

Hessen Thüringen Sachsen



Antrieb mit Brennstoffzelle

Wasserstoff als Hoffnungsträger für die Energiewende

Reisezeit

Tipps zur
Urlaubsplanung

Gelassen fahren

Hans-Joachim Heist
im Interview

Pole-Position

ADAC &
Pedelec

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

6 Brennstoffzelle Der Rhein-Main-Verkehrsverbund setzt auf Wasserstoffzüge



Liebe Leserinnen und Leser,

vielleicht erinnern Sie sich noch an den Chemieunterricht: Wasserstoff und Sauerstoff werden in einem Luftballon gemischt, verschlossen, dann entzündet. Die Reaktion folgt prompt: Mit einem lauten Knall entsteht – ohne schädliche Emissionen – Wasser. Wie diese Energie genutzt werden kann, haben wir uns für die Titelreportage (ab Seite 6) im Industriepark Höchst angeschaut. Hier gibt es eine Wasserstofftankstelle für Busse, Autos und neuerdings sogar für Nahverkehrszüge des Rhein-Main-Verkehrsverbunds.

Immer mehr Deutsche sind auf zwei Rädern unterwegs, die Kaufzahlen für Pedelecs steigen stetig. Der ADAC hat sein Angebot rund ums Rad erweitert und bietet neben Fahrradpannenhilfe und Fahrsicherheitstrainings auch geführte Touren an. Alle Infos finden Sie ab Seite 14.

Sommerzeit ist Reisezeit: Für Ihre Reiseplanung stellen wir Ihnen ab Seite 18 unsere Services und Angebote vor, die Sie in den ADAC Geschäftsstellen vor Ort oder online erhalten.

Ein prominentes Gesicht entdecken Sie auf Seite 20: Mit Schauspieler Hans-Joachim Heist, auch bekannt als Gernot Hassknecht aus der ZDF-„heute-show“, haben wir über Drängler, Nicht-Blinker und Aggressionen am Steuer gesprochen.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß bei der Lektüre!
Ihre Manuela Simon



Reisezeit Touren- und Reiseplanung mit dem ADAC

18



20

Interview
Hans-Joachim Heist
über Aggression
im Straßenverkehr

INHALT

Was uns bewegt

Aktuelle Meldungen
Seite 4

Wasserstofftankstelle

Im Industriepark Höchst tanken
Busse, Autos und sogar Züge
Seite 6

Das gibt's beim ADAC

Aktionen und Angebote aus den
Geschäftsstellen und Reisebüros
Seite 12

Pole-Position

Alles rund ums Pedelec
Seite 14

Ab in den Urlaub

ADAC Angebote rund um Reise und Freizeit
Seite 18

Hans-Joachim Heist im Interview

Über Autofahrertypen
Seite 20

Service

Lifehack für das Fahrrad
Impressum
Seite 22

Sommer 2023

Hessen
Thüringen
Sachsen

AKTUELLES

On the road again

Bei der 27. ADAC Oldtimerfahrt

Hessen-Thüringen werden wieder bis zu 110 Oldtimer erwartet. Start- und Zielpunkt ist Teistungen im Nordwesten Thüringens. Vom 8. bis 11. Juni können bei der technischen Abnahme und bei den Tagesausfahrten die chromblitzenden Schätzchen bestaunt werden. Von Teistungen führen die Touren durch das Eichsfeld, das Unstrut- und Werratal und den Hainich. Zum ersten Mal mit dabei ist auch eine Youngtimer-Gruppe, „The 98ers“.

> Alle Infos zur 27. ADAC Oldtimerfahrt Hessen-Thüringen finden Sie hier: oldtimerfahrt.de



Foto: Steve Baureschmidt

Zuckertütenfeste in Chemnitz und Dresden

Mehrere Tausend Abc-Schützen feiern auf der KÜchwaldbühne in Chemnitz und in der Jungen Garde Dresden gemeinsam ihr Zuckertütenfest und sind mit diesen Auftaktveranstaltungen der Aktion „Sicherer Schulweg“ gut vorbereitet auf ihren ersten Schultag. Die gemeinsame Verkehrssicherheitsaktion der Landesverkehrswacht Sachsen und des ADAC Sachsen macht die Mädchen und Jungen fit für ihren eigenen Schulweg, den sie ab Ende August selbst bewältigen werden.

> Termine:

23. Mai, KÜchwaldbühne Chemnitz

14. Juni, Junge Garde Dresden



Seifenblasen, Maskottchen-Parade, Musik und das Puppenspielprogramm der Polizei, ein Vormittag, genau richtig für Tausende Abc-Schützen



Sie denken, ein Job sollte zufrieden machen? Wir auch.

Immer in Bewegung und da, um zu helfen - das sind wir, das ist der ADAC. Aber nicht jeder kennt unsere vielfältigen Karrieremöglichkeiten. Ganz gleich ob in Tourismus, Versicherung, Marketing oder in vielen weiteren Bereichen: Wir geben Ihnen genau die Möglichkeiten, die Sie brauchen.

