

Hessen Thüringen Sachsen

In die Röhre geschaut

Was die Tunnelsanierung auf der A 4 für Sachsen bedeutet

Campingurlaub

Mit dem Wohnmobil
unterwegs

Abenteuerreisen

Margot Flügel-Anhalt
im Interview

Tipps & Touren

Angebote des ADAC
rund ums Rad

ADAC-Mitglieder erhalten ab sofort 10 % Rabatt auf den WESTstandardpreis bei Onlinebuchung. Einfach im Ermäßigungsfeld die ADAC-Vorteilskarte auswählen!

Tierisch schnell nach Wien!

München – Wien in nur 3:46h

Mit der WESTbahn, der modernsten Flotte Österreichs, reisen Sie ganz bequem in den Tiergarten Schönbrunn – dem ältesten Zoo der Welt! Und das Beste: im Zug erhalten Sie einen Ermäßigungsgutschein von bis zu 4€ auf den Eintritt im Tiergarten Schönbrunn!

WESTsuperpreis

München – Wien
ab € 23,99*

Da steig ich ein.

Tickets buchen auf westbahn.at/ad/adac
Der WESTsuperpreis ist nur online erhältlich.

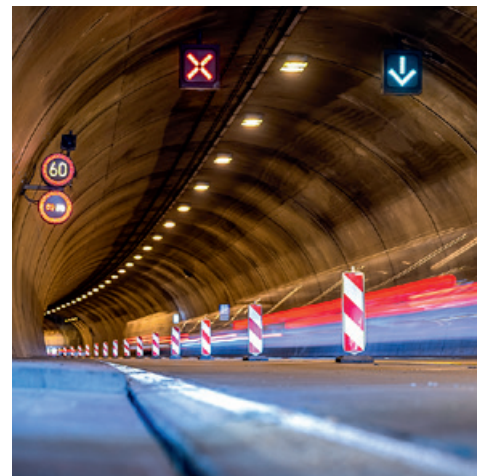


*kontingentierte und zuggebunden. Nur online buchbar ab 90 Tage im Voraus auf westbahn.at. Aktion gültig bis auf Widerruf. | *ausgenommen WESTsuperpreis. | Es gelten die AGB der WESTbahn Management GmbH, einzusehen auf westbahn.at. Datenstand 26.03.2023. Impressum: WESTbahn Management GmbH, Europaplatz 3 / Stiege 5, 1150 Wien, Tel.+43 1 89900, meinenachricht@westbahn.at



Cover: Autobahn GmbH
Fotos: Autobahn GmbH; Steve Bauerschmidt; Andrea Schumacher

4 Vorsicht, Baustelle! 2024 hat die zweijährige Sanierung des Tunnels Königshainer Berge auf der A4 in Sachsen begonnen – eine Mammutaufgabe



Liebe Leserinnen und Leser,

Baustellen auf Autobahnen bedeuten immer Einschränkungen, aber auch Geschwindigkeitsreduzierung und möglicherweise Stau. Wenn an einem Autobahntunnel gebaut wird, stellt das die Beteiligten vor besondere Herausforderungen: nicht nur die Verkehrsteilnehmenden, sondern auch die Arbeitskräfte, die Planung und vor allem Anwohnerinnen und Anwohner. Dazu haben wir uns mit den Betroffenen rund um die Sanierung des Tunnels Königshainer Berge auf der A4 in Sachsen ausgetauscht.

Der Sommer steht vor der Tür, viele planen Reisen mit dem Camper oder per Rad. Wie man sich für eine Campingtour mit dem Wohnmobil richtig vorbereitet und welche Angebote der ADAC für Radler bereithält, lesen Sie ab Seite 14.

„Hauptsache, unterwegs“ ist das Motto der Abenteuerin Margot Flügel-Anhalt. Motorisiert mit Motorrad oder Pkw, startet sie von Nordhessen aus am liebsten Richtung Osten. Was sie auf dem Weg ins Himalaja-Gebirge erlebt hat und welche Vorteile es hat, allein unterwegs zu sein, erfahren Sie im Interview ab Seite 20.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß bei der Lektüre!

Ihre Manuela Simon



14 Tipps zur ersten Wohnmobil-Tour



20
Von Nordhessen um die halbe Welt
Abenteurerin Margot Flügel-Anhalt

I N H A L T

Tunnelarbeiten

Herausforderungen für Verkehr, Bau und Anwohner am Nadelöhr auf der A4 in Sachsen
Seite 4

Aktuelles

Was uns bewegt
Seite 10

Das gibt's beim ADAC

Aktuelle Aktionen und Angebote
Seite 12

Campingtour

Tipps für Einsteiger
Seite 14

Auf zwei Rädern unterwegs

Angebote rund ums Rad
Seite 16

Margot Flügel-Anhalt im Interview

Weltenbummlerin aus Nordhessen
Seite 20

Service

Kennste Thüringen?
Impressum
Seite 22

In die Röhre geschaut

Autobahnbaustellen sind heute ständige Begleiter auf unseren Reisen und täglichen Fahrten. Die Sanierung eines ganzen Tunnels ist dann schon wieder eine Besonderheit, und das nicht nur für den rollenden Verkehr. Wir blicken auf die Bauarbeiten, die Sicherheit und sprechen mit Betroffenen

