www.rsd-reisen.de/arb).

Hinweis: Die Reise gilt nur für den Empfänger und volljährige Begleitpersonen. Nicht geeignet für Personen mit eingeschränkter Mobilität. Geplante Gruppengröße ca. 38 Personen. Mindestteilnehmerzahl 30 Personen pro Reisetag, bei Nichterreichen Absage spätestens 28 Tage vor Reisetag. Reiseverlaufsänderungen aus organisatorischen und witterungsbedingten Gründen ggf. möglich.

Ihr Rabattcode: 27238

Jetzt kostenlos anrufen und Wunschtermin sichern:

0800-503 533 210

Montag bis Freitag 8.30 – 18.00 Uhr, Samstag 9.00 – 14.00 Uhr

Reiseveranstalter: RSD Reise Service Deutschland GmbH, Elsenheimerstraße 61, 80687 München



Ort der Stille

Der Steig führt oft nah an den Hang. Hier ein Aussichtspunkt mit Blick auf Oberwesel

Raum für Manöver. Für Schiffskapitäne eine Herausforderung.

Zieleinlauf

Den Trubel hinter sich lassend, geht es in immer steiler werdenden Serpentina bergab durch den Katzenwald. Nach 19 Kilometern ist St. Goarshausen erreicht. Wer müde ist, kürzt hier die Etappe ab und spart sich den letzten Anstieg – verpasst dann aber den Dreiburgenblick. Dafür gibt es früher im Garten des Restaurants Zum Schiffchen einen Kauer Riesling.

Am nächsten Morgen endet das Wanderwochenende, wie es begann: Mit der Fähre geht es ans andere Ufer zum Bahnhof nach St. Goar und von dort per Zug nach Koblenz. Der Rheinsteig bleibt zurück. Was mitkommt, sind viele Eindrücke. Und ein Muskelkater. ➤

Weitere Infos unter [rheinsteig.de](https://www.rheinsteig.de)

Auf Touren kommen Ein paar Tipps, damit auf der Wanderung nichts fehlt

Essen und Trinken

Für einen kompletten Wandertag sollte man mindestens zwei Liter dabei haben. Wasser, dünne Saftschorlen oder ungesüßte Tees sind gut – wie auch ballaststoff- und vitaminreiche Snacks. Zum Beispiel ein belegtes Vollkornbrot oder wasserreiches Gemüse und Obst wie Salatgurke, Paprika oder Äpfel. Und Bananen sind gut, wenn man auf die schnelle Energie braucht.

Sonnenschutz

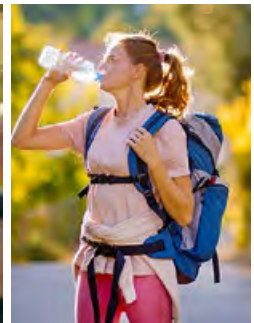
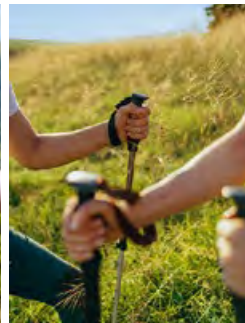
Beim Wandern kann die Sonne (vor allem in der Höhe und bei mehreren Stunden im Freien) zu fast jeder Jahreszeit zum Problem werden – auch wenn die Luft kühl ist. Und mit schwerem Sonnenbrand oder Sonnenstich ist der Spaß vorbei. Sonnencreme ist daher stets Pflicht. Noch besser sind leichte langärmelige UV-Shirts, ein dünner Hut und für die Augen eine Sonnenbrille.

Höhe und Strecke

Wer mit dem Wandern anfängt, sollte es zu Beginn etwas ruhiger angehen lassen. Als Faustregel bei der Planung einer Tour gilt: Durchschnittlich sportliche Erwachsene schaffen in der Stunde im Schnitt 300 Höhenmeter bergauf, 500 Höhenmeter bergab und vier Kilometer auf ebenen Strecken. Eine zehn Kilometer lange Wanderung zum Einstieg ist also locker machbar.

Tempo

Jeder hat sein eigenes Tempo und braucht unterschiedlich oft Pausen. Und natürlich sind untrainierte Wanderer langsamer als Geübte, große Menschen schneller als kleine. Zur Orientierung: Man darf beim Wandern ins Schwitzen kommen, aber nicht aus der Puste. Wer sich noch gut unterhalten kann, macht es richtig. Tipp: Bei steilen Abstiegen sind kleine Schritte besser als große.



Schuhe und Socken

Bei leichten Touren auf ausgebauten Wegen reicht ein knöchelfreier Multifunktionssocke. Dauert die Wanderung länger und führt durch anspruchsvolles Gelände, sollten die Schuhe über die Knöchel reichen und ein gutes Profil haben. Atmungsaktive Wandersocken mit Synthetik- und Wollanteilen reduzieren das Blasenrisiko. Um Hautabrieb zu vermeiden, sollten sie höher sein als der Schuh.

Wanderstöcke

Sie verteilen die Belastung auf Arme und Beine und entlasten so den Rücken und die Knie. Zudem sorgt das Gehen mit Teleskopstöcken automatisch für einen geraden Rücken und für eine bessere Körperhaltung. Auch die Balance kann sich verbessern. Aber Vorsicht: Man kann mit Wanderstöcken leicht in Büschen und Wurzeln hängen bleiben oder auf feuchtem Stein abrutschen.

Sinnvolle Apps

Bei komoot.de findet man Routen und Tipps anderer Nutzer. Die Touren der App von outdooractive.com/de werden durch genaue Angaben zu Strecke, Dauer und dem Schwierigkeitsgrad sinnvoll ergänzt. Wie lange die Wanderung ungefähr dauern wird, weiß der Gehzeitrechner auf alpenverein.de. Und mit der ADAC Drive App navigiert man bequem zum Startpunkt der Wandertour.

Nützliche Helfer

Ein Erste-Hilfe-Set samt Blasenpflaster ist wichtig für den Notfall. Navigieren Sie mit akkuintensiver Wander-App, sollten Sie eine Powerbank dabei haben. Eine Regenhülle für den Rucksack und eine Regenjacke für Sie schützt bei Niederschlag. Feuchttücher sind nicht nur nützlich, falls keine Toilette in der Nähe ist. Und ein scharfes Taschenmesser mitzunehmen, ist immer gut.

FRÜHBUCHER-VORTEIL:
An-/Abreise mit Haustür-Service
zum Sonderpreis
ODER inkl. Ausflugs Guthaben

Zauber Norwegens 2025

ab/bis Bremerhaven • Deutsche Bordsprache • Fünf malerische Fjorde

Erleben Sie mit der deutschsprachigen MS Artania eine Reise durch die faszinierende Schönheit der nordischen Fjorde. Tauchen Sie ein in traumhafte Fjordpassagen, wo majestätische Berge auf glitzernde Wasserflächen treffen. Erleben Sie das nordische Städteflair in den charmanten Orten Ålesund und Bergen, bei dem bunte Holzhäuser das Ufer säumen und eine reiche maritime Geschichte zum Leben erweckt wird.



Ihr Routenverlauf

Tag	Hafen	an	ab
1	Optionale Anreise (Haustür-Service/Bahn/PKW) Bremerhaven, Einschiffung	-	18.00
3	Ålesund (Norwegen)	14.00	23.00
4	Molde (Norwegen)	07.00	12.00
	Kreuzen im Romsdalsfjord Åndalsnes (Norwegen)	15.00	20.00
5	Sandane (Norwegen)*	08.00	18.00
	Kreuzen im Nord- und Gloppefjord		
6	Bergen (Norwegen)	08.00	20.00
7	Kreuzen im Hardanger- und Ulvikfjord Ulvik (Norwegen)*	08.00	18.00
9	Bremerhaven, Ausschiffung	09.00	-
	Optionale Rückreise (Haustür-Service/Bahn/PKW)		

An nicht erwähnten Tagen Erholung auf See. // *Schiff auf Reede, Ausbooten wetterabhängig.

Ihr deutschsprachiges Premium-Schiff MS Artania

Nur Außenkabinen • Großzügiges Passagier-Raum-Verhältnis • Vielfältige Lounges und Bars • Zwei Restaurants • Lido Buffet-Restaurant mit Terrasse • Spa- und Wellnessbereich • Zwei Poolbereiche • Rundum-Promenade • Komfortable Kabinen mit Bädern mit Badewanne/WC oder Dusche/WC, SAT-TV, individuell regulierbare Klimaanlage, Telefon, Minibar, Safe und Föhn



Ihre Reisetermine 2025

19.06. - 27.06. / 27.06. - 05.07.2025

Ihre Frühbucher-Sonderpreise (p.P. in €)

Kat.	Kategorie (Deck)	Ihr Preis
H2	2-Bett Außen (Apollo, Orion, Saturn)°	1.499,-
I2	2-Bett Außen (Glück*)	1.599,-
J2	2-Bett Außen (Neptun)	1.699,-
K2	2-Bett Außen (Saturn)	1.749,-
L1	2-Bett Außen zur Alleinbenutzung (Saturn)	2.299,-
M2	2-Bett Außen (Orion)	1.799,-
P2	2-Bett Außen Superior Balkon (Orion) - SILBER	2.199,-
R2	2-Bett Außen Superior Balkon (Jupiter) - SILBER	2.499,-

Weitere Kabinenkategorien auf Anfrage. // °sichtbehindert. // *Kabinenummern erhalten Sie mit den Reiseunterlagen.

Bequeme An- & Abreise: Die deutschlandweite Hin- und Rückfahrt im modernen Fernreisebus inkl. Haustürservice, 2-Gang Mittagmenü und Freigebrannt sowie Gepäcktransport ist zum Sonderpreis von € 199,- p.P. buchbar.

Die An- und Abreise mit der Deutschen Bahn ist zu tagessaktuellen Preisen buchbar. Bitte beachten Sie, dass hierbei die Transfers zum/vom Hafen nicht inklusive sind.

Sie können auch mit dem eigenen PKW an- und abreisen. Zu den Parkplätzen vor Ort beraten wir Sie gern.

Ihr Premium-Schiff MS Artania

9 Tage / 8 Nächte

- * Inkl. Vollpension & Tischwein
- * Modernes Premium-Schiff
- * Nur Außenkabinen

schon ab €

1.499,-

p.P. in Kat. H2

Ihre Vorteile

- ✓ Nur für Sie: Hin- und Rückfahrt im modernen Fernreisebus mit deutschlandweitem Haustür-Service zum Sonderpreis von € 199,- p.P. buchbar ODER inkl. Ausflugs Guthaben in Höhe von € 70,- p.P.
- ✓ Inkl. 8 Nächte in der geb. Kabinenkategorie
- ✓ Inkl. Vollpension an Bord (Früh- und Langschläfer-Frühstück, 11-Uhr-Bouillon, Nachmittagsstee/-kaffee mit Gebäck, Mitternachts-Imbiss)
- ✓ Inkl. Tischwein & Saft des Tages zu den Hauptmahlzeiten
- ✓ Inkl. Willkommenscocktail, Abschiedsparty, Captain's Dinner
- ✓ Inkl. deutschsprachige Reiseleitung

Zusätzlich bei SILBER Kabinen: Separate Einschiffung, Begrüßungsüberraschung, Coppeneur-Pralinen, Flasche Sekt, Nespresso-Maschine zur Benutzung, Kapitänsempfang

📷 Deutschsprachige Ausflüge einzeln vorab oder an Bord buchbar.



Jetzt anrufen ...und gleich Vorzugsangebot sichern!



Persönliche Beratung & Buchung:

06128 / 740 81 60 (MO-SO: 8-22 Uhr)



Online buchen:

www.rlw-touristik.de/ADA324

Viele weitere Sonderangebote:

www.rlw-touristik.de



Jetzt QR-Code scannen
und mehr Informationen
zur Kreuzfahrt erhalten.



Ihr Reisespezialist seit 40 Jahren.

Veranstalter: RLW Touristik GmbH, Georg-Ohm-Str. 17, 65232 Taunusstein. // **Wichtige Hinweise:** Deutsche Staatsbürger benötigen einen gültigen Personalausweis oder Reisepass. // Staatsbürger anderer Nationen informieren wir gerne vor der Buchung über ihre Einreisebestimmungen. // Diese Reisen sind grundsätzlich nicht für mobilitätseingeschränkte Personen geeignet. // Änderungen vorbehalten. Es gelten die Reisebestätigung, die Sie nach Buchung erhalten und die AGB der RLW Touristik GmbH (auf Wunsch Zusendung der AGB vor Buchungsabschluss). Mit Aushändigung des Versicherungsscheines ist eine Anzahlung in Höhe von 20% des Reisepreises fällig. Restzahlung 30 Tage vor Reiseantritt, anschließend erhalten Sie Ihre Reiseunterlagen. Verfügbarkeit, Druck- und Satzfehler vorbehalten. Datenschutzinformationen erhalten Sie unter www.rlw-touristik.de/Datenschutz. Unseren Datenschutzbeauftragten erreichen Sie ebenfalls unter unserer Anschrift.

FÜR HEIMATFORSCHER

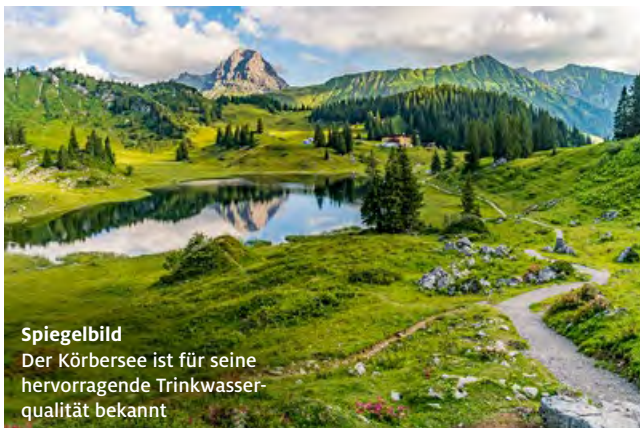
Durch die Eifel

Der Eifelsteig führt auf 15 Etappen durch Nordrhein-Westfalen und Rheinland-Pfalz, 313 Kilometer von Aachen zum Stadttor Porta Nigra in Trier. Die ersten beiden Etappen führen vom Aachener Stadtteil Kornelimünster nach Roetgen – vorbei am Itertal-Viadukt und durch das Hochmoor Struffelt. Am zweiten Tag geht es über das Hochmoor Hohe Venn in die Tuchmacherstadt Monschau, die man nach 17 Kilometern erreicht. Es gibt Pauschalarrangements mit Gepäcktransport, Lunchpaketen und Hotels.

Länge **31 km**, Aufstieg **321 Meter**, Info eifelsteig.de



Wasserreservoir
Aussichtspunkt an
der Perlenbachtalsperre
bei Monschau



Spiegelbild
Der Körbersee ist für seine
hervorragende Trinkwasser-
qualität bekannt

FÜR EINSTEIGER

Warth-Schröcken/Vorarlberg

Auf dieser einfachen Tour erlebt man ein Maximum an Panorama mit Blicken in die Bergwelt der Allgäuer und Lechtaler Alpen. Die ersten 400 Meter bergauf übernimmt der Steffisalp-Express von Warth bis auf 1884 Meter Höhe. Ab hier führt dann eine schöne Rundtour um das Karhorn, vorbei an Bürstegg, der einst höchstgelegenen Walsersiedlung Vorarlbergs, weiter durch das Auenfeld bis hin zum schön gelegenen Körbersee. Auf einfachen Pfaden und Forstwegen ist die Tour ideal für Anfänger und Familien.

Länge **10 km**, Aufstieg **425 Meter**, Info wandern.warth-schroecken.com

Pause im Sand

Der Strand ist auf der
Tour nie weit weg



FÜR GEMÜTLICHE

Ostsee-Wanderweg

Der europäische Fernwanderweg Eg verbindet die Küsten Europas von West nach Ost. Auf diesen zwei Etappen geht es landschaftlich schön und ohne Höhenmeter gemütlich dahin. Von Travemünde mit seinem alten Leuchtturm von 1539 über das Ostseebad Boltenhagen bis nach Wismar führt der Weg meist flach an der Küste entlang – durch Kiefernwälder, über sandige Wege und durch weite Felder. Zum Abschluss lohnt die Erkundung der Wismarer Altstadt, die 2002 von der UNESCO in die Welterbeliste aufgenommen wurde.

Länge **57 km**, Aufstieg **170 Meter**, Info auf-nach-mv.de

Routenführung

Sechs ganz unterschiedliche **Wanderungen** im Norden, Süden, Osten und Westen. Plus eine in Österreich. Weitere Touren finden Sie auf adac.de/wandern





Blaues Wunder
Rund 70 künstlich angelegte
Stauteiche gehören zum
Oberharzer Wasserregal

FÜR HISTORISCH INTERESSIERTE

Der Harzer-Hexen-Stieg

Diese zwei Etappen des Harzer-Hexen-Stiegs führen von Buntenbock nach Drei Annen Hohne. Auf abwechslungsreichen Pfaden und Wegen wandert man erst durch das UNESCO-Weltkulturerbe des Oberharzer Wasserregals – ein mehr als 800 Jahre altes, weltweit einzigartiges Wasserleitsystem für den Bergbau. Dann geht es in den Nationalpark Harz. Entlang der einstigen innerdeutschen Grenze und durch Hochmoore führt der Weg zum höchsten Gipfel Norddeutschlands, den 1142 Meter hohen Brocken.

Länge **42,2 km**, Aufstieg **750 Meter**, Info harzinfo.de

FÜR GEÜBTE WANDERER

Ammergauer Alpen

Panorama und Hütteneinkehr: An Tag eins geht es nach der Besichtigung von Schloss Linderhof in 2 bis 2,5 Stunden hoch zum August-Schuster-Haus. Der zweite Tag ist gemütlicher mit wenig Höhenmetern und viel Aussicht auf Pfaden entlang der Bergflanke. Vorsicht: Der Steig ist gut begehbar, aber manchmal ausgesetzt. Hier braucht es Trittsicherheit. Am Ende geht es über den Reitweg gemütlich zur Brunnenkopfhütte und von dort in knapp 1,5 Stunden wieder zum Wanderparkplatz Linderhof.

Länge **14,4 km**, Aufstieg **840 Meter**, Info august-schuster-haus.de



Gut getarnt
Das August-Schuster-Haus
versteckt sich auf 1564 Metern

FÜR ENTDECKER Oberlausitzer Bergweg

Über **128 Kilometer**, 2600 Höhenmeter und 6 Berge führt der Oberlausitzer Bergweg durch den Südosten Sachsens und seine jahrhundertealten Kulturlandschaften. Auf den zwei Etappen von Waltersdorf nach Zittau verläuft er durch das Zittauer Gebirge, vorbei an beeindruckenden Sandsteinformationen. Auf den Klettersteigen ist hin und wieder Trittsicherheit gefragt, dafür ist der Weg mit nur 383 Höhenmetern nicht anstrengend. Am Endpunkt Zittau ist ein Spaziergang durch die Altstadt Pflicht.

Länge **26,7 km**, Aufstieg **383 Meter**, Info oberlausitzer-bergweg.de



Relikt im Grünen
1577 zerstörte ein Blitz
Burg und Kloster Oybin

Rutschfinale Die 23 Meter hohe Aussichtsplattform Noahs Segel



FÜR FAMILIEN

Hohe Rhön

Kinder wandern gerne – wenn es nicht nur stur geradeaus geht und sie am Wegesrand was erleben können. Wie auf dem Entdeckerpfad im Biosphärenreservat Hohe Rhön von Unterweid nach Birx. An 21 Stellen gibt es Rätsel, Erlebniswelten, Spiel- und Entdeckerstationen – und auf der Aussichtsplattform Noahs Segel auf dem 813 Meter hohen Ellenbogen erst einen tollen Blick und dann Spaß auf der Erlebnissrutsche. Zurück zum Ausgangspunkt geht es mit dem Bus (Abfahrtszeiten beachten).

Länge **16 km**, Aufstieg **511 Meter**, Info touren-rhoen.de



Bio- und Synthetikkraftstoffe können Verbrennungsmotoren deutlich klimafreundlicher machen. Zu Besuch bei Unternehmen und Wissenschaftlern, die Energie aus Getreide, Speiseölen und Bioabfällen herausholen wollen

Kraft der Natur

Text Christoph Henn Fotos Gene Glover



Alternative im Grünen
Die Bioethanolanlage in
Zeitz in Sachsen-Anhalt

Biomassetest
Eine Pilotanlage zur
Herstellung von
Biomethan aus
Reststoffen und
landwirtschaftlichen
Nebenprodukten



Gemächlich fließt die Weiße Elster durch Zeitz. Die Ufer nahe der Bebel-Brücke sind dicht bewachsen, im Fluss steht ein Fliegenfischer. In der Luft liegt ein Hauch von geröstetem Getreide und erinnert an den Malzduft einer Brauerei. Doch Bier entsteht hier nicht. Die am Flussufer liegende Raffinerie verarbeitet Weizen und produziert Alkohol in Reinform: 400 Millionen Liter Ethanol im Jahr. „Der allergrößte Teil landet in Pkw-Tanks in ganz Europa“, erklärt Hendrik Banse. Die von ihm geleitete Anlage ist eine der größten Bioraffinerien des Kontinents. Aus Weizen oder Mais und Zuckersirup produziert die Südzucker-Tochter CropEnergies hier in Sachsen-Anhalt erneuerbaren Kraftstoff. Also Bioethanol, das später Benzin beigemischt wird. An den Tankstellen ist es seit 2011 als E10 erhältlich, Benzin mit bis zu 10 Prozent Ethanol. Technisch möglich und für die meisten Motoren verträglich sind

auch höhere Ethanolanteile. In Mannheim betankt Südzucker in einem Pilotprojekt derzeit Dienstfahrzeuge verschiedener Hersteller schon mit E20 und will so 15 Prozent CO₂ gegenüber rein fossilem Benzin einsparen.

Frittenfett und Lebensmittel

Bioethanol ist aber nur eine von mehreren Alternativen, mit denen sich Verbrennermotoren klimafreundlicher oder sogar CO₂-neutral antreiben lassen. Während noch Jahre vergehen dürften, ehe jeder E20 bekommt, ist der Dieselerersatz HVO100 seit Mai bereits an Tankstellen erhältlich. Das Kürzel steht für „Hydro-treated Vegetable Oil“, hydriertes Pflanzenöl. Der Kraftstoff wird unter anderem aus altem Frittenfett und Lebensmittelresten gewonnen – und war als Beimischung schon länger im Einsatz. In der jetzt verfügbaren, puren Form verursachen Diesel-Pkw damit bis

zu 90 Prozent weniger CO₂-Emissionen. Viele Hersteller haben bereits Freigaben zur Nutzung erteilt – zu erkennen am Symbol XTL im Tankdeckel. Solche Kraftstoffe, die erdölbasiertes Benzin und Diesel ergänzen oder ersetzen, helfen, den Klimafußabdruck des Verkehrs kurz- und mittelfristig zu reduzieren. Auch die ADAC Straßenwacht prüft, ob sich HVO100 in Pannenhilfe-Fahrzeugen einsetzen lässt. Zwar gilt die Elektromobilität eindeutig als Königsweg. Doch auf den Straßen werden noch viele Jahre Millionen Verbrennerautos unterwegs sein. Und im Luft- und Schiffsverkehr sind batterieelektrische Antriebe ohnehin allenfalls auf Kurzstrecken denkbar.

Kraftstoffe aus dem Labor

Die Suche nach Alternativen treibt auch Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler am Deutschen Biomasseforschungszentrum DBFZ in Leipzig an. Mehrere Dutzend

Wareneingang

Links: An einer Teststation von CropEnergies wird die Qualität der gelieferten Rohstoffe geprüft

Präsentation

Rechts: Hendrik Banse leitet bei CropEnergies ein Team von 120 Mitarbeitenden

von ihnen befassen sich hier mit Biokraftstoffen: mit verfügbaren Varianten wie Bioethanol, Biome-
than, Biodiesel und HVO, aber auch mit weniger ausgereiften Möglich-
keiten auf Basis von Algen, Holz-
resten oder organischem Abfall.