Neugierig? Schauen Sie mal auf unserem Karriere-Portal vorbei.

karriere.adac.de

ADAC



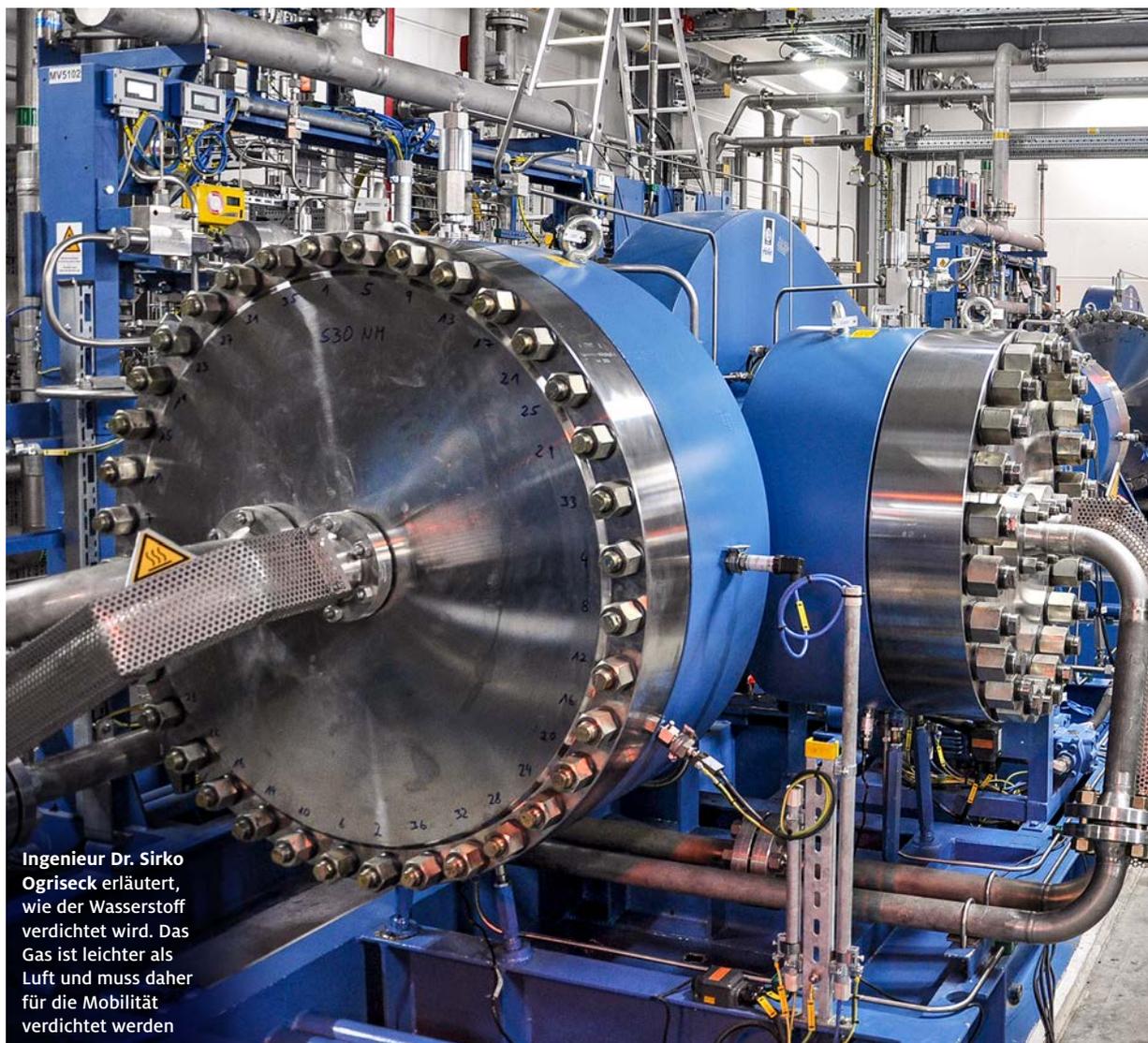


Frankfurt

Komfort ohne Kompromiss

Innovative Technologien für Energie sind gefragter denn je. Die Firma Infraserb Höchst mobilisiert mit Wasserstoff – von der Tankstelle bis zu mit H₂ betriebenen Bussen. Nun tanken im Industriepark auch Züge Gas

Text: Ingrid Zöllner



Ingenieur Dr. Sirko Ogriseck erläutert, wie der Wasserstoff verdichtet wird. Das Gas ist leichter als Luft und muss daher für die Mobilität verdichtet werden

Wenn Dr. Joachim Kreysing von seinem Dienstwagen spricht, gerät er ins Schwärmen. Vor zwei Jahren hat er seine Diesel-Limousine gegen ein Fahrzeug getauscht, das mit Wasserstoff (H_2) betrieben wird. „Ich möchte es vom Fahren her nicht mehr missen“, sagt der Geschäftsführer von Infraserv in Frankfurt-Höchst. Geschwindigkeit, Fahrkomfort und Reichweite haben ihn überzeugt. „Mit der Reichweite komme ich auf 450 Kilometer, tanken geht in kürzester Zeit“, erzählt Kreysing. Früher habe er versucht, das Navi in der Zeit zu

unterbieten – inzwischen sieht er den Wettkampf darin, die Reichweite seines Autos zu steigern. „Das Fahren ist viel entspannter.“