Text: Florian Wagner

Königshainer Berge

Er ist 25 Jahre alt und 3300 Meter lang: der Tunnel Königshainer Berge im Osten Sachsens auf der A 4 zwischen Bautzen und Görlitz. Man sieht ihm sein Alter nicht an und das ist gut so, denn der Tunnel ist fit und Fahrbahn sowie Röhren noch gut in Schuss. Im Jahr 2024 startet die Autobahn GmbH trotzdem eine umfangreiche Sanierung beider Tunnelröhren – zuerst die nördliche und 2025 dann die südliche Röhre. „Es geht weniger um den Tun-

nel an sich, sondern mehr um die Technik darin“, erzählt uns Marcus Bräuer, Fachexperte für Telematik, wo das Projekt der Tunnelsanierung beheimatet ist. „In 25 Jahren hat sich vor allem die Sicherheitstechnik deutlich verbessert und diese wird nun 2024 und 2025 eingebaut. Dafür müssen wir aber jeweils eine Tunnelröhre komplett schließen und den Verkehr in beiden Richtungen durch die jeweils andere Röhre leiten.“

Fotos: Thomas Hurny/Isgradost-fotografie

Problem: An einem Tunnel kann man nicht einfach mal so den Mittelstreifen entfernen und die Fahrbahn erweitern. Hier braucht es ein spezielles Konzept, das über die Verteilung der Fahrspuren, Umleitungsrouten im Notfall und Sicherheit für Arbeitende entscheidet und zugleich die Belästigung von Anwohnerinnen und Anwohnern minimiert. Es ist ein straffer Plan, den sich Marcus Bräuer und sein Team da vorgenommen haben, schließlich durchqueren pro Tag etwa 30.000 Fahrzeuge den Tunnel.



Sicherheit erhöhen

Eines der schlimmsten Szenarien, das in einem Tunnel passieren kann, ist ein Brand. Dort kann entstehender Rauch nicht nach oben abziehen und füllt daher die gesamte Röhre auf. Außerdem steigen die Temperaturen dabei in Windeseile auf über 1300 °C an. Zu welchen Ergebnissen das führen kann, zeigen diverse Zeugnisse aus der Vergangenheit, wie der verheerende Brand im Mont-Blanc-Tunnel in Frankreich und Italien 1999 und nur zwei Monate später im Tauerntunnel in Österreich. Insgesamt 51 Menschen verloren damals ihr Leben. Auch im Tunnel Königshainer Berge brannte im Jahr 2013 ein Lkw aus – immerhin kam dabei niemand zu Schaden. Erst im Februar dieses Jahres verhinderte wohl ein Lkw-Fahrer im Rennsteigtunnel eine Katastrophe, indem er wieder in seinen brennenden Lkw stieg

Es geht weniger um den Tunnel an sich, sondern mehr um die Technik darin

Marcus Bräuer,
Fachexperte für Telematik

und diesen noch die letzten sechs Kilometer aus dem Tunnel hinausfuhr.

Um solche Ereignisse und Personenschäden zu vermeiden, werden im Tunnel Königshainer Berge nun unterschiedliche Systeme nachgerüstet. Marcus Bräuer äußert sich dazu folgendermaßen: „Es ist nicht so, dass der Tunnel nicht sicher ist. Mittlerweile ist aber neuere Technik erhältlich, zum Beispiel hochauflösende Kameras oder weniger wartungsintensive Lichttechnik auf LED-Basis, die nun einfach vieles leichter und dadurch auch sicherer macht. Besonders intensiv wird die Nachrüstung von Notrufnischen. Diese müssen aus der bestehenden Tunnelwand herausgebrochen werden.“ Einen kleinen Teil der notwendigen Systeme, wie die Abdichtung der Querschläge und die Installation von Fluchttoren und -türen, haben die Kolleginnen und Kollegen schon 2023 installiert, diese waren bereits zu Sanierungsbeginn Pflicht.

Es braucht eine Feuerwehr

Bisher ging es ohne, aber nun ist direkt am Tunnel eine Feuerwehr eingezogen. Es sind weniger die Baumaßnahmen als der beidseitige Verkehr in einer Tunnelröhre, der eine Feuerwehr vor Ort nötig macht. Um auf Unfälle oder die automatische Rauchmeldeanlage schnell reagieren zu können, muss ein Team aus sieben Feuerwehrleuten rund um die >

Zeitplanung

- » Im Verlauf des Jahres 2023: Vorbereitung der Sanierung
- » Nach Ostern 2024: Beginn der Sanierungsmaßnahmen an der nördlichen Tunnelröhre
- » Ab ca. November 2024: planmäßige Fertigstellung der nördlichen Tunnelröhre und Wiederaufnahme des separierten Tunnelbetriebs
- » Ab ca. April 2025: Beginn der Sanierungsmaßnahmen an der südlichen Tunnelröhre
- » Ab ca. November 2025: planmäßiges Sanierungsende und Abschluss des Projekts



Bau vor dem Bau! Bevor die Sanierung starten konnte, mussten die Verbindungstunnel zwischen Nord- und Süd-röhre geschlossen werden



Niemals unbeobachtet
In der Tunnelzentrale in Dresden-Hellerau laufen Bilder aus allen Winkeln der sächsischen Tunnel zusammen



Bei einem Notfall oder einer Panne im Tunnel sollte man nicht auf das eigene Handy vertrauen. Die Autobahn GmbH empfiehlt, im Notfall eine der Notrufsäulen zu verwenden. Hier erreicht man direkt die Tunnelleitzentrale, von wo aus Rettung oder Pannenhilfe zur eigenen Position geleitet wird



Uhr im Dreischichtbetrieb am Tunnel verfügbar sein. In der Bauphase wird das Team von einem Dienstleister gestellt, da diese Anforderung von der örtlichen freiwilligen Feuerwehr nicht geleistet werden kann. Nach Ende der Sanierung und der verpflichtenden 24-Stunden-Schicht vor Ort gehen Gerätehaus und

Fahrzeuge in den Dienst der örtlichen Feuerwehren über.

