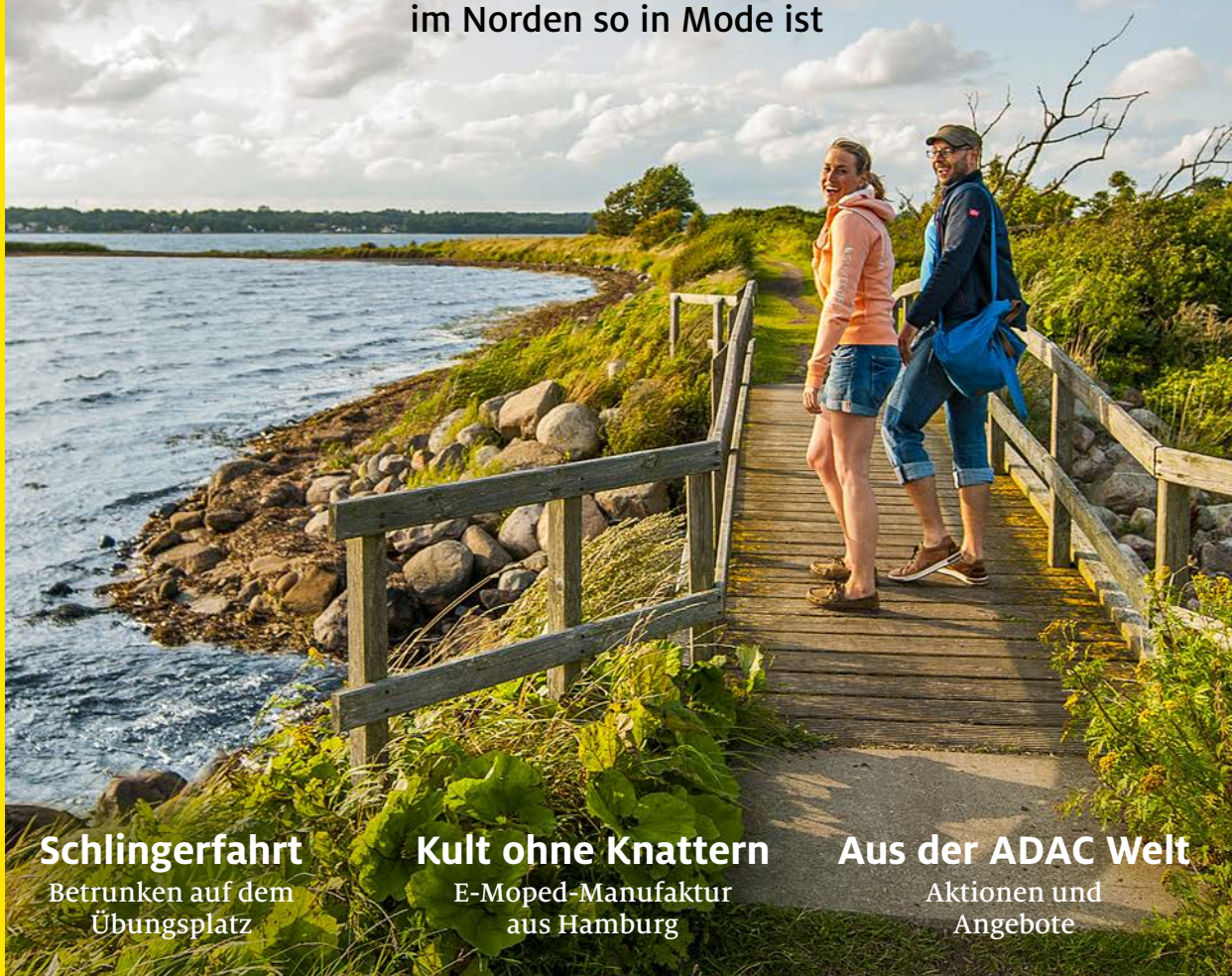


Der Norden

Laufstege ins Glück

Meditativ und nachhaltig: Warum Wandern
im Norden so in Mode ist



Schlingerfahrt

Betrunken auf dem
Übungsplatz

Kult ohne Knattern

E-Moped-Manufaktur
aus Hamburg

Aus der ADAC Welt

Aktionen und
Angebote

Thermen statt nur Urlauben

Willkommen in Europas größter Thermenlandschaft Bad Füssing

JOHANNESBAD HOTELS

Urlaubsbonus

im Wert von **25,- Euro** p.P. / Aufenthalt*
einlösbar in allen 4 Johannesbad Hotels in Bad Füssing.

Reservierung & Buchung:

+49 (0) 8531 23 2909 | info@johannesbad-hotels.com
www.johannesbad-hotels.com (Bonus-Code: UB-05-23)

Johannesbad Hotels Bad Füssing GmbH
Johannesstraße 2 | DE-94072 Bad Füssing
www.johannesbad-hotels.com

*Dieser Gutschein gilt für alle Hotelleistungen bei einem Aufenthalt ab 7 Nächten und ist bis zum 31. August 2023 pro Person einmal einlösbar. Der Gutschein gilt nur für Direktbuchungen, ist nicht übertragbar, nicht mit anderen Aktionen kombinierbar, keine Barablöse möglich. Online einfach den Bonus-Code in das Kommentarfeld bei einer Buchung ab 7 Nächten eingeben.

In allen Arrangements der Johannesbad Hotels ist der Eintritt in unsere Johannesbad Therme bereits inbegriffen.

4

Fuß-Volk Das Wandern
liegt immer mehr im Trend



Liebe Leserinnen und Leser,

lange wurde Wandern verbunden mit Knickerbockern, die den Blick auf in Wollstrümpfe gehüllte Waden lenken, und Wanderstöcke mit aufgenagelten Abzeichen.

Doch das Klischee ist längst passé! Die Natur zu Fuß zu entdecken, liegt im Trend. Berge braucht es dafür nicht – im Gegenteil: Im Norden gibt es jede Menge zu entdecken. Wir haben uns für Sie auf den Weg gemacht und ein paar Streckenvorschläge zusammengestellt.

Dass Alkohol am Steuer ein Tabu ist, sollte mittlerweile jeder verstanden haben. Aber warum er so gefährlich ist, haben wir auf einem Fahrsicherheitsgelände getestet.

Lange ist es her, dass das Moped das Statussymbol der Dorfjugend war. Heute sieht man in der freien Wildbahn meist nur noch kunststoffverkleidete Roller, deren Sex-Appeal im Minusbereich liegt. Zwei Freunde aus Hamburg wollen das ändern: In ihrer kleinen Garage fertigen sie wahre Stilikonen an, die sie mit zeitgemäßem elektrischem Antrieb ausstatten. Wir haben sie in ihrer Werkstatt besucht.

Wir hoffen, Ihnen gefällt unsere Themenauswahl, und wünschen Ihnen viel Spaß bei der Lektüre!