Die Infrastruktur in Deutschland sei kein Problem. Viele Tankstellen seien an günstigen Punkten wie Autobahnen gelegen. Via H2.LIVE-App können auf dem Smartphone verfügbare und geplante H_2 -Tankstellen europaweit angezeigt werden. „Es kommt selten vor, dass man an der Tankstelle warten muss. Wenn jemand da ist, tauscht man sich oft aus“, erzählt der Geschäftsführer von Infraserv, der mit dem Auto



"

Mit Wasserstoff fährt es sich entspannter

"

Dr. Joachim Kreysing
Geschäftsführer Infraseriv

2006 eine öffentlich zugängliche Wasserstoff-tankstelle für Autos, Laster und Busse. Eine der ersten seinerzeit. Im vergangenen Jahr wurde dort der erste Lkw in Deutschland mit Wasserstoff betankt. „Der Wasserstoff fällt bei der Firma Nobian, die Chlor und Natronlauge herstellt, als Nebenprodukt an“, erläutert Kreysing. Seit rund 100 Jahren wird Wasserstoff genutzt, als Rohstoff für die chemische Produktion und für die Energieversorgung – die Chemie- und Pharmaunternehmen im Industriepark Höchst benötigen für ihre Produktionsanlagen vor allem Prozessdampf, den Infraseriv Höchst produziert, um Erdgas einzusparen und Dampf zu erzeugen. H₂ ist nicht giftig, es ist leichter als Luft. Wenn es entweicht, steigt es sofort nach oben. Es ist zwar hochentzündlich, aber nicht gefährlicher in der Anwendung als Erdgas.

auch ins Ausland reist. Mit einer Karte kann an allen Tankstellen bezahlt werden.

Kaum Platzverlust

Aktuell finden sich auf dem Automarkt nur wenige Modelle mit Wasserstoffantrieb. Im Vergleich zum Elektroauto, bei dem die Batterien viel Raum brauchen, gibt es weniger Platzverlust – die Technik verbirgt sich übersichtlich unter der Motorhaube. Schädliche Abgase entstehen nicht, ausgestoßen wird nur Wasserdampf. Am Industriepark Höchst gibt es seit

Vorreiter beim Wasserstoff

Infraseriv Höchst, die Betreibergesellschaft des Industrieparks, ist in Deutschland einer der Vorreiter bei der Wasserstoffnutzung. Seit 2017 fahren auf dem über vier Quadratkilometer großen Areal mit mehr als 90 Unternehmen H₂-betriebene Busse. Der Industriepark Höchst im Rhein-Main-Gebiet ist eine der größten Forschungs- und Produktionsstätten in Europa. Über >

den ganzen Park verlaufen Pipelines, durch die der Wasserstoff transportiert wird. Infraseriv Höchst hat 2022 zusätzlich einen Elektrolyseur errichtet, der das Gas herstellt, um die Versorgung sicherzustellen. Aus Strom und Wasser entsteht das Gas. Der im Industriepark gewonnene Wasserstoff ist zur Hälfte grün, für die Herstellung wird Strom benötigt. „Der Strommix in Deutschland besteht bislang zu 50 Prozent aus erneuerbaren Energien. Unser Wasserstoff ist so grün wie der Strom im öffentlichen Netz“, erläutert Kreysing.

Christian Winzenhöler ist der Omnibusbetreiber vor Ort; 50 Busse besitzt er, fünf davon fahren mit H₂. „Wir hatten anfangs für den Wasserstoffbus eine Tagesreichweite von 230 Kilometern angepeilt, jetzt liegen wir bei 400 und damit genauso hoch wie bei einem Diesel“, erzählt Winzenhöler. „Die Wasserstoffbusse sind kompromisslos angenehm. Sie fahren ruhiger, leiser, sind nicht so wartungsintensiv, haben weniger Verschleiß.“ Die Technologie befindet sich bei den H₂-Bussen auf dem Dach, es gibt keinen Platzverlust.



Links: Die Wasserstoffzugflotte des Rhein-Main-Verkehrsverbunds ist im Dezember 2022 an den Start gegangen

Unten: Im Industriepark Höchst können bis zu 17 Regionalbahnen am Tag das Gas tanken



Geschlossener Kreislauf

Seine Flotte umfasst Busse von Mercedes und dem polnischen Hersteller Solaris. Rund 680.000 Euro kostet ihn ein H₂-betriebener Bus, ein Diesel liegt bei circa 250.000, ein Elektrobus bei 500.000 Euro. „Der Umweltschutz fährt nicht umsonst“, sagt Winzenhöler und stellt klar: „Der Betrieb der Busse ist aktuell nur mit Förderung wirtschaftlich.“ Vorteil am Industriepark Höchst: „Es ist ein geschlossener Kreislauf, es gibt keine Transportwege, die Infrastruktur ist vorhanden“, erzählt er. Bis 2030 soll ein Großteil der Flotte aus den H₂-Bussen bestehen.