Ohne die Zustimmung und die Mittel des Freistaats Sachsen wäre die Feuerwehr nicht möglich gewesen und aufgrund der Gefahrenbeurteilung hätte der Verkehr dann nicht in beiden Richtungen durch eine Röhre fließen dürfen. „Wir sind dankbar, dass das so klappt“, erklärt Marcus Bräuer, „denn so kann der Verkehr in beiden Richtungen auf der Autobahn bleiben und wir kommen damit dem Einwohnerwunsch der Gemeinden Kodersdorf und Waldhufen nach. Dazu auch ein großes Dankeschön an die Autobahnpolizei, die ebenfalls an der Tunnelfeuerwache eine Streife stationiert. So können Fahrbahnspernungen schnell wieder aufgehoben werden. Was nämlich kaum einer weiß: Die Feuerwehr kann die Autobahn bei Bedarf sperren, aber wieder freigeben dürfen nur die Polizei oder ein Autobahnmeister.“

Wie sieht es in Hessen und Thüringen aus?

Die Sanierung des Tunnels Königshainer Berge in Sachsen ist nicht die einzige Tunnelsanie-

rung in unseren drei Bundesländern. Auch auf der A 71 in Thüringen wird in diesem Jahr eifrig saniert: Zuerst kommt der Tunnel Eichelberg

mit 1123 Metern dran und ab 2025 der Tunnel Schmücke mit 1725 Metern. Um die Sicherheitstechnik zu modernisieren und Instandsetzungen am Bauwerk selbst vorzunehmen, wird auch hier jeweils eine Tunnelröhre gesperrt und in der anderen fließen der Verkehr und der Gegenverkehr aneinander vorbei.

Für den fast acht Kilometer langen Tunnel Rennsteig ist der Beginn der Arbeiten derzeit für 2027 vorgesehen. Mit Blick auf die große Länge des Tunnels wird derzeit geprüft, ob hier eine Röhre im bauzeitlichen Gegenverkehr betrieben werden kann. Dabei gibt es enge Wechselwirkungen zwischen der Lüftung, der Gefahrenabwehr, der Bautechnologie und den unterschiedlichen Varianten der Verkehrsführung.

Hessens Autobahnen sind nicht unbedingt für eine große Tunneldichte bekannt, auch wenn sich auf der A 44 mittlerweile einiges tut.

» „Wir fühlen uns abgeholt“

Herr Schöne, Sie sind Bürgermeister von Kodersdorf, wie sehen Sie die Sanierung des Tunnels mit Blick auf Ihre Gemeinde?

Die Sanierung muss gemacht werden und das sehen wir absolut ein. Als Gemeinde erwarten wir in der Zeit aber dadurch einiges an zusätzlichem Verkehr auf unseren Straßen. Durch die Baumaßnahmen werden einige Autofahrerinnen und Autofahrer von vornherein die Route im Nebennetz und damit durch Kodersdorf suchen. Besonders eng wird es, wenn es rund um den Tunnel zu einer Havarie kommt und der Durchlass komplett gesperrt wird.

Wenn Sie die Zeit zurückdrehen könnten, was hätten Sie sich vor

Baubeginn gewünscht?

Es wäre hilfreich gewesen, wenn die Ortsumfahrung für Kodersdorf, die seit 2013 im Gespräch und ab Mitte 2021 in die Planung gegangen ist, zur Sanierung bereits gebaut und befahrbar gewesen wäre. Die Strecke soll vor allem den Schwerlastverkehr aufnehmen, der sonst über die B115 durch Kodersdorf hindurchrollt. Für die Tunnelsanierung wäre das eine Möglichkeit gewesen, den zusätzlichen Verkehr abzufedern.

Gibt es auch Lob, was die Vorbereitungen und die Sanierung betrifft?

Es gibt auf jeden Fall auch Lob zu verteilen. Dass diese Sanierung unter Gegenverkehr in einer Tunnel-

röhre durchgeführt werden kann, ist nicht selbstverständlich und wurde zu Beginn der Planung sogar abgelehnt. Die Verantwortlichen haben aber auf unsere Bürgerinnen und Bürger gehört, die nach dem Tunnelbrand von 2013 eine immense Verkehrsbelastung ertragen mussten. Jetzt gibt es dadurch die Möglichkeit, den Großteil des Verkehrs auf der Autobahn zu halten. Ebenfalls muss ich erwähnen, dass sich die Autobahn GmbH im Vorfeld sehr bemüht hat, in Form eines Bürgerdialogs auf uns zuzugehen. Wir können an der Gesamtsituation nichts ändern, aber wir fühlen uns abgeholt und freuen uns, dass man uns zuhört und, wenn nötig, nachbessert.