„Wir untersuchen, welche Arten von Biomasse sich auf welche Wei-
se optimal in Energie umwandeln
lassen“, erklärt Kati Görsch. Die Lei-
terin der Arbeitsgruppe „Erneuer-
bare Kraftstoffe im Verkehr“ steht
gerade in einem kleinen, dunklen
Raum vor einer sogenannten Hy-
drotreatment-Anlage und deutet auf
ein Gewirr aus Edelstahlleitungen,
Sensoren und Ventilen. Im Labor-
maßstab entstehen hier Kraftstoff-
vorprodukte, aus denen Diesel-
oder Kerosinersatz werden kann.
Das Verfahren gleicht der HVO-
Herstellung, doch statt alter Pflan-



zenöle dienen Rohöle, die vorher
aus Holzresten gewonnen werden,
als Basis. In den nächsten Jahren
wird erprobt, wie eine solche An-
lage effizient Schiffs- oder Flug-
kraftstoffe produzieren könnte.

Klimaneutrale Lkw

Einige Nummern größer geht es in
einer Halle schräg gegenüber zu.
Hier soll in einer Pilotanlage aus
Biomasse und Wasserstoff erneuer-
bares Methan entstehen, das an-
schließend verflüssigt wird. Damit
gleicht es dem flüssigen Erdgas
LNG, ist allerdings nicht fossil und
kann zum Beispiel Lkw klimaneu-
tral antreiben. Zunächst „füttern“
die Forschenden die Anlage mit
einer Mischung aus Gülle und
Stroh, später soll dann auch die
Verwendung von Biomüll und
Grünschnitt erprobt werden.

Die Komponenten sind mit auf-
wendiger Messtechnik ausgestat-
tet, damit die Wissenschaftler alle
Prozessschritte analysieren und
verbessern können. So wollen sie
herausfinden, ob und wie dieses
und andere Verfahren technisch
und wirtschaftlich umsetzbar sind.
„Wir sehen uns als Dienstleister für
die kommerzielle Produktion alter-
nativer Treibstoffe“, erklärt Karin
Naumann, Co-Projektleiterin der
Pilotanlage.

Die Frage der Rohstoffmengen

Neben technischen und wirtschaft-
lichen Aspekten hängt bei Biokraft-
stoffen auch viel davon ab, welche
Grundstoffe in welcher Menge ver-
fügbar sind. „Und das ist erstaun-
lich schwer zu beantworten“, sagt
Naumann. Meist gäbe es keine ge-
nauen Daten über Rohstoffe, >



Platzwunder: Je nach Modell bieten die Homelifte
Platz für 2 oder 3 Personen bzw. einen Rollstuhl.

Komfort, der durch die Decke geht

**Ein Aufzug im eigenen Heim muss kein Traum
mehr bleiben: Homelifte von LIFTON bieten
innovative Lösungen für jede Anforderung.**

Wie definieren Sie Komfort? Ganz einfach: Kom-
fort bedeutet, mobil und flexibel den Alltag in den
eigenen vier Wänden zu gestalten. Mit den Privat-
aufzügen von Lifton gelangen Sie bequem von
Etage zu Etage.

So ein Homelift ist mit einer Grundfläche von
wahlweise 0,8 oder 1,3 Quadratmetern aus-
gesprochen platzsparend. Für den Einbau wird
kein Schacht benötigt – der Lifton verläuft durch
einen neu geschaffenen Deckenausschnitt in
der Decke, an einer Galerie oder durch das Trep-
penauge. Dadurch, dass kein Einbauschacht be-
nötigt wird, ist der Lifton deutlich günstiger als
herkömmliche Aufzüge.

Dabei sind die Lifton Homelifte innerhalb von nur
2 Tagen eingebaut, fügen sich elegant und farblich
individualisierbar in Ihr Raumambiente ein und bie-
ten viel Platz für den Transport von z. B. großen Kof-
fern, dem schweren Einkauf oder dem Staubsauger.

Je nach Modell finden bis zu drei Personen oder
auch ein Aktivrollstuhl Platz, und über eine Fernbe-
dienung wird der Lift ganz einfach gesteuert. Der
Strom, den Sie für den Betrieb benötigen, kommt
einfach aus der Haushaltssteckdose. Schickt man
ihn per Befehl an die Fernbedienung in die ande-
re Etage, ist der Raum wieder so gut wie frei be-
gehrbar, denn übrig bleiben nur zwei Streben. Die
Technik des Lifton ist unauffällig über der Kabine
untergebracht.

Unsere Experten beraten Sie gern vor Ort zum
Einbau Ihres Homelifts sowie zu attraktiven staat-
lichen Förderungen.

Unkomplizierter Einbau:

In maximal zwei Tagen ist der Einbau realisiert und
erfordert nur geringe bauliche Anpassungen

Service & Beratung:

Rufen Sie uns gebührenfrei an. **0800 800 98 00**

Für weitere
Informationen
hier scannen:



LIFTON

ANZEIGE

Minderwertiges Getreide wird zu Kraftstoff

etwa wie viel Stroh oder Gülle in Deutschland anfallen. Darüber hinaus werden diese Rohstoffe bereits für unterschiedliche Zwecke genutzt, etwa als Nahrungs-, Futter- oder Düngemittel. In welchem Umfang? Auch nicht klar. Klar ist nur: Die Mengen sind begrenzt. Für Naumann und ihre Kollegen bedeutet das: „Wir müssen Biokraftstoffe so effizient wie möglich einsetzen.“

Lebensmittel oder Kraftstoff?

Um Effizienz geht es auch in Zeit. Schließlich verarbeitet CropEnergies mögliche Nahrungsmittel zu Kraftstoff. „Wir verwenden deshalb vor allem minderwertiges Getreide, dessen Proteingehalt für Bäckereien zu niedrig ist“, betont Hendrik Banse. Bei einer Führung über das Raffineriegelände zeigt er auf Lkw, die vor einer Teststation Schlange stehen. Wie überdimensionale Pipetten tauchen Metallrohre an zwei Roboterarmen in die oben geöffneten Container und entneh-



Testverfahren

Im Deutschen Biomasseforschungszentrum in Leipzig untersuchen Karin Naumann (o. li.) und andere Wissenschaftler, wie sich Verfahren zur Herstellung von Biokraftstoffen verbessern lassen

men Proben. Damit lässt sich der Proteingehalt des angelieferten Weizens bestimmen. „Zudem verwerten wir den gesamten Rohstoff“, erklärt Banse und zählt auf: Aus einer Tonne Getreide werden 300 Kilo Ethanol, 400 Kilo Futtermittel und Gluten als Lebensmittelzusatz sowie 300 Kilo CO₂ – das unter anderem als Kohlensäure für Getränke verwendet wird.

Alternative E-Fuels

Komplett ohne Lebensmittel oder knappe Rohstoffe kommen E-Fuels aus, auch synthetische Kraftstoffe

genannt. Sie basieren auf CO₂ und Wasser, das per Elektrolyse zu Wasserstoff wird. Genau dort liegt aber eine große Herausforderung: „Wir brauchen für die Herstellung sehr viel erneuerbaren Strom“, sagt Karl Hauptmeier, der sich seit Jahren intensiv mit E-Fuels befasst. Heute leitet er das Unternehmen Norsk e-fuel, an dem unter anderem das Dresdner Unternehmen Sunfire und die Fluggesellschaft Norwegian beteiligt sind. Die Firma entwickelt Produktionsanlagen, die E-Fuels in großen Mengen erzeugen können – in Norwegen. Dass das dort ge-



Getreide & Co.

Zucker- und stärkehaltige Biomasse wie Weizen, Kartoffeln, Mais, Zuckerrüben oder Zuckerrohr werden bei der Herstellung von Bioethanol verwendet.



Holzreste & Abfall

Auch Stroh, Holz oder Biomüll können Verkehrsmittel antreiben. Wissenschaftler stellen daraus Biomethan her, das verflüssigt wird und als Bio-LNG in den Tank kommt.

Rohstoffe für den Tank

Benzin- und Dieselalternativen lassen sich aus vielen Ressourcen erzeugen. Vier Beispiele



Pflanzenöle & Altfette

Frittenfett und andere Speiseabfälle lassen sich unter hohem Druck und bei hohen Temperaturen in den sauberen Dieselerersatz HVO umwandeln.



Wind, Sonne & Wasser

Die Grundzutaten für E-Fuels sind Wasser und CO₂. Für den Herstellungsprozess ist allerdings vergleichsweise viel erneuerbare Energie nötig.

schehen soll, ist kein Zufall. „In Norwegen sind erneuerbare Energien besser verfügbar und günstiger als anderswo in Europa“, sagt Hauptmeier. Zudem stammt die Energie meist aus Wasserkraft, die im Gegensatz zu Wind und Sonne konstant Strom liefert. Läuft alles glatt, eröffnet das erste von mehreren geplanten Werken vor 2030 und produziert 50 Millionen Liter klimaneutralen Kraftstoff im Jahr. Etwa 75 Prozent sollen in die Luftfahrt gehen, wo Fachleute den größten Bedarf an E-Fuels sehen. Die restlichen 25 Prozent könnten unter anderem als Benzinersatz für Pkw verwendet werden.

Vielfältige Klimaneutralität

Dass E-Fuels sich dafür technisch gut eignen, ist längst bewiesen. So schickte der ADAC beispielsweise bei einer Oldtimerrallye erfolgreich einen Pannenhilfe-VW-Bulli von 1964 mit E-Fuel ins Rennen. Zuletzt untersuchte die TU Darmstadt mit Förderung der ADAC Stiftung die Wirkung von E-Fuels in der Nachwuchs-Motorsportserie ADAC XC Cup. Dabei erwies sich der Kraftstoff als ebenso leistungsfähig, effizient und motorverträglich wie fossiler.

Ob und wann E-Fuels den Biokraftstoffen auch auf öffentlichen Straßen folgen, ist nicht absehbar. Noch fehlen mehr große Produktionsanlagen, wie Norsk e-fuel sie gerade plant. Und auch nach derzeitigem Stand sind sie im Vergleich zu anderen Angeboten immer noch viel teurer.

Aber denkt man Flugzeuge, Schiffe und den Schwerlastverkehr mit, haben teure und energieintensive E-Fuels ebenso ihre Berechtigung wie Biosprit, ist Karin Naumann vom Biomasseforschungszentrum überzeugt. Denn: „Wir brauchen alle Arten nachhaltigen Kraftstoffs, um eine klimafreundliche Mobilitätswende zu schaffen.“ <

Continental 
The Future in Motion



Ihre Sicherheit. Unsere Verantwortung.

Reifen für ein sicheres Fahrgefühl.

Vertrauen entsteht nicht von allein, man muss es sich verdienen. Für uns ist es seit über 150 Jahren der größte Antrieb, das vermeintlich Perfekte noch ein wenig besser zu machen.

Ihre Sicherheit ist unser Ziel – heute und in Zukunft.



continental-reifen.de

Das große ADAC Preisrätsel

Rätsel lösen, anrufen und gewinnen!



Wir verlosen ein Wohnmobil, einen Gasgrill, jede Menge Bargeld und eine Reise in die Tiroler Bergwelt im Gesamtwert von ca. 77.000 Euro!



Abbildung ähnlich.

Der Pössl Vanstar auf Mercedes-Vito-Basis hat alles, was es für den Urlaub braucht. Wenn Sie das Reisemobil im Wert von fast 68.000 Euro gewinnen möchten, rufen Sie an:

01378 220 580*

SMS-Kennwort: Auto

Geldpreise: 5 x 500 Euro

Wenn Sie einen der Geldpreise gewinnen wollen, rufen Sie an unter:

01378 220 585*

SMS-Kennwort: Geld



SMS-Teilnahme für alle Verlosungen:

Schicken Sie eine SMS an die Kurzwahl 82822*. Beginnen Sie Ihre SMS mit dem jeweiligen Kennwort. Ergänzen Sie dann Ihre SMS mit der gesuchten Lösung, Ihrem Namen und Ihrer Adresse.

Sachpreis: High-Heat-Paket von Weber

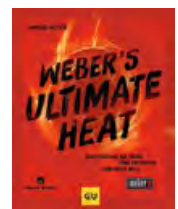
Webers Gasgrill-Innovation Genesis SX-435 sorgt mit smarter Weber-Connect-Technologie und dem Hochleistungshitzesystem „Sear Zone“ für perfekte Röstaromen und beste Grillergebnisse. Das Kochbuch „Weber's Ultimate Heat“ verrät, wie Sie richtig mit hoher Hitze umgehen. Infos unter: weber.com



Gewinnen Sie den Genesis SX-435 mit Kochbuch von Weber im Wert von ca. 2500 Euro. Rufen Sie an unter:

01378 220 588*

SMS-Kennwort: Grill



Wagenreihe beim Stau		Teil des Autos	günstig, erfreulich		heldenhaft	Dativ und Akkusativ von wir	Innenorgan	Erbanlage	Rennbeginn	südfranzösische Hafenstadt	Schlaf-erlebnis		Vorname von Capone †		italienischer Weinort	nur an sich denkender Mensch
Verkehrsweg	1															
Rundfahrt					Lotterielos ohne Gewinn		5				betagt				Fahrbahnvertiefung durch Abnutzung	
Erfinder des Viertaktverfahrens					Berliner Regierung						europäisches Inselvolk		Wortteil: gleich			
auf diese Art			römische Ziffer: 1		Halbton über H	mexikanische Speise		Gleichklang bei Gedichten					Nährmutter	Kreiszahl		
Kfz-Unfallsimulation									6	schwierig, gefährlich		alte Berliner Rennstrecke			7	
Folge eines Kfz-Unfalls		schmal	US-Geheimdienst			Getriebe sein, große Hast	englisches Bier	Kopfschutz für Biker						Kfz-Zeichen von Reutlingen		
											8	Kinder, Jugendliche		ohne Inhalt		Fliegenlarve
eingeschaltet			Wortteil: auf, über	Rheinmündungs-arm	Schmiermittel für Motoren		3	deutsches Weinbaugebiet		Orientteppich						2
		9			Papyrusboot Heyerdahls	Edelholz				Jupitermond		Kurzform von Manuela				
Pannenhilfe des ADAC: Gelbe ...		mexikan. Rennfahrer (Sergio)						ehem. dt. Formel-1-Pilot (Nick)						4		
Heidekraut					schändlich								Segelbefehl			

RM307673 202403

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

*Teilnahme per Telefon: 0,50 Euro/Anruf. Teilnahme per SMS: 0,50 Euro/SMS zzgl. SMS-Versand. Bitte geben Sie bei telefonischer Teilnahme das Lösungswort, Ihre Telefonnummer, Ihren Namen und Ihre Adresse an. Bei der Teilnahme per SMS folgen Sie der Anweisung unten auf der vorherigen Seite. Teilnahmeschluss für die Gewinnspiele ist der 20.11.2024. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Ihre Daten werden nur zur Abwicklung der Gewinnspiele genutzt, die Teilnehmerdaten anschließend gelöscht. Die ausführlichen Teilnahmebedingungen finden Sie unter: adac.de/mw-gewinnspiel

Reisepreis: Luxusaufenthalt im Chaletdorf Benglerwald



Freuen Sie sich auf eine exklusive Auszeit im Luxus-Chalet mit Fünf-Sterne-Service in den Tiroler Bergen. Das Chaletdorf Benglerwald liegt auf einem Sonnenplateau mit imposanter Aussicht auf die Bergwelt des Lechtals. Der kristallklare Bergsee ist der erfrischende Naturbadeplatz an der Sonne. Jedes Chalet bietet ein Spa de luxe mit Hot Pot, Sauna, Fitness- und Yoga-Set. Voll ausgestattete Küchen, Smart-Home-Ausstattung und freies WLAN zeugen von der Exklusivität der Chalets. Wir verlosen sieben Übernachtungen für zwei Personen im Romantik-Chalet im Wert von 4000 Euro. Frühstück und ein Racletteabend sind inbegriffen. Mehr Infos: lech-chalets.at

Wenn Sie die Reise in die Lechtaler Alpen gewinnen wollen, rufen Sie an unter:

01378 220 582*
SMS-Kennwort: Urlaub

ANKE
ENGELKE

Geboren:

21.12.1965 in Montreal

Ihr Durchbruch:

Engelke war Teil der Sat.1-„Wochenshow“, Gesicht der Comedyserie „Ladykracher“ und spielte in Filmen und Serien wie „Mutter“ und „Deutsches Haus“ mit

Kurz notiert:

Seit Engelke weiß, dass die Band AC/DC in Australien „Acca Dacca“ genannt wird, muss sie auch bei „ADAC“ immer daran denken

Premiere

Die zwei langjährigen Kölner standen bisher noch nie auf der Bühne des einstigen Millowitsch-Theaters

ENGELKE & PASTEWKA

Anke Engelke und **Bastian Pastewka** haben Spaß
in der Volksbühne am Kölner Rudolfplatz. Und reden über ihre
Freundschaft, elf Videokassetten und Fahrradfahren

Was für ein Theater

Interview Gordon Detels Fotos Boris Breuer

BASTIAN PASTEWKA

Geboren:

Am 4.4.1972 in Bochum

Sein Durchbruch:

Pastewka wurde wie Engelke als Mitglied der Sat.1-„Wochenshow“ bekannt. Seine Comedyserie „Pastewka“ (mit knapp 100 Folgen) wurde mehrfach ausgezeichnet

Kurz notiert:

Pastewka ärgert sich immer noch, dass er ein Autogramm, das ihm der Monty-Python-Komiker Michael Palin 1992 gab, verloren hat





Eingespieltes Team

Die beiden stehen seit über 25 Jahren regelmäßig zusammen vor der Kamera

Gags, Gelächter und Grimassen. Wer Anke Engelke und Bastian Pastewka an diesem Freitagvormittag in der Volksbühne am Kölner Rudolfplatz beobachtet, merkt sofort: Die zwei sind nicht nur Kollegen, sondern Freunde – die heute für die ADAC Motorwelt vor der Kamera stehen. Das Motto: perfekt verpasst. Denn so lautet der Titel ihrer neuen TV-Serie, einer achttteiligen Kleinstadt-Komödie. Engelke spielt darin die Buchhändlerin Maria, Pastewka den Sportladenbesitzer Ralf. Beide stecken im Leben fest, sind unglücklich und allein. Zusammen könnten sie glücklich sein. Leider verpassen sie sich immer wieder perfekt.

Verpasste Chancen, Menschen, Situationen. Kennen Sie das auch privat?

Engelke – Klar. Und das muss ja nicht immer dramatisch sein wie der nicht abgegebene Lottoschein mit dem Sechser oder die Person, die man vor ihrem Tod nicht mehr treffen konnte. Es sind alltägliche Gedanken wie „Warum habe ich das nicht gesagt oder gefragt?“

Pastewka – Ich bin mir nicht sicher, ob es verpasste Chancen überhaupt gibt. Hinter jeder verpassten lauert ja eine neue. Und man kann nie wissen, ob die ergriffene Chance die perfekte war oder man Glück hatte, sie zu verpassen, weil der Moment danach noch besser wird.

Mitte der 90er haben Sie einen Moment nicht verpasst: Sie haben sich bei der Arbeit zur Sketchshow „Die Wochenshow“ auf Sat.1 getroffen und angefreundet.

Pastewka – Wir haben uns eher perfekt verpasst. Die Show startete im April 1996, ich kam aber erst im August dazu. Und zu dem Zeitpunkt ist Anke für ein paar Folgen aus privaten Gründen ausgestiegen. Aber als wir uns dann kennenlernten, hatten wir eigentlich gar keine andere Chance, als uns zu mögen. Immerhin lief die Show 40-mal im Jahr. Wir standen permanent zusammen vor der Kamera.

Engelke – Wir mochten uns sofort. Das ist nicht unbedingt der Normalfall, denn es gibt auch Ensembles, wo sich Leute nicht riechen können und doch jahrelang zusammenarbeiten müssen.

Beruflich haben Sie beide keine Chance verpasst und alles richtig gemacht.

Engelke – Wir hatten durchaus auch Flops, aber wir sind beschenkt mit einer Art Bonus, denke ich manchmal: Wir dürfen verrückte Sachen machen und wenn etwas in die Hose geht, nehmen die Menschen uns das nicht krumm.

Dass Sie sich in der Serie nicht treffen, hat auch damit zu tun, wie Sie unterwegs sind. Maria fährt Rad, Ralf hat ein Auto und geht zu Fuß. Wie ist das bei Ihnen privat?

Engelke – Auch Fahrrad, ganz klar! Und ich nutze den ÖPNV. Mein E-Auto nehme ich nur für Ziele, die man auf andere Art nicht erreichen kann.

Können Sie problemlos ÖPNV fahren?

Engelke – Ja, mich erkennt eigentlich keiner, bei Basti kommt das häufiger vor. Klar werde ich angesprochen, aber wegen normaler Sachen wie: Was ist die nächste Haltestelle? Wie komme ich von da nach da? Aber nicht wegen dieses Promidings.

Pastewka – Dass ich wegen möglicher Autogrammwünsche nicht Bus und Bahn fahre, wäre eine gute Ausrede – aber ich bin einfach bequem und nehme das Auto.



II

**Ich bin bequem
und nehme
das Auto**

II

Bastian Pastewka bezeichnet sich selbst als unsportlich. Radfahren überlässt er anderen



Humorexperten

Engelke und er seien Kölns talentiertestes Comedy-Duo – sagte Pastewka mal scherzhaft

Ihr Charakter Ralf ist auch bequem und nicht sonderlich fit. Wie sportlich sind Sie?

Pastewka – Gar nicht. Und alles, was Selbstoptimierung angeht, lehne ich absolut ab. Ich würde mir nie im Leben eine Fitnessuhr mit Schrittzähler zulegen wie Ralf – der sie aber auch glücklicherweise irgendwann wegwirft.

Marie fährt einmal gegen Ralfs geparktes Auto und hinterlässt eine böse Botschaft. Sind Sie aufbrausend im Verkehr?

Engelke – Ich bin extrem gelassen. Wenn ich mal für eine längere Fahrt ins Auto steige, drücke ich auf den Eco-Knopf und bin gemütlich auf der rechten Spur unterwegs. Ich fahre aber auch gerne mit Basti, der ist eher flott unterwegs.

Pastewka – Wobei ich mich für einen defensiven Fahrer halte, der weder drängelt noch die Lichthupe betätigt.

Können Sie sich noch an Ihr erstes Auto oder die ersten Autofahrten erinnern?

Engelke – Ich habe den Führerschein während der Schulzeit gemacht. Aber bis ich mein erstes eigenes Auto besaß, hat es ewig gedauert. Und weil ich nie großen Wert darauf gelegt habe, weiß ich auch gar nicht mehr, was es war.

Pastewka – Ich habe tatsächlich eine Erinnerung zu meinem ersten Wagen. Ich habe mal in Bonn vor einer Videothek geparkt, um mir die neue Staffel von „Raumschiff Voyager“ auf Video zu holen. Auf jeder Kassette waren zwei Folgen, es >



Liebeserklärung

Sie könne sich ein Leben ohne Pastewka nicht vorstellen – sagte Engelke einmal

gab 22 pro Staffel. Bis ich die elf Kassetten zusammenhatte, dauerte es. Beim Rausgehen fragte ich mich, woher das entfernte Alarmklingeln kommen könne. Draußen sah ich es: Ich stand zu weit auf der Straße. Es hatten sich bereits vier Straßenbahnen gestaut, ein Schienenersatzverkehr war eingerichtet worden und man wollte mich gerade abschleppen. Das wurde teuer: 380 Mark fürs Abschleppen und eine Anzeige für 150 Mark.