Tankstelle für Züge

Im Norden des Industrieparks befindet sich seit vergangenen Jahr eine Neuheit: eine Wasserstoff-tankstelle für Züge. „Wir haben 2018 Gespräche mit dem Rhein-Main-Verkehrsverbund (RMV) aufgenommen, 2019 folgte die Vergabe, bis Ende 2022 wurde die Tankstelle fertiggestellt“, berichtet

Kreysing. Infraseriv stellt die Infrastruktur, die der RMV nutzt. Bis zu 17 Regionalbahnen könnten dort am Tag maximal tanken, de facto sind es zwölf. „Ein Tank reicht für bis zu 1000 Kilometer“, weiß Ingenieur Dr. Sirko Ogriseck, Wasserstoffspezialist bei Infraseriv. 27 Züge gehören zur RMV-Flotte, die damit die größte weltweit ist.

Bevor das Gas in die Züge kommt, muss es komprimiert und von 6 auf zunächst 500 bar gebracht werden; getankt wird schließlich mit 350 bar. „260 Kilo umfasst der Tankinhalt, 15 bis 20 Minuten dauert der Tankvorgang“, berichtet Ogriseck. Mit der Zug-Tankstelle sei der Industriepark erneut Vorreiter und wieder einen Schritt weiter in Richtung Zukunft.



> Die wichtigsten Fragen und Antworten rund um das Thema Wasserstoffautos lesen Sie auf unserer Homepage unter adac.de/hth-motorwelt

FAHREN SIE AN DEN ORT, WO TRÄUME WAHR WERDEN.



©Disney

ADAC

Großes Gewinnspiel Mit dem ADAC nach Disneyland® Paris

Die Gewinnerinnen und Gewinner genießen einen Familienaufenthalt mit Erlebnissen in den Disney® Parks, inklusive Übernachtung in einem Disney® Hotel.

Jetzt
mitmachen!

adac.de/disney-gewinnspiel

Reisen zum Rheingau Musik Festival

Mit Hector Berlioz' „Te Deum“ startet das Festival in den 36. „Sommer voller Musik“. Artist in Residence ist Daniel Hope, den Sie in einigen Konzerten erleben können. Weitere großartige Künstler wie Jan Lisiecki, Daniil Trifonov, Sol Gabetta, Grigory Sokolov, Khatia Buniatishvili und Julia Fischer sind zu Gast in den wunderbaren Spielstätten im Rheingau. Reisen Sie mit ADAC Musikreisen in eine der schönsten Regionen Deutschlands.

> Informationen zu unseren Reisen erhalten Sie unter
T 069 66 07 83 10 und
adac-musikreisen.de



Das gibt's beim ADAC

Aktionen und Angebote aus den Regionalclubs

8. BIS 10.
SEPTEMBER
2023

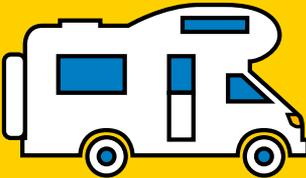
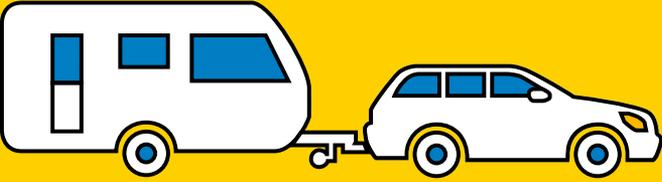
20 lange Jahre ist es her, dass die DTM 2002 zuletzt auf dem Sachsenring gastierte. Mit dem Erwerb der Markenrechte der bekannten GT-Rennserie kehrt die Serie nun auch dorthin zurück. Was wird aus dem GT Masters? Ab sofort werden sich DTM und GT Masters die Rennwochenenden teilen und so gemeinsam am Wochenende vom 8. bis 10. September auf dem Sachsenring zu Gast sein. Im Rahmen der großen Serien werden auch die ADAC GT4 und der Porsche Carrera Cup wieder mit dabei sein.

> 8. bis 10. September 2023

DTM zurück auf dem Sachsenring



Sie ist zurück
Im September kehrt die DTM auf die Traditionrennstrecke Sachsenring zurück

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

ADAC Fahrsicherheitstrainings

Auf den ADAC Fahrsicherheitsanlagen 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:



Standorte in Hessen und Thüringen:
Fahrsicherheitszentrum Leipzig-Halle:
Standort Sachsenring:

fahrtraining.de
sachsentraining.de
sachsenring.de

ADAC

Elektromobilität: Pole-Position für Pedelecs

Die Deutschen lieben das Fahrradfahren, mit geschätzten 81 Mio. Rädern ist der Bestand so hoch wie noch nie. Im Jahr 2021 wurden in Deutschland rund 4,7 Mio. Fahrräder verkauft, 2 Mio. davon waren E-Bikes. Damit stieg ihr Anteil am Gesamtmarkt von 39 auf 43 Prozent. Die Vielfalt der Anforderungen rund um das E-Bike steigt, auch der ADAC bietet vielfältige Angebote mit Mitgliederrabatt an

Text: Cornelius Blanke und Andrea Schumacher-Fichtner Foto: Steve Bauerschmidt

ADAC FAHRRAD-PANNENHILFE



Die **ADAC Fahrrad-Pannenhilfe** gilt rund um die Uhr für Fahrräder jeder Art und an jedem Ort, den die Pannenhelfer mit ihren Einsatzfahrzeugen nach den Regeln der Straßenverkehrsordnung erreichen können. Geholfen wird vor allem, wenn Fahrrad oder Pedelec aufgrund von Reifen-, Ketten-, Brems- oder Schaltproblemen nicht mehr weiterfahren können.