12

Trinken für den
Erkenntnisgewinn



14

E-as-y Rider Stylishche
Mopeds unter Strom

I N H A L T

Zu Fuß durch den Norden

Die schönsten Wanderstrecken zum Nachlaufen
Seite 4

Promilleträchtige Selbsterfahrung

Drink & Drive auf dem Übungsgelände
Seite 12

Keine Kompromisse

Motorbike baut die coolsten E-Mopeds
Seite 14

Das gibt's beim ADAC

Aktionen und Angebote aus den Regionalclubs
Seite 20

Termine und Impressum

Was man im Norden erleben kann
Seite 22

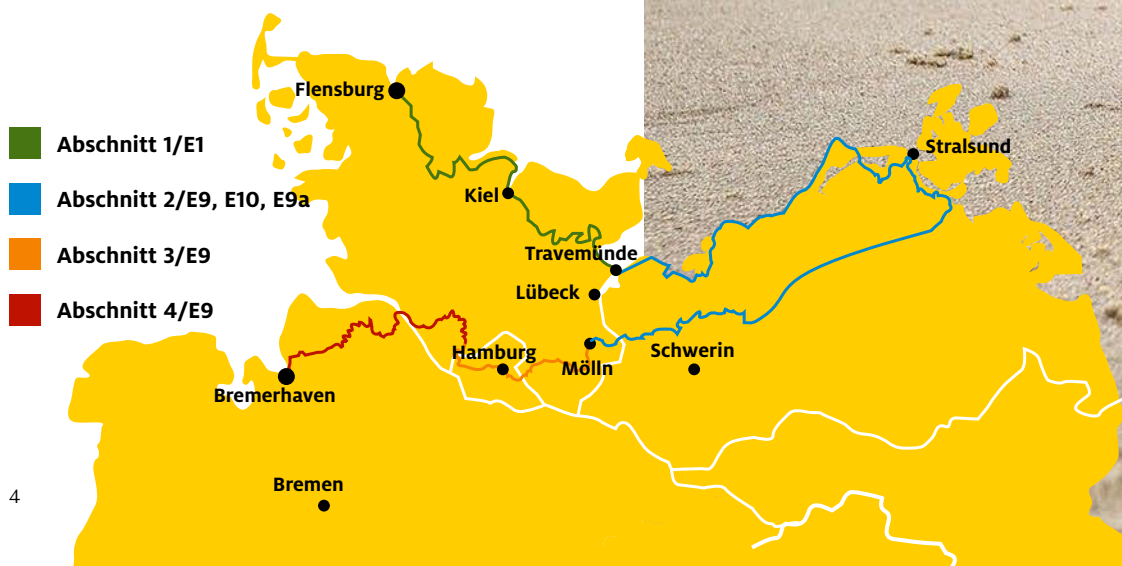
Zu Fuß durch den Norden

Das eigene Land intensiver kennenlernen, den Alltag komplett loslassen und dabei auch noch etwas für die Gesundheit tun – wer als Urlaubsziel den Norden erwandert, lernt viel über sich und seine Umgebung. Eine Planungshilfe

Text: Hans Pieper

Es ist spannend, gesund und gut für die Umwelt: das Wandern! Während die älteste Form des Reisens eine Zeit lang als ein wenig altbacken galt, gewinnt das Wandern wieder neue Fans. Naturverbundenheit und Nachhaltigkeit liegen eben im Trend!

Für diejenigen, die ihre Heimat intensiv erleben und neue Regionen kennenlernen möchten, haben wir auf Grundlage des europäischen Wanderwegenetzes eine zusammenhängende Route durch den Norden zusammengestellt. Herausgekommen sind 700 abwechslungsreiche Kilometer durch unsere Heimat. >



Meer sehen Beim
Wandern im Norden geht
es oft an der Küste ent-
lang, wie hier in Zingst



Von Flensburg über Stralsund und Hamburg nach Bremervörde: der Norden zu Fuß

» Abschnitt 1: Schleswig-Holstein (E1)

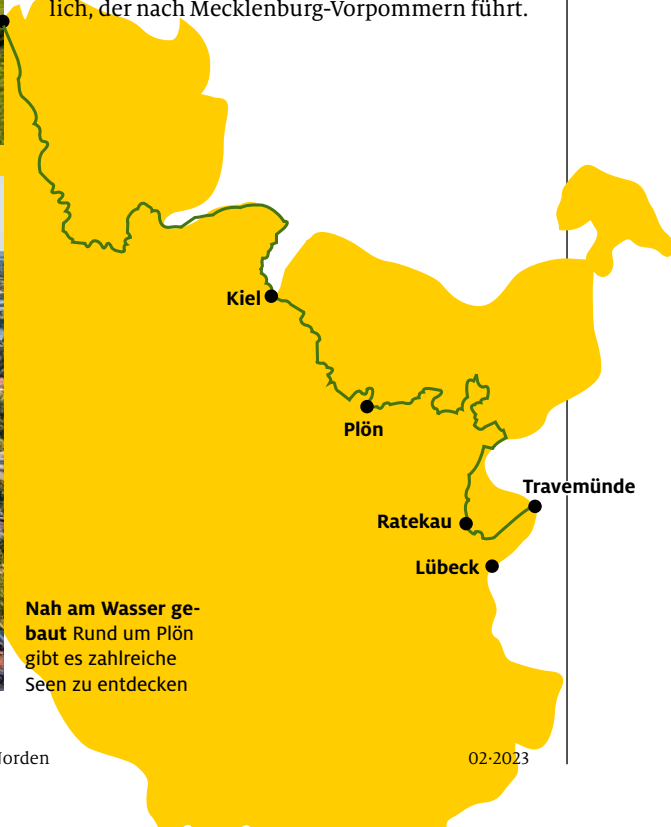
Die Tour startet auf der Europäischen Wanderroute 1, etwa 15 Kilometer unterhalb von Flensburg. Von der Gemeinde Oeversee geht es am Naturschutzgebiet Fröruper Berge vorbei durch Wälder, Tiergarten und über die Schlossinsel nach Schleswig. Bis zur nächsten großen Stadt Eckernförde macht die Wanderroute einen weiten Bogen ins Landesinnere. Dabei begegnet man dem Westermoor und kommt am Aus-

sichtsturm Aschberg vorbei. Es folgt ein langer Abschnitt an der Eckernförder Bucht entlang. Stets mit Blick aufs Wasser geht es so nach Kiel, das im Norden gestreift wird. Als Kontrast zur dicht besiedelten Stadt machen Gebäude und Straßen hinter Wellingdorf schnell wieder Platz für unberührte Natur. Bis Preetz wird der Schwentine gefolgt, einem der längsten Flüsse Schleswig-Holsteins. Auf dem weiteren Weg nach Eutin über Plön kommt man an Gewässern wie dem Großen Plöner See und dem Kellensee vorbei. Weiter nach Neustadt ist ein langer Bogen nach Norden vorgesehen, der mit dem Bungsberg die höchste Erhebung des Bundeslandes besitzt. Ein letzter, aber sehr langer Abschnitt führt durch eine abwechslungsreiche Seen-, Wald-, und Feldlandschaft über Klingenberg und Ratekau schließlich nach Küchnitz im Nordosten von Lübeck. Hier ist auch ein Wechsel auf den europäischen Wanderweg E9 möglich, der nach Mecklenburg-Vorpommern führt.