Das war teuer. Haben Sie denn später mal einen Promibonus bekommen?

Pastewka – Dass ich letzts recht unmissverständliche Post aus Flensburg bekommen habe, beantwortet die Frage, glaube ich, ganz gut. Und dass ich diesen Bonus nicht habe, ist gut. Ich rede nicht nur zu schnell, ich fahre auch zu schnell. Daran muss ich arbeiten.

Sie wohnen beide in Köln. Die Verkehrsteilnehmerinnen und Verkehrsteilnehmer dort waren in der ADAC Umfrage „Mobil in der Stadt“ nicht zufrieden mit der Situation, besonders die Radfahrenden.

Engelke – Zu Recht! Köln ist für Autos gemacht. Fahrradfahrende und andere haben es nicht leicht. Ich war hier schon auf

Ich bin im Verkehr extrem gelassen

Anke Engelke fährt selten Auto. Und wenn, dann gemütlich im Eco-Modus



Die TV-Serie „Perfekt verpasst“ läuft ab 15. August auf Amazon Prime Video

Fahrradwegen unterwegs, die waren so schmal, dass nicht mal das Fahrrad-Piktogramm draufpasste. Und manchmal hört ein Weg auch einfach abrupt auf. Soll ich dann fliegen? Langsam tut sich etwas, aber leider viel zu langsam.

Pastewka – Ich möchte Köln verteidigen. Man muss die Stadt in der historischen Perspektive sehen. Wie viele andere ist sie im Zweiten Weltkrieg stark zerstört worden. Beim Wiederaufbau Ende der 40er und Anfang der 50er wurde dann vielerorts gesagt: Wir reißen die historischen Zentren auch noch ab und bauen dort eine Einkaufszone plus Parkhäuser, damit die Menschen von außerhalb sternförmig in die Stadt kommen. Hannover ist auch so ein Beispiel.

Frau Engelke, Sie haben für die ARD-Dokureihe „Wir können auch anders“ Menschen besucht, die versuchen, die Mobilitätswende voranzutreiben.

Engelke – Ja, wir waren unter anderem in Hamburg. Superinteressant war auch der Besuch in Gent in Belgien. Da hat man es nach zweijähriger Planung an einem Wochenende geschafft, die Innenstadt autofrei zu machen. Es gibt viele Städte, deren Ideen man übernehmen könnte. Das Problem ist die Umsetzung, weil viele Menschen sofort denken, dass ihnen etwas genommen wird, wenn Straßen oder Parkplätze für Autos entfallen.

Pastewka – Zu Gent muss man der Ehrlichkeit halber aber auch sagen, dass die Stadt historisch so gewachsen ist, dass sie nie für Autos gedacht war. Darum bekam man sie gut wieder aus der Stadt raus. Ich denke allerdings auch: Wir erleben gerade das letzte Aufbäumen einer Generation, die sagt: Es soll bitte alles so bleiben wie früher.

Glauben Sie, es klappt mit der Mobilitätswende, oder wird man, passend zu Ihrer Serie, irgendwann sagen: perfekt verpasst.

Engelke – Ich bin absolute Optimistin. Es wird viel Streit geben und viel Aufregung, aber es wird funktionieren.

Pastewka – Ja. Anke und ich werden mit Sicherheit noch eine autofreie Kölner Innenstadt erleben.

Faszination Griechenland

Athen – Peloponnes – Korfu – Meteora-Klöster
Olympisches Gebirge – Thessaloniki – Chalkidiki

4*- und
5*-Hotels
inklusive

Halbpension
mit
GenussPlus
inklusive

statt ab ~~1699 €~~

schon ab
1499 €

Nur bei Buchung bis
20. November 2024
mit Rabatt-Code
ADAB201124

Studierte
Reiseleitung
inklusive

Alle
Höhepunkte
& Eintritte
inklusive

Genießen Sie eine unvergessliche **10-tägige Erlebnis-Rundreise** mit **4*- & 5*-Hotels** sowie **Halbpension mit GenussPlus**. Sie erleben dabei ein auf dem deutschen Markt **einzigartiges Reiseprogramm** – entdecken Sie Höhepunkte und Geheimtipps von der **Akropolis** bis nach **Korfu**, von **Olympia** bis nach **Chalkidiki**. Freuen Sie sich u. a. auf einen griechischen Abend und eine zubuchbare 5* Strandwoche auf Chalkidiki. Mehr Informationen unter www.lebenslust-touristik.de

INKLUSIV-REISELEISTUNGEN

- ✓ **10-tägige Erlebnis-Rundreise „Faszination Griechenland“**
- ✓ **Flüge Deutschland - Athen / Thessaloniki - Deutschland** mit Lufthansa, Eurowings, Aegean o. a. und 20 kg Freigepäck
- ✓ **Transfer Flughafen – Hotel / Hotel – Flughafen**
- ✓ **Deutschsprachige Flughafenassistenten**
- ✓ **9 Übernachtungen in ausgesuchten 4*- und 5*-Hotels**
 - 2 x im 4* Boutique-Hotel Greco Hotel Pallas Athena in Athen
 - 2 x im 4* Boutique-Hotel My Way in Patras auf dem Peloponnes
 - 2 x im 5* Strandhotel Corfu Holiday Palace auf Korfu
 - 1 x im 5* Strandhotel Dion Palace Resort & Spa in Katerini an der Olympischen Riviera
 - 2 x im 5* Strandhotel Aegean Melathron in Kallithea auf Chalkidiki
- ✓ **Alle Hotels verfügen u. a. über Restaurant, kostenfreies WLAN sowie über Doppelzimmer u. a. mit Bad oder DU/WC und Klimaanlage (teilweise saisonal).**
- ✓ **Halbpension mit GenussPlus bestehend aus:**
 - 9 x Frühstück in Büfettform
 - 8 x Abendessen in Büfettform in den Hotels, bei Spätanreisen steht eine kalte Platte bereit.
 - 1 x Tsatsiki-Show-Cooking in Ihrem Hotel in Patras
 - 1 x „Greek Sunrise“-Longdrink auf Korfu
 - 1 x Tsipouro-Tresterbrand
 - 1 x Griechischer Abend in einer Taverne in Afitos auf Chalkidiki mit griechischen Spezialitäten, Live-Folklore und anschließendem Sirtaki-Tanz
- ✓ **Studierte, deutschsprachige Reiseleitung ab Athen bis Chalkidiki und Audio-Guide-System von Tag 2 bis Tag 8**
- ✓ **Rundreise im modernen klimatisierten Reisebus mit großem Ausflugs- und Erlebnisprogramm u. a. mit:**
 - **Athen & Piräus**
 - Besichtigung der Akropolis von Athen (Eintritt inkl.)
 - Stadtrundfahrt in Athen u. a. mit Parlament, Heinrich-Schliemann-Haus und Fotostopp am antiken Stadion
 - Altstadt-Rundgang und freie Zeit im Viertel Plaka
 - Rundfahrt in Piräus und Freizeit im Jachthafen Zea Marina

Rund um den Peloponnes

- Fotostopp am Kanal von Korinth
- Besuch von Epidaurus mit Theater und Museum (Eintritt inkl.)
- Rundgang und freie Zeit im Hafenstädtchen Nauplia
- Besuch von Olympia (Eintritt inkl.) mit Lebenslust-Spielen
- Besuch der Kirche Agios Andreas in Patras (Eintritt inkl.)

Insel Korfu & die griechischen Fjorde

- Besuche der Insel Lefkada und der Stadt Parga
- Ca. 90-minütige Fährfahrten von Igoumenitsa nach Korfu und zurück
- Bootsausflug mit Besuchen der „Mäuseinsel“ Pontikonisi (Eintritt inkl.) und des Inselklosters Vlacherna
- Rundgang und freie Zeit in der Stadt Korfu

Meteora-Klöster

- Besuch mit freier Zeit in Kalambaka
- Panoramafahrt entlang der Meteora-Klöster mit Fotostopp
- Besuch eines der Meteora-Klöster (Eintritt inkl.)

Olympische Riviera & Thessaloniki

- Besuch eines Bio-Imkers mit Tsipouro-Kostprobe
- Spazierwanderung zur „Badewanne des Zeus“
- Stadtbesichtigung von Thessaloniki

Halbinsel Chalkidiki

- Spaziergang durch den malerischen Ort Afitos
- „Griechischer Abend“ mit Live-Musik & Sirtaki-Tanz

Nicht inklusive: Touristensteuern (Stand 05/24: ca. 7 € pro Zimmer/pro Nacht in den 4*-Hotels, ca. 10 € pro Zimmer/pro Nacht in den 5*-Hotels)

WUNSCHLEISTUNGEN:

Doppelzimmer zur Alleinbenutzung: + 499 €

Verlängerungswoche im 5*-Strandhotel Aegean Melathron auf der Halbinsel Chalkidiki (7 Übernachtungen mit HP):

Für Anreisen im April und Oktober + 499 € pro P. im DZ / + 699 € im DZ zur Alleinbenutzung

Für Anreisen im Mai und September + 599 € pro P. im DZ / + 849 € im DZ zur Alleinbenutzung



Reisetermine und Abflughäfen	Aufpreis	April 2025				Mai 2025				September 2025				Oktober 2025			
Stuttgart	0 €	1	19	22	26	6	10	24		9	30	7	14*				
Berlin	45 €	1	19	22	26	6	10	24		9	30	7	14*				
Hannover	75 €	1	19	22	26	6	10	24		9	30	7	14*				
München	45 €	1	19	22	26	6	10	24		9	30	7	14*				
Köln-Bonn	45 €	-	-	22	26	6	10	24		9	30	7	14*				
Düsseldorf	45 €	1	19	22	26	6	10	24		9	30	7	14*				
Frankfurt	45 €	1	19	22	26	6	10	24		9	30	7	14*				
Hamburg	75 €	1	19	22	26	6	10	24		9	30	7	14*				
Leipzig	75 €	1	19	22	26	6	10	24		9	30	7	14*				
Saisonzeiten		B	C	D			D			D	C	B	A				
Saisonzuschläge: A = 0 € B = 50 € C = 100 € D = 150 €																	
Zug zum Zug: An- und Abreise mit der Deutschen Bahn in der 2. Klasse: + 70 €																	
*keine Verlängerungswoche möglich																	

Mit Erhalt der Reisebestätigung und des Reisepreis-Sicherungsscheins wird eine Anzahlung in Höhe von 25% des Reisepreises fällig. Die Restzahlung ist 30 Tage vor Abreise zu leisten. Alle Preise pro Person.

Kostenfrei anrufen: 0800-33 33 444 | Info & Buchung: lebenslust-touristik.de

Für Sie erreichbar: Montag – Samstag von 8.00 bis 20.00 Uhr E-Mail: info@lebenslust-touristik.de

Lebenslust Touristik GmbH | Michaelkirchplatz 1–2, 10179 Berlin | Feldbergstraße 57, 61440 Oberursel | Mitglied im DRV Deutscher Reiseverband

Lebenslust
Touristik

Gebrauchtwagen-Ankaufportale werben mit schnellem und fairem Kauf.
Wie sie funktionieren und was man dort für sein Auto bekommt

Online-Auktion



Wer schon einmal ein Auto verkauft hat, weiß: Es braucht starke Nerven und viel Zeit – egal ob man es privat anbietet oder an einen Händler verkauft. Die Verhandlungen können zäh sein, bis man ein gutes Angebot erhält, sind oft mehrere Termine nötig.

Gebrauchtwagen-Ankaufportale werben mit einem zeitsparenden Prozedere. Der Ablauf bei den verschiedenen Anbietern ähnelt sich: Zuerst lädt man Fotos und Fahrzeugdaten hoch. Danach erhält man einen geschätzten Ankaufspreis. Ist man grundsätzlich einverstanden, kann man einen Vor-Ort-Termin vereinbaren. Dort

erhält man das finale Angebot, das in der Regel fünf bis sieben Tage gültig ist. Entscheidet man sich für den Verkauf an ein Portal oder den Händler, übergibt man den Wagen und bekommt sein Geld überwiesen – um die Abmeldung kümmert sich der Käufer.

Ankauf oder Vermittlung

Im Detail gibt es allerdings Unterschiede, wie eine Preiserhebung des ADAC zeigte (siehe rechts). Die Anbieter wirkaufendeinauto.de und HUK-Autowelt stellen das Fahrzeug nach der Vor-Ort-Bewertung auf ihrer eigenen Plattform online, Händler geben Gebote ab

und der Meistbietende erhält den Zuschlag – sofern sich der Verkäufer für das Angebot entscheidet. Autohaus Tabor kauft selbst an und verkauft in Eigenregie. Bei Autoscout24 und mobile.de läuft es anders ab, da sie nur Vermittler sind: Mit dem fiktiven Online-Ankaufspreis erhält man von ihnen eine Liste von Ankäufern, die man für Termine kontaktieren kann – allerdings verhandelt man als Verkäufer dann (fast wie beim Verkauf an privat) mit dem Händler vor Ort – womit man wieder beim Thema Zeit und Nerven wäre. >

Weitere Infos: adac.de/ankaufportale



So lief die Preiserhebung ab

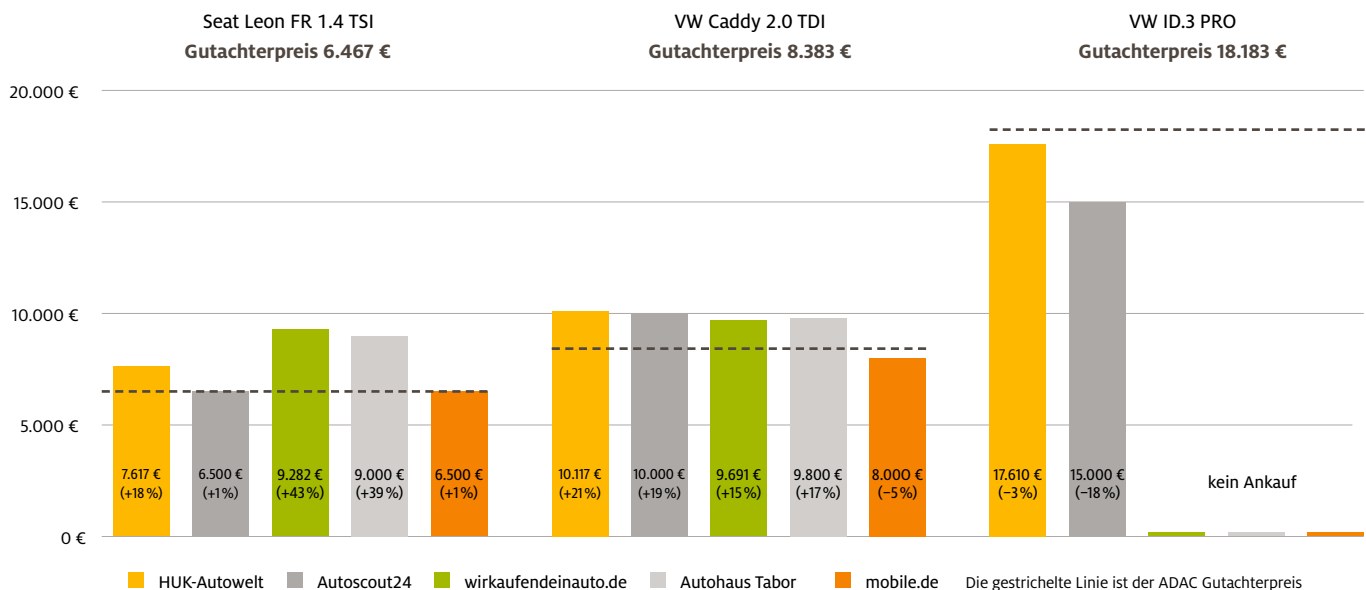
Drei Gutachter, drei Fahrzeuge und **fünf Gebrauchtwagen-Ankaufportale**

Als Kandidaten wurden drei beliebte Modelle ausgesucht: der Benziner Seat Leon FR 1.4 TSI und der Diesel VW Caddy 2.0 TDI, beide acht Jahre alt, sowie ein vier Jahre alter VW ID.3 PRO. Zwei unabhängige externe Gutachter und ein Gutachter des ADAC untersuchten die Fahrzeuge im Münchner Prüfzentrum des Clubs, um einen angemessenen Händlereinkaufspreis zu ermitteln. Sie prüften den Allgemeinzustand plus mögliche Vorschäden. Aus den Einzelgutachten wurde ein Mittelwert gebildet. Danach wurden die Autos online Autoscout24, HUK-Autowelt, mobile.de, Autohaus Tabor und verkaufendeinauto.de angeboten. Nachdem diese einen fiktiven Händlereinkaufspreis genannt hatten, wurden Vorführtermine zur

Begutachtung vereinbart – ohne dass die Mitarbeiter des ADAC sich zu erkennen gaben. Das finale Angebot vor Ort wurde dann mit dem Gutachterpreis verglichen. Es zeigte sich: Die geschätzten Händlereinkaufspreise wurden sowohl beim Benziner wie auch beim Diesel erreicht oder überschritten. Anders beim Elektroauto: Drei Anbieter lehnten einen Ankauf sogar komplett ab – mit der Begründung, dass der Markt für gebrauchte Stromer zurzeit sehr schwierig sei. ADAC E-Auto-Experte Matthias Vogt kennt einen Grund: „Durch die vielen Leasing-Rückläufer aus den Jahren 2021 und 2022 ist der Markt gerade übersättigt. Aber er wird sich wieder erholen.“ Technisch, so Vogt, spräche aber nichts gegen den Kauf eines gebrauchten Stromers. >

Das wollten die Portale zahlen

Der angebotene Preis im Vergleich mit dem Gutachterpreis*



Quelle: ADAC, Erhebungszeitraum 2. bis 17. April 2024 in und um München

*Mittelwert aus den drei Gutachten

Unfallfreies Nichtraucherauto

Wer das Fahrzeug so anbietet, hat gute Chancen auf einen Top-Preis. Aber: Die Angaben sollten auch stimmen, denn „was im Inserat steht, ist bindend“, weiß Silvia Schattenkirchner aus der Juristischen Abteilung des ADAC, „etwas anderes gilt nur, wenn die Aussage im Kaufvertrag korrigiert wird“.

Typische Betrugsmasche

Meldet sich ein Interessent, gilt: nicht übereilt zusagen. Schon eine SMS mit „Machen wir“ ist bindend. Selbst wenn sich die Person dann einige Tage nicht mehr meldet, gilt Vorsicht beim Fahrzeugverkauf an einen anderen Interessenten. Denn dann kann es vorkommen, dass Schadenersatz verlangt wird – „eine typische Betrugsmasche“, so Schattenkirchner. Infos zu Trickserien findet man auf der Internetseite sicherer-autokauf.de.

Vor der Probefahrt gilt: den Führerschein verlangen und eine Haftungsvereinbarung unterschreiben



Auf eigene Faust

Wer sein Auto **privat verkauft**, erlöst mehr als beim Verkauf an den Händler oder über ein Portal, muss aber einige Dinge beachten

lassen. Vom ADAC gibt es dafür ein Musterformular. Am besten fährt man zu zweit los. Ansonsten sollte man sich ein Pfand geben lassen.

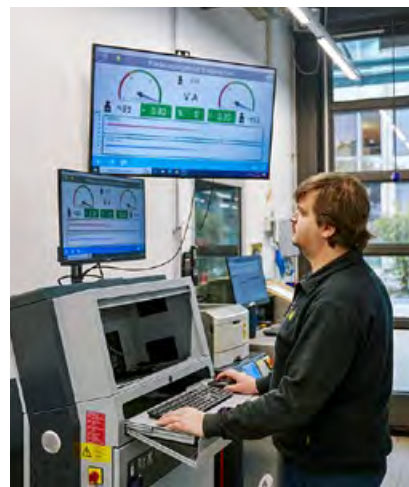
Erst Geld, dann die Papiere

Einigt man sich auf den Verkauf, dokumentiert man ihn mit einem Kaufvertrag des ADAC – in dem alle bekannten Mängel aufgelistet sind. Am besten macht man vorher den ADAC Gebrauchtwagen-Check (siehe unten) und legt das Protokoll bei. Bei der Zahlung rät der Club zu Bargeld. „Falls zeitlich möglich, kann die Geldübergabe auch bei einer Bank stattfinden, dort kann bei der Einzahlung die Echtheit der Scheine überprüft werden“, so Schattenkirchner. Die Fahrzeugpapiere übergibt man erst, wenn man das Geld erhalten hat. Wird das Fahrzeug ins Ausland verkauft, sollte es vor der Übergabe übrigens abgemeldet werden.

Weitere Infos unter adac.de/autoverkauf sowie auf sicherer-autokauf.de

Der ADAC Gebrauchtwagen-Check

Ein Termin bei einem Mobilen Prüfdienst oder einem Prüfzentrum des ADAC ist die ideale Basis für ein gutes Verkaufsgespräch – und kann helfen, einen höheren Preis zu erzielen. Als Club-Mitglied kann man dort nämlich nicht nur umsonst Bremsen, Stoßdämpfer, Unterboden, Reifen und die Beleuchtungsfunktion testen lassen. Zum günstigen Preis bieten die Prüfzentren und vereinzelt auch die Mobilen Prüfdienste den Gebrauchtwagen-Check an. Das Gutachten dokumentiert detailliert den Ist-Zustand des Fahrzeugs: Die Untersuchung durch einen erfahrenen



Alles im Blick Beim Gebrauchtwagen-Check gibt es insgesamt 120 Prüfpunkte

Techniker umfasst insgesamt 120 Prüfpunkte: Von der Achsaufhängung bis hin zur Zentralverriegelung, auf der Hebebühne sowie auf dem Bremsenprüfstand wird alles genau durchgecheckt. Selbst wenn kein Verkauf geplant ist, ist der ADAC Gebrauchtwagen-Check sinnvoll – weil er einen guten Überblick über möglicherweise bald anstehende Reparaturen liefert. Für E-Auto-Besitzer lohnt sich außerdem die Untersuchung der Hochvoltbatterie. Hierbei wird unter anderem der State of Health geprüft, der den Zustand des Fahrzeugakkus angibt.

Weitere Infos unter adac.de/pruefdienste

Ist Ihr Partner optimal geschützt?

Auf dem Weg zur Arbeit, zum Einkaufen oder zum Sport: Schutz fährt immer vor. Mit einer eigenen ADAC Mitgliedschaft Partner profitiert auch Ihre Lebenspartnerin/Ihr Lebenspartner von unseren umfassenden Leistungen – schon ab 25 Euro im Jahr. Unser Dankeschön für Sie: eine attraktive Prämie!



Shell
15-Euro-Tankgutschein
Bestell-Nr. 01730



Rossmann
15-Euro-Gutschein
Bestell-Nr. 01733



Jetzt **online** Ihre Partnerin/
Ihren Partner werben und
Prämie sichern:
adac.de/partneraktion

Ja, ich möchte meinen Partner werben und eine Prämie erhalten!

Je nach meiner Haupt-Mitgliedschaft schließt mein Partner die ADAC Mitgliedschaft Partner¹⁾ für 25 € oder die ADAC Plus-Mitgliedschaft Partner²⁾ für 35 € oder die ADAC Premium-Mitgliedschaft Partner³⁾ für 50 € mehr im Jahr ab. Mein Partner wird dadurch selbst ADAC Mitglied und ist genauso wie ich rundum geschützt.

Mein Partner

Herr ☐ Frau ☐ Keine Anrede ☐ Geburtsdatum

Vorname Nachname

Meine Daten als Werber/Haupt-Mitglied³⁾

Vorname Nachname

Straße Haus-Nr.

PLZ Haupt-wohnort⁴⁾

Mitglieds-nummer

Geburtsdatum

Die im Zuge der Partnerwerbung angegebenen Daten des Werbers werden zur Durchführung der Partnerwerbung sowie zur Aktualisierung der allgemeinen Vertragsdaten des Werbers verarbeitet.