> Im Notfall ist die **ADAC Fahrrad-Pannenhilfe** unter T 089 2020 4000 zu erreichen

ADAC ROUTENEMPFEHLUNG



Unter der Schirmherrschaft des hessischen Ministerpräsidenten Boris Rhein haben die Hessische Staatskanzlei, der Deutsche Hotel- und Gaststättenverband Hessen und der ADAC Hessen-Thüringen **acht abwechslungsreiche Radrouten für Genussradler** aufgelegt. Das Ziel jeder Tour: eines von Hessens prämierten Dorfgasthäusern! Die typisch hessischen Gasthäuser laden zur Einkehr und Stärkung ein.

> Die Radkarten sind **kostenfrei** in jeder **ADAC Geschäftsstelle** oder **online** erhältlich

INT. FACHMESSE EUROBIKE



Auf der **internationalen Fachmesse Eurobike** wird der ADAC in diesem Jahr wieder mit fachlicher Beratung und kompetentem Wissen rund ums Fahrrad und E-Bike dabei sein. Vom 21. bis 25. Juni stellt der ADAC auf der Messe Frankfurt seine neuen Dienstleistungen vor: die ADAC Fahrrad-Pannenhilfe und -Versicherung, Fahr Sicherheitstrainings, geführte Pedelec-Touren sowie kostenfreie Broschüren und digitale Angebote rund ums Radfahren.

ADAC PEDELEC-FAHR SICHERHEITSTRAINING

Ein Pedelec gekauft und etwas unsicher mit dem schnellen und schweren Zweirad? Hier bietet der **ADAC Pedelec-Fahrsicherheitstrainings** an. In vier Stunden lernen Sie, mit den Besonderheiten des Pedelecs umzugehen. Ausweichen, Gefahrenbremsung, Blickführung oder gezieltes Einsetzen der meist sehr gut wirkenden Scheibenbremsen sind unter anderem die Inhalte des stark praxisorientierten Trainings in den ADAC Fahrsicherheitszentren Rhein-Main bei Gründau und Thüringen in Grammetal bei Weimar.



ADAC FAHRRAD-VERSICHERUNG

E-Bikes sind nicht nur für ihre Besitzer:innen praktisch und chic. Die Diebstahlraten steigen stetig, mindestens ein gutes Schloss sowie eine Fahrradversicherung mindern das Risiko und den Schaden. Versichert sind zum Beispiel bei der **ADAC Fahrrad-Versicherung** mit 10 Prozent Rabatt für ADAC Mitglieder:

- > das Fahrrad oder Pedelec („E-Bike“ bis 25 km/h) mit einem maximal zulässigen Alter von drei Jahren bei Versicherungsbeginn
- > die Fahrradteile wie z. B. Lenker, Sattel, Akku oder Bordcomputer (maximales Alter: drei Jahre bei Versicherungsbeginn)
- > das Fahrradzubehör wie z. B. Schloss, Anhänger oder Helm
- > das Fahrradgepäck wie z. B. Kleidung oder Hygieneartikel

ADAC E-RIDE

ADAC e-Ride bietet gebrauchte Top-E-Bikes führender Marken an, die beispielsweise als Messe- und Vorführware eingesetzt wurden oder aus den Rebike Verleih- und Abo-Angeboten stammen. Sie sind meist zwischen drei und zwölf Monate alt, wurden nur bis 1000 Kilometer gefahren und fachmännisch generalüberholt. Vorteile beim E-Bike-Gebrauch über ADAC e-Ride – powered by Rebike:

- > 100 Prozent geprüfte, technisch einwandfreie E-Bikes
- > Zwei-Jahres-Garantie auf Motor und Akku
- > auf den Preis zusätzlich 100 Euro ADAC Rabatt

> Weitere Informationen zu allen Fahrrad-Themen auf adac.de/hth-pedelec

Fortsetzung auf der nächsten Seite >

E-Biken im Land der 1000 Berge

Der **ADAC** bietet mit Unterstützung von **Sauerland Tourismus** für zwölf Interessierte am Samstag, 5. August, ein Erlebnispaket im Hochsauerland an. Für die kostenlose Tagesveranstaltung kann sich jedes ADAC Mitglied mit entsprechender Fitness und seinem Pedelec (25 km/h; Ausführung Trekking, SUV oder Gravel erforderlich) bis zum 20. Juni bewerben



Gruppenfahrten wollen gelernt sein: Abstand halten, vorausschauend und versetzt fahren

GEFÜHRTE ADAC E-BIKE-TOUR

- › Treffpunkt in Willingen
 - › ADAC Fahrtechnik-Schnuppertraining
 - › Geführte Tour von Willingen nach Winterberg und retour.
Die Route führt über befestigte und unbefestigte (Wald-)Wege
 - › Mittags gibt es die Möglichkeit zur Einkehr (auf eigene Kosten)
- Die Auswahl der Teilnehmenden erfolgt per Los, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.
- › **Mehr Infos und Anmeldung zur Tour unter adac.de/hth-pedelec**

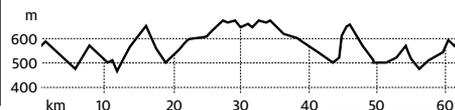
TOURSTECKBRIEF & HÖHENPROFIL

Strecke: Willingen – Winterberg – Willingen

Länge: ca. 62 Kilometer

Steigung: ca. 1000 Höhenmeter

Reine Fahrzeit: ca. 5 h 30 min



MITMACHEN
UND
GEWINNEN



ADAC E-Bike Challenge

Der ADAC sucht Hessens beste Pedelec-Fahrende und Sie können sich bewerben.