Die längsten Autobahntunnel in Deutschland

- 1 Tunnel Rennsteig (Thüringen) 7916 Meter
- 2 Tunnel Hirschhagen (Hessen) 4204 Meter
- 3 Neuer Elbtunnel (Hamburg) 3325 Meter
- 4 Königshainer Berge (Sachsen) 3281 Meter
- 5 Tunnel Jagdberg (Thüringen) 3074 Meter

17 Kilometern Länge wird er sich mit großem Abstand vor alle bisher längsten Autobahntunnel setzen und die deutsche Insel Fehmarn mit der dänischen Insel Lolland verbinden.



> Noch mehr aktuelle Informationen zur Tunnelbaustelle Königshainer Berge finden Sie auf adac.de/tunnel-koenigshainer-berge oder scannen Sie einfach den QR-Code

Sommer 2024

Hessen
Thüringen
Sachsen

AKTUELLES

Alles Gute zum Schulanfang

Großer Zuckertütenauftakt für die diesjährigen Abc-Schützen!

Auf der Kuchwaldbühne in Chemnitz und in der Jungen Garde Dresden finden wieder im Rahmen der Aktion „Sicherer Schulweg“ von Landesverkehrswacht und ADAC Sachsen die großen Zuckertüten-Partys statt. Über 3500 zukünftige Schulkinder werden erwartet.



15. Mai,
Kuchwaldbühne
Chemnitz
12. Juni,
Junge Garde
Dresden

Fotos: Jürgen Lösel, MotorMarketing

MELDUNGEN

ADAC Youngtimer Rallye

Termin:
31. August



Die 9. ADAC Youngtimer Rallye startet unter dem Motto „Sportler der 90er-Jahre“ in der Klassikstadt Frankfurt. Rund 120 Fahrzeuge der Baujahre 1994 bis 2004 werden erwartet.
> Anmeldung und weitere Infos unter die-youngtimer-rallye.de

~~Langeweile.~~
~~Unsicherheit.~~
~~Eintönigkeit.~~
Begeisterung.

Arbeiten, wo es wirklich zählt.

Als **Tourismuskauffrau (w/m/d)**
bei uns echte Begeisterung erleben.



adac.de/sinn

Alexandra Hüskes
Tourismuskauffrau



ADAC



Großes Gewinnspiel Mit dem ADAC nach Disneyland® Paris

Die Gewinnerinnen und Gewinner genießen einen unvergesslichen Aufenthalt* mit Erlebnissen in beiden Disney® Parks, inklusive zwei Übernachtungen im Disney Hotel New York – The Art of Marvel.

*inklusive Frühstück, Mittag- und Abendessen (ohne Anreise)

Jetzt
mitmachen!

Alle Infos auf
adac.de/disney-gewinnspiel

ADAC

Bregenzer Festspiele 2024

In diesem Jahr können Sie die wunderbare Oper „Der Freischütz“ von Carl Maria von Weber auf der imposanten Bregenzer Seebühne erleben. Freuen Sie sich auf ein unvergessliches Wochenende am schönen Bodensee. Ein Festspielmenü im Hotel und die Fahrt mit dem Festspielschiff von Lindau direkt zur Seebühne stimmen Sie auf dieses einzigartige Opernerlebnis ein.

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

179.000 Besucher kamen 2023 zu den Bregenzer Festspielen. Die Seebühne zählt zu den größten der Welt



Reisetermin:
9. - 11.
August

Das gibt's beim ADAC

Aktionen und Angebote aus den Regionalclubs

ZU GAST AUF DEM SACHSENRING

LIQUI MOLY Motorrad Grand Prix Deutschland 2024



Das größte Einzelsportevent Deutschlands lockte im vergangenen Jahr 233.196 Fans an den Sachsenring. Auch in diesem Jahr wird der LIQUI MOLY Motorrad Grand Prix Deutschland 2024 die Traditionsstrecke bei Hohenstein-Ernstthal wieder in einen Motorsport-Hexenkessel verwandeln, und das zum 25. Mal in Folge. Das im letzten Jahr eingeführte Sprintrennen am Samstag sorgt für ein Wochenende voller Rennaction und Adrenalin. Ein umfangreiches Rahmenprogramm und Partys bieten den Fans auch neben den Rennen alles, was zu einem Sachsenring-Erlebnis dazugehört.



► Alle Infos zum Kartenvorverkauf: im Onlineshop oder unter der Hotline 03723 809 91 11 bzw. per E-Mail: info@sachsenring-event.de

Termin:
5. - 7. Juli

Fotos: anja köhler, M. Tretter, HochZwei

THEMA: Fermentation

Die Zukunft der Medizin

Gesund durch das Wunder der Fermentation!



Bereits 5.000 Jahre vor Christi Geburt nutzten Menschen in Babylon die Kunst der Fermentation, um Lebensmittel länger haltbar zu machen und zu konservieren. Was man damals noch nicht wusste: Lebensmittel und Arzneipflanzen werden so nicht nur wirksamer, weil sich die körperliche Aufnahmefähigkeit verbessert, es entstehen auch völlig neue Wirk- und Inhaltsstoffe von unglaublich gesundheitlichem Wert! Ein sehr gutes Beispiel ist Curcuma.

In weit über 5.000 Studien wurde die Wirkung von Curcumin zu unzähligen Krankheiten bestätigt.

Doch die neueste Studie lässt Mediziner auf der ganzen Welt aufhorchen: Verglichen wurden herkömmliche Curcuma und die fermentierte Super-Curcuma. Was die Studie ans Tageslicht brachte, ist unglaublich! Bisher kannte man 84 Curcuminoid!