Meine Wunschprämie: ☐ 01730 Shell 15-€-Tankgutschein ☐ 01733 Rossmann 15-€-Gutschein

Ansprüche im Rahmen der ADAC Mitgliedschaft sowie die gegenseitigen Rechte und Pflichten ergeben sich aus den auszugsweise beigefügten abgedruckten Regelungen für die ADAC Pannen- und Unfallhilfe für ADAC Mitglieder⁹⁾. Daneben gilt die Leistungsordnung des ADAC e.V. Für die ADAC Plus-Mitgliedschaft bzw. die ADAC Premium-Mitgliedschaft gelten die Bedingungen der ADAC Plus-Mitgliedschaft bzw. der ADAC Premium-Mitgliedschaft (inkl. der jeweiligen Gruppenversicherungsbedingungen). Es gelten die Satzung des ADAC e.V. sowie die Satzung des für Sie zuständigen ADAC Regionalclubs. Die vollständigen Regelungen für die ADAC Pannen- und Unfallhilfe für ADAC Mitglieder, die Leistungsordnung des ADAC e.V., die Bedingungen für die ADAC Plus- sowie ADAC Premium-Mitgliedschaft (inkl. der jeweiligen Gruppenversicherungen) sowie die Satzung des ADAC e.V. finden Sie auf adac.de/vertragsbedingungen. Ist kein SEPA-Lastschriftmandat vorhanden, erhält das Haupt-Mitglied eine gemeinsame Rechnung für die Haupt- und Partner-Mitgliedschaften.

☐ Ich erkläre verbindlich, dass ich durch meinen Partner zum Abschluss von Mitgliedschaften und zur Datenweitergabe bevollmächtigt bin. Sofern die Erklärung der Vollmacht vorliegt, ist eine Unterschrift des Partners nicht erforderlich.

T T T M M J J J

Datum

Unterschrift Haupt-Mitglied

Unterschrift Partner-Mitglied

WBS 1575

MPMANT1115

Einfach diesen Antrag ausfüllen und per Post einsenden an: ADAC e.V., Mitgliederservice, 81015 München

1) Als Partner gilt der Ehepartner oder der eheähnliche Lebenspartner in häuslicher Gemeinschaft. 2) Versicherer: ADAC Versicherung AG, Hansastraße 19, 80686 München.

3) Informationen zur Datenverarbeitung und -nutzung sowie zum Widerruf finden Sie auf Seite 76-78. 4) Die ADAC (Plus-/Premium-)Mitgliedschaft kann nur mit einem deutschen Hauptwohnsitz bzw. Sitz in Deutschland erworben werden.

Auf diesen **Panorama- und Themenstraßen** ist tatsächlich der Weg das Ziel.
Es gibt so viel zu entdecken, dass die Gefahr groß ist, gar nicht anzukommen

Deutschland-Erfahrung

Text Marlene Trausek

Der Ruf der Berge

Ein Spaziergang zu den Scheidegger Wasserfällen, eine Fahrt mit der Rodelbahn in Oberammergau, ein Sprung in den Tegernsee und vieles mehr. Entlang der **Deutschen Alpenstraße** gibt es im Minutentakt Gründe, Pausen einzulegen. **484 Kilometer** geht es von Lindau am Bodensee Richtung Schönaun am Königssee – problemlos auch elektrisch: An vielen Ausflugszielen kann mittlerweile geladen werden. Wer die Berg- und Hügellandschaft lieber mit eigener Kraft erleben will, wählt statt Auto oder Motorrad den parallel verlaufenden Bodensee-Königssee-Radweg.

deutsche-alpenstrasse.de

Spektakulär
ist die Fahrt über
den Sylvenstein-
see im Isarwinkel



Historisch unterwegs
Seit 1882 dampft die
Weißeritztalbahn durch
ursprüngliche Natur

Ein finer Zug

Die **Dampfbahn-Route** führt auf drei Linien und **750 Kilometern** durch Sachsen – von Leipzig nach Zittau, vom Fichtelberg zum Löbnitzgrund oder von Schloss Wermsdorf zur Festung Königstein. Die Themenstraße folgt dem Verlauf der sächsischen Schmalspurbahnen, in die man auch einsteigen kann: Fünf sind noch täglich in Betrieb. Außerdem erwecken überall auf der Route alte Ingenieurbauten und viele Museen die Eisenbahngeschichte zum Leben. Aktuelle Veranstaltungen findet man auf:

dampfbahn-route.de

Natur-Tour

Den Thüringer Wald erfahren – und das im wahrsten Sinne des Wortes: Von Hirschfeld an der Werra bis Saalfeld an der Saale geht es **450 Kilometer** lang über die **Naturpark-Route**. Auf dem Weg liegen schattige Wälder und Täler, sonnige Hochebenen und nicht weniger als 120 Sehenswürdigkeiten, zum Beispiel das 1736 erbaute Schloss Altenstein. Tipp für Wanderlustige: unbedingt Wanderschuhe und Rucksack einpacken. Die Naturpark-Route überquert insgesamt zehnmal den berühmten Rennsteig, einen Kammweg im Thüringer Wald.

thueringer-wald.com



Kulturstätte
Auf der Wartburg übersetzte
Luther das Neue Testament



Panoramatour
Mit dem Fahrrad auf
dem Weg nach Schloss
Neuschwanstein

Filmreife Kulisse

Die **Romantische Straße**, von manchen Deutschlands Route 66 genannt, führt auf **460 Kilometern** von Würzburg nach Füssen. Dazwischen liegen 27 Orte wie Rothenburg ob der Tauber mit historischen Altstädten, alten Klöstern und zum Abschluss Schloss Neuschwanstein, das zwar aktuell renoviert wird, aber besichtigt werden kann. Wer die Landschaft aktiv erleben will, nimmt das Rad oder wandert – auf eigenen Wegen und entlang kaum befahrener Straßen.

romantischestrasse.de





Schloss Schwarzenberg
Einst Sitz der Bergverwaltung,
ist es heute ein Museum

Für Schatzsucher

Die **Sächsisch-Böhmische Silberstraße** zeichnet den einstigen Weg des Silbers nach. In Bergstädten, Museen und Schaubergwerken sowie auf Lehrpfaden werden auf **275 Kilometern** von Zwickau bis Dresden über 800 Jahre Bergbaugeschichte lebendig. Außerdem kann man unterwegs unzählige aktive Handwerksbetriebe besichtigen – zum Beispiel Schnitzer und Klöppler in Annaberg-Buchholz oder Holzkünstler in Oberwiesenthal. Ein Zweig der Route führt sogar über die Grenze nach Boží Dar, der höchstgelegenen Stadt Tschechiens.

erzgebirge-tourismus.de/bergbau-erleben

Kurvenglück

Die **Schwarzwaldhochstraße** von Baden-Baden nach Freudenstadt wurde Anfang der 1930er-Jahre als erste deutsche Ferienstraße eröffnet. Aufgrund der Höhenlage (700 bis 1164 Meter) kann man bei gutem Wetter bis in die französischen Vogesen schauen. Die Kurven machen die **60 Kilometer** lange Strecke besonders bei Motorradfahrern beliebt. Ein lohnenswerter Stopp ist der knapp einen Kilometer lange Lotharpfad. Auf dem Erlebnispfad über die Schneise, die Orkan Lothar 1999 pflügte, kann man sehen, wie sich Natur entwickelt, wenn der Mensch nicht eingreift.

schwarzwald-tourismus.info



Biker im Glück
Der Schwarzwald ist
bei Motorradfahrern
besonders beliebt



Auf den Spuren der PS-Pionierin

Am 5. August 1888 unternahm Bertha Benz mit dem dreirädrigen Patent-Motorwagen ihres Ehemanns Carl die erste automobilen Fernfahrt und schrieb so Geschichte. Die **Bertha Benz Memorial Route** von Mannheim über Heidelberg nach Pforzheim ist ein **194 Kilometer** langes Denkmal zu Ehren der PS-Pionierin. Sie verbindet nicht nur Originalschauplätze ihrer damals gut 100 Kilometer langen Premierenfahrt, sondern folgt auch alten Römerstraßen und Bergwegen durch den Schwarzwald.

bertha-benz.de

Zwischenstopp
Rund 25 Kilometer nach
dem Start in Mannheim
erreicht man Heidelberg



statt ab ~~899 €~~

schon ab
799 €

Nur bei Buchung bis
21. November 2024

mit Rabatt-Code
ADAB211124

Wohlfühl-Reise nach **Karlsbad** ins weltberühmte

GRANDHOTEL PUPP

Diese luxuriöse **8-tägige Wohlfühl-Reise** wird Sie begeistern: Im böhmischen **Kurort Karlsbad** residieren Sie im weltberühmten **Grandhotel Pupp** – hier wohnten schon Kaiser, und im hauseigenen Casino Royal wurde der gleichnamige James Bond-Film gedreht. Sie genießen u. a. **Halbpension im Grandhotel**, bequeme **An- und Abreise mit Haustürabholung** (wahlweise Eigenanreise mit Abschlag) und einen **Ausflug nach Marienbad & Franzensbad**. Noch dazu erwartet Sie **täglich freier Eintritt in das noble Spa des Grandhotels**. Mehr Informationen finden Sie unter www.lebenslust-touristik.de

INKLUSIV-REISELEISTUNGEN

- ✓ **8-tägige Busreise in den böhmischen Kurort Karlsbad in das Grandhotel Pupp**
- ✓ **Unser exklusiver Service: Haustürabholung und Haustürückbringung** (deutschlandweit, aus geschlossenen Inseln ohne Festlandanbindung)
- ✓ **An- und Abreise im modernen, klimatisierten Fernreisebus** mit bequemen, verstellbaren Sitzen und Bord-WC sowie regelmäßigen Raststätten-Stopps entlang der Route für WC-Pausen und Drehkreuz-Umstieg mit Kofferservice (ggf. entfernungsabhängiger Aufpreis – siehe Tabelle Reisetermine)
- ✓ **Je 1 x Mittagsimbiss während der Hin- und Rückreise** (nicht inklusive bei PLZ-Gebieten 92, 95, 96)
- ✓ **7 Übernachtungen im Grandhotel Pupp in Karlsbad**
- ✓ **Ihr Grandhotel Pupp ist eines der traditionsreichsten und stilvollsten Hotels Tschechiens**. Es liegt zentral in Karlsbad und verfügt u. a. über Lifte, Restaurants, Jugendstil-Lobbybar, Bechers Bar, Spa-Bereich, Café Pupp und das Pupp Casino Royal.
- ✓ **Ihr Doppelzimmer vom Typ „Modern Room“ im Parkside-Flügel verfügt über Badewanne oder Dusche/WC, kostenlose Kosmetik-Artikel, Bademantel, Föhn, kostenfreies WLAN, Minibar (gegen Gebühr), Safe, Sat-TV und Telefon.**
- ✓ **Halbpension im Grandhotel Pupp, bestehend aus:**
 - 7 x Frühstück in Büfettform in Ihrem gebuchten Gebäudeflügel (Parkside oder Riverside)
 - 7 x Abendessen in Büfettform im Parkside-Flügel

- ✓ **Täglich kostenfreie Nutzung des modernen, ca. 1.300 m² großen Spa-Bereichs** mit Hallenbad, Sprudel- und Massagieliegen, Meditationsbecken, Dampfbad, Saunen und Fitnessraum
- ✓ **Ganztägiger Ausflug „Drei Kur-Legenden: Karlsbad, Marienbad & Franzensbad“** mit deutschsprachiger Reiseleitung, Fahrt im modernen Reisebus durch den Kaiserwald sowie Stadtrundgängen in Karlsbad, Marienbad & Franzensbad
- ✓ **Deutschsprachige Lebenslust-Gästebetreuung**

WUNSCHLEISTUNGEN:

Doppelzimmer „Modern Room“ Parkside-Flügel zur Alleinbenutzung: + 400 €
Nostalgisches Superior-Zimmer im Riverside-Flügel pro Woche: + 149 € p. P. bei Doppelbelegung/ + 599 € bei Einzelbelegung
Verlängerungswoche im Grandhotel Pupp mit Halbpension und kostenfreier Spa-Nutzung: + 699 € pro Person im Doppelzimmer/ + 1099 € im Doppelzimmer zur Alleinbenutzung

JETZT BUCHEN & SPAREN

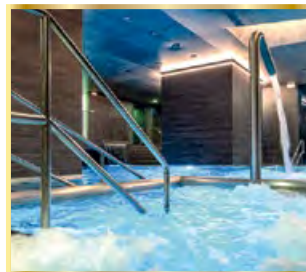
Im Hotel buchbare Anwendungen:

- 1 x Aroma-Massage (ca. 30 Min.) ca. 55 €
- 1 x Aquai-Hydro-Therapie (ca. 20 Min.) ca. 36 €
- 1 x Sauerstoff-Therapie (ca. 50 Min.) ca. 34 €
- 1 x Salzgrotten-Besuch (ca. 20 Min.) ca. 20 €

Als Spa-Royal-Paket bei Sofort-Buchung statt für 145 € für nur 75 €



Mit Haustürabholung



PLZ *	Aufpreis	Januar 2025		Februar 2025		März 2025		April 2025		Mai 2025		Juní 2025
0	30 €	13	27	10	24	10	24	7	21	12	26	9
1	50 €	13	27	10	24	10	24	7	21	12	26	9
2	50 €	13	27	10	24	10	24	7	21	12	26	9
3	30 €	13	27	10	24	10	24	7	21	12	26	9
4	50 €	13	27	10	24	10	24	7	21	12	26	9
5	50 €	13	27	10	24	10	24	7	21	12	26	9
6	30 €	13	27	10	24	10	24	7	21	12	26	9
7	30 €	13	27	10	24	10	24	7	21	12	26	9
8	30 €	13	27	10	24	10	24	7	21	12	26	9
9	0 €	13	27	10	24	10	24	7	21	12	26	9
Eigenanreise	-50 €	13	27	10	24	10	24	7	21	12	26	9
Saisonzeiten		A		B		C		D	E	F	G	G
Saisonzuschläge: A = 0 € B = 50 € C = 100 € D = 150 € E = 200 € F = 250 € G = 300 €												
* Mit der 1. Stelle Ihrer Postleitzahl ermitteln Sie die Reiseterritorien und entfernungsabhängigen Aufpreise in Ihrem Postleitzahlen-Gebiet.												

Mit Erhalt der Reisebestätigung und des Reisepreis-Sicherungsscheins wird eine Anzahlung in Höhe von 25% des Reisepreises fällig. Die Restzahlung ist 30 Tage vor Abreise zu leisten. Alle Preise pro Person.

Nicht inklusive: Eine Kurtaxe von ca. 2 € p. P. pro Tag ist in Ihrem Hotel zu entrichten (Stand 06/2024).

Kostenfrei anrufen: 0800-33 33 444 | Info & Buchung: lebenslust-touristik.de

Für Sie erreichbar: Montag – Samstag von 8.00 bis 20.00 Uhr E-Mail: info@lebenslust-touristik.de

Lebenslust Touristik GmbH | Michaelkirchplatz 1–2, 10179 Berlin | Feldbergstraße 57, 61440 Oberursel | Mitglied im DRV Deutscher Reiseverband





ADAC Trips

Entdecken Sie Touren und Traumstraßen auch in der ADAC Trips App – inklusive Sehenswürdigkeiten und Aktivitäten an der Strecke oder an Ihrem Zielort.

adac.de/trips

Langstrecke

3000 Kilometer, 10 Etappen und 10 Bundesländer. Deutschlands längste Panoramastraße, die **Deutsche Alleenstraße**, wurde 1993 ins Leben gerufen, um die von Bäumen gesäumten Straßen als Natur- und Kulturgut zu erhalten. Gepflegt wird die von Rügen bis zum Bodensee verlaufende Strecke, für die man zwei bis drei Wochen einplanen sollte, vom Verein Deutsche Alleenstraße. Für Wohnmobile sind manche Abschnitte aufgrund tief hängender Äste allerdings nicht geeignet.

adac.de/alleenstrasse

Lichtspiele
Auf Rügen geht es unter uralten Buchen hindurch

Alles im Fluss

Immer dem Wasser nach ist das Motto der **Deutschen Fährstraße** von Kiel nach Bremervörde. Auf rund **250 Kilometern** entlang des Nord-Ostsee-Kanals, der Niederelbe und der Oste überquert man Gewässer auf unterschiedliche Weise: mit Fähren, über Brücken, durch Tunnel oder Schleusen. Zu den Höhepunkten zählen die beiden letzten deutschen Schwebefähren in Osten an der Oste und in Rendsburg. Auf den Weg machen kann man sich nicht nur auf der Straße mit Auto, Motorrad oder Fahrrad, sondern auch auf dem Wasser per Boot.

arbeitsgemeinschaft-osteland.de



Baukunst
Die Hochbrücke Hochdonn führt über den Nord-Ostsee-Kanal



Wegweiser
Alter und Neuer Leuchtturm am Kap Arkona

Kultur auf der Spur

Die UNESCO hat viele Zeugnisse der Menschheits- und Naturgeschichte zum Welterbe erklärt. 52 davon liegen in Deutschland, verbunden durch acht UNESCO-Welterberouten. Eine davon ist die **Nordische UNESCO-Route** von der niedersächsischen Nordseeküste über Bremen, Lübeck und Wismar nach Stralsund und Sassnitz. Auf **557 Kilometern** geht es vom Naturparadies Wattenmeer über Hansestädte und Ostseebäder bis nach Rügen. Um genügend Zeit für Stopps und Ausflüge zu haben, sollte man für die Welterbetour gut eine Woche einplanen.

welterbedeutschland.de



ROARRR!

ADAC

Bis zu 10 % Rabatt für ADAC Mitglieder!

Löwenstark. Tierisch günstig! Die ADAC Autoversicherung.

FOCUS MONEY

FAIRSTES PREIS-LEISTUNGS-VERHÄLTNIS

ADAC

8 weitere Anbieter erhielten die Note Sehr Gut
Im Test: 27 Kfz-Serviceversicherer in Deutschland

Ausgabe 11/2024

Tipp

Sparpotenziale nutzen. Mit der ADAC Autoversicherung.

Nicht nur Verbraucher haben mit gestiegenen Kosten zu kämpfen – sondern auch die Versicherungsunternehmen. Laut Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft (GDV) ist der finanzielle Aufwand 2023 im Bereich Schaden- und Unfallversicherung um 12,7 % gestiegen. Gleichzeitig kommen im Kfz-Bereich die aufgrund der Inflation deutlich erhöhten Reparatur- und Ersatzteilkosten hinzu. Die mögliche Folge auch in diesem Jahr: steigende Beiträge für die Autoversicherung. Höchste Zeit, dass Sie Ihre Kfz-Versicherung prüfen und sich für Top-Leistungen zum Top-Preis entscheiden.

Wechseln und profitieren! Die ADAC Autoversicherung gibt es in den drei Produktlinien Basis, Komfort und Premium. Sie umfasst eine leistungsstarke Grunddeckung mit Kfz-Haftpflicht-, Teil- und Vollkaskoversicherung. Immer dabei: ein gutes Gefühl. Sie werden Teil der starken ADAC Gemeinschaft und können auf ausgezeichneten Service und unkomplizierte Schadenregulierung vertrauen. Zudem haben Sie die Möglichkeit, Ihren Schutz durch optionale Zusatzbausteine abzurunden:

» Werterhaltgarantie: Leistungen um 24 Monate verlängern und vor Inflation schützen

Mit dem Baustein Werterhaltgarantie können Sie in den Produktlinien Komfort und Premium die vertraglich vereinbarte Neu- und Kaufpreisschädigung um weitere 24 Monate verlängern. Zusätzlich zahlt die ADAC Autoversicherung eine inflationsbedingte Wertsteigerung von bis zu 10 % des Kaufpreises bei der Ersatzbeschaffung eines Pkw nach Diebstahl oder Totalschaden.

Ganz bequem online abschließen.

Starke Leistungen zu einem günstigen Preis. Jetzt abschließen und staunen, wie gut Sie mit uns fahren!



Öffnen Sie einfach den QR-Code-Reader Ihres Smartphones, scannen Sie den Code und schließen Sie direkt Ihre ADAC Autoversicherung ab.

» Werkstattbonus: 20 % Nachlass auf die Kaskoprämie

Im Fall eines Teil- oder Vollkaskoschadens sucht die ADAC Autoversicherung eine zertifizierte Partnerwerkstatt aus. Während der Reparatur, die bei uns einer Gewährleistung von sechs Jahren unterliegt, nutzen Sie für maximal sieben Tage ein Ersatzfahrzeug. Hinzu kommen ein komfortabler Hol- und Bringservice sowie eine Fahrzeugreinigung.

» Fahr + Spar: bis zu 30 % Ersparnis beim Jahresbeitrag

Mit dem Telematik-Baustein der ADAC Autoversicherung (Fahr + Spar App und DriveDot) wird Ihre regelkonforme und umsichtige Fahrweise belohnt. Mehr Details bietet der Erklärfilm auf adac.de/fahrundspar

Für E-Auto-Fahrer: besondere Kaskoleistungen für Elektro- und Hybridfahrzeuge.

In den Produktlinien Komfort und Premium ist der wertvolle Fahrakku gegen Beschädigung, Zerstörung oder Verlust durch nahezu alle Ereignisse versichert. Und in der ADAC Autoversicherung sind sogar die Akkudиаgnose und -entsorgung sowie Folgeschäden durch Tierbiss oder Kurzschluss unbegrenzt mitversichert. Bei Totalschaden, Zerstörung oder Verlust des Akkus durch ein versichertes Schadenereignis wird je nach Produktlinie noch bis zu 36 Monate nach Erstzulassung des versicherten Fahrzeugs der Neupreis des Akkus erstattet.