Der ADAC möchte das Pedelec-Fahren insgesamt sicherer machen und bietet hierfür verschiedene Angebote wie Fahrtechniktrainings und geführte Pedelec-Touren ebenso an wie die Pannenhilfe. Nun können sich erfahrene und regelmäßig fahrende Besitzer:innen von Pedelecs (25 km/h) aus Hessen um die Teilnahme an der **ADAC E-Bike Challenge** bewerben und zahlreiche Preise, darunter attraktive Pedelec-Reisen, gewinnen.

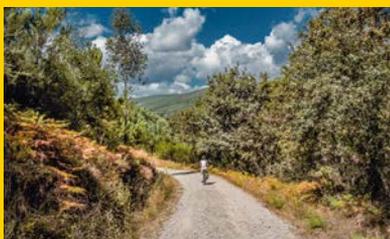
› **Jetzt bewerben: adac.de/hth-ebikechallenge**



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 Reisettermine: 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 Aït-Ben-Haddou

ab 2.680 € p. P. im Doppelzimmer

14 Reisettermine: 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 Reisettermine: 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 Reiseternin wird ein Fahrrad für Schüler in ländlichen Regionen Afrikas gespendet.

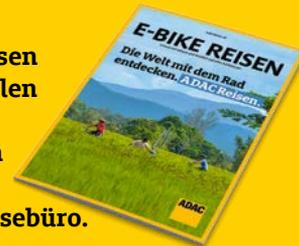
Beratung und Buchung:

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

¹Reisebürofinder: 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.**





ADAC URLAUB macht Lust auf Reisen

Jede Menge Reiseinspiration liefert das Magazin ADAC Urlaub. Alle zwei Monate erscheint das Heft mit interessanten Reise-reportagen und beeindruckenden Bildwelten. Auch mit Tipps zu Reisezielen und Veranstaltungen in Ihrer Region! Kostenfrei abzuholen in den ADAC Geschäftsstellen und Reisebüros oder einfach online nach Hause bestellen.



Die weite Welt entdecken

Die Sommerferien in Hessen, Thüringen und Sachsen stehen vor der Tür. Ob Camperreise nach Kanada oder Kurztrip in die Rhön: Die ADAC Geschäftsstellen & Reisebüros helfen bei der Urlaubsplanung und bieten zahlreiche Services und Angebote rund ums Thema Reisen und Freizeit

Text: Andrea Schumacher-Fichtner
Illustration: Tim Möller-Kaya



Traumreise finden & buchen

Ob Inselhopping auf den Kanaren, Kreuzfahrt zum Nordkap oder eine Rundreise durch Vietnam – unter adacreisen.de und in den 18 ADAC Reisebüros in Hessen, Thüringen und Sachsen gibt es kompetente Beratung und attraktive Angebote für Pauschal- oder Individualreisende, Camper und Kreuzfahrtliebhaber. ADAC Mitglieder profitieren zudem von vielen exklusiven Vorteilen bei den ADAC Mitgliederreisen.

Von A nach B

Den schnellsten oder schönsten Weg zum Urlaubsziel kann man sich von den ADAC Touristikexperten ausarbeiten lassen. In der ADAC Geschäftsstelle erhalten Mitglieder ihre individuell ausgearbeitete Reiseroute mit allen Informationen zu Maut, Vignetten oder interessanten Stops auf der Strecke.



ADAC Trips App – der Begleiter auf Reisen

Auf der Suche nach einem schönen Ausflugsziel im Rheingau oder in der Lausitz? Die ADAC Trips App ist der mobile Begleiter für unterwegs und macht passgenaue Vorschläge für Sehenswürdigkeiten, interessante Orte und Erlebnisse – individuell zugeschnitten je nach Interessengebiet.