Doch fermentierte Super-Curcuma hat sagenhafte 115 Curcuminoid! (Xiang, Xingliang, et al. 2020)

Doch die Studie brachte noch eines ans Tageslicht. Liegt die Bioverfügbarkeit bei herkömmlicher Curcuma bei gerade mal einem Prozent, ist fermentierte Super-Curcuma zu 97,93 % bioverfügbar! Das stellt alles in den Schatten, was die Wissenschaft bisher über Curcuma wusste! Die WHO empfahl bisher die Einnahme von 3 Gramm Curcuma pro Tag! Viele Studien wurden mit 8 Gramm täglich durchgeführt! Wenn man jedoch weiß, dass davon bisher nur 1 %, also 80 mg, im Körper überhaupt ankommt! Welche Wunder können dann 700 mg der Super-Curcuma bewirken, deren Wirkstoffe zu 97,93 % in der Blutbahn ankommen? Curcuma galt schon seit Jahrtausenden als traditionelle Medizin zur Behandlung von altersbedingten Krankheiten!

Doch diese fermentierte Super-Curcuma entfaltet erst die volle Wirkung der Curcuminoid! Anders als viele Heilpflanzen wirkt Curcuma

unspezifisch und ganz gezielt entzündlich im Körper (Universität Saarland 2016). Dadurch hilft Curcuma nicht bei nur einer Krankheit! Sie hilft bei allen entzündungsbedingten Erkrankungen! War Curcuma bisher nur schlecht für den Körper zu verwerten, gelangen durch die Fermentation nun endlich 97,93 % der Wirkstoffe in das Blut! Ganz ohne Zusätze. Von der EFSA (European Food Safety Authority) offiziell bereits im Jahr 2010 bestätigt: Curcuma kann bedenkenlos täglich eingenommen werden!

Curcuma ist bereits die Königin der Heilpflanzen! Doch erst die Fermentation macht Curcuma zur Super-Curcuma! Mit 115 Curcuminoiden hat sie 31 mehr als herkömmliche Curcuma! Und das bei 97,93 % Bioverfügbarkeit!

Es gibt gar nicht das EINE Curcumin! Es gibt 115 Curcuminoid! Aber nur fermentierte Curcuma hat das Potenzial zur Super-Curcuma!

Vergessen Sie die Mythen, ein wenig Fett oder Piperin (Pfeffer) würde die Bioverfügbarkeit von herkömmlicher Curcuma verbessern! Die Effekte sind minimal! Erst die Fermentation macht normale Curcuma für den Körper zum Superhelden!

Millionen leidender Menschen weltweit kann endlich geholfen werden! Die Liste der Einsatzmöglichkeiten ist lang!

Durch Studien abgesichert und bestätigt ist: Magen-Darmtrakt-Wirkung, Linderung von Gallenblasenentzündung, Reizdarm-Syndrom, Magen- und Duodenalgeschwüren, Fettstoffwechselstörung, Diabetes mellitus. Behandlung von entzündlichen Erkrankungen in Darm, Bauchspeicheldrüse und Auge sowie bei rheumatoider Arthritis, Psoriasis. Und die Liste wird mit jeder Studie länger und länger.

Unser Tipp:

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

Sie erhalten eine Monatspackung Fermentura® CURCUMA+ mit 30 Kapseln (Nahrungsergänzungsmittel · 24,9 g (801,20 €/kg) · Art.-Nr. 179-030-9) zum Vorzugspreis von nur je 19,95 € (UVP: 79,95 €).

Bestellen Sie Fermentura® CURCUMA+ Montag bis Freitag von 8.00 bis 20.00 Uhr und samstags und an Feiertagen von 8.00 bis 16.00 Uhr unter der kostenlosen Nummer 0800 / 90 70 50 44. (KOSTENLOS aus dem deutschen Festnetz). Nennen Sie bitte folgende Vorteilsnummer:

79J.01

Sie erhalten Fermentura® CURCUMA+ PORTOFREI und mit 60-tägigem Rückgaberecht. Darüber hinaus geben wir Ihnen bei AuraNatura® auf alle bezahlten Produkte eine 365-Tage-Geld-zurück-Garantie! Sollten Sie mit einem unserer Produkte nicht zufrieden sein, erhalten Sie bei Retoure von diesem den hierfür entrichteten Kaufpreis zurück.

Das ist Kaufen ohne Risiko.

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

Verlangen Sie in Ihrer Apotheke ausdrücklich nach Fermentura® CURCUMA+ von AuraNatura®!

Erhältlich in Ihrer Apotheke: 30 Kapseln (PZN: 18017389)

Nahrungsergänzungsmittel

FRAGEN?

www.auranatura.de oder rufen Sie an:

Tel.: 0800 / 90 70 50 44





Entspannt in den ersten Wohnmobil-Urlaub

Gute Vorbereitung ist das A und O: Besonders Newcomer fühlen sich von der Vielzahl an Informationen schnell überfordert, dabei bedarf es nur weniger Tipps. Unsere Autorin hat alles (wirklich) Wichtige für Sie zusammengestellt

Text: Julia Heun Foto: Thomas Banneyer

Nach unzähligen Recherchen und Vergleichen habe ich mir meinen Traum erfüllt und für den nächsten Urlaub ein Wohnmobil gemietet. Ich bin bereit für das Abenteuer on the road, möchte am liebsten direkt einsteigen und losfahren. Aber: Ein Wohnmobil-Urlaub will gut vorbereitet sein – insbesondere wenn es sich um das erste Mal handelt. Mit vielen Fragezeichen im Kopf beginne ich meine Recherchen und merke schnell, dass ich damit nicht allein bin: Unzählige Webseiten bieten Tipps und Erfahrungsberichte für eine stressfreie Planung.