Ihr Weg zu uns:

adac.de/autowelt

Jede ADAC Geschäftsstelle

T 089 558 95 61 80 (Mo. - Sa.: 8 - 20 Uhr)

Schleudergang

Beim ADAC Pkw-Training **Young Drivers only** testen Führerscheinneulinge ihr Können. Bei Ausweichmanövern, Vollbremsungen und Kurvenfahrten auf spiegelglattem Untergrund

Text Ole Zimmer Fotos Marc Wittkowski



Bremsbefehl
Fahrsicherheitstrainer Müller führt vor, wie lang der Anhalteweg ist

Alles im Blick
Die 18-jährige Emma konzentriert sich auf die Kreisbahn vor ihr

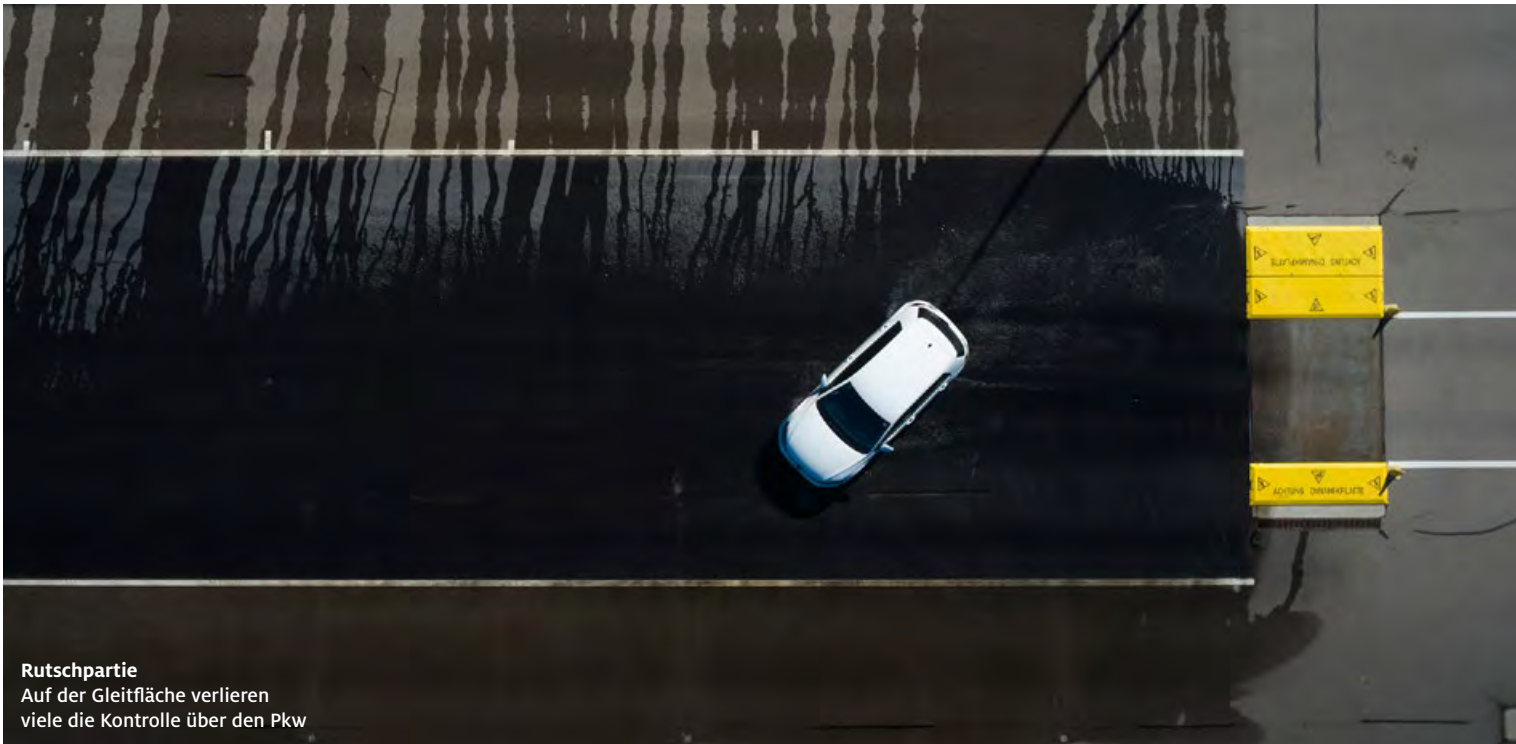




Ergebnistafel
Die Teilnehmenden schauen sich an, wer wie gut gefahren ist



Glatteis-Effekt
Auf der Kreisbahn wird getestet, ab wann das Auto ausbricht



Johanna beschleunigt ihren VW Polo auf Tempo 50 und tritt dann mit voller Wucht auf die Bremse. Nachdem das Auto steht, schaut sie ratlos zum Fahrsicherheitstrainer. „Irgendwas stimmt mit den Bremsen nicht“, ruft die 19-Jährige. Martin Müller bittet sie zurück zum Startpunkt, um das Manöver zu wiederholen. Wieder beschleunigt Johanna, wieder bremst sie ab. Das ABS-System tut ruckelnd seine Arbeit, nach knapp 13 Metern steht der Wagen. „Alles gut“, sagt Müller – und weiß in diesem Moment: Johanna hat gerade zum ersten Mal in ihrem Leben eine Vollbremsung gemacht. Kein Wunder, sie ist Führerscheinneuling – wie alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer heute.

Fahrschulwissen und Grenzbereiche

Es ist 11.30 Uhr, seit zweieinhalb Stunden läuft an diesem Samstag das „Young Drivers only“-Training im ADAC Fahrsicherheitszentrum bei Regensburg. 12 Führerscheinneulinge zwischen 18 und 23 Jahren sind gekommen, um Erfahrungen außerhalb der Komfortzone zu machen,





Lenkungsausschuss

Der ADAC bietet **Fahrsicherheitstrainings** für jedes Level an.

Pkw-Basis-Training

Das Training vermittelt das kleine Einmaleins der Fahrsicherheit. Die Teilnehmenden lernen die grundlegenden Fahrtechniken, erfahren, wie sie aufmerksamer unterwegs sind, Gefahren im Verkehr frühzeitig erkennen und in unvorhergesehenen Notsituationen richtig reagieren.

Pkw-Intensiv-Training

Die Komplexität ist im Vergleich zum Basis-Training deutlich höher. Teilnehmende werden in Sachen Aufmerksamkeit und Stressbewältigung gefordert. Auf trockener, nasser und glatter Fahrbahn gilt es, die Reaktion zu verbessern und Handlungsabläufe zu optimieren.

Pkw-Perfektions-Training

Der Name ist Programm:

Auf der Aquaplaning-Strecke erfährt man, wie es ist, wenn das Auto auf einmal nicht mehr reagiert. Auf Gleitflächen gilt es, plötzlich auftauchenden Wasserfontänen auszuweichen. Dazu kommen viele weitere fordernde Extremsituationen.

Motorrad-Basis-Training

Wer Kenntnisse vertiefen oder auffrischen möchte, ist hier richtig: Biker verfeinern das Balancegefühl und erhalten Handling-Tipps. Zudem werden Handlungsabläufe verinnerlicht, die helfen, kritische Situationen zu erkennen und richtig zu reagieren.

Motorrad-Intensiv-Training

Ein Angebot für Motorradfahrende mit Fahrpraxis: Hier werden Fahr- und Kurventechnik verbessert sowie komplexe Fahrsituationen bei hohen Geschwindigkeiten trainiert. Dadurch lernen Biker, ihr Motorrad auch in Gefahrensituationen zu beherrschen.

Infos unter
adac.de/fahrsicherheitstraining



Sitzgelegenheit
Fahrsicherheitstrainer Müller stellt das Cockpit richtig ein

Grenzbereiche auszuloten und zu testen, ob das, was sie in der Fahrschule gelernt haben, für den Straßenverkehr mit seinen unvorhersehbaren Situationen ausreicht.

Unterwegs im eigenen Auto

Die Bedingungen sind optimal. Die Anlage bei Regensburg ist modern, kompakt und bietet dennoch genug Platz, sodass alle „Young Drivers“ gleichzeitig trainieren können – im eigenen Pkw. Denn nicht nur ihre Fahrkenntnisse, auch ihr Auto sollen sie heute besser kennenlernen. Der Großteil der je sechs Frauen und Männer hat den Kurs geschenkt bekommen. Einige nutzen auch das Angebot des ADAC: Wer jünger ist als 19, den Führerschein macht und in den ADAC eintritt, bekommt die Mitgliedschaft im ersten Jahr kostenlos – und den Gutschein für ein Fahrsicherheitstraining dazu. Den zu nutzen, sei sinnvoll, erläutert Fahrsicherheitstrainer Müller: „In Österreich sind solche Trainings für Führerscheinneulinge Pflicht, die Unfallzahlen in der jungen Altersgruppe sind dort seit der Umstellung deutlich gesunken.“

Gerader Sitz, fester Griff

Mit „Heute testen wir, was geht“ hat Müller die Gruppe ein paar Stunden vor Johannas ABS-Erlebnis begrüßt. 9 Uhr, es geht los. Beim „Young Drivers only“-Training geht es um Grundlagen. Und dazu gehört auch, wie gesessen wird. „Das ist ein Sitz, keine Liege“, sagt Müller grinsend, stellt einige Lehnen steiler und schiebt Sitze nach vorn. „Die Beine solltet ihr im 90-Grad-Winkel haben. Wenn gekuppelt wird, berührt auch die Ferse den Boden.“ Dann das Lenkrad: Marco aus München, der erst seit vier Monaten selbst Auto fährt, findet es lässig, einhändig statt zweihändig zu lenken. Müller lässt ihn erst einmal gewähren, er weiß aus Erfahrung: „Gerade bei jungen Fahrerinnen und Fahrern gilt: Erleben ist besser als graue Theorie. Und sie lernen sehr schnell.“

Die erste Aufgabe auf der Strecke ist ein Slalom zwischen 12 Pylonen hindurch, maximal 40 km/h schnell. Manche holen immer wieder weit aus, müssen dafür schärfer gegensteuern. Andere lenken wenig, bleiben dicht an den Hinder- ➤

nissen. „Die meisten kommen schnell darauf, dass es besser ist, gefühlvoll, früher und wenig zu lenken“, so Müller, „sie merken schon, dass die Autos stabiler auf dem Asphalt liegen, wenn weniger Fliehkräfte wirken.“ Warum das wichtig ist, spüren die Fahrerinnen und Fahrer, als die Sprinkleranlage den Asphalt unter Wasser setzt. Die Gischt spritzt, die Reifen verlieren an Haftung. Sofort haben ausnahmslos alle beide Hände am Lenkrad, auch Marco.

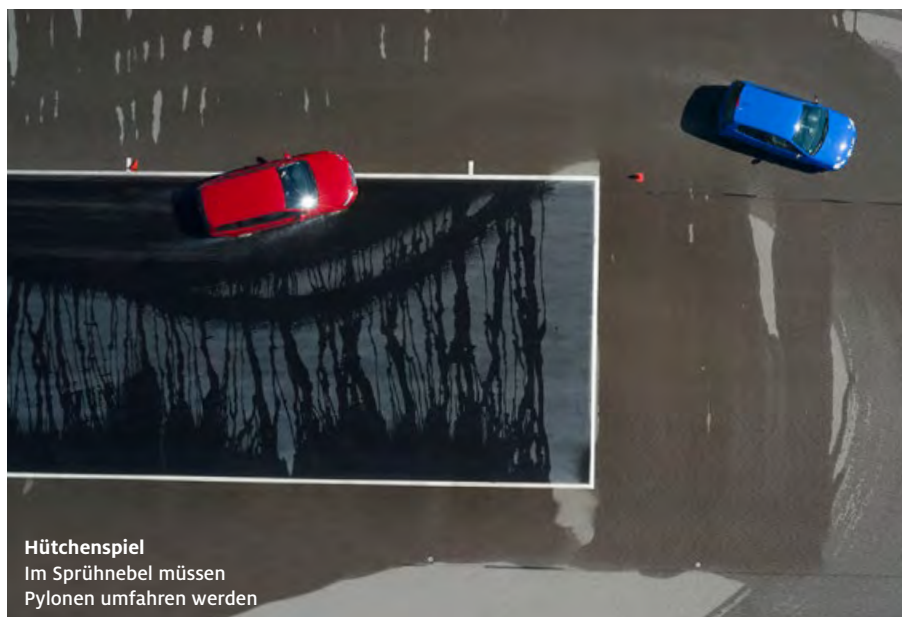
Bremsen, rutschen, schleudern

Müller lässt die „Young Drivers“ in immer neuen Situationen selbst austesten, wie sich das Auto verhält – bei höheren Geschwindigkeiten oder auf glattem Untergrund, der die Eigenschaften von Schnee hat. Das Bremsen auf der Gleitfläche sorgt bei allen für Erstaunen. Wo das Auto auf trockenem Untergrund bei Tempo 50 schnell zum Stehen kam, rutscht es jetzt ewig weiter. Am Ende ist der Bremsweg dreimal so lang. „Das mal bewusst zu erleben, ist wirklich spannend“, sagt Verena, die in Regensburg studiert, regelmäßig im Auto sitzt und mehr Erfahrung als die anderen hat. Als Emma zum Beispiel. Die 18-jährige fährt erst seit einem halben Jahr allein. Weggerutscht sei sie noch nie, sagt sie. Bis jetzt: Obwohl sie sehr behutsam in den Kreisel mit seiner nassen Oberfläche einfährt, bricht das Auto sofort aus. Emma macht eine Vollbremsung. Ihre Augen strahlen danach, sie hat offensichtlich Spaß: „Ich hatte keine Ahnung, wie das Auto reagiert. Es war gut, das einmal auszuprobieren.“



Verkehrsexperte

Fahrsicherheitstrainer Martin Müller schult seit 14 Jahren für den ADAC



Motorrad Safety League

Der ADAC und die Zeitschrift „Motorrad“ suchen Deutschlands beste Biker. Motorradfahrerinnen und Motorradfahrer, die bis Ende Mai 2025 an einem ADAC Fahrsicherheitstraining teilnehmen, haben die Chance auf einen Startplatz für eine von vier Zwischenrunden der Motorrad Safety League 2025. Dort zeigen jeweils 40 Biker ihr Fahrkönnen in fünf Wertungsprüfungen. Die zwei Besten jeder Zwischenrunde erhalten die Möglichkeit, beim Finale im Sommer auf der Nordschleife des Nürburgrings an einem zweitägigen Perfektionstraining teilzunehmen.

Weitere Infos unter adac.de/safetyleague



Achtung, Hindernis!

Nach der Mittagspause fahren die Führerscheinneulinge zum zweiten Mal auf die Gleitfläche. Tempo 50 trauen sie sich mittlerweile zu. Doch jetzt schnellen an unterschiedlichen Stellen mechanische Barken empor. Ziel ist es, schnell zu reagieren: ausweichen, bremsen, Crash vermeiden – und nicht von der Strecke fliegen. Von außen sieht es einfach und vorhersehbar aus, wenn die Barken schon 20 Meter vorher aus dem Boden schnellen. Im Innern treibt es den Puls der „Young Drivers“ in die Höhe. Johanna lenkt einmal falsch und rutscht prompt über die Seitenmarkierung. Hier unter „Laborbedingungen“ ist das kein Problem. Im echten Verkehr wäre sie vielleicht im Graben gelandet. „Man denkt immer, man könne ausweichen“, sagt Johanna, „jetzt weiß ich, dass im Zweifel nur die Vollbremsung hilft.“

Gegen halb sechs verabschieden sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer von Fahrsicherheitstrainer Müller. Nacheinander fahren Johanna, Marco, Verena, Emma und die acht anderen vom Parkplatz: gerade sitzend, Hände fest am Lenkrad und mit neuem Selbstbewusstsein für mögliche Gefahrensituationen – zu denen es hoffentlich niemals kommt. <

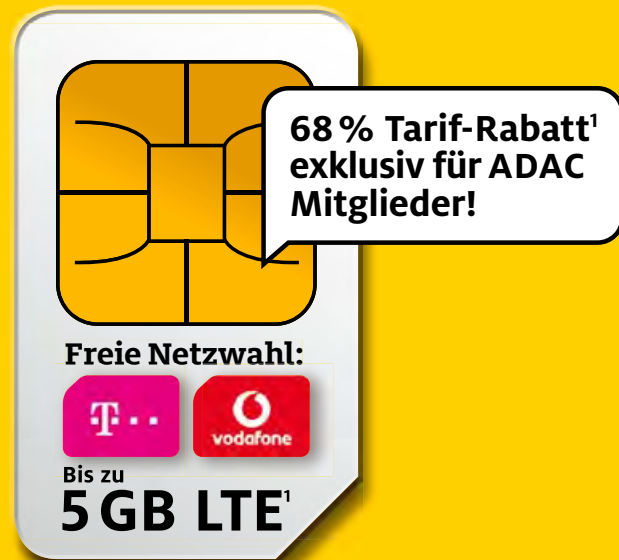
Top-Tarif – auf Wunsch mit Top-Smartphone!

Mit der ADAC Vorteilswelt.

Exklusives Angebot für ADAC Mitglieder bei unserem Vorteilspartner freenet:
Mobilfunk-Spar-Tarif zu Vorzugs-Konditionen.

Ihr neuer Top-Tarif in bester D-Netz-Qualität
im Netz von Telekom oder Vodafone:

Auf Wunsch mit emporia SMART.6
für nur 8 Euro/Monat¹ zusätzlich
(=14,99 Euro/Monat):



Ihre Tarif-Vorteile – alles inklusive!¹

- FLAT ins deutsche Festnetz telefonieren
- FLAT in alle Handy-Netze telefonieren
- FLAT Internet mit bis zu **5 GB LTE¹**
- FLAT im EU-Ausland telefonieren und surfen (EU-Roaming)

Anti-Virus-Programm im ersten Monat inklusive,
danach 1,99 Euro/Monat³

Jetzt nur

6,99 Euro/Monat¹

(statt regulär 21,99 Euro)

Jetzt Angebot sichern und kostenlos anfordern:

0800 - 503 532 205 (gebührenfrei) oder adac.de/handy

- Im Wert von 399 Euro²
- Großes 16,71-cm Display
- Ausdauernder 4.900-mAh-Akku
- Dreifach-Hauptkamera: 50-Megapixel
- 128-GB-Speicher für Ihre Daten, Nachrichten und Fotos
- emporia-Notruffunktion für schnelle Hilfe
- Leicht verständliches, aktuelles Google Android-Betriebssystem
- Umfassende Bedienungsanleitung in gedruckter Form

Inklusive Smartcover

Ermöglicht die Bedienung
der wichtigsten Funktionen
in geschlossenem Zustand



Inklusive Tischladestation

¹ **Spar-Tarif-Infos:** Die Aktion gilt nur solange der Vorrat reicht in Verbindung mit einem Mobilfunk-Provider-Vertrag (Mindestlaufzeit 24 Monate, **Startpaketpreis einmalig 30,90 Euro:** 29,90 Euro Anschlussgebühr + 1 Euro Paketpreis). Verfügbar in hoher Qualität im Netz von Telekom oder Vodafone. Sie profitieren von 68% Tarif-Rabatt, der effektive Monatspreis für den Tarif ohne Handy beträgt **somit nur 6,99 Euro** statt regulär 21,99 Euro/Monat (Sie profitieren in den ersten 24 Monaten von 7 Euro Grundgebühr-Rabatt je Monat auf der Rechnung und zahlen somit nur 14,99 Euro/Monat. Die weitere Rabattierung auf 6,99 Euro/Monat beträgt 192 Euro und wird Ihnen ca. 40 Tage nach Aktivierung Ihres Vertrages als Einmalbetrag auf Ihr Bankkonto überwiesen). Im Monatspreis „Sim only“ ist bereits Ihre SIM-Karte inklusive. Im Monatspreis „Sim Karte inklusive Handy“ ist Ihr Handy inklusive Zubehör, für nur 8 Euro/Monat zusätzlich (=14,99 Euro/Monat), enthalten.

Ihre Tarif-Vorteile: eine **Telefonie-Flatrate** für alle nationalen Standardgespräche ins Festnetz + Gespräche in alle Handynetze und zur Mailbox (ohne Service- u. Sonderrufnrn.) + **Highspeed-Internet-Flatrate** (3 GB LTE bei Telekom, 5 GB LTE bei Vodafone) im Inland, danach surfen Sie unbegrenzt in Standard-Geschwindigkeit (GPRS) weiter. Sie telefonieren/surfen ohne zusätzlichen Aufpreis auch im EU-Ausland und nutzen die Telefonie-Flat sowie das Datenvolumen im Rahmen der Fair Use Policy. **Der Versand ist für Sie gratis.** Alle Preise inkl. MwSt.
Eine Aktion des handyservice der tema GmbH & Co. KG, Waltersweierweg 5, 77652 Offenburg. Vertragspartner ist die freenet DLS GmbH, Hollerstraße 126, 24782 Büdelsdorf.

² Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers | Stand: August 2024.

³ Ein Monat inklusive, danach 1,99 Euro/Monat. Die Laufzeit entspricht Ihrem Mobilfunk-Vertrag. Sie haben jedoch im 1. Monat ein tägliches Sonderkündigungsrecht (freenet DLS GmbH, 99076 Erfurt).



Aufladen

Rund um die Elektromobilität gibt es viel Aufklärungsbedarf



Abfahren

Der Gelbe Engel Dennis erklärt sein Pannenhelfer-E-Bike



Ausbauen

Im oberbayerischen Penzing entsteht das Testzentrum Mobilität

Wer das Congress Centrum Bremen am 4. Mai betrat, bekam eine volle Ladung Zukunft in Gelb zu sehen: Das E-Bike mit Anhänger von ADAC Pannenhelfer Dennis wurde von Delegierten aus Nordbaden inspiziert; ein Vertreter eines Ortsclubs aus Mecklenburg-Vorpommern, der Speedway-Rennen veranstaltet, erkundigte sich am Stand des Technikzentrums Landsberg, was dort rund um E-Mobility getestet wird. Das Spektrum reichte von Leasing, Finanzierung und Versicherung von

Volle Ladung E-Zukunft

Auf der ADAC Hauptversammlung stehen **Chancen und Risiken** der Elektromobilität im Mittelpunkt

Text Martin Kunz **Fotos** Stefan Gerding

E-Fahrzeugen bis zu spannenden Forschungsprojekten, die von der ADAC Stiftung gefördert werden. Mit diesen praktischen Services, Produkten und Leistungen trägt der Club dazu bei, Mobilität klimafreundlich, zuverlässig und bezahlbar zu gestalten. Mit dem Gong um 10 Uhr betreten 228 ehrenamtliche Delegierte aus Ortsclubs und Regionalclubs, das Präsidium und der Vorstand des ADAC e. V. den Versammlungssaal. Die Hauptversammlung 2024 kann beginnen.

Überblick

Die ehrenamtlichen Delegierten der ADAC Hauptversammlung informieren sich über die Innovationen des Clubs



Nach der Begrüßung durch Bremens Bürgermeister Andreas Bovenschulte tritt ADAC Präsident Christian Reinicke ans Rednerpult. Er kritisiert die emotionale, teils unsachliche Debatte um die E-Mobilität. Ihr Scheitern herbeizureden, sei der völlig falsche Weg. Viele Menschen, beispielsweise in ländlichen Gegenden, seien auch in Zukunft auf ihr Auto angewiesen. Reinicke: „Wenn Klimaschutz und individuelle Mobilität in einem überschaubaren Zeitraum zusammengebracht werden sollen, gibt es derzeit zur Antriebswende keine Alternative.“ Deshalb engagiere sich der Club für die Reduzierung von Emissionen im Verkehr und für den Mobilitätswandel. Dazu gehörten „die Reduzierung von Pkw-Fahrten und die Förderung von Alternativen“.

Antworten in einer komplexen Welt

Diese Transformation sachlich zu begleiten, betrachtet Reinicke als Aufgabe des ADAC: „Die Welt ist komplex, es gibt keine einfachen Antworten.“ Beispielsweise untersucht der Club in Dauertests die Haltbarkeit von E-Auto-Batterien. In einem neuen Testlabor im Technikzentrum Landsberg werden Reichweite und Ladekapazität von E-Modellen gemessen – sowohl bei sommerlichen als auch bei winterlichen Temperaturen. So Sorge der ADAC dafür, dass nicht über Probleme beim Hochlauf der E-Mobilität lamentiert, sondern an Lösungen gearbeitet werden kann. Fortschritte, besonders bei der Technik, gebe es: Die Reichweiten

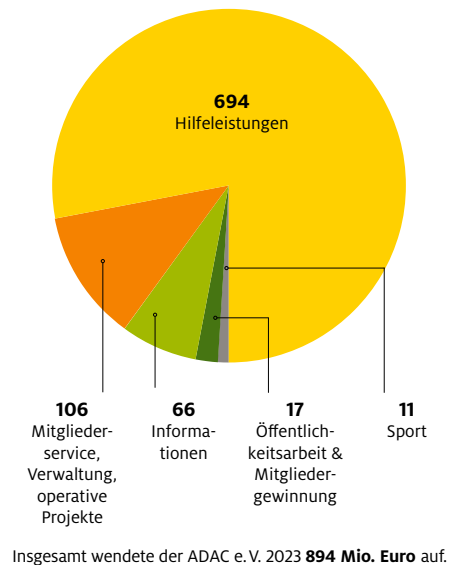


Ausblick

ADAC Präsident Christian Reinicke spricht über Chancen und Risiken der Elektromobilität

Die Aufwendungen für Clubleistungen im Jahr 2023

Alle Angaben in Mio. Euro. Quelle: ADAC e. V.



Austausch

Gesprächsrunde auf der Hauptversammlungs-Bühne



Veranstaltungsort

Die Delegierten trafen sich im Congress Centrum Bremen



Gast

ADAC Sportpräsident Dr. Gerd Ennser (links) mit Porsche-Sportchef Thomas Laudenbach (rechts)



steigen, E-Autos laden schneller, die Ladeinfrastruktur wächst. Weniger erfreulich sei die Kostenentwicklung. Anschaffungspreise wie auch Energiekosten seien weiterhin zu hoch, so der ADAC Präsident. E-Mobilität dürfe aber kein Luxusthema sein.