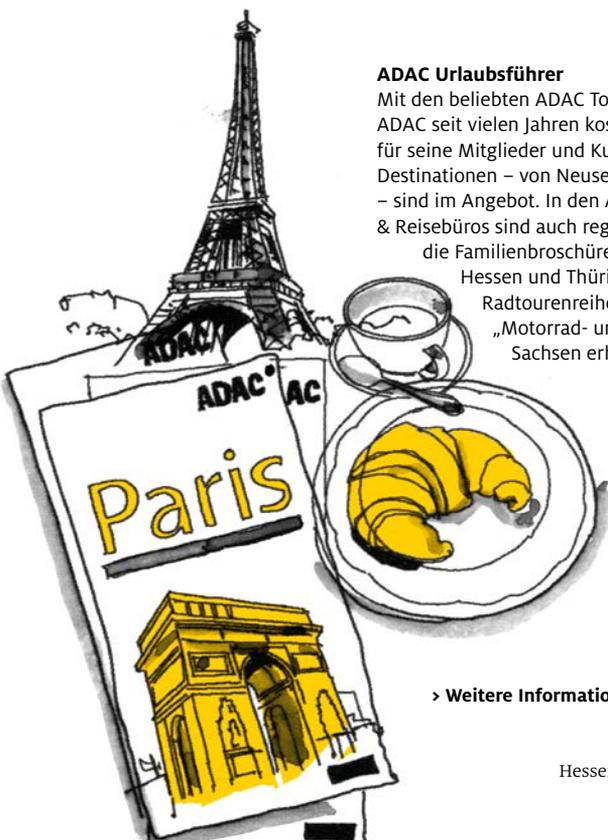


Mit dem Camper auf Tour

Für den perfekten Wohnmobiltrip braucht es einen Camper, eine schöne Route und einen Stellplatz. Der ADAC bietet alles aus einer Hand. Mit dem „ADAC Camping- und Stellplatzführer“ und auf pincamp.de findet man den richtigen Platz und kann diesen online auch direkt buchen. Im ADAC Reisebüro gibt es den passenden Mietcamper und Hilfe bei der Tourenausarbeitung.

ADAC Urlaubsführer

Mit den beliebten ADAC Toursets bietet der ADAC seit vielen Jahren kostenfreie Urlaubsführer für seine Mitglieder und Kunden an. Über 130 Destinationen – von Neuseeland bis Norwegen – sind im Angebot. In den ADAC Geschäftsstellen & Reisebüros sind auch regionale Reiseführer wie die Familienbroschüre „Hits für Kids“ in Hessen und Thüringen, die Wander- & Radtourenreihe „Grenztouren“ oder „Motorrad- und Tourenkarten“ durch Sachsen erhältlich.



> Weitere Informationen zu allen genannten Services und Produkten: adac.de/hth-reisen

A portrait of Hans-Joachim Heist, an older man with glasses, wearing a dark suit jacket over a light-colored shirt. He is standing in front of a large window with a grid pattern, looking directly at the camera with a slight smile. His hands are clasped in front of him.

„Ich bin ein ganz schlechter Beifahrer“

Zur Person

Hans-Joachim Heist wurde am 11. Januar 1949 im südhessischen Jugenheim geboren. Er lebt mit seiner Frau in Pfungstadt und ist dort ehrenamtlich als Kulturstadtrat aktiv. Heist ist Dialekt-Fan, Jurymitglied des Darmstädter Mundart-Preises „Spirwes“ und Hessentagsbotschafter für das Landesfest vom 2. bis 11. Juni.

Hans-Joachim Heist ist Schauspieler und für seine Verkörperung von Heinz Erhardt sowie die aus der „heute-show“ vertraute Figur Gernot Hassknecht bundesweit bekannt. Für seine Auftritte ist er viel mit dem Auto auf den Straßen der Republik unterwegs

Interview: Manuela Simon Foto: Arselan Ahmad

Was für ein Autofahrer sind Sie?

Früher war ich ein sehr nervöser Autofahrer. Wenn ich einen Termin nicht pünktlich erreichen konnte, wenn Dinge passierten, auf die ich keinen Einfluss habe, da habe ich mich sehr aufgeregt. Heute lässt mich das eher kalt, ich bin gelassener geworden.

Sind Sie ein besserer Fahrer oder Beifahrer?

Ich bin ein ganz schlechter Beifahrer. Das merken alle, die mich fahren. Mittlerweile lasse ich mich zwar zu vielen Veranstaltungen fahren. Aber ich fahre aktiv mit. Ich bin ein Beifahrer, den man sich nicht wünscht. Ich bin sehr schreckhaft, bremsen und lenken mit und kommentiere die Fahrt – ich nerve (*grinst*).

Welche Figur in Ihrem Schauspielwerdegang war oder ist Ihre liebste und warum?

Das ist immer die Figur, die ich gerade spiele. Heinz Erhardt – das bin ich eigentlich schon privat. So mit Schalk im Nacken. Dieser Choleriker Gernot Hassknecht, das bin ich privat eigentlich gar nicht. Es sei denn, ich fahre Auto und habe Stau – da kann ich schon mal zum Hassknecht werden.

Welche Verkehrssünden ärgern Sie am meisten?

Für den Deutschen Verkehrssicherheitsrat habe ich als Gernot Hassknecht Videoclips gedreht, das hat viel Spaß gemacht. Es geht darin um Drängler, Nicht-Blinker, Scharf-Überholer, Gegen-die-Einbahnstraße-Radler, das alles nervt mich. Was mich am meisten nervt, wenn man so viele Kilometer Autobahn fährt wie ich, das sind Raser und Plötzlich-nach-links-Ausscherer und Rechts-Überholer. Ich habe festgestellt, das sind meistens die mit den dicken fetten Autos, die erst drängeln und dann rechts überholen.

Warum muss man sich heutzutage im Straßenverkehr so aufregen?

Der Verkehr war anders, als ich Fahranfänger war. Früher konnte man sich wesentlich freier bewegen auf den Landstraßen und Autobahnen. Es war nicht so ein Gedrängel, es war nicht so voll, und, natürlich ist das im Rückblick immer

so eine Verklärung, ich meine, es waren nicht so viele Idioten auf den Straßen unterwegs.