Innehalten vor dem Start Auf der Halbinsel Holnis bei Flensburg gibt es zur Stärkung auch einen tollen Ausblick



Nah am Wasser gebaut Rund um Plön gibt es zahlreiche Seen zu entdecken





Herrschaftlich In Güstrow sind Schloss und zugehörige Parkanlage ein lohnendes Ziel



» Abschnitt 2: Mecklenburg-Vorpommern (E9, E10, E9a)

Der Start des zweiten Abschnitts liegt in Travemünde, Schleswig-Holstein. Mit ihrem feinen Sandstrand und dem historischen Stadtkern ist die Stadt das erste Highlight dieser Tour. Von dort geht es an der Küste entlang bis zur UNESCO-Welterbe-Stadt Wismar. Das prächtige Stadtzentrum zeugt noch von der einstigen Macht und dem Reichtum der Hanse.

Über Alt Bukow geht es weiter zum Ostseebad Rerik. Hier bietet sich als Wanderpause eine kurze Fahrt mit der Molli an, einer historischen Dampflok. Nachdem ein Teil der Wegstrecke mit der Molli zurückgelegt wurde, geht es weiter an der Küste entlang, bis schließlich Rostock-Warnemünde erreicht wird – auch hier kann man sich am Strand oder in einem der gemütlichen Cafés von der anstrengenden Wanderung erholen.

An der Küste entlang kommt man von hier über Fischland-Darß-Zingst nach Stralsund.

Neben Strand und Altstadt gibt es hier auch das Segelschulschiff Gorch Fock zu sehen. Über den Wanderweg E10 geht es nach Tribsees, wo das große Grenztaalmoor liegt. 60 Kilometer weiter wartet in Güstrow eine kleine Herausforderung, denn hier müssen die Wanderwege E10 und E9a selbstständig verbunden werden. Das geht beispielsweise über Gutow, Bülow und Prützen, bevor es hinter dem Herrenholz bei Tieplitz eine Anschlussmöglichkeit an den E9a gibt. Dieser führt in einem langen, von vielen Wäldern geprägten Abschnitt schließlich weiter westlich nach Warin. Kurz vor Bad Kleinen geht es dann am Schweriner See entlang, bis auf dem Weg nach Gadebusch vor allem Felder das Landschaftsbild dominieren. Am Niendorfer Binnensee folgt der Schritt über die Landesgrenze zurück nach Schleswig-Holstein, von wo es noch etwa 20 Kilometer bis zur nächsten großen Stadt Mölln sind, in deren Nähe auch der Übergang zum Wanderweg E9 stattfindet.

>



Die Perle Mit Sehenswürdigkeiten wie der Elbphilharmonie oder dem Hafen ist Hamburg auch für längere Zeit eine lohnende Zwischenstation



Suchspiel Die Eulenspiegel-Stadt Mölln versteckt ihre historische Kirche hinter Bäumen



» Abschnitt 3: Hamburg (E9)

Mit einem kleinen Schlenker nach Süden führt der Wanderweg E9 ab Mölln durch eine landwirtschaftlich geprägte Umgebung über Basthaus an Witzhave vorbei nach Reinbek, das sich auch als Start- oder Zielpunkt für eine Teil-Tour eignet. Durch den Krähenwald und an der Bahnlinie entlang folgt der Weg der Bille. Zwischen Bergedorf und Lohbrügge führt die Route dann am Segelflugplatz Boberg vorbei. Es folgt der städtischste Abschnitt der gesamten Tour: Für Dutzende Kilometer treten Straßen und Gebäude in den Vordergrund, während es über Billstedt, Hamm und Borgfelde schließlich zum Berliner Tor geht. Durch den Lohmühlenpark wird die Außenalster erreicht, die auf einer Wandertour durch Hamburg natürlich nicht fehlen darf. Die Route führt dann durch Planten un Blumen bis zu den Landungsbrücken.

An der Elbe entlang führt der Weg nun nach Altona und Blankenese. Wer will, kann diese Teilstrecke auch bequem mit der Fähre zurücklegen und dabei den Blick auf Hafen und Elbphilharmonie genießen.



Der Norden auf zwei Rädern

Sie wollen die Landschaft naturnah vor der Haustür erkunden, aber wandern ist Ihnen zu langsam? Mit unserem diesjährigen Mitgliedergeschenk finden Sie die perfekte Radtour für Ihre Region. Die fertig ausgearbeiteten Touren erhalten Sie dabei nicht nur in Papierform, sondern per QR-Code auch direkt auf Ihr Smartphone. So sind Sie in kürzester Zeit startbereit. Die Fahrradkarten für den Norden sind exklusiv und kostenlos in allen ADAC Geschäftsstellen im Norden erhältlich.



Tipps für die Planung von Wandertouren anhand der vorgestellten Abschnitte

Auf der Webseite der Europäischen Wandervereinigung (era-ewv-ferp.org) stehen unter anderem die deutschen Abschnitte der Europäischen Wanderwege als .gpx-Dateien zur Verfügung, die mit Onlinetools oder entsprechenden Anwendungen den genauen Ablauf der Wege vorgeben. Zusätzliche Wanderkarten (zum Beispiel auch beim ADAC erhältlich) unterstützen bei der Planung von Zwischenstationen, Pausen und Einkehrmöglichkeiten.

» Abschnitt 4: Niedersachsen und Bremen (E9)

Nach einer Zwischenstation in Rellingen führt der E9 weiter nördlich durch den Borsteler Wohld und am Himmelmoor vorbei. Unterhalb von Barmstedt schwenkt die Route dann Richtung Westen und führt zur nächsten Zwischenstation Elmshorn, die einen guten Ein- und Ausstieg in die Wanderung ermöglicht. Nach einer Weile an der Krückau entlang gibt es ein Wiedersehen mit der Elbe, bis schließlich die Fähre bei Glückstadt erreicht wird. Auf der anderen Elbseite geht es weiter am Königsmoor vorbei bis Bad Bederkesa. Der letzte Teil unserer Route führt durch den Speckenbütteler Park und anschließend durch einen stark städtisch geprägten Abschnitt bis Bremerhaven-Mitte, wo an der Außenweser das Ende der Tour gefeiert werden kann – oder auch der Start, denn in die entgegengesetzte Richtung funktioniert diese Wanderung natürlich auch.



Auszeit am Hafen Bevor es über die Elbe geht, ist Glückstadt ein lohnender Ort für eine längere Rast



Hafen trifft Skyline
Bremerhaven ist die erste
oder letzte Station unserer
Nord-Wanderroute



„Man sollte sich
unterwegs nichts
beweisen müssen“

Interview mit Wanderprofi Sven Lewerentz

Sven Lewerentz ist seit seiner Kindheit ein begeisterter Wanderer. In seiner Freizeit betreibt er die Webseite hiking-europe.eu, die unter anderem eine detaillierte Ausarbeitung des Wanderwegs E1 enthält. Über viele Jahre hinweg ist er diesen Weg auch selbst abgewandert.

Wie viele Kilometer pro Tag sollten Anfänger für ihre Wandertouren planen?

Das hängt natürlich von der allgemeinen Fitness und dem Schwierigkeitsgrad des Weges ab. Da im Norden in der Regel nur wenige Höhenmeter zu bewältigen sind, kann man hier weitere Strecken planen als in Mittel- oder gar Hochgebirgen. Ich würde dennoch empfehlen, erst einmal mit kleineren Eintagestouren von circa 10 bis 15 Kilometern Länge zu starten und sich dann zu steigern. Gängige Etappenlängen auf Fernwanderwegen bewegen sich zwischen 15 und 25 Kilometern. Wichtig ist, dass Wandern entspannend ist. Man sollte sich unterwegs nichts beweisen müssen und Zeit für Erlebnisse haben.