Reinicke richtete deshalb konkrete Forderungen an Politik, Hersteller, Energieversorger und Kommunen: Günstigere elektrische Pkw, mehr Planungssicherheit, der weitere Ausbau der Ladeinfrastruktur sowie transparente und bezahlbare Ladepreise seien unerlässlich, um die ambitionierten Ziele der Antriebswende und damit des Klimaschutzes zu erreichen.

Die weiterhin hohe Relevanz des ADAC in Alltagsmobilität, Motorsport und Tourismus sowie in den neuen Themenbereichen Gesundheit und Zuhause spiegelt sich auch in der wachsenden Beliebtheit der Mitgliedschaft wider. Die Mitgliederzahl war im Jahr 2023 um 380.000 auf 21,81 Millionen gestiegen, mittlerweile (Redaktionschluss 31. Juli 2024) ist die Schwelle von 22 Millionen Mitgliedern überschritten – ein neuer Rekordwert.

Immer bekannter wird auch die 2022 gestartete Fahrradpannenhilfe: Die Gelben Engel machten 2023 15.600 Fahrräder flott. Insgesamt leistete der Club über 3,5 Millionen Mal Pannenhilfe. Und in manchen Großstädten kommt der Gelbe Engel wie der eingangs erwähnte Dennis mit einem innovativen E-Bike – und macht Autos völlig emissionsfrei wieder flott. <

„

**Das Coolste,
was ich je
gemacht habe!**

“

Nach seiner ersten Runde auf einer
Elektro-KTM ist der **siebenjährige**
Jakob absolut begeistert



Kids und Cross

Begeisterung, Freude und ein bisschen Nervenkitzel. Bei der **ADAC MX Academy** dürfen sich 6- bis 13-jährige im Gelände auf Motocross-Maschinen ausprobieren

Text Philipp Hedemann Fotos Stephan Floss

Mit zusammengepressten Lippen sitzt Helene auf ihrer Maschine und gibt sich Mühe umzusetzen, was sie gerade hört: „Kupplung langsam kommen lassen, mit Gefühl Gas geben – und los geht's!“, ruft Tanja Schlosser ihr aufmunternd zu. Leichter gesagt als getan. Die Neunjährige würgt das gedrosselte 16-PS-Motorrad ab – gibt aber nicht auf. Mit einem Kickstart bringt sie ihre Maschine erneut zum Laufen. Volle Konzentration. Während ihre linke Hand die Kupplung kommen lässt, dreht sie mit der rechten den Gashahn zu sich. „Super!“, ruft Trainerin Tanja Schlosser. Aber Helene hört sie nicht mehr, sie ist schon weg.

Helene ist eine von zehn Teilnehmenden der ADAC MX Academy „on tour“, die heute auf dem Gelände des Off-Road-Clubs

Girl-Power
Helene ist das
einzige Mädchen



Sicherheitskontrolle
Henning prüft, ob die
Protektoren sitzen



Pistenneuling
Jakob auf dem
Motocross-Parcours

Hilmersdorf im Erzgebirge stoppt. Ein mit Motocross-Bikes, BMX-Rädern und Ausrüstung bis unters Dach beladener Transporter fährt überall dorthin, wo es motorsportbegeisterte Kinder gibt. Dazu kommen 6 Stützpunkte, an denen über 40 Trainerinnen und Trainer in den letzten zwölf Jahren mehr als 3600 Kinder für Motocross begeistert haben.

Vorfreude und ein bisschen Angst

Als die Trainer Tanja Schlosser und Sky Dombrowski morgens um 9 Uhr den Jungs und Mädchen an der Rennstrecke in die Augen schauen, sehen sie dort viel Vorfreude, ein bisschen Angst – und ihre eigene Vergangenheit. Der 18-jährige Dombrowski hat als Kind selbst an der ADAC MX Academy teilgenommen. >

MOTORSPORT



Lenkmanöver
Auf der Slalomstrecke
üben die Kinder die
richtige Kurvenlage

Mittlerweile gehört er zu den besten deutschen Enduro-Nachwuchspiloten. Die 22-jährige Tanja Schlosser saß mit vier Jahren das erste Mal auf einem Motorrad. In diesem Jahr will sie ihren Enduro-Europameisterinnen-Titel verteidigen. „Einige von euch werden heute vielleicht mal hinfallen“, sagt Cheftrainerin Heike Petrick zur Begrüßung. „Aber am Ende des Tages werdet ihr alle Motorrad fahren können“, folgt das große Versprechen. Dann schickt sie die Jungs und Mädchen zum Umziehen. Wenige Minuten später sind sie kaum wiederzuerkennen. Brust- und Rückenpanzer, Knie- und Ellenbogen-Protektoren, Stiefel, Nackenschutz, Handschuhe, Rennanzüge und Helme mit Schutzbrillen haben die Kinder in kleine Rennfahrer verwandelt – die sofort auf die Maschinen wollen. Aber: „So wie der



Abfahrbereit
Der siebenjährige Jakob auf
seiner Elektro-KTM

Motor eines Motorrads vor dem Rennen warmlaufen muss, müssen wir uns warm machen“, stoppt Sina Dehne, eine Trainee in Ausbildung, die Euphorie. Es folgen Dehnübungen, Liegestütze, Kniebeugen und ein paar Runden auf dem BMX-Rad. Dann ist es endlich so weit.

Kontrolliert bremsen

Der siebenjährige Jakob startet per Knopfdruck seine elektrisch angetriebene, zwei kW starke KTM. Zunächst etwas wackelig, surrt der kleine Blondschof fast lautlos über die Wiese. Neben ihm läuft Sky Dombrowski und feuert den Erstklässler an. An seinem Handgelenk trägt er eine Leine, das Ende ist an Jakobs Lenker befestigt. Wäre Jakob zu schnell oder hätte Probleme beim Anhalten, müsste Dombrowski nur ziehen, damit der Motor >



Aufwärmen Gemeinsame Hampelmänner



Üben Zuerst wird mit dem BMX geprobt



Losfahren Mit dem Trainer geht es auf den Parcours



Die Pannenhilfe für Ihr Zuhause.

Der ADAC Zuhause- Schutzbrief.

Neu

Eine Panne auf der Straße? Hier hilft seit vielen Jahren der ADAC. Aber es gibt noch weitere Bereiche, in denen sich Menschen dringend tatkräftige und zuverlässige Hilfe in Notfällen wünschen, unter anderem in den eigenen vier Wänden. Deshalb ist der ADAC jetzt auch zu Hause da: mit dem **neuen ADAC Zuhause-Schutzbrief**. Mit ihm sind Haus und Wohnung abgesichert, wenn es mal eine Panne gibt. Zum Beispiel, wenn ein Rohr verstopft ist, die Heizung streikt oder man sich ausgesperrt hat. Dabei kann der ADAC Zuhause-Schutzbrief sowohl von ADAC Mitgliedern als auch von Nicht-Mitgliedern abgeschlossen werden.

Ganz bequem online abschließen.

Starke Leistungen zu einem günstigen Preis: jetzt absichern und auch zu Hause über ein gutes und sicheres Gefühl freuen.



Öffnen Sie einfach den QR-Code-Reader Ihres Smartphones, scannen Sie den Code und schließen Sie den ADAC Zuhause-Schutzbrief ab.

Aktive Hilfe. In zwei Varianten.

Den ADAC Zuhause-Schutzbrief gibt es in zwei Produktlinien: Die **Exklusiv-Variante** bietet ausgewählte Leistungen, zum Beispiel Rohrreinigungs-Service, Notfall-Heizungs-Installateur-Service und die juristische Erstberatung rund ums Wohnen und Bauen. Diesen starken Schutz gibt es **schon ab 49,98 Euro** im Jahr*.

Die **Premium-Variante** bietet zusätzliche besondere Leistungen für ein erhöhtes Sicherheitsbedürfnis, darunter die Reparatur von Kleinschäden an Fußböden, die Handwerkervermittlung bei Kleinschäden sowie die Reparatur von Haushaltsgroßgeräten – **und das schon ab 74,97 Euro** im Jahr*. Im Notfall heißt es: Ein Anruf genügt. Und qualifizierte Handwerker kommen zu Ihnen nach Hause und beheben das Problem: fair und professionell, einfach und schnell. Der ADAC hilft: rund um die Uhr, an 365 Tagen im Jahr.

Auch neu: die ADAC Hausratversicherung.

Die neue ADAC Hausratversicherung schützt vor den finanziellen Folgen, wenn der Hausrat zerstört bzw. beschädigt wird oder abhanden kommt. Sie bietet sicheren Rundum-Schutz für alles, was Ihnen zu Hause lieb und teuer ist, sowie drei optionale Zusatzbausteine: Fahrradschutz, Glasschutz Hausrat und Extremwetterschutz.

ADAC Mitglieder erhalten hier 10% Rabatt.

* Beitrag für ADAC Mitglieder.



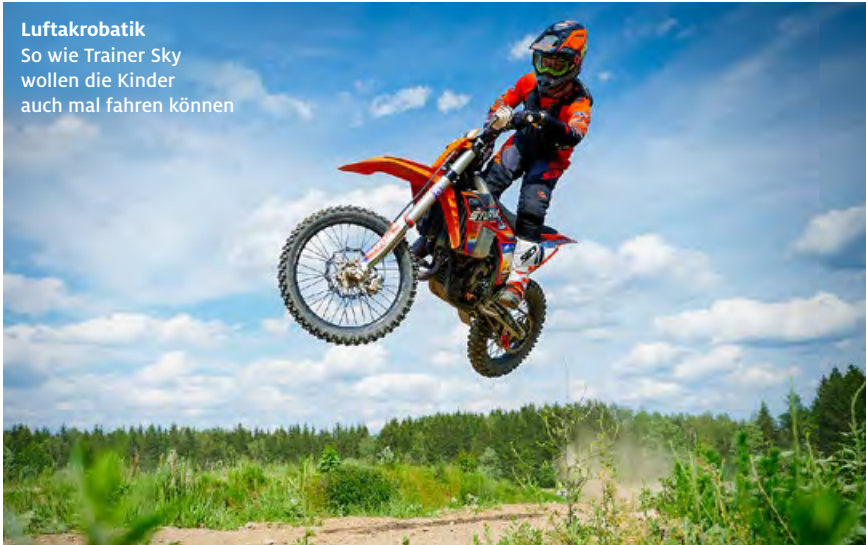
Ihr Weg zu uns:

adac.de/meinzuhause

Jede ADAC Geschäftsstelle

T 089 558 95 88 80 (Mo. - Sa.: 8 - 20 Uhr)

ADAC Zuhause Versicherung AG



Luftakrobatik
So wie Trainer Sky wollen die Kinder auch mal fahren können

abschaltet. „Jetzt mit Vorder- und Hinterbremse bremsen“, ruft er und Jakob kommt punktgenau auf einer mit Pylonen markierten Linie zum Stehen. „Schnell fahren kann jeder“, erklärt Dombrowski, „aber wichtiger ist das sichere Bremsen. Darum üben wir das so oft.“

Stolze Biker-Eltern

Anfahren, bremsen, sich durch einen engen Slalom-Parcours schlängeln. Am Vormittag üben die Kinder auf der Wiese, was sie später für die Strecke brauchen. Die neunjährige Helene und die anderen Kinder in ihrem Alter fahren 65-Kubikzentimeter-Maschinen. Ihr 7 Jahre alter Bruder Henning und die anderen jüngeren Teilnehmer sitzen auf einfacher zu fahrenden Elektro-Bikes von KTM. Schon nach wenigen Runden beherrschen sie die Ma-



Über Stock und Stein

Jungs und Mädchen zwischen 6 und 13 Jahren ohne Motocross-Erfahrung sind bei der ADAC MX Academy genau richtig.

Sie ist der ideale Motocross-Einstieg. An der Spitze der Förderpyramide steht später – nach mehreren Jahren Training in den ADAC Regionalclubs, die sich um Nachwuchsarbeit kümmern – die europäische Top-Serie ADAC MX Masters. Wer statt im Gelände lieber auf asphaltierten Rennstrecken unterwegs ist, geht zur ADAC Road Racing Academy (für Kinder bis 14 Jahre). Die eintägigen Trainings kosten inklusive Material, Versicherung und Verpflegung 80 Euro.

Infos unter adac-motorsport.de/adac-mx-academy und adac-motorsport.de/road-racing-academy

schinen wie ihre Fahrräder. Dabei werden sie von ihren Eltern beobachtet, fotografiert und angefeuert. Viele von ihnen fahren selbst Motorrad und möchten, dass ihre Kinder früh eine professionelle Ausbildung bekommen. Damit die Mamis und Papis Trainern und Kindern nicht in die Quere kommen, ist die Übungsstrecke für sie aber tabu.

Hastige Mittagspause

Motorradfahren macht nicht nur Spaß, sondern auch hungrig. Um 12 Uhr ist Mittagspause. Zusammen mit ihrem Bruder schlingt Helene hastig Nudeln mit Tomatensoße und Würstchen runter. Eigentlich soll die Pause eine Stunde dauern, doch bereits nach 20 Minuten stehen alle wieder bei den Maschinen. Denn sie wissen: Jetzt dürfen sie endlich auf den Motocross-Parcours.

Doch zunächst wird die Strecke zu Fuß inspiziert. Die Kinder sollen so jede Kurve, jede Steigung, jede Abfahrt und jede Pfütze kennenlernen. Erst dann werden die Motoren gestartet. Kurz darauf bricht Jakob in einer Kurve das Hinterrad aus und er stürzt. Sofort ist Tanja Schlosser bei ihm: „Alles o.k.? Tut dir was weh?“ Kopfschütteln – und schon ist Jakob wieder auf der Maschine. „Gerade sitzen, Kopf hoch, Stiefel eng am Moped, Arme hochhalten! Wir sind keine Chopper-Fahrer auf dem Weg zur Eisdielen“, ruft Cheftrainerin Heike Petrick. Jakob drückt den Rücken durch. Die nächsten Runden absolviert er unfallfrei.

Um 15.30 Uhr nehmen die Kinder erschöpft ihre Helme ab. Ihre Augen strahlen. „Ich will unbedingt weitermachen, damit ich ganz schnell durch große Pfützen fahren kann und Wasser und Matsch spritzen“, sagt Henning euphorisch.

Nachdem er, Helene, Jakob und die anderen ihre Urkunden erhalten haben, kommt der Bonustrack: Dombrowski zeigt, was er draufhat, driftet durch die Kurven und macht meterweite Sprünge auf der anspruchsvollen Strecke. Die Kinder sind begeistert: „Geil! Krass! Cool!“ Spätestens jetzt wissen die aufgeregten Motocross-Neulinge, was ihr nächstes großes Ziel ist.



Erkundung Streckenbegehung vor dem Start



Auszeichnung Helene bekommt ihre Urkunde

EXKLUSIV FÜR MITGLIEDER

Die Vorteilswelt des ADAC

» Prozente, Rabatte, Gutscheine: Sparen Sie im Herbst mit exklusiven Angeboten «

Weitere Informationen zu diesen und vielen anderen Angeboten auf adac.de/vorteile

10 €

Günstiger Handytarif

Bei Freenet zahlen Sie für die 12-GB-Allnetflat nur 9,99 Euro statt 19,99. Dazu gibt es einen Amazon-Gutschein im Wert von **10 Euro**.

Angebot auf adac.de/freenet



Entspannt im Autoreisezug

Mit dem BTE AutoReiseZug geht es über Nacht staufrei von Hamburg nach Lörrach – mit **15 Euro** Ermäßigung pro Strecke und Buchung.

Buchung auf adac.de/bte

15 €



20 €

Nachhaltige Energie

Wer bei E.ON einen Ökostrom- oder Öko-Erdgas-Vertrag abschließt, erhält einen um **20 Euro** höheren Neukundenbonus.

Vertragsabschluss unter adac.de/eon



Neueste Technik

Bei Dell gibt es Laptops, Touchscreen-PCs, Monitore, Gaming-Produkte und vieles mehr mit bis zu **20 Prozent** Rabatt.

Bestellungen auf adac.de/dell

20 %



Noch mehr sparen!

Club-Mitglieder erhalten **1 Cent Tankrabatt** pro Liter Benzin oder Diesel an teilnehmenden **Shell-Tankstellen +++** In vielen europäischen **Hard Rock Cafes** sparen ADAC Mitglieder **10 Prozent** auf Speisen, alkoholfreie Getränke und Accessoires. Städte auf adac.de/hardrock +++ In Berlin, Dortmund, Düsseldorf, Eindhoven, Frankfurt-Hahn, Hamburg, Münster/Osnabrück, Nürnberg, Stuttgart und Weeze parken Club-Mitglieder bei **Easy Airport Parking** mit **10 Prozent Rabatt**. Buchung auf adac.de/easyairport +++ Weitere Vorteile im ADAC Newsletter unter adac.de/newsletter

Jetzt **Freunde werben** und **35-Euro-Prämie** sichern.

Beitragsgutschrift

- Gutschrift auf den Clubbeitrag zur nächsten Fälligkeit

Bestell-Nr. 01018

Shell Tankgutschein

- Einlösbar an allen teilnehmenden Shell Stationen

Bestell-Nr. 01749



Amazon.de Gutschein*

- Die Zustellung des Gutscheins erfolgt digital auf adac.de**

Bestell-Nr. 01750

ROSSMANN Gutschein

- Einlösbar in allen ROSSMANN Filialen
- Teileinlösung möglich, Restwert verbleibt auf der Karte
- Nicht online einlösbar

Bestell-Nr. 01752

Für diese Prämien gilt: kein Ersatz bei Verlust des Gutscheins, keine Barauszahlung möglich und vom Umtausch ausgeschlossen.

Alle Prämien finden Sie auch auf **adac.de/praemien**

Bitte beachten Sie weitere Informationen und Bedingungen der Freundschaftswerbung auf der Rückseite.

* Es gelten Einschränkungen. Die vollständigen Geschäftsbedingungen finden Sie auf www.amazon.de/gc-legal

** Die Zustellung des Gutscheins erfolgt ausschließlich digital auf adac.de; wir informieren Sie per Post, sobald Ihr Gutschein auf adac.de bereitsteht. Die Abholung erfolgt dort nach einmaliger Registrierung und Log-in in unserem Mitgliederbereich („Mein ADAC“).

Ja, ich möchte ADAC Mitglied werden.

Bitte kreuzen Sie Ihre
35-Euro-Prämie an!

☐ Neuantrag 2024

Gültig bis 31.12.2024

☐ ADAC Premium-Mitgliedschaft¹⁾

max. Jahresbeitrag¹⁾
= 239,- €*

<input type="checkbox"/> Haupt-Mitglied	139,- €
<input type="checkbox"/> Haupt-Mitglied, ermäßigt ¹⁾	126,- €
<input type="checkbox"/> + Partner	50,- €
<input type="checkbox"/> + Kinder 18. - 23. Geb.	50,- €*
<input type="checkbox"/> + Kinder 18. - 23. Geb.	50,- €*
<input type="checkbox"/> + Kinder unter 18	0,- €

☐ ADAC Plus-Mitgliedschaft²⁾

max. Jahresbeitrag¹⁾
= 164,- €*

<input type="checkbox"/> Haupt-Mitglied	94,- €
<input type="checkbox"/> Haupt-Mitglied, ermäßigt ¹⁾	81,- €
<input type="checkbox"/> + Partner	35,- €
<input type="checkbox"/> + Kinder 18. - 23. Geb.	35,- €*
<input type="checkbox"/> + Kinder 18. - 23. Geb.	35,- €*
<input type="checkbox"/> + Kinder unter 18	0,- €

☐ ADAC Mitgliedschaft

max. Jahresbeitrag¹⁾
= 104,- €*

<input type="checkbox"/> Haupt-Mitglied	54,- €
<input type="checkbox"/> Haupt-Mitglied, ermäßigt ¹⁾	41,- €
<input type="checkbox"/> + Partner	25,- €
<input type="checkbox"/> + Kinder 18. - 23. Geb.	25,- €*
<input type="checkbox"/> + Kinder 18. - 23. Geb.	25,- €*
<input type="checkbox"/> + Kinder unter 18	0,- €

* Ab drei beitragspflichtigen Personen (Haupt-Mitglied + Partner/Kinder 18. - 23. Geb.) erhöht sich der Beitrag nicht weiter.

Meine Daten

Herr ☐ Frau ☐ Keine Anrede ☐

WBS 1586

Vorname _____ Nachname _____
 Straße _____
 Haus-Nr. _____
 PLZ _____ Wohnort⁷⁾ _____
 Geburtsdatum T T M M J J J J Telefon-Nr. _____
 Festnetz o. Mobil⁴⁾ _____
 E-Mail⁴⁾ _____

Für eine eigenständige Mitgliedschaft im Rahmen des Familienschirms:

Daten meines (Ehe-)Partners

Herr ☐ Frau ☐ Keine Anrede ☐

Geburtsdatum T T M M J J J J

Vorname _____ Nachname _____

Für eine eigenständige Mitgliedschaft im Rahmen des Familienschirms:

Daten meiner Kinder⁵⁾

Herr ☐ Frau ☐ Keine Anrede ☐

unter 18 ☐ 18. - 23. Geb. ☐ Geburtsdatum T T M M J J J J

Vorname 1 _____ Nachname _____

Herr ☐ Frau ☐ Keine Anrede ☐

unter 18 ☐ 18. - 23. Geb. ☐ Geburtsdatum T T M M J J J J

Vorname 2 _____ Nachname _____

Herr ☐ Frau ☐ Keine Anrede ☐

unter 18 ☐ 18. - 23. Geb. ☐ Geburtsdatum T T M M J J J J

Vorname 3 _____ Nachname _____

Falls abweichende Adresse:

Straße _____
 Haus-Nr. _____
 PLZ _____ Wohnort⁷⁾ _____

Kind 1 ☐ Kind 2 ☐ Kind 3 ☐

SEPA-Lastschriftmandat für wiederkehrende Zahlungen

Ich ermächtige den ADAC e.V. (Hansastraße 19, 80686 München, UCI: DE30 2220 0000 0569 50) und die ADAC Versicherung AG (Hansastraße 19, 80686 München, UCI: DE05 2220 0000 0583 70), Zahlungen für bestehende und zukünftige Verträge von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom ADAC e.V. und von der ADAC Versicherung AG auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Ich kann dieses SEPA-Lastschriftmandat jederzeit ohne Angabe von Gründen ganz oder teilweise widerrufen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Die jeweilige Mandatsreferenz wird mir separat mitgeteilt.

IBAN _____
 Daten Kontoinhaber (nur falls abweichend vom Haupt-Mitglied!) Herr ☐ Frau ☐ Keine Anrede ☐
 Name _____
 Anschrift _____
 Datum T T M M J J J J Unterschrift Kontoinhaber X

Bitte beachten Sie die Datenschutz- und Vertragsbedingungen auf der Rückseite.

Mit meiner Unterschrift stimme ich der Einbeziehung der Vertragsbedingungen zu.

☐ Ich erkläre verbindlich, dass ich durch meine Familienangehörigen/meinen Partner zum Abschluss von Mitgliedschaften und zur Datenweitergabe bevollmächtigt bin.⁶⁾

Datum T T M M J J J J Unterschriften Haupt- und ggf. Familien-Mitglieder⁶⁾ X

Ja, ich werbe ein ADAC Haupt-Mitglied.

Daten des Werbers

Herr ☐ Frau ☐ Keine Anrede ☐

Mitgliedsnummer _____

Vorname _____
 Nachname _____
 Straße _____
 Haus-Nr. _____
 PLZ _____ Wohnort⁷⁾ _____

Die im Zuge der Freundschaftswerbung angegebenen Daten des Werbers werden zur Durchführung der Freundschaftswerbung sowie zur Aktualisierung der allgemeinen Vertragsdaten des Werbers verarbeitet.