Die Geräumigkeit meines mobilen Zuhauses stellt mich vor eine große Herausforderung. Immer wieder ertappe ich mich bei dem Gedanken, ob ich das extra Paar Schuhe nicht doch gebrauchen könnte – man kann ja nie wissen. (Anfängerinnen-)Tipp Nummer eins lautet deshalb: Immer das erlaubte Gesamtgewicht im Blick behalten! Dieses findet sich in der Zulassungsbescheinigung und setzt sich aus Leergewicht und Zuladung – wozu auch Mitreisende zählen – zusammen. Für mein Wohnmobil beträgt es, wie in den meisten Fällen, 3,5 Tonnen. Bezüglich des Beladens gilt: Schwere Gegenstände gehören in die unteren, leichte in die oberen Staufächer.

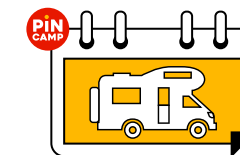
Wie vermutlich fast alle Camperinnen und Camper liebe ich die unberührte Natur und gebe zu, dass Wildcampen einen besonderen Reiz hat. Aber Vorsicht: In vielen Ländern ist das Übernachten an nicht ausgewiesenen Stellplätzen verboten. Und schnell merke ich, dass beliebte Campingplätze in der Hochsaison schon Monate vorher ausgebucht sind. Zum Glück kann ich auf einen Reisetermin außerhalb der Schulferien ausweichen. Das macht sich auch

direkt im Preis bemerkbar. Gute Recherche- und Buchungsmöglichkeiten bieten Webseiten wie pincamp.de, das Campingportal des ADAC. Insbesondere Newcomern lege ich folgenden Ratsschlag ans Herz: Sich vor der finalen Fahrt unbedingt mit den Eigenheiten des Wohnmobils vertraut machen. „Das Abschätzen der Breite und Länge sowie vor allem der Höhe ist nicht einfach“, sagt Wolfgang Lange, ADAC Fahrsicherheitstrainer für Wohnmobile. Allen Wohnmobil-Besitzern empfiehlt er deshalb die Teilnahme an einem entsprechenden Fahrsicherheitstraining: Gemeinsam werden alle relevanten Dinge, wie Fahrzeugcheck und Ladungssicherung,

trainiert sowie das Rangieren, Bremsen, Lenken und Ausweichen geübt. Der Extra-Tipp vom Profi: „Lassen Sie sich Zeit und wählen Sie zu Beginn einfache Strecken. Und falls möglich: Machen Sie vor der eigenen Haustür drei Tage Urlaub auf Probe.“

Das Wohnmobil ist beladen und der Campingplatz gebucht – jetzt kann's losgehen. Getreu dem Motto „Der Weg ist das Ziel“ freue ich mich auf das Gefühl des Unterwegsseins und die Freiheit für spontane Erkundungstouren. Der letzte Tipp lautet deshalb: Immer entspannt bleiben! Ich plane maximal 200 Kilometer Strecke pro Tag und reise entspannt mit 80 bis 90 km/h. Das vermeidet nicht nur Stress, sondern spart auch Kosten! Mittlerweile bin ich wieder zu Hause und kann bestätigen: Mit den richtigen Tipps im Gepäck ist Camping genauso entspannt, wie man es sich vorstellt – es kommt nur auf die richtige Vorbereitung an.

ADAC Camper des Jahres



#wirfeierncamping

JETZT BEWERBEN

ADAC sucht den Camper des Jahres 2024

Wer beim Rangieren seines Wohnmobils gelassen bleibt und Lust auf eine Challenge hat, kann sich jetzt für den ADAC Camper des Jahres 2024 bewerben. Bei dem Camper-Wettbewerb steht neben einer großen Portion Spaß die Fahrsicherheit im Vordergrund. Die regionalen Vorrunden finden in den ADAC Fahrsicherheitszentren statt: am 28. Juni in Grammettal bei Weimar und am 5. Juli im hessischen Gründau. Für die beiden regionalen Gewinner geht es dann im September zum bundesweiten Finale nach Düsseldorf auf den Caravan Salon. Den Camper des Jahres 2024 erwartet eine Traum-Campingreise nach Kanada!

> Infos und Anmeldung:
adac.de/camper-des-jahres



> Für alle, die mehr wissen wollen



Auf zwei Rädern durch den Sommer

Die Deutschen lieben das Fahrradfahren, mit rund 82,8 Millionen Rädern und E-Bikes ist der Bestand so hoch wie noch nie. Dabei steigt das Interesse an E-Bikes stetig an. Mit 48 Prozent ist deren Marktanteil weiter gewachsen

Text: Cornelius Blanke Illustration: Tim Möller-Kaya

Das E-Bike hat 2023 das herkömmliche Fahrrad beim Absatz erstmals überholt. Damit der Umstieg vom Fahrrad auf das Pedelec problemlos funktioniert, bietet der ADAC spezielle Pedelec-Fahrsicherheitstrainings an. In vier Stunden lernen die Teilnehmenden, 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.