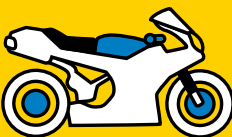
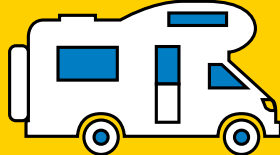
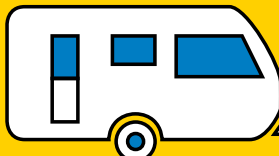
Wie plant sich eine Wandertour am besten?

Wanderungen lassen sich mittlerweile sehr gut am Rechner und über das Internet planen. Webseiten wie waymarkedtrails.org zeigen den Wegverlauf so ziemlich aller regionaler oder überregionaler Wanderwege auf Basis der

OpenStreetMap. Für die Erstrecherche ist das ein sehr gutes Tool. Aber auch Anbieter wie Komoot und Outdooractive bieten sehr nützliche Onlinewerkzeuge für Recherchen und Tourenplanung. Die Wegverläufe lassen sich in der Regel dann direkt unterwegs in Apps oder Navis verwenden. Dennoch kaufe ich mir manchmal nach wie vor Papierkarten, weil ich gern vor Antritt der Wanderung den Blick darüber schweifen lasse. Wanderführer in Papierform sind auch eine schöne Sache zur Vorbereitung oder für unterwegs, sie sind aber gerade für die europäischen Fernwanderwege nicht für alle Abschnitte verfügbar.

Was gilt für die Ausstattung?

Hier ist das Motto meistens „Weniger ist mehr“. Man sollte gerade auf längeren Touren darauf achten, nur das Nötigste im Gepäck zu haben. Denn auf die Distanz macht das Gewicht des Rucksacks einen großen Unterschied. Die „Profis“ erkennt man eher am leichten und kleinen Rucksack. Sie sind teils „ultraleicht“ unterwegs. Für mich ist es wichtig, in bequemen, festen Schuhen unterwegs zu sein, die nicht beim ersten Tritt in eine Pfütze durchnässt sind. Gerade als Anfänger muss man sich vor der ersten Tour aber nicht mit teurem Outdoor-Equipment eindecken. Für alles Weitere gibt es passende Packlisten im Internet.

Ob mit  oder
, mit * oder
Ihrem  *,
Spaß haben Sie mit
Sicherheit!

ADAC Fahrsicherheitstrainings

Im ADAC Fahrsicherheitszentrum Hansa bei Lüneburg** und auf den ADAC Fahrsicherheitsanlagen Boksee und Bremen trainieren Sie mit Ihrem Fahrzeug und jeder Menge Spaß alle möglichen Situationen, um im Alltag immer sicher unterwegs zu sein. Alle Trainings gibt es übrigens auch als Gutschein zum Verschenken!

Mehr Informationen unter

fsz-hansa.de

adac-sh.de

fahrsicherheitstraining-weser-ems.de

* Angebote für Wohnmobil- und Anhänger-Trainings sind regional unterschiedlich.

** weiterer Standort in Bad Oldesloe

ADAC



Promilleträchtige Selbsterfahrung

Ein Gläschen zum Feierabend schwächt die Fahrkünste allenfalls minimal. So denken viele, doch ein Selbstversuch entlarvt den Gedanken als gefährliche Fehleinschätzung

Text: Martin Geist Fotos: Frank Peter, Kiel

Mehr als 40 Jahre hinterm Steuer, dazu als Biertrinker erfahren im Umgang mit Alkohol: Auf dieser Basis und gestärkt durch einen vom ADAC spendierten Teller herzhafter Gulaschsuppe, trete ich reichlich selbstbewusst an zur Mission Drink & Drive.

Mit dabei sind sechs weitere Probanden, alle wähnen sich davor ähnlich souverän, wie ich es tue. Lars Münchau, Vorstand Verkehr und Technik beim ADAC Schleswig-Holstein, gibt jedoch noch vor dem ersten Schluck den Spielverderber. „Die meisten überschätzen sich“, befindet er trocken und mahnt, dass „schon kleine Mengen große Wirkung haben“.

Wollen wir doch mal sehen! Die Wahrheit liegt immer noch aufm Platz. Korrekt ausgedrückt, auf der Fahrsicherheitsanlage des ADAC in Boksee, wenige Kilometer südlich von Kiel.

Dort haben die Fachleute des Clubs alle erdenklichen Vorkehrungen getroffen, damit aus der vorsätzlich feuchtfröhlichen Fahrerei kein Fiasko wird. Ein kleines Team der Polizeidirektion Kiel misst mit amtlichen Geräten immer wieder den Atemalkohol der Testtrinker und hat auch deren Gesamteindruck im Blick. Dazu wird in Begleitung von Fahrtrainern in Fahrschulautos über den Parcours gebrast, sodass die selbstredend nüchternen Profis jederzeit eingreifen können.

Mein Fahrcoach heißt Jens-Peter Pfeiffer, ist Trainerleiter der Fahrsicherheitsanlage Boksee und lotst mich in einen Tesla zur ersten Übungsrunde. 0,0 Promille misst die Polizei erwartungsgemäß, die Slalomfahrt, die zweieinhalb Meter schmale Kurvenpassage, die Zielbremsung auf nasser Oberfläche und schließlich das Einparken, alles klappt tadellos.



Bilder, die normalerweise nicht zusammenpassen Erst trinken, dann fahren – und das vor den Augen der Polizei

Wir beide sind zufrieden mit mir. Darauf erst mal ein 0,33er Warsteiner und ganz kurz vor dem Start zur ersten Alkoholrunde einen Kleinen Feigling. Und siehe da, zur allgemeinen Verblüffung zeigt das Messgerät 1,08 Promille an. Egal. Ich bin für meine Verhältnisse flott und objektiv fehlerfrei unterwegs, leiste mir aber eine kleine Unsicherheit beim Einparken. Mein Begleiter kommentiert das erst mal nicht, zeigt sich dann aber doch überrascht vom Ergebnis des obligatorischen Alkoholtests nach dem Aussteigen. Jetzt sind es statt 1,08 nur noch 0,08 Promille. So viel zum Thema Atemalkohol, der Sekunden nach dem Genuss speziell von Höherprozentigem enorme Ausschläge erreichen kann, um Minuten später ähnlich enorm abzusacken. Ich gönne mir vor der nächsten Fahrt ein weiteres Bier und einen weiteren Kleinen Feigling, pendle mich fürs Erste stabil bei 0,25 Promille ein – und leiste mir jetzt einige dickere Fehler. Zweimal ein Hütchen in der Kurve touchiert, zum Schluss sehr lange zum Einparken gebraucht und dabei zweimal den Bordstein berührt, zwischendurch außerdem kurz nicht gewusst, wo es weitergeht. „Alles nicht so tragisch, aber halt auch typisch für das, was wenig Alkohol schon mit einem machen kann“, sagt Jens Pfeiffer.