☐ Bestell-Nr. 01018



35 Euro

☐ Bestell-Nr. 01749



35 Euro

☐ Bestell-Nr. 01750



35 Euro

☐ Bestell-Nr. 01752

Online ist mit wenigen
Klicks alles erledigt:

- QR-Code scannen oder auf adac.de/freundewerben-motorwelt gehen
- Gutscheinprämie auswählen
- Einloggen und gemeinsam den Antrag ausfüllen – fertig!



Oder diesen Antrag nutzen:

1. Mitgliedsantrag gemeinsam mit dem neuen Mitglied ausfüllen
2. Gutscheinprämie **ankreuzen**
3. Antrag ausschneiden und in frankiertem Umschlag abschicken: ADAC e.V., Mitgliederservice, 81015 München

Info-Telefon: 0 800 2 12 12 18
 (Mo. - Fr.: 8 - 18 Uhr, gebührenfrei)
mitgliederservice@adac.de

Hinweise: 1) Zzgl. einmalige Aufnahmegebühr von 4,- € (entfällt bei Bankeinzug). 2) Versicherer: ADAC Versicherung AG, Hansastr. 19, 80686 München, den versicherungssteuerfreien Anteil Ihres Mitgliedsbeitrags sowie den Beitrag für die Verschaffung von Versicherungsschutz finden Sie nach Log-in auf adac.de/mein-adac/ 3) Ermäßigungsberechtigt sind Schwerbehinderte ab einem GdB von mind. 50 (GdB angeben) und junge Erwachsene (bis zum 25. Geburtstag) in Ausbildung (Nachweis beifügen). 4) Die Angabe ist freiwillig. Sofern eine Angabe gemacht wird, kann diese zum Zweck der Vertragsabwicklung (z.B. für Rückfragen) genutzt werden. 5) Alle minderjährigen Kinder von ADAC (Plus-/Premium-)Mitgliedern werden selbst beitragsfrei Mitglied. Ist der Partner nicht mitgeschützt, sind bei ADAC Plus-/Premium-Mitgliedern die minderjährigen Kinder des Partners im Rahmen der Gruppenversicherung mitgeschützt, sofern sie mit dem ADAC Plus-/Premium-Mitglied in häuslicher Gemeinschaft leben. Minderjährige haben eine eigene Mitgliedschaft, die sog. außerordentliche Mitgliedschaft. Mit dem 18. Geburtstag fällt die Tarifvoraussetzung des Minderjährigen weg und der Volljährige wird automatisch in einen Folgetarif umgestellt. 6) Sofern die Erklärung der Vollmacht vorliegt, sind Unterschriften der Familienangehörigen/Partner nicht erforderlich. 7) Die ADAC (Plus-/Premium-)Mitgliedschaft kann nur mit einem deutschen Hauptwohnsitz bzw. Sitz in Deutschland erworben werden. 1) Die Bezahlung des ersten Mitgliedsbeitrags (inkl. Aufnahmegebühr) erfolgt **ausschließlich** durch Rechnungsstellung bzw. Abbuchung durch den ADAC e.V. München **beim Haupt-Mitglied**. In diesem Dokument wenden wir uns an alle Geschlechter (m/w/d). Soweit grammatikalisch männliche, weibliche oder neutrale Personenbezeichnungen verwendet werden, dient dies allein der besseren Lesbarkeit.

Wir haben ihn. Den richtigen Tarif für jeden. Wo auch immer Sie sind. Wir sind da.

Ihr Schutz von Grund auf: **Die ADAC Mitgliedschaft.**
Hilfeleistungen in Deutschland.



Die ADAC Mitgliedschaft

Für Sie persönlich und Ihre minderjährigen Kinder: **nur 54 €/Jahr**

Alle Leistungen der ADAC Mitgliedschaft

- Pannen- und Unfallhilfe, Abschleppen und Bergung in Deutschland
- Deutschlandweite Fahrrad-Pannenhilfe
- ADAC Unfall-Notruf 24
- Juristische Erstberatung beim Clubjuristen oder ADAC Vertragsanwalt zu Mobilitätsthemen
- Technische und touristische Beratung durch ADAC Experten
- ADAC Vorteilswelt
- Zugang zu telemedizinischer Behandlung*
- **Neu:** ADAC Notfallpass

Die ADAC Mitgliedschaft Partner

Für Sie und Ihren Partner: **nur 79 €/Jahr**

Alle Leistungen wie oben aufgeführt.

Die ADAC Mitgliedschaft Familie

Für Sie, Ihren Partner, Ihre minderjährigen Kinder sowie Ihre volljährigen Kinder bis zum 23. Geburtstag: **max. 104 €/Jahr**

Alle Leistungen wie oben aufgeführt.

Ihr Extra an Schutz: **Die ADAC Plus-Mitgliedschaft.**
Hilfeleistungen in Deutschland, Europa und weltweit.



Die ADAC Plus-Mitgliedschaft

Für Sie persönlich und Ihre minderjährigen Kinder: **nur 94 €/Jahr**

- Alle Leistungen der ADAC Mitgliedschaft sind in der ADAC Plus-Mitgliedschaft enthalten
- Pannen- und Unfallhilfe, Abschleppen und Bergung in Europa
- Unterwegsschutz mit Unfall-Sofortleistung, Auslandsreise-Haftpflichtversicherung und Reisevertrags-Rechtsschutz
- Weltweiter Krankenrücktransport
- Europaweiter Fahrzeugrücktransport
- Fahrtkostenübernahme, Ersatzteilversand, Mietwagen, außerplanmäßige Heimreise
- ADAC Unfall-Rechtshilfe Ausland

Die ADAC Plus-Mitgliedschaft Partner

Für Sie und Ihren Partner: **nur 129 €/Jahr**

Alle Leistungen wie oben aufgeführt.

Die ADAC Plus-Mitgliedschaft Familie

Für Sie, Ihren Partner, Ihre minderjährigen Kinder sowie Ihre volljährigen Kinder bis zum 23. Geburtstag: **max. 164 €/Jahr**

Alle Leistungen wie oben aufgeführt.

* Telemedizin im In- und Ausland ist für alle ADAC Mitglieder zugänglich. Die telemedizinische Behandlung im In- und Ausland wird von der TeleClinic GmbH angeboten. Bei der telemedizinischen Behandlung erbringen die Ärzte keine umfassende Fernbehandlung. Es werden nur solche Krankheits- und Beschwerdebilder behandelt, für die nach allgemein anerkannten fachlichen Standards kein persönlicher ärztlicher Kontakt erforderlich ist.

Ihr Rundum-Schutz: **Die ADAC Premium-Mitgliedschaft.**

Hilfeleistungen in Deutschland, Europa und weltweit, mit zusätzlichen und erweiterten Leistungen.



Die ADAC Premium-Mitgliedschaft

Für Sie persönlich und Ihre minderjährigen Kinder: **nur 139 €/Jahr**

- Alle Leistungen der ADAC Plus-Mitgliedschaft sind in der ADAC Premium-Mitgliedschaft enthalten
- Rückholung bei Krise und Naturkatastrophe im Ausland
- Weltweiter Auslandskrankenschutz
- Übernahme der Übernachtungs- und Fahrtkosten bei Unwetter (in Europa)
- Todesfalleistung
- Abschleppen in Ihre Wunschwerkstatt in Deutschland (max. 100 km)
- Erhöhte Unfall-Sofortleistung
- Rechtsberatung im Ausland (erhöhter Zuschuss)
- Überprüfung von Versicherungsscheinen
- Pannen- und Unfallhilfe, Abschleppen und Bergung weltweit
- Schlüsseldienst im Inland

Die ADAC Premium-Mitgliedschaft Partner

Für Sie und Ihren Partner: **nur 189 €/Jahr**

Alle Leistungen wie oben aufgeführt.

Die ADAC Premium-Mitgliedschaft Familie

Für Sie, Ihren Partner, Ihre minderjährigen Kinder sowie Ihre volljährigen Kinder bis zum 23. Geburtstag: **max. 239 €/Jahr**

Alle Leistungen wie oben aufgeführt.

Ansprüche im Rahmen der **ADAC Mitgliedschaft** sowie die gegenseitigen Rechte und Pflichten ergeben sich aus den auszugsweise beigefügten abgedruckten Regelungen für die **ADAC Pannen- und Unfallhilfe für ADAC Mitglieder**. Daneben gilt die Leistungsordnung des ADAC e.V. Für die **ADAC Plus-Mitgliedschaft** bzw. die **ADAC Premium-Mitgliedschaft** gelten die Bedingungen der ADAC Plus-Mitgliedschaft bzw. der ADAC Premium-Mitgliedschaft (inkl. der jeweiligen Gruppenversicherungsbedingungen). Es gelten die Satzung des ADAC e.V. sowie die Satzung des für Sie zuständigen ADAC Regionalclubs. Die vollständigen Regelungen für die ADAC Pannen- und Unfallhilfe für ADAC Mitglieder, die Leistungsordnung des ADAC e.V., die Bedingungen für die ADAC Plus-Mitgliedschaft sowie die ADAC Premium-Mitgliedschaft (inkl. der jeweiligen Gruppenversicherungen) sowie die Satzung des ADAC e.V. finden Sie auf adac.de/vertragsbedingungen

Hinweise (Auszug aus den AGB der Freundschaftswerbung): Wird die von Ihnen geworbene Person Mitglied, erhalten Sie die von Ihnen gewählte Prämie, sobald der bei uns eingegangene Mitgliedschaftsbeitrag des Geworbenen Mitglieds nicht mehr zurückgerufen werden kann. Dies ist bei Rechnungszahlern nach Eingang des Beitrags auf unserem Konto und Ablauf der Widerrufsfrist der Fall. Bei SEPA-Lastschriftzahlern liegt diese Voraussetzung nach Ablauf der Rücklastschriftfrist vor. Das heißt, es kann bis zu 8 Wochen ab Mitgliedschaftsbeginn dauern, bis Sie Ihre Prämie erhalten/abrufen können. Der Versand per Post erfolgt nur innerhalb Deutschlands. Liefer- und Versandkosten fallen dabei nicht an. Im Fall eines digitalen Gutscheins informieren wir Sie per Post, sobald Ihr Gutschein auf adac.de bereitsteht. Der Zugang zu Ihrem digitalen Gutscheincode steht Ihnen nach erfolgreicher Registrierung im Mitgliederbereich („Mein ADAC“) auf adac.de zur Verfügung. Änderungen in der Durchführung bleiben vorbehalten und sind aktuell auf adac.de/freundewerbenbedingungen zu finden. Für den Gutschein gelten die Bedingungen des jeweiligen Ausstellers.

Bitte beachten Sie: Sie können neue Mitglieder mit Hauptwohnsitz in Deutschland für den ADAC werben, wenn Sie im Besitz einer gültigen ADAC Mitgliedschaft und volljährig sind. Ausgeschlossen sind Mitarbeiter und deren Angehörige des ADAC e.V., der ADAC SE, der ADAC Stiftung und der ADAC Regionalclubs sowie der jeweiligen verbundenen Unternehmen. Pro Quartal können maximal 15 Freundschaftswerbungen erfolgen.

Wichtig: Es besteht (soweit nicht anders beworben) kein Prämiensanspruch für: Werbung eines im Ausland ansässigen Mitglieds, Erweiterung einer Mitgliedschaft zur ADAC (Plus-/Premium-)Mitgliedschaft Partner/Familie, für das Upgrade der ADAC Mitgliedschaft zur ADAC Plus-Mitgliedschaft bzw. ADAC Premium-Mitgliedschaft, alle Tarife für junge Leute sowie Wiedereintritte. Unter einem Wiedereintritt wird die Wiederaufnahme einer bestandswirksamen beendeten Mitgliedschaft innerhalb eines Zeitraums von bis zu 2 Jahren verstanden.

Widerrufsbelehrung

Sie haben das Recht, binnen 14 Tagen ohne Angabe von Gründen Ihre Mitgliedschaft zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt 14 Tage ab dem Tag des Vertragsschlusses, beginnt jedoch nicht, bevor Sie Ihre Mitgliedschaftsunterlagen erhalten haben. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns mittels einer eindeutigen Erklärung – z. B. ein mit der Post versandter Brief an ADAC e.V., Hansastraße 19, 80686 München, per E-Mail an service@adac.de oder telefonisch unter 089 76 76 66 32 – über Ihren Entschluss, Ihre Mitgliedschaft zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das Muster-Widerrufsformular verwenden, welches wir Ihnen mit den Mitgliedschaftsunterlagen zukommen lassen, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Zur Wahrung der Frist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Folgen des Widerrufs

Wenn Sie Ihre Mitgliedschaft widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, unverzüglich und spätestens 14 Tage ab dem Tag zurückzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf Ihrer Mitgliedschaft bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Haben Sie verlangt, dass die Mitgliedschaft während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen in Bezug auf den Zeitpunkt Ihres Widerrufs anteiligen Mitgliedschaftsbeitrag zu zahlen.

Vertragsbedingungen und weitere Einzelheiten

zur **ADAC Mitgliedschaft**, zur **ADAC Plus-Mitgliedschaft** und zur **ADAC Premium-Mitgliedschaft** finden Sie in der ADAC Leistungsordnung und auf adac.de/vertragsbedingungen. Alle relevanten Informationen über die Verarbeitung Ihrer Daten finden Sie auf adac.de/datenschutz

Telefon: 089 558 95 96 97 (Mo. - Sa.: 8 - 20 Uhr)
E-Mail: service@adac.de

Datenschutzinformation

Für die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten bei der Begründung und Durchführung Ihrer ADAC Mitgliedschaft und ADAC Plus- oder Premium-Mitgliedschaft (gemeinsam „Mitgliedschaft“) ist der ADAC e.V., Hansastraße 19, 80686 München („ADAC“) Verantwortlicher im Sinne der Datenschutz-Grundverordnung („DSGVO“). Alle relevanten Informationen über die Verarbeitung Ihrer Daten finden Sie auf adac.de/datenschutz

Wir haben einen Datenschutzbeauftragten bestellt. Diesen können Sie bei Fragen zum Datenschutz, insbesondere auch im Zusammenhang mit Ihrer Mitgliedschaft, kontaktieren unter:
ADAC e.V. Datenschutzbeauftragter
Hansastraße 19 · 80686 München · E-Mail: dsb-mail@adac.de



16 Ganzjahresreifen
hat das ADAC Technik-
zentrum getestet (S. 83)

SERVICE

ADAC Motorwelt | Herbst 2024



Kontaktmöglichkeiten
zum ADAC finden Sie
auf Seite 87

Sicher zur Schule

Gemeinsam zu Fuß zum Unterricht zu gehen, tut Kindern gut. Dafür setzt sich die ADAC Stiftung mit ihrem Programm „Sicher zu Fuß zur Schule“ ein. Damit entwickeln Kinder Selbstbewusstsein, soziale Kompetenz und sie tun ihrer Gesundheit etwas Gutes. Auf der Homepage der ADAC Stiftung finden Eltern und Kinder umfangreiches Informationsmaterial, viele praktische Tipps, interaktive Spiele und ein Gewinnspiel. Schirmherr der Schulstartkampagne ist Dr. Volker Wissing, Bundesminister für Digitales und Verkehr.

Weitere Infos auf
[verkehrshelden.com/
schulstart](https://verkehrshelden.com/schulstart)



Gemeinsam unterwegs
Die ADAC Stiftung schult pro
Jahr 360.000 Kinder für mehr
Sicherheit im Straßenverkehr

Fragen Sie den Anwalt

Im April wurde **Cannabis in engen Grenzen legalisiert**. Was sind die Folgen, wenn jemand nach dem Kiffen am Verkehr teilnimmt?



Markus Schäpe
leitet die Juristische
Zentrale des ADAC

Bereits vor der Cannabislegalisierung drohten rechtliche Konsequenzen beim Nachweis von THC: Bestraft wurde, wer 1,0 Nanogramm je Milliliter Blut hatte und ein Kraftfahrzeug führte. Dieser Grenzwert gilt weiterhin für alle unter 21 Jahren sowie für Fahranfänger in der Probezeit, selbst wenn sie „nur“ einen E-Scooter fahren.

Für alle anderen hat der Gesetzgeber den Grenzwert auf 3,5 Nanogramm je Milliliter angehoben. Wer beim Führen eines Kraftfahrzeugs diesen oder einen höheren THC-Wert hat, riskiert eine Geldbuße von mindestens 500 Euro und einen Monat Fahrverbot. Gibt es konkrete Anhaltspunkte für Cannabismissbrauch oder wird man wiederholt erwischt, steht zusätzlich die medizinisch-psychologische Untersuchung (MPU) an.

Sich an bestimmte Grenzwerte „heranzurauchen“, funktioniert nicht: Anders als bei Alkohol, bei dem die Angaben zu Volumenprozent genau auf dem Etikett angegeben sind, ist es bei Cannabis nicht möglich, den Wirkstoffgehalt (im Blut) zu errechnen. Die Menge an THC schwankt je nach Sorte. Außerdem sind Aufnahme und Abbau der psychoaktiven Substanz sehr individuell.

Mischkonsum wird hoch bestraft: Bei Cannabiskonsum gilt ein striktes Alkoholverbot. Wer mit beiden Substanzen im Blut ein Kraftfahrzeug führt, bekommt neben dem Fahrverbot ein Bußgeld von mindestens 1000 Euro, im Wiederholungsfall bis zu 5000 Euro. Und auch hier droht die MPU.

adac.de/cannabis



Über Nacht ans Ziel
Immer mehr Menschen
nutzen Nachtzüge

Nachtzüge Einsteigen, schlafen, ausgeruht ankommen. Nachtzüge werden immer beliebter. Die Österreichische Bahn will ihre Fahrgastzahlen bis 2030 verdoppeln, aus Deutschland gibt es neue Verbindungen nach Paris und Brüssel und neben Staatsbahnen starten immer mehr junge Unternehmen wie der belgisch-niederländische European Sleeper ins Nachtzug-Geschäft ein.

Mehr Infos unter adac.de/nachtzuege

Teures Autobahn-Tanken

Runterfahren von der Autobahn lohnt sich: Wer an der ersten Tankstelle nach der Ausfahrt tankt, spart im Schnitt 20 Prozent. Das zeigt eine Stichprobe des ADAC. Diesel ist an Autobahntankstellen im Durchschnitt 38,0 Cent pro Liter teurer, in der Spitze sogar 49,7 Cent. Bei Super E10 beträgt der Preisunterschied zur ersten Tankstelle nach der Ausfahrt 39,9 Cent beziehungsweise 54,2 Cent im Maximum. Trotzdem tanken bei längeren Autofahrten laut ADAC Befragung immer noch knapp 20 Prozent der Befragten direkt an Autobahntankstellen.

Infos unter adac.de/tanken-autobahn



Navigieren, laden, tanken

Die ADAC Drive App hilft bei der Routenplanung, zeigt Ladesäulen und günstige Tankstellen

Überall bequem laden

Sieben **Wallboxen für unterwegs** im ADAC Test

Ankommen, die mobile Ladestation mit Steckdose und Auto verbinden und sofort Strom tanken. Wallboxen to go sind praktisch. Und sinnvoll, wenn man öfter an verschiedenen Orten ist: zu Hause, im

Ferienhaus oder zu Besuch bei Freunden. Dabei haben die Geräte die gleichen Funktionen wie fest installierte Wallboxen. Das Einzige, was man braucht, um eine mobile Ladestation optimal nutzen

zu können, ist ein Starkstrom-Anschluss. Diese CEE-Steckdose findet man oft bereits in der Garage. Schließt man dort die mobile Wallbox an, muss man das bei dem Netzbetreiber anmelden.

Der ADAC hat sieben Modelle zwischen 190 Euro und 1449 Euro untersucht – mit erfreulichen Ergebnissen: Sechs erhielten die Note „gut“, einmal gab es wegen mangelnder Kennzeichnung eine Abwertung und die Note „Drei“. Vier Modelle besaßen sogar ein Wechseladaptersystem für unterschiedliche Stromanschlüsse inklusive Haushaltssteckdose, was sie noch flexibler macht. Getestet wurden die Geräte in den Kategorien Sicherheit, Ausstattung, Funktion und App-Funktionalität.



Flexibel laden
Mobile Wallboxen sind überall schnell einsatzbereit

Testergebnisse auf adac.de/wallbox-mobil



Infostand

Der ADAC befindet sich in Halle 9 der Messe Düsseldorf

Caravan Salon Der ADAC berät vom 30.8. bis 8.9. zu den Themen Campingurlaub und -technik, Stellplätze, Wohnmobilvermietung und Versicherungen. Club-Mitglieder sparen beim Eintritt mindestens zwei Euro.

Infos unter adac.de/caravan-salon

Risiken selbst erleben

Eine interaktive Ausstellung der ADAC Stiftung im Körperwelten Museum in Berlin möchte Jugendliche und junge Erwachsene für Risiken im Verkehr sensibilisieren. Unter anderem können Besuchende in einem Miniatur-Lkw tote Winkel erleben. Rauschbrillen zeigen, wie stark sich Alkohol und Drogen auf das Sehvermögen auswirken. An einer anderen Station gibt es die Möglichkeit, die eigene Reaktionszeit zu testen. Die kostenfreie Ausstellung im Besucherzentrum öffnet täglich von 10 bis 19 Uhr.

Infos unter stiftung.adac.de/koerperwelten

Verschwommen
Eine Besucherin testet eine Brille, die einen Rausch simuliert



ADAC Skipper App

Das Update der Pro-Version (ab 19,99 Euro/Jahr) enthält mehr Wetterdaten sowie Verbesserungen beim Offline-Modus und der Pro-Törnplanung.

skipper.adac.de/skipper-app

**Entschädigung bei Flugverspätung**

Mit dem Entschädigungsrechner des ADAC kann man kostenlos seinen Anspruch prüfen und bis zu 600 Euro pro Person für jeden Flug der letzten drei Jahre geltend machen.

adac.de/flugastrechte

**ADAC Roadtrips**

Alles für die Tourenplanung: Ab sofort gibt es die Ziele Allgäu/Bodensee/Oberschwaben, Dänemark/Südschweden und Toskana – alle mit ADAC Trips App Einbindung.

Im Handel und auf adac.de/roadtrips

**Wohnmobil-Ratgeber**

Experten des ADAC haben fünf teilintegrierte Wohnmobile mit maximal 2,20 Metern Breite und 6 Metern Länge miteinander verglichen.

adac.de/kompakte-camper



DANKE,
ADAC!

**Herr des Ringes**

Ein Gelber Engel holte für Gerrit und Kerstin H. den Ehering aus dem Motorraum

Beim Auffüllen des Wischwassers rutschte Gerrit H.s Ehering vom Finger und verschwand im Motorraum. Zusammen mit seiner Frau Kerstin suchte er per Taschenlampe: Fehlanzeige. Auch Rütteln, Anfahren und abruptes Bremsen halfen nicht. Der Ehering der frisch Verheirateten war wohl auf dem Unterbodenblech gelandet. Eine Fahrt zur Werkstatt kam nicht infrage: Der Ring könnte auf dem Weg rausfallen und wäre für immer weg. Schließlich riefen sie den ADAC und schilderten den außergewöhnlichen Notfall. Der gerufene Straßenwachtfahrer legte sich unter das Auto, löste ein paar Schrauben und wurde fündig. Mit Tränen in den Augen bedankten sich Gerrit und Kerstin H. und entschuldigten sich, seine Zeit für so was in Anspruch genommen zu haben. „Das muss auch mal sein“, sagte der grinsend und überreichte Gerrit H. den geliebten Ring.

Schicken Sie uns Ihre Geschichte an redaktion@adac.de

Fahrradtraining Ab sofort können Schulen einen kompakten Rollkoffer bei ihrem ADAC Regionalclub abholen, um Trainings für 8- bis 15-Jährige durchzuführen. Der Koffer enthält alle Materialien, um schnell verschiedene Übungsstationen aufzubauen.