Für diejenigen, die bereits mit ihrem Pedelec vertraut sind, lohnt sich ein Blick auf unsere Dorfgasthaus-Radrouten. Unter der Schirmherrschaft des hessischen Ministerpräsidenten Boris Rhein haben der Hotel- und Gastronomieverband DEHOGA Hessen und der ADAC

Hessen-Thüringen acht abwechslungsreiche Radrouten durch Hessen neu aufgelegt. Geht auf der Tour einmal etwas kaputt, helfen unsere Gelben Engel von der ADAC Fahrrad-Pannenhilfe gern. Die Broschürenreihe „Grenztouren“ enthält zahlreiche Radtouren-Vorschläge entlang der hessischen und thüringischen Grenze.

Geführte Pedelec-Touren

Mit Unterstützung von Sauerland Tourismus bietet der ADAC am 2. August sowie am 3. August jeweils für zehn Interessierte ein für die Motorwelt-Leser kostenfreies Paket an. Für die Tagesveranstaltung kann sich jedes ADAC Mitglied mit entsprechender Fitness und seinem Pedelec 25 km/h bewerben. Die Ausführung Trekking, SUV oder Gravel ist erforderlich. Bevor es losgeht, bietet der ADAC Hessen-Thüringen zum Einstieg in den Tag ein ungefähr einstündiges Schnuppertraining an. Weitere Infos zu den Touren im Kasten.

Rund um den Diemelsee

Der ADAC Hessen-Thüringen veranstaltet Anfang August 2024 wieder zwei geführte Pedelec-Touren für Jung und Alt. Auf diese Weise können Sie abwechslungsreiche Landschaften oft in Gewässernähe kennenlernen und das Fahren auf dem Pedelec unter professioneller Anleitung trainieren.

Beide Touren starten am Diemelsee und werden sowohl auf westfälischem als auch auf hessischem Gebiet entlanggeführt.

> Jeweiliger Treffpunkt: Tourist-Info Diemelsee, Diemelsee-Helminghausen

Freitag, 2. August

Diemelsee–Marsberg (Rundtour)

Diemelsee–Heringhausen, um den Diemelsee, Diemelradweg (5-Sterne-zertifiziert) entlang nach Marsberg. Rückweg über Marsberg–Erfinghausen und das Radnetz-NRW bis Massenhausen und Route Diemelsee–KulTour (DKT) zum Diemelsee.



64,3 km • 610 Hm • 4:45 h

Mittagspause mit Einkehr und Akku-Lademöglichkeit bei Bedarf um ca. 14.00 Uhr im Lokal Zum Bleichhaus direkt am Diemelradweg und Eggeweg mit E-Bike-Ladestation.

Samstag, 3. August

Diemelsee–Brilon (tw. Rundtour)

Diemelsee–Heringhausen, Staumauer Diemelsee, vorbei am MTB-Trailground Brilon, Marktplatz Hansestadt Brilon, entlang des MöhnetalRadwegs. Von Alme zurück zum Diemelsee.



60 km • 850 Hm • 4:35 h

Mitmachen & gewinnen

Sie haben Interesse an einer Tour? Dann schreiben Sie uns bis zum 1. Juli. Die Gewinner werden per Los ausgewählt und schriftlich benachrichtigt. Weitere Informationen zum Tagesablauf folgen nach der Auslosung.

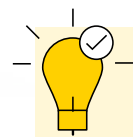
> Kontakt: redaktion@hth.adac.de, Teilnahmebedingungen unter: adac.de/hth-pedelec

Must-haves für unterwegs

Egal ob Tagesausflug oder mehrtägige Fahrradtour – Pannen oder Unfälle passieren immer zur falschen Zeit und am falschen Ort. Eine Grundausrüstung an Werkzeug und medizinischer Ausstattung ist unerlässlich und passt in jedes Gepäck



1 Inbus-Dreieck 2 Fahrradpumpe für verschiedene Ventile
3 Erste-Hilfe-Ausrüstung 4 Speichenspanner 5 Digitales
Luftdruck-Kontrollgerät 6 Fahrradschloss 7 Trauben-
zucker 8 Reflektierender Hosenschutz 9 Kabelbinder
(4 - 5 Stück) 10 Ersatzschlauch 11 Reparaturset (Ventil,
Flickzeug) 12 Sonnenschutzcreme 13 Einweghandschuhe
(für Kettenreparatur etc.) 14 Multitool 15 Reifenheber
(2 - 3 Stück) 16 Kettenöl



Tipp

Die ADAC
Pannenhilfe hilft
auch bei Problemen mit
Fahrrad und E-Bike
kompetent und schnell

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

„Hauptsache, unterwegs“

Mit Renteneintritt steigt Margot Flügel-Anhalt das erste Mal auf ein Motorrad. Von der Haustür aus startet sie allein zu einer Mammutreise und fährt mit ihrer kleinen Honda Enduro über 18.000 Kilometer bis nach Zentralasien

Interview: Manuela Simon

ZUR PERSON

Margot Flügel-Anhalt liebt Abenteuerreisen. „Meine Kinder würden sich wundern, wenn ich nicht reise“, sagt die gebürtige Tuttlingerin, die seit über 13 Jahren im nordhessischen Thurnhosbach (Sontra) zu Hause ist. Der Reisewunsch der Diplom-Sozialpädagogin ist ungebrochen. Ob auf dem Motorrad, mit dem Auto oder auf dem Pedelec, auch mit 70 Jahren hat sie noch viele Pläne für neue Reiseziele.