Ich finde das nur so semitröstlich und trinke mich in der Pause mit zwei doppelten Cola-Rum auf ein höheres Level. Spätestens jetzt würde es ernst im richtigen Leben. Wofür auch die Tatsache spricht, dass es in der Runde der trinkenden Kollegen immer heiterer hergeht. Es wird gefeiert,

gelacht und teils schon gelallt, obwohl alle „nur“ um die 0,5 Promille oder sogar weniger haben.

Zum verantwortungsvollen Autofahren sähe ich mich trotz meiner immer noch erlaubten 0,48 Promille nicht mehr in der Lage, drehe aber dank meines Schutzengels Jens eine weitere Runde, die bemerkenswert glatt läuft. Der Experte erklärt das mit einer Phase sehr hoher Konzentration, die Angetrunkene allerdings nicht auf Dauer durchhalten können.

Das zeigt sich nach ein paar weiteren Getränken deutlich. Die Hütchen auf dem Parcours wackeln immer munter, einmal verfehle ich die Einfahrt in den Regenabschnitt komplett und muss zurücksetzen. Und mit der Einparkerei wird es auch nicht besser.

Immerhin. Jens Pfeiffer musste trotz zuletzt 0,9 Promille nie ins Lenkrad greifen oder auf die Bremse treten, doch mit dieser wortwörtlichen Selbst-Erfahrung war am Ende so gar kein gutes Gefühl mehr verbunden.

Ähnlich empfindet es Frank Bremser. Mehr als 0,6 Promille stehen inzwischen auf seinem Zettel und er bekennt: „Ich hätte nie gedacht, dass es sich so krass auswirkt. Autofahren und Trinken, das geht nicht zusammen.“

Nach vier Stunden in zunehmend geselliger Runde brechen die letzten wackeren Zecher das Experiment ab, manche mit schon um die 1,3 Promille. Einig sind wir uns darin, dass der beste Simulator bei Weitem nicht an die Eindrücke eines solchen Selbstversuchs heranreicht. 0,5 Promille, das hält jedenfalls keiner von uns mehr für einen harmlosen Wert.

„Alkohol im Straßenverkehr

ist nach wie vor ein Riesenproblem“, sagt Jörg Kirst, Leiter Verkehr und Technik beim ADAC Schleswig-Holstein. In Schleswig-Holstein zählte die Landespolizei vergangenes Jahr 1094 Unfälle, bei denen Alkohol im Spiel war, die Hälfte davon hatte Personenschäden zur Folge. Dabei wurden 486 Beteiligte leicht verletzt, 178 schwer und eine Person getötet. Generell zeigt sich laut Kirst, dass Alkoholfälle deutlich schwerere Schäden an Mensch und Material zur Folge haben. Der Mann vom ADAC appelliert deshalb an die Eigenverantwortung und den Grundsatz „Don't drink and drive“, denn: „Alkohol und Autofahren, das verträgt sich einfach nicht.“

Keine Kompromisse

Michael Szpitalny und Marvin Rau haben nicht einfach ein Mofa gebaut. Ihr Metorbike fährt elektrisch, sieht wie ein Café Racer aus und klingt wie ein Rennauto

Text: Wiebke Brauer Fotos: Michael Nehrmann



Die Mischung klingt erst einmal wild: ein Moped, das ein bisschen an die englischen Café-Racer-Motorräder der frühen 1960er-Jahre erinnert, elektrisch angetrieben wird und bei Bedarf den Sound eines Audi RS6 hat. Wie passt das alles zusammen? Sehr gut. Weil zwei Ingenieure darüber nachdachten, wie man das Beste aus allen Welten kombiniert: Nachhaltigkeit, Ästhetik und Fahrspaß. Man könnte aber auch sagen, dass zwei technisch begabte und ziemlich smarte Freunde sich ihr Traumbike gebaut haben.

Michael Szpitalny und Marvin Rau gingen zusammen zur Schule, beide stammen aus Bad Oldesloe, studierten später Maschinenbau in Hamburg und Braunschweig. Marvin Rau hat zusätzlich eine Mechatronikerausbildung. Schon während ihres Studiums bastelten die beiden an Mopeds herum. Die Motivation: etwas Cooles zu bauen, was so noch nicht auf der Straße fährt. Das erste Ergebnis war eine umgebaute Puch AX 40 im Café-Racer-Look, aber noch mit altem Motor, später folgte der Elektroantrieb. Es dauerte nicht lange, bis daraus eine Geschäftsidee entstand. Michael Szpitalny und Marvin Rau tüftelten weiter, Fördergelder wurden organisiert, Zulieferer gesucht, gefunden und ausgesiebt. >



2021 gründeten die beiden die Firma Metorbike. Und nur zwei Jahre später wird nun die erste Kleinserie von 50 Stück gebaut, in Meddewade bei Bad Oldesloe, in der früheren Tischlerei von Marvin Raus Großvater. Zügig ging es deswegen, weil die beiden Endzwanziger praxisnah und zielstrebig denken und sich aufeinander verlassen können. „Wir sind ja beste Freunde, insofern findet man immer eine Lösung“, sagt Marvin Rau. Dann erklärt er das Metorbike: „Wir wollten ein kompromissloses Fahrzeug. In Handarbeit gefertigt, mit viel Leistung, einem coolen Sound, made in Germany.“ Das Thema Nachhaltigkeit war beiden von Beginn an wichtig. Die meisten Bauteile stammen aus Deutschland, manche Komponenten aus dem 3-D-Drucker, das Holz für die Sitzbank wird in Lüneburg von Hand zugeschnitten, die Sattlerin sitzt im Nachbardorf Lasbek, lackiert wird in Norderstedt. Und das Wichtigste: Die Akkus stammen nicht wie üblich aus China, sondern werden ebenfalls aus Norddeutschland bezogen. Dabei handelt es sich um recycelte Lithium-Akkus mit 1,6 kWh Kapazität aus E-Autos von Volkswagen, die sonst auf dem Müll gelandet wären.

„Unser Ziel war, für die Stadt etwas Agiles und Leichtes zu konstruieren“, sagt Michael Szpitalny. Das Metorbike wiegt komplett 75 Kilo, der Akku lässt sich herausnehmen und normal an der Steckdose laden. Den Antrieb übernimmt ein 9,5-PS-Motor mit 7000 Watt Spitzenleistung. Fahren darf man das Metorbike mit dem Roller- oder Autoführerschein, die Höchstgeschwindigkeit ist jedoch auf 50 km/h beschränkt. Allerdings schwimmt man durch die hohe Beschleunigung leicht mit dem Stadtverkehr mit und schlängelt sich dank der schmalen Silhouette des Bikes geschmeidig durch die Rushhour einer Großstadt. >

Old School meets Hightech

In der Garage entstehen
Mopeds von zeitloser Eleganz
mit Technik von heute



Neu: die digitale ADAC Mitgliedskarte.

Ab sofort die ADAC Mitgliedskarte digital immer und überall dabei – für iPhones und Android-Geräte.

- » Bei Pannen & Co. als Mitglied ausweisen
- » Bei vielen ADAC Vorteilspartnern vorzeigen und sparen
- » Auf wichtige ADAC Kontakte und Infos zugreifen



1. Einfach auf adac.de/mein-adac einloggen.
2. Digitale Mitgliedskarte runterladen.
3. Fertig!

Mehr Infos auf adac.de/digitale-mitgliedskarte oder in Ihrer ADAC Geschäftsstelle.