Weitere Infos unter adac.de/fahrradtraining

**Kreisverkehr**

Einhändig fahren, ausweichen und bremsen sind einige der Übungen. 2023 nahmen 150.000 Kinder an Trainings des ADAC teil

Klarer Sieger im ADAC Ganzjahresreifen-Test

Eines von **16 Modellen** bekam die Note „gut“, zwei fielen durch

Hitze, Kälte, Schnee und Regen. Ein guter Ganzjahresreifen muss ein Alleskönner sein – und sollte eine hohe Laufleistung erreichen. Erstmals erhält ein Modell beim ADAC Reifentest die Note „gut“. Auch wenn der Goodyear-Reifen leichte Schwächen auf trockener Fahrbahn und bei hohen Temperaturen aufweist. Zweimal gab es die Gesamtnote „Fünf“: Die Modelle von Kenda und Infinity waren auf nasser beziehungsweise winterlicher Fahrbahn sehr schlecht.



Rutschfest

Unterwegs auf dem Nasshandlingkurs des Contidrom in Jevern



Weitere Infos auf adac.de/reifentest

ADAC Reifentest 16 Ganzjahresmodelle

Testdimension:
205/55 R16 94V
(bis 240 km/h)

Mittl. Preis in Euro
(Stand Juni 2024)

Angabe Reifenlabel

			Gesamturteil	Fahrsicherheit	Trockene Fahrbahn	Nasse Fahrbahn	Winterliche Fahrbahn	Umweltbilanz	Laufleistung	Reifenabrieb	Effizienz	Geräusch	Nachhaltigkeit
			100 %	70 %	35 %	45 %	20 %	30 %	40 %	20 %	20 %	10 %	10 %
Goodyear Vector 4Seasons Gen-3	120	C/B/B 70 dB	2,4	2,7	2,7	2,5	2,3	1,8	1,0	1,7	2,0	3,0	3,3
Pirelli Cinturato All Season SF2*	114	C/A/A 68 dB	2,6	2,3	2,3	2,1	2,5	3,3	3,3	2,2	2,6	3,0	3,0
Hankook Kinergy 4S²	98	C/B/B 72 dB	2,7	2,9	2,3	2,9	2,9	2,2	1,7	1,7	2,3	3,4	3,6
Michelin CrossClimate 2	131	B/B/A 69 dB	2,7	2,9	2,1	2,9	2,0	2,2	2,4	1,6	2,0	2,9	2,7
Kumho Solus 4S HA32+	89	C/B/B 72 dB	2,8	3,0	3,0	2,9	2,1	2,3	1,8	2,1	2,5	3,0	3,9
Vredestein Quatrac	105	C/B/B 70 dB	2,8	3,1	3,1	2,6	2,7	2,2	2,0	1,8	1,8	3,1	3,5
Falken EuroAll Season AS210	96	C/B/B 70 dB	3,1	3,2	2,7	2,2	3,2	2,7	2,7	2,3	2,4	3,2	4,0
Firestone Multiseason2	97	C/B/B 71 dB	3,6	3,6	3,6	2,6	3,0	3,1	3,1	2,8	2,0	3,2	3,3
Sava All Weather	93	C/C/B 71 dB	3,7	3,7	3,7	3,4	1,8	2,3	2,5	1,9	1,6	3,0	3,3
Nankang Cross Seasons AW-6	79	C/B/B 72 dB	3,7	3,7	3,7	3,4	2,7	2,9	2,6	2,4	2,9	3,0	4,6
Toyo Celsius AS2	96	C/B/B 71 dB	3,8	3,8	3,8	3,1	3,3	2,3	1,9	1,8	2,2	3,2	4,0
Semperit AllSeason-Grip	99	C/B/B 71 dB	3,9	3,9	3,9	2,5	1,7	2,9	2,9	2,8	2,0	3,3	3,0
Uniroyal AllSeasonExpert 2	98	C/B/B 72 dB	4,0	4,0	4,0	2,5	2,4	2,2	2,0	2,2	1,8	3,3	3,0
Yokohama BluEarth-4S	98	D/B/B 72 dB	4,0	4,0	4,0	2,9	2,8	3,3	3,2	2,9	3,3	3,0	3,8
Kenda Kenetica 4S	78	D/C/B 70 dB	5,1	5,1	2,6	3,0	5,1	2,8	2,4	1,8	2,8	3,4	4,3
Infinity Ecofour	81	C/C/B 72 dB	5,4	5,4	4,0	5,4	2,9	2,4	2,3	1,7	2,1	3,1	4,3

Notengrenzen: ■ 0,6 - 1,5 (sehr gut) ■ 1,6 - 2,5 (gut) ■ 2,6 - 3,5 (befriedigend) ■ 3,6 - 4,5 (ausreichend) ■ 4,6 - 5,5 (mangelhaft)

*Der Pirelli Cinturato All Season SF2 ist bereits durch den Nachfolger Pirelli Cinturato All Season SF3 ersetzt worden

Eine Note schlechter als 2,5 in einem Unterkriterium (wie z. B. trockene Fahrbahn, Laufleistung etc.) schlägt auf das jeweilige Hauptkriterium (Fahrsicherheit oder Umweltbilanz) durch. Eine Note schlechter als 3,5 in einem der zwei Hauptkriterien schlägt auf die Gesamtnote durch.

ADAC

**Helfen ist unsere Leidenschaft.
Gestern. Heute. Und in Zukunft.
Die ADAC Straßenwacht.**

70 Jahre | 1954 – 2024
ADAC Straßenwacht



DTM-Finale

Titel-Showdown 2024. Bei den zwei Finalwochenenden auf dem Red Bull Ring im österreichischen Spielberg (27. bis 29. September) und auf dem Hockenheimring (18. bis 20. Oktober) entscheidet sich, wer die Saison gewinnt. 20 Fahrer von sieben Marken kämpfen im 40. Jahr der Serie um den begehrten DTM-Titel. Tickets für die letzten zwei Termine gibt es bereits ab 39 Euro, ADAC Mitglieder profitieren im Vorverkauf von zehn Prozent Mitgliedsvorteil. Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren haben wie immer freien Eintritt.

Weitere Infos und Tickets unter [dtm.com](https://www.dtm.com)



Schlussrunde
Das letzte Saisonrennen findet auf dem Hockenheimring statt

Central European Rally 2024 Die besten Rallyefahrer der Welt kommen vom 17. bis 20. Oktober zurück ins Dreiländereck Tschechien, Österreich, Deutschland. Start ist vor der Prager Burg, weiter geht es über die Region Sumava zum Ziel in Passau. Als vorletzter WM-Lauf 2024 kann die Central European Rally die vorzeitige Titelentscheidung bringen.

Tickets ab 45 Euro auf [centraleuropeanrally.eu](https://www.centraleuropeanrally.eu). Kinder und Jugendliche unter 16 haben freien Eintritt



Rennkulisse
125.000 Fans waren 2023 an der Strecke



Herausgeber

Präsidium des ADAC e. V.

Geschäftsführender Vorstand

Andreas Leihener, ADAC e. V.

Chefredaktion

Martin Kunz

(verantwortlich für den redaktionellen Inhalt),

Stellvertreter: Thomas Paulsen,

Mitglied der Chefredaktion: Christof Henn

Hansastraße 19, 80686 München,

T 089 767 60

E-Mail motorwelt@adac.de

Redaktionsmanagement ADAC

Diane Göbel-Baumann (Ltg.), Karin Meier

Redaktion

storyboard GmbH,

Wiltrudenstraße 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](https://www.brand-community-network.de)

Head of Publisher Management:

Meike Nevermann

Verantwortlich für den Anzeigenteil:

Katja Lickhardt

Kostenpflichtiger Bezugsservice

[motorwelt-bezugsservice.de](https://www.motorwelt-bezugsservice.de)

Druck

Burda Druck GmbH,

Hauptstraße 130, 77652 Offenburg,

T 0781 84 01

E-Mail info@burda-druck.de

Der Bezug des E-Papers ist mit dem Mitgliedsbeitrag abgegolten.



PEFC zertifiziert

Dieses Produkt stammt aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern und kontrollierten Quellen

www.pefc.de



EU Ecolabel: DE/053/003

Bitte sammeln Sie Altpapier für das Recycling

Videosprechstunde für alle

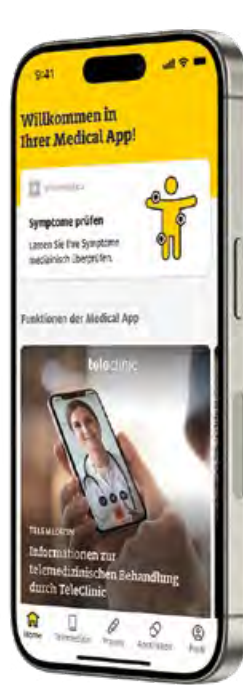


Medical App Ab sofort haben alle ADAC Mitglieder und Inhabende des ADAC Auslandskrankenschutzes Zugang zu telemedizinischer Beratung – in Deutschland sowie im Ausland. Einen Termin gibt es in der Regel innerhalb von drei Stunden, die Kosten für die Videosprechstunde werden von allen gesetzlichen und privaten Krankenkassen übernommen.

Weitere Infos unter adac.de/medical-app



Hund oder Katze sind krank oder verletzt? Die ADAC SE bietet ab sofort eine Haustier-Reiseversicherung: Egal ob Hund oder Katze mit auf Reisen gehen oder daheimbleiben, die Versicherung schützt bei Erkrankungen oder Verletzungen der Tiere. Infos: adac.de/haustier-reiseversicherung



Mit der ADAC Medical App bekommen Sie telemedizinische Beratung

» Von der Verkehrspatrouille bis zum WLAN-Check «

Thomas Reynartz, Leiter der ADAC Pannenhilfe, über neue Herausforderungen

Was sind die größten Veränderungen in der Geschichte der Straßenwacht, die gerade 70. Jubiläum feiert?

In den Anfängen waren die Pannenhelfer auf Motorrädern mit Beiwagen unterwegs. Heute haben sie technisch sehr gut ausgestattete Fahrzeuge. Die Technik hat einen Quantensprung gemacht, vom Käfer, den wir damals auch im Einsatz hatten, zu hochmodernen Autos. Früher war es ein Patrouillieren, die Straßenwachtler sind ohne Funk umhergefahren und haben versucht, Havaristen zu finden. Inzwischen schicken wir sie auch per App zu ihren Einsatzorten.

Wie entwickelt sich die Zahl der Pannenhilfen? Die Zahl der Autos steigt ja. Die durchschnittliche Zahl der Pannen pro Mitglied ist rückläufig. Das liegt zum



Das gesamte Interview lesen Sie auf adac.de/pannenhilfe-interview

einen am Klima: Die letzten Jahre waren die wärmsten seit Beginn der Temperatureaufzeichnungen. Wir haben aus dem Grund kaum noch strenge Winter, die bei uns vor allem wegen schlapper Starterbatterien für mehr Einsätze sorgen. Und das Mobilitätsverhalten hat sich ge-

ändert, zum Beispiel, weil immer mehr Menschen im Homeoffice bleiben.

Stoßen Straßenwachtfahrer manchmal an Grenzen, weil Autos immer komplizierter werden?

Ganz klar. Das liegt auch daran, dass die Hersteller uns nicht die Möglichkeit geben, alles zu tun, was nötig wäre. Gerade wenn es um Fahrzeugdaten geht, die wir für die Diagnose von Fehlern brauchen. Insgesamt sind wir aber genauso leistungsfähig wie früher.

Was bringt die Zukunft?

Unsere Arbeit wird digitaler. Es zeichnet sich ab, dass wir Daten über die Luftschnittstelle, quasi per WLAN, abgreifen können. Einen Teil der Aufgaben wird man wohl auch aus der Ferne erledigen können. Aber unsere Gelben Engel brauchen wir ganz sicher weiterhin. Aus der Ferne kann man keine Batterie wechseln, keinen Reifen ersetzen.

Pedelec-Test

Niedrige Reichweiten von teilweise nur 35 Kilometern, hohe Ladezeiten von bis zu zehn Stunden, oft wenig Durchzugskraft am Berg und in mehreren Fällen eine fehlende Anzeige von Reichweite und Fahrgeschwindigkeit. Der ADAC hat zehn Einstiegermodelle mit einer unverbindlichen Preisempfehlung bis 2000 Euro und einer maximalen Unterstützung von 25 km/h getestet – mit durchwachsenen Ergebnissen. Immerhin: Keins der 21 bis 27 Kilogramm schweren Pedelecs fiel beim Haltbarkeits- und Bremsentest durch.



Elektrische Mehrheit
53 Prozent der 2023 verkauften Fahrräder haben einen E-Antrieb

Weitere Infos auf adac.de/pedelec-test



Wir sind für Sie da:
So erreichen Sie den ADAC



Pannenhilfe, Unfall, Notfall

Deutschland
T 089 20 20 40 00
Kurzwahl mobil **22 22 22***
Internet adac.de/hilfe

Ausland
bei Fahrzeugschaden
T +49 89 22 22 22
bei Krankheit/Verletzung
T +49 89 76 76 76

**Mitglieder-Hotline,
Adress- und Kontoänderung**

T 089 558 95 96 97
(Mo. - Sa.: 8 - 20 Uhr)
F 0800 530 29 28

ADAC im Internet
adac.de
adac.de/umzug

*Kosten je nach Netzbetreiber/Provider



**Besonders günstig für
ADAC Mitglieder!**

**Ab 49,50 Euro
im Jahr.**

**Auf jeder Reise ins Ausland ein
gutes Gefühl. Egal, ob Ihr Vierbeiner
mitkommt oder nicht.**

**Die neue ADAC Haustier-
Reiseversicherung.**

Weltweiter Schutz für Hunde und Katzen, wenn Sie als Eigentümer im Ausland sind – egal, ob Ihr Tier mitkommt oder in Deutschland bleibt.

Mehr Informationen auf adac.de/gutes-gefuehl oder unter 089 558 95 79 80 (Mo. - Sa.: 8 - 20 Uhr) und in jeder ADAC Geschäftsstelle.



Gut zu wissen

An dieser Stelle beantworten ADAC Expertinnen und Experten in jeder Ausgabe Leserfragen. Sie möchten auch etwas wissen? Schreiben Sie an motorwelt@adac.de



Fahrzeugpflege – Kann man die Klimaanlage im Auto selbst reinigen?

Im Fachhandel gibt es unterschiedliche Produkte für die Reinigung – zum Beispiel sogenannte Klicksprays, die bei Betrieb der Klimaanlage versprüht werden. Oder Sprühflaschen mit Schläuchen, um das Innere der Klimaanlage zu reinigen. Für eine umfassende Desinfektion sind sie meist nicht geeignet. Der ADAC empfiehlt daher alle zwei bis drei Jahre die Klimaanlage-Reinigung in einer Fachwerkstatt – wenn man unangenehme Gerüche wahrnimmt, unbedingt schon vorher. Um Bakterien- und Pilzbefall zu vermeiden, sollte man auch den Pollenfilter im Motor- oder Innenraum einmal im Jahr wechseln – am besten ebenfalls in der Werkstatt.

adac.de/klimaanlage



Die Experten (v.li.)

Michael Nissen leitet den Bereich Internationales Recht, **Simone Ettenhuber** ist Syndikusrechtsanwältin und **Matthias Zimmermann** Fachreferent im ADAC Technikzentrum

Strafzettel – Was mache ich, wenn ich ein Knöllchen aus dem Ausland bekomme?

Da Tempoüberschreitungen im Ausland meist automatisiert festgestellt werden, sollten Sie zuerst Ihren Bußgeldbescheid prüfen. Wenn Datum, Zeit und Ort des Verstoßes sowie das Kfz-Kennzeichen stimmen und der Verstoß noch nicht verjährt ist, heißt es: zahlen. Manche Länder wie Frankreich, Italien und Slowenien gewähren Rabatte bis zu 50 Prozent bei schneller Überweisung. Nicht bezahlte Bußgelder können in Deutschland aus allen EU-Staaten (aus Österreich sogar schon ab 25 Euro) und aus der Schweiz (bei Verstößen ab 70 Euro) vollstreckt werden.

adac.de/bussgelder-ausland

Reise – In welchen Ländern braucht man den internationalen Führerschein?

Den internationalen Führerschein gibt es in zwei Formen: nach dem Straßenverkehrsabkommen von 1968 und 1926. In Thailand beispielsweise braucht man zwingend das 1968er-Muster. Teilen Sie der Behörde daher stets das genaue Reiseziel mit. Grundsätzlich rät der ADAC bei allen Reisen außerhalb der EU und des Europäischen Wirtschaftsraums (EWR) zu dem Dokument, besonders in Albanien, Moldau und Russland. Ausnahmen sind Großbritannien, Schweiz, Bosnien, Türkei und Serbien. In den USA oder in Kanada sollten Sie einen haben, wenn Sie ein Auto mieten. adac.de/internationaler-fuehrerschein



Euer direkter Draht zum ADAC



Jetzt QR Code scannen und mehr auf
adac.de/socialmedia erfahren.

ADAC



Mein nächstes Mal

Der Schauspieler **Henning Baum** blickt nach vorn. Und verrät, was er in naher Zukunft machen wird



Zur Person

Henning Baum machte eine Rettungssanitäter-Ausbildung, bevor er Schauspieler wurde. Mittlerweile hat er über 50 Filme gedreht und in vielen Serien mitgespielt, darunter „Der König von Palma“ sowie zwei „Jim Knopf“-Verfilmungen. Ab 13. September ist Baum im Finale der Audible-Podcast-Serie „Marvel's Wastelanders“ zu hören.



Meine nächste Urlaubsreise geht nach ...

Irland, wo eine Freundin mit Familie lebt, die ich gerne besuchen möchte.

Außerdem möchte ich wieder die Westküste sehen, die ich zuletzt 1987 besucht habe. Damals liefen immer U2 und Rick Astley im Radio.

Mein nächstes Hörbuch ...

ist von Ian Kershaw „Der Mensch und die Macht: Über Erbauer und Zerstörer Europas im 20. Jahrhundert“.

Beim nächsten Stau ...

bin ich hoffentlich nicht in Eile und mein Radio funktioniert wieder so, dass ich ein Hörbuch hören kann.

Die nächste Quiz-Sendung, in die ich gehe ...

wird hoffentlich wieder „Wer weiß denn sowas“ in der ARD. Da lernt man die skurrilsten Dinge: beispielsweise, dass Konrad Adenauer einem Ritterorden angehörte, der ihm das Privileg verlieh, mit einem Pferd in den Kölner Dom zu reiten, um dort am Gottesdienst teilzunehmen.

Wenn ich das nächste Mal Geburtstag habe ...

würde ich gerne wieder eine meiner legendären Partys feiern, mit Musik von Quincy Jones und Nile Rodgers. Alle tanzen und freuen sich, dass die Musik sie an die Zeit erinnert, die frei vom Ballast unnötiger Zeitgeistqualen war. Deswegen bleiben Handys aus, niemand filmt und fotografiert.

Wenn ich das nächste Mal schlechte Laune habe ...

trainiere ich mit schweren Gewichten und meide die Gesellschaft meiner Mitmenschen, um sie nicht damit zu belasten.

Demnächst freue ich mich auf ...
die Fortführung einer Rolle in einem internationalen Film, der in Rom gedreht wird. Vielleicht habe ich in einer Drehpause sogar die Gelegenheit, den Petersdom zu besichtigen.

Wenn ich das nächste Mal zu spät komme ...

werde ich darüber nachdenken, worin die Ursache liegt: ob vielleicht eine stille Rebellion dahintersteckt oder der geheime Wunsch, die Zeit selbst mehr zu bestimmen.

Bei der nächsten Panne mit dem Auto ...

handelt es sich hoffentlich nur um einen Platten. Denn den kann ich recht gut allein beheben.

Mein nächstes großes Projekt ...

muss noch geheim bleiben. Denn es würde ein Raunen durchs Volk gehen, wenn es davon erführe.

Mein nächstes kleines Projekt ...

wird der Besuch einer Stuntschule für Motorradfahren sein. Damit ich endlich lerne, sicher auf dem Hinterrad zu fahren.

Als Nächstes probiere ich ...
ob ich es schaffe, zwei Wochen auf veganes Essen zu verzichten und dafür jeden Abend einen anderen Rotwein zu trinken.

**In der nächsten ADAC
Motorwelt freue ich mich
auf einen Artikel über ...**
die Renaissance des Dieselmotors und die neue Lust an alten Motorrädern.





**Für kurze Zeit:
51 Cent/kWh!***

Einfach weiter unter Strom.

Neu: ADAC e-Charge jetzt mit Aral pulse.

Wir haben einen neuen Partner. Sie profitieren weiter von vielen elektrisierenden Vorteilen:

- » Schnell Strom laden: in einem der größten Ladenetze in Deutschland
- » Entspannt unterwegs sein: dank zuverlässiger Ladesäulen und fairer Preise
- » Ladepause genießen: mit tollen Shop-Angeboten und geschultem Personal vor Ort
- » Exklusiv profitieren: keine monatliche Grundgebühr für ADAC Mitglieder



**Gleich mehr erfahren:
adac.de/e-charge**

ADAC

* Gültig nur bis Ende September 2024

In Kooperation mit **Aral pulse**

Ihr wollt mehr? Ihr bekommt mehr!

SIMon
mobile

+3GB
dauerhaft
für alle

15_{GB}

20_{GB}

30_{GB}

~~12_{GB}~~

~~17_{GB}~~

~~27_{GB}~~

ab mtl.

8,99 €*



Mit dem Code **ADAC10** sparst du **10 %** in den ersten 6 Monaten.*

- ✓ Monatlich kündbar
- ✓ Top D-Netz-Qualität inkl. 5G

- ✓ Allnet-Flat
- ✓ WiFi-Calling inklusive

📍 simonmobile.de
☎ 0800 5054444

*Dauerhafter mtl. Rabatt von 3€ (mtl. rabattierter Basispreis 11,99€) bei Abschluss ohne Rufnummernmitnahme oder Portierung von den Anbietern/Marken Mobilcom-Debitel, otelo, Telekom, Vodafone. Ansonsten dauerhafter mtl. Rabatt von 6€ (mtl. rabattierter Basispreis 8,99€) bei Portierung zu SIMon mobile. Keine Portierung mgl. von BILDmobil, Pure Mobile. Monatlich kündbar. Surfen bis 15 GB/Mon sowie optional hinzubuchbar 5 GB/Mon für 3€ mtl. oder 15 GB/Mon für 8€ mtl. (nur einmal zusätzlich buchbar) m. geschätzte max./beworb. Bandbreite bis zu 50 Mbit/s im Download und 25 Mbit/s im Upload, abhängig von deinem Gerät und Anzahl der Nutzer, danach bis zu 32 kbit/s. Bytegenaue Taktung. Du surfst im 5G-Netz mit einem 5G-fähigen Gerät in Gebieten mit 5G-Verfügbarkeit, ansonsten mit 4G/LTE bei geeignetem 4G/LTE-fähigem Gerät. Inkl. Sprach-/ SMS-Flat in alle dt. Netze (keine Sonderrn.). Inkl.-Leistung auch innerhalb des EU-Auslands inkl. nach D nutzbar. Gilt nur für vorübergehende Reisen im EU-Ausland. Aktion vom 15.08.2024 bis 11.09.2024: Neukunden erhalten bei Eingabe des im Werbemittel genannten Gutscheincodes im Bestellprozess auf simonmobile.de oder in der SIMon mobile App in den ersten 6 Monaten mtl. 10% Rabatt auf den mtl. Basistarif sowie auf die mtl. Kosten der direkt bei Abschluss hinzugebuchten Data-Option 5 GB/Mon oder 15 GB/Mon. Nur solange der Vorrat reicht.