Die beste technische Erfindung im Auto ist ...

Das Navi! Früher hatte ich immer den dicken ADAC Atlas dabei, wo tatsächlich jede Milchkanne verzeichnet war. Da habe ich mir vorab die Route rausgesucht, aufgeschrieben und bin nach meinem „inneren“ Navi gefahren. Innerhalb eines Ortes wurde es dann allerdings eher schwierig, eine bestimmte Adresse zu finden. Das ist heute dank Navi viel einfacher geworden. Das ist der Fortschritt.

Sie wurden mit vielen Preisen ausgezeichnet, vom Karnevalverein Dieburg mit der „Holzig Latern“, einem Preis für Mundart-Sprache. Was ist Ihr liebstes hessisches (Schimpf-)Wort?

Da gibt es so viele! „Bappsack“ ist ein wunderschönes Wort. Oder „Briehinkel“ (*Frau die sehr empfindlich ist, Anm. der Redaktion*). Es gibt ja ganze Wörterbücher, viele Schimpfwörter! „Krimelsucher“ (*Korinthenkacker, Erbsenzähler*) ist auch ein wunderbares hessisches Wort.

DER ADAC & ICH

» **ADAC Mitglied?** Ich bin schon lange Mitglied. Wenn ich nach Italien oder Österreich fahre, lasse ich mir gern in der Geschäftsstelle Darmstadt Routen zusammenstellen. Ich kaufe dort auch meine Vignette, das mache ich nicht an der Tankstelle.

» **Erstes Auto:** Mein erstes eigenes Auto war ein VW Käfer, mit Brezel-Fenster, das habe ich von meinem Opa übernommen, ich habe es ihm abgekauft. Der nächste war ein NSU Prinz, das fand ich ein lustiges Auto, so klein, quadratisch – so wie ich – gut! Ich fand das sogar noch schöner als den VW.

» **Reisewunsch:** Meine Frau und ich würden gern mal eine Zugreise machen, zum Beispiel mit dem königlichen Zug die spanische Küste entlang oder dem Glacier Express in der Schweiz oder in Südafrika. Einfach im Zug sein Abteil mit Bett haben, wie bei einer Kreuzfahrt – nur an Land. Das habe ich noch nie gemacht.

» **Lieblingsbeifahrer(in):** Ich habe so viele Beifahrer ... die sind alle okay.

» **Autofahr-Soundtrack:** Ich höre immer WDR2 oder SWR3 oder MDR Jump, je nachdem, wo ich unterwegs bin. Teilweise auch Infosender mit politischen Informationen. Ich telefoniere auch viel im Auto über die Freisprechanlage. Musik höre ich nicht. Wenn ich unterwegs bin, will ich Informationen haben.



Schlau gemacht statt nur schlau gedacht

Wer im Sommer die schönsten Seiten von Hessen, Thüringen und Sachsen per Rad entdecken möchte, sollte vorab überprüfen, ob alles rundläuft. Wir zeigen Ihnen, wie Sie mit alltäglichen und einfachen Hilfsmitteln **Ihr Fahrrad sommerfit machen**

HACK #2: FAHRRADKETTE REINIGEN



Wie viel mit dem Fahrrad unterwegs ist, muss seine Kette regelmäßig reinigen. So beugen Sie Verschleiß vor und kommen wieder schneller voran.

Um die Hände vor Dreck und Kettenöl zu schützen, können Sie aus zwei Handzahnbursten und einem Gummiband eine kleine „Krokodilsbürste“ bauen.



Schieben Sie die Fahrradkette zwischen die beiden Bürstenköpfe und lassen Sie die Kette mehrmals durchlaufen. So entfernen Sie gleichzeitig den Dreck außen an der Kette sowie zwischen den Kettengliedern.

Da beim Reinigen ein Großteil des Schmierfilms abgetragen wird, sollte die Kette danach mit Kettenöl behandelt werden. Überschüssiges Öl kann mit einem Tuch abgestreift werden.

» Und was haben Sie schon ausprobiert? Schreiben Sie uns Ihren besten „Hack“ für Auto, Motorrad oder Fahrrad an redaktion@hth.adac.de

IMPRESSUM

Herausgeber

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

Redaktionsleitung

Cornelius Blanke (V. i. S. d. P.), ADAC Hessen-Thüringen, Lyoner Straße 22, 60528 Frankfurt;
Florian Heuzeroth, ADAC Sachsen,
Striesener Straße 37, 01307 Dresden

Redaktion

Manuela Simon, Falk Forhoff

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 Wette

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 Gesellschafterin:
BurdaVerlag GmbH. Deren
alleinige Gesellschafterin:
Burda Gesellschaft mit be-
schränkter Haftung. Deren
alleinige Gesellschafterin:
Hubert Burda Media Holding
Kommanditgesellschaft. Deren
persönlich haftende Gesellschaf-
ter sind Prof. Dr. Hubert Burda,
Verleger, Offenburg, und die
Hubert Burda Media Holding
Geschäftsführung SE.



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

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

Herausnehmbare Innensohle

Für Damen und Herren



rot

blau

Aus Textil und strapazierfähigem 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

BESTELLSCHHEIN 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.

25%
Neukunden-Rabatt auf ALLE Artikel!

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**

** Stattpreise 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