ADAC

Die Reichweite liegt bei 60 Kilometern. „50, wenn man richtig Gas gibt“, setzt Marvin Rau hinzu und grinst.

Allerdings stellt sich die Frage, warum das Bike mit einem Soundgenerator ausgestattet ist, wenn man doch dank des Elektroantriebs herrlich leise über den Asphalt zischen kann. „Der erste Punkt ist der Fußgängerschutz und der zweite die Emotion“, sagt Michael Szpitalny und ergänzt: „Wir hätten es selbst nicht gedacht, aber wenn man einmal mit dem Sound gefahren ist, will man nie wieder darauf verzichten.“ Natürlich lässt sich die Lautstärke per App oder Touchscreen auf dem Bike regulieren oder auch ganz ausstellen. Wer aber Lust auf die Geräuschkulisse hat, kann das Soundpaket mit zusätzlichen sieben Motorgeräuschen buchen. Dazu gehören unter anderem der Klang eines klassischen Motorrads oder der von einem V10-Motor aus dem Automobilbereich und ein futuristischer Elektrosound. Marvin Rau: „Wir haben auch akustisch ein Schaltgetriebe simuliert, da kann es



”

Wir bauen jedes Fahrzeug so, als wäre es unser eigenes

”

Michael Szpitalny,
Gründer von Metorbike

passieren, dass die Leute den Sound hören und denken, es käme gleich ein Mustang um die Ecke.“

Wie gut das elegante Bike ankommt, merkt man daran, dass inzwischen nicht nur Anfragen aus ganz Deutschland eintrudeln, sondern auch aus der Schweiz, aus Los Angeles oder sogar aus Tokio. „Und die Käufer der ersten Bikes wissen es zu schätzen, dass wir jedes Fahrzeug so bauen, als ob es unser eigenes wäre“, erzählt Marvin Rau. Michael Szpitalny fügt hinzu: „Und dass sie es von der Lackierung über die Ledersteppung bis zur Gravur individuell gestalten können.“ Das erklärt den relativ hohen Basispreis von 7749 Euro, allerdings bekommt man dafür ein technisch durchdachtes wie geschmackvolles Bike – und kein knatterndes Mofa. Inzwischen arbeiten beide an einer eigenen Rahmenentwicklung für die zweite Serie. „Es ist schön, dass es gerade so gut läuft, es darf aber noch größer werden“, sagt Marvin Rau und Michael Szpitalny nickt. Natürlich sind sie sich auch in diesem Punkt einig.



Individualität hat ihren Preis Mopeds von Metorbike sind nicht billig, haben aber trotzdem schon eine internationale Fangemeinde

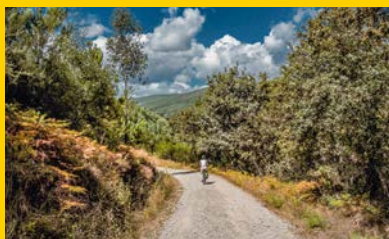




Deutschsprachige
Reiseleitung & kleine
Gruppen bis max. 14 Gäste

Mit dem **E-Bike** die Welt entdecken.

Mit Genuss und Komfort auf allen Kontinenten: Aktiv die Natur erleben, Neues bei geführten Besichtigungen erfahren und kulinarische Spezialitäten der jeweiligen Region genießen. So lernen Sie jedes Reiseziel intensiv und vielseitig kennen. Kommen Sie mit auf eine ganz besondere Reise.



Der Jakobsweg

9 Tage – Pilgerreise von Porto bis Santiago de Compostela inklusive Flug

Inklusivleistungen z. B.:

- Flug ab/bis Frankfurt
- 8 Übernachtungen
- UNESCO-Weltkulturerbe Porto
- Kathedrale von Santiago de Compostela
- Mediterrane Natur- und Kulturerlebnisse

ab 2.640 € p. P. im Doppelzimmer

10 Reisetermine: Mai 2023 - Sept. 2023



Marokko hautnah erleben

10 Tage – Rundreise nach/von Marrakesch, inklusive Flug

Inklusivleistungen z. B.:

- Flug ab/bis Frankfurt/M.
- 10 Übernachtungen, Mahlzeiten
- Übernachtung im Sahara-Eco-Camp
- Führung durch Marrakesch
- Besuch des UNESCO-Weltkulturerbes in Ait-Ben-Haddou

ab 2.680 € p. P. im Doppelzimmer

14 Reisetermine: Sept. 2023 - April 2024



Geheimnisvolles Vietnam

15 Tage – Rundreise Danang/Saigon, inklusive Flug

Inklusivleistungen z. B.:

- Flug ab/bis Frankfurt/M.
- Inlandsflug Hue–Saigon
- 12 Übernachtungen, Mahlzeiten
- Mekong-Flusskreuzfahrt mit Übernachtung
- Über den Wolkenpass nach Hue
- Wanderung im Nam-Cat-Tien-Nationalpark

ab 4.170 € p. P. im Doppelzimmer

5 Reisetermine: Sept. 2023 - März 2024

Zusätzlich bei allen Reisen inkludierte Leistungen: eine hochwertige ADAC Trinkflasche, E-Bike-Miete und Tasche für das Tagesgepäck, deutschsprachige Reiseleitung, Mahlzeiten laut Reiseverlauf, Trinkwasser auf der gesamten Reise, geführte Besichtigungen und Eintrittsgelder laut Reiseverlauf, Infopaket mit Reiseliteratur, Versicherungspaket Gesundheit PLUS mit Reiseabbruch- und Reise-Krankenversicherung (bei Abreisen in 2023). **Gut zu wissen:** Je Reisetermin wird ein Fahrrad für Schüler in ländlichen Regionen Afrikas gespendet.

Beratung und Buchung:

150 ADAC Reisebüros adacreisen.de/ebikereisen2023 **069 153 22 55 22***

*Reisebürofinder: adacreisen.de/reisebuero ²Mo. - Fr.: 9.00 - 19.00 Uhr, Sa. - So.: 10.00 - 18.30 Uhr

Druckfehler, Änderungen und Zwischenverkauf vorbehalten. Veranstalter: Belvelo, eine Marke der Lernidee Erlebnisreisen GmbH, 10787 Berlin

**Mehr Reisen
im aktuellen
Katalog.
Erhältlich
in Ihrem
ADAC Reisebüro.**



Das gibt's beim ADAC

Aktionen und Angebote aus den Regionalclubs

Zehn Jahre Fahrsicherheit in Boksee bei Kiel



Fahren, Bremsen, Einparken – was 1982 als klassischer Verkehrsübungsplatz begann, hat sich seit 2013 zu einer der modernsten ADAC Fahrsicherheitsanlagen mit umfangreichen praktischen Trainingsmöglichkeiten für Pkw, Lkw, Motorrad, Anhänger, Camper etc. entwickelt. Seit 2013 ist auf der Anlage gefahrlos üben schwieriger und extremer Verkehrsszenarien unter realistischen Bedingungen möglich. Sonderschulungen mit ausgewiesenen Experten gibt es unter anderem für Landwirtschaft oder Rettungsdienste.

➤ **Zum zehnten Geburtstag laufen seit Anfang des Jahres zehn Events. Infos über die aktuellen Veranstaltungen: adac-sh.de**

DIE AUSSTELLUNG „EINE STADT WIRD BUNT.“ GEWINNT DEN ADAC TOURISMUSPREIS HAMBURG 2023

Der **ADAC Tourismuspreis Hamburg** wurde auf der Messe REISEN HAMBURG 2023 im zehnten Jahr vergeben. Ausgezeichnet werden dabei innovative Tourismusprojekte aus Hamburg und dem direkten Umland. Zudem legt die Jury Wert auf die Qualität, die Kundenorientierung, Wirtschaftlichkeit und Nachhaltigkeit der Bewerbungen. Unterstützt wird der Preis vom Tourismusverband Hamburg und dem Kooperationspartner, der Landesmesse Stuttgart GmbH mit der REISEN HAMBURG.

1. PLATZ: „EINE STADT WIRD BUNT.“

von **DOUBLE-H Archive & Publishing**

Mit dieser Ausstellung wird den Anfängen der Graffiti-Kultur in der Hansestadt Tribut gezollt. Nach über fünfjähriger Recherche der Kuratierenden sind hier noch nie gesehene Fotos und Objekte in einer Präsentation aus vielen Hunderttausend Materialien zu sehen. In der Smartphone-App kann man außerdem an 55 Orten die Spuren der Subkultur erkunden. Diese Anwendung soll zudem mit Augmented Reality erweitert werden, um ein Vor-Ort-Erlebnis zu schaffen. Die Ausstellung „EINE STADT WIRD BUNT.“ ist noch bis zum 31. Juli 2023 im Museum für Hamburgische Geschichte zu sehen.

einestadtwardbunt.de



2. Platz: „HARRY POTTER UND DAS VERWUNSCHENE KIND“

von der **HP Theater**

Produktionsgesellschaft mbH

Seit dem 19. Februar 2023 wird das neu inszenierte Stück nicht mehr in zwei, sondern in einem Teil aufgeführt. Mit einer durchschnittlichen Auslastung



von 90 Prozent ist das magische Theatererlebnis ein absoluter Publikumsmagnet. Im Mai 2019 begann die Verwandlung des Mehr! Theater zum neuen und innerhalb Deutschlands einzigen Zuhause von „Harry Potter und das verwunschene Kind“. Der für das Theater neu erbaute Pavillon wurde 2020 mit dem Preis für vorbildliche Bauten ausgezeichnet.

harry-potter-theater.de

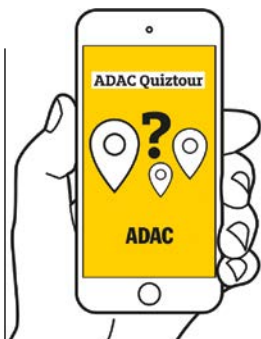


3. Platz: „WINTER-MINIGOLF AUF DEM WEIHNACHTSMARKT IM NÖRDLICHEN ÜBERSEE-QUARTIER“

von **Quartiersmanagement Überseequartier Nord**

Anstelle einer energieintensiven Eisbahn wurde hier eine individuelle Winter-Minigolfanlage konzipiert. Das Design mit zwölf kreativen Bahnen wurde dabei hervorragend angenommen. Innerhalb der 37 Betriebstage kamen rund 10.000 Besucher. Die Anlage ist aufgrund ihrer natürlichen Materialien und der Wiederverwendbarkeit besonders nachhaltig. Zudem konnten Kinder und Jugendliche kostenfrei spielen, was das soziale Miteinander verschiedener Altersgruppen gefördert hat.

ueberseequartier-nord.de



DIE ADAC QUIZTOUREN 2023 – DER DIGITALE FREIZEITPASS FÜR GROSS UND KLEIN!

Die drei neuen Quiztouren des ADAC führen die Teilnehmer ins „Mittenmang“, ins Herz der Stadt.

- » „Die Highlights der Garnisonstadt Rendsburg“
- » „Von der Elphi bis zum Michel“
- » „Mittelpunkt Schlosspark – Die Schönheit Schwerins erleben“

Finde die Suchpunkte mithilfe von GPS-Koordinaten und löse die kniffligen Aufgaben. Auf die Gewinner warten tolle Sachpreise. **Einfach den QR-Code scannen** oder die App direkt aus dem App oder dem Google Play Store aufs Smartphone laden.

Die kostenlosen Touren sind bis zum 31. Oktober aktiv.



» Mehr Informationen zu den Touren und den Preisen unter:
adac.de/quiztour



Der ADAC ist jetzt auch in Husum: neue Geschäftsstelle mit Reisebüro in der Süderstraße 7

Der ADAC Schleswig-Holstein baut sein Geschäftsstellennetz aus. In der Süderstraße 7 in Husum wurde die siebte Geschäftsstelle eröffnet. In dem aufwendig renovierten historischen Gebäude ist der Hauch der Geschichte zu spüren. Die lichtdurchfluteten freundlichen Räume mit dem unaufdringlichen Mobiliar bieten den idealen Rahmen für die vielfältigen Themen der ADAC Welt rund um Mitgliedschaft, Reisen und Versicherungen.

» ADAC Geschäftsstelle & Reisebüro Husum,
Süderstraße 7, 25813 Husum
T 04841 663 28 80, hsum@sho.adac.de

ADAC ÜBERNIMMT TRADITIONSUNTERNEHMEN OPTIMAL REISEN



Mit Wirkung zum 1. Januar 2023 hat der ADAC Weser-Ems das traditionsreiche Unternehmen Optimal Reisen in Delmenhorst übernommen. Das Reisebüro wird in das bundesweite ADAC Reisebüro-Franchisesystem integriert. Es firmiert ab sofort unter dem Namen ADAC Reisebüro Delmenhorst-City. Jahrzehntlang führte Wilfried Niegengerdt das Reisebüro in Delmenhorst. Ihm lag es besonders am Herzen, das Unternehmen in professionelle und vertrauenswürdige Hände zu übergeben. So wurden alle Reiseexpertinnen übernommen, sodass sowohl neue als auch Stammkunden weiterhin die schönste Zeit des Jahres mit den langjährigen und engagierten Reiseexperten planen können.

» ADAC Reisebüro Delmenhorst-City, Lange Str. 52,
T 04221 130 51, adacreisen.de/delmenhorst-city

ADAC BERGEDORF: neuer Standort, bewährter Service

Die ADAC Geschäftsstelle Bergedorf ist umgezogen. Mitglieder finden nun Am Schilfpark 25 kompetente Beratung zu den Themen ADAC Mitgliedschaft und ADAC Versicherungen.

» ADAC Geschäftsstelle Hamburg-Bergedorf,
Am Schilfpark 25, 21029 Hamburg,
T 040 23 91 94 20, bergedorf@hsa.adac.de



Termine

AUF ZEITREISE

Mit dem ADAC Weser-Ems



Fernab von Hektik und Stress führt die 3. ADAC Roland Klassik am Sonntag, 27. August 2023, rund 140 Kilometer durch den malerischen und abwechslungsreichen Landkreis Osnabrück.

➤ Mehr Infos und Tickets unter
T 0421 4994 113 oder
motorsport.adac-weser-ems.de



Die beliebteste Motocross-Rennserie Europas, die ADAC MX Masters, macht am 26. und 27. August Station in Tensfeld. Die Strecke gehört zu den anspruchsvollsten der Serie und bietet durch ihre langen Erd-Sand-Passagen jede Menge Renn-Action bei perfekter Sicht.

➤ Mehr Infos und Tickets unter motorsport.adac-sh.de

SPEEDWAY GRAND-PRIX

Am 10. Juni 2023 gastiert die internationale Speedway-Elite in Teterow. Karten gibt es unter adachansa.de und in den Geschäftsstellen Hamburg, Rostock und Neubrandenburg.

➤ ADAC Mitglieder erhalten 20 % Rabatt

IMPRESSUM

Herausgeber

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

Chefredaktion

Rainer Pregla, ADAC Schleswig-Holstein e.V., Saarbrückenstraße 54, 24114 Kiel; Nils Linge (V.i.S.d.P.), ADAC Weser-Ems e.V., Bennigsenstr. 2-6, 28207 Bremen; Christian Hieff, ADAC Hansa e.V., Amsinckstr. 41, 20097 Hamburg

Redaktion

Christian Hieff, Nils Linge,
Rainer Pregla

Produktion

storyboard GmbH,
Wiltrudenstraße 5, 80805 München

Verlag

BCN Brand Community Network GmbH, Arabellastraße 23, 81925 München,
T 089 925 00,
E-Mail anfrage@burda.com

Vermarktung

BCN Brand Community Network GmbH,
Arabellastraße 23, 81925 München,
T 089 925 00, E-Mail anfrage@burda.com

Geschäftsführung

Tobias Conrad, Philipp Welte

Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Hanna-Dorith Bienheim,
Arabellastraße 23, 81925 München

Druck

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

Veröffentlichung gem. Art. 8 Abs.

3 des Bayerischen Pressegesetzes

Verlag: BCN Brand Community Network GmbH, Alleinige Geschäftsführerin: BurdaVerlag GmbH, Deren alleinige Gesellschafterin: Burda Gesellschaft mit beschränkter Haftung. Deren alleinige Gesellschafterin: Hubert Burda Media Holding Kommanditgesellschaft. Deren persönlich haftende Gesellschafter sind Prof. Dr. Hubert Burda, Verleger, Offenburg, und die Hubert Burda Media Holding Geschäftsführung SE.



**10 % Rabatt für
ADAC Mitglieder!**

**Ab 29,70 Euro
im Jahr.**

**Was Ihrem Rad auch passiert.
Wir regeln das.**

Die ADAC Fahrrad-Versicherung.

Ihr Schutz bei Diebstahl und Beschädigung, zum Beispiel durch Unfall, Vandalismus oder bei Verschleiß. Auch für Pedelecs („E-Bikes“).
Jetzt abschließen auf adac.de/fahrrad-versicherung oder unter
089 558 95 65 40 (Mo. - Sa.: 8 - 20 Uhr) und in **jeder ADAC Geschäftsstelle.**

ADAC Versicherung AG

ADAC

**Wasser-
und windabweisend,
atmungsaktiv**



Das sagen Kunden:

„Da freuen sich die Füße!“

Sehr gutes Tragegefühl, auch weil der Vorderfußbereich weiter ausgeführt ist. Sehr ordentliche Verarbeitung und gute Dämpfung.

Mehr Bewertungen online

Wasserdichte Trekkingschuhe fürs ultimative Wandervergnügen!

reusch

schwarz

UVP*-Preis 139,-
Personalshop-Preis 59,99

NEUKUNDEN-PREIS

€ **44.99**

Sie sparen € 94,01
gegenüber dem UVP*

**Rutschfeste
Sohle**

**Heraus-
nehmbare
Innensohle**

blau

**Für Damen
und Herren**

**Aus Textil und
strapazier-
fähigem
Polyurethan**

- Innovative TRIPLETEX-Membrane
- Perfekter Halt auf jedem Terrain
- Hoher Tragekomfort bei jeder Tour
- Obermaterial: Textil/ Mesh mit Polyurethan und Nylon
- Futter: Textil
- Laufsohle: Phylon/ Thermoplastisches Gummi

Trekkingschuhe

blau Art.-Nr. 41.403.711
rot Art.-Nr. 41.403.724
schwarz Art.-Nr. 41.403.737

Größen

37 38 39 40 41 42 43 44 45 46

BESTELLSCHEIN D30816 mit 30 Tage Rückgaberecht

Bestellen leicht gemacht!
bestellen@personalshop.com

0 69 / 92 10 110
FAX 069 / 92 10 11 800

Menge	Art.-Nr.	Größe	Artikelbezeichnung	NEUKUNDEN- PREIS
	41.403.711		Reusch Trekkingschuhe, blau	€ 44,99
	41.403.724		Reusch Trekkingschuhe, rot	€ 44,99
	41.403.737		Reusch Trekkingschuhe, schwarz	€ 44,99

Absender (Bitte deutlich ausfüllen): ☐ Frau ☐ Herr

Bearbeitungs- und Versandkostenanteil € 5,99

Name, Vorname:

Straße / Nr.:

PLZ / Ort:

Geb. Datum:

E-Mail:

Wir verwenden Ihre E-Mail-Adresse, um Sie über Aktionsangebote zu informieren. Dem können Sie jederzeit widersprechen.

**25% Rabatt auf ALLES erhalten Sie auf
www.personalshop.com**

SO SPAREN SIE 25%:

1. Loggen Sie sich mit Ihrem PIN-Code **D30816** im Shop ein.
2. Ihr 25% Rabatt wird automatisch bei allen Artikeln berücksichtigt.
3. Schicken Sie Ihre Bestellung ab!

Widerrufsrecht: Sie haben das Recht, 14 Tage lang ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag gegenüber der Servus Handels- und Verlags-GmbH schriftlich, telefonisch, per Fax oder per E-Mail an A-6404 Polling in Tirol, Gewerbezone 16, Tel: 069 / 92 10 110, Fax: 069 / 92 10 11 800, office@personalshop.com, zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beginnt ab dem Tag, an dem Sie die Waren in Besitz genommen haben. Senden Sie uns die Ware spätestens 14 Tage nach Ihrem Widerruf zurück. Wir gewähren Ihnen neben dem gesetzlichen Widerrufsrecht eine freiwillige Rückgabegarantie von insgesamt 30 Tagen ab Erhalt der Ware, sofern die Ware sich in ungebrauchtem und unbeschädigtem Zustand befindet.
Impressum: Servus Handels- und Verlags-GmbH, Gewerbezone 16, A-6404 Polling in Tirol.

**Ausfüllen, ausschneiden
und gleich einsenden an:
Personalshop
Bahnhofstraße 500
82467 Garmisch-P.**

5-Sterne-Personalshop-Garantie

- ★ 2 Jahre Garantie ohne „Wenn und Aber“
- ★ Schnelle Lieferung
- ★ Höchster Qualitätsstandard
- ★ Bestpreis-Garantie
- ★ 30-tägiges Umtausch- und Rückgaberecht**

** Stichtpreise beziehen sich auf unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers (UVP). Solange der Vorrat reicht.
** Detaillierte Angaben zum Rücktrittsrecht und Informationen zum Datenschutz finden Sie auf: www.personalshop.com