Foto: Steve Bayerschmidt

INTERVIEW

Nach welchen Kriterien suchen Sie sich Ihre Reiseziele aus?

Das ergibt sich plötzlich, wenn ich hier sitze und frühstücke und auf die Felder gucke, dann kommt mir eine Idee, und wenn die realisierbar ist, dann verfolge ich sie und gucke, ob ich das machen kann oder nicht. Ich bin nicht nur mitten in Deutschland, sondern auch mitten in der Welt, von hier aus kann ich in alle Richtungen ziemlich weit reisen.

Wie haben Sie Ihre langen Autoreisen vorbereitet?

Zuerst muss ich entscheiden: Kann ich die Reise überhaupt machen? Meine wichtigsten Informationen bekomme ich nicht über das Auswärtige Amt, sondern in Onlineforen. Hier lese ich die Berichte von Leuten, die gerade unterwegs sind oder waren. Wenn die Grenze offen und die Fahrt mit eigenem Fahrzeug möglich ist, fange ich an, die Reiseroute zu planen, mit Visa, Carnet de Passage. Das bestelle ich mir in München beim ADAC. Wenn alles sicher ist, lege ich den Termin fest für die Abfahrt – und dann packe ich.

Was muss unbedingt mit?

So wenig wie möglich. Man hat immer zu viel dabei. Ich nehme zum Beispiel keine Bücher mit.

DER ADAC & ICH

» **ADAC Mitglied?** Ich bin schon lange ADAC Plus Mitglied, weil ich immer die letzten alten Karren fahre. Und da kommt es schon häufiger vor, dass ich mit den Autos liegen bleibe. Der ADAC ist eine Sicherheit für mich. Vom Handy aus kann ich direkt den Standort bei der Pannemeldung durchgeben, das ist echt praktisch.

» **Das erste Auto:** Mein erstes richtiges eigenes Auto war ein Benz, Baujahr 1995. Mit diesem Fahrzeug bin ich von Nordhessen bis Laos gereist. Eine Tour, die heute aufgrund der Grenzschließungen in Myanmar nicht möglich wäre.

» **Liebblingsbeifahrer(in):** Am liebsten fahre ich mit meinem jüngeren Sohn, mit dem mache ich viele Reisen zusammen, manchmal auch in Begleitung meiner thailändischen Schwiegertochter. Nur die großen Reisen mache ich grundsätzlich allein.

» **Autofahr-Soundtrack:** Ich höre beim Autofahren keine Musik. Ich brauche die Ruhe, um mich auf die Reise zu konzentrieren. Während ich fahre, verarbeite ich die Eindrücke und plane die nächsten Tage im Voraus. Und vor allem ist das eine Art Meditation für mich, wenn ich unterwegs bin, da brauche ich keine Musik dazu. Wenn, dann würde ich House hören, was sehr lange immer gleichmäßige Geräusche macht – das ist ja wie der Motor (lacht).

Wenn man mit dem Auto unterwegs ist, muss man vielleicht ein paar Ersatzteile haben, aber letztendlich können die Werkstätten, zum Beispiel in Zentralasien, die Dinge anders reparieren. Die sind da sehr kreativ!

Sind Sie bei Ihren großen Reisen immer allein unterwegs?

Ich bin freiwillig und gern allein unterwegs, weil ich da meine Möglichkeiten optimal nutzen kann. Das heißt, ich muss die Dinge klären, ich muss wissen: Wo ist der Pass, das Geld. Wie kann ich mich vor Diebstahl schützen, wie organisiere ich das Unterwegssein, die Unterkünfte, das Essen, die Reise und so weiter. Ich bin unterwegs, um Eindrücke zu sammeln. Wenn ich mir so eine Reise antue, ist das nicht immer einfach. Dann „gönne“ ich keinem anderen 50 Prozent davon. Ich habe ein Notebook dabei und schreibe von unterwegs meine Bücher und poste Fotos im Internet. Ich teile, aber ich verweile auch in dem Moment.

Wie funktioniert das?

Auf das Internet könnte ich nicht verzichten, da ich darüber navigiere, Unterkünfte suche und mich informiere, ob die Grenze noch offen ist, auf die ich zusteure. Den Google-Übersetzer brauche ich nur selten, die Leute reden meist irgendeine Sprache, die ich auch spreche.

Was war Ihre brenzligste Situation?

Iran ist immer schwierig. Einmal war ich mittendrin in der revolutionären Bewegung. Kritisch war vor allem eine Situation in Kasachstan, da war ich mit dem Moped unterwegs und habe unweit der Straße gefilmt. Plötzlich hat ein Auto die Piste mittig blockiert und drei Männer sind ausgestiegen. Da hatte ich schon den Eindruck, dass die mich nicht zum Tee einladen wollen. Ich habe mich entschieden, riskant an ihnen vorbeizufahren – mit dem Risiko, dass es nicht klappt. Im Kampfsport habe ich gelernt, mich nicht in Emotionen zu verzetteln, eine Lösung zu verfolgen, das hilft mir in solchen Situationen. Die waren so verblüfft, dass ich es gewagt habe zu flüchten. Man sollte auf keinen Fall als Opfer unterwegs sein!

Kennste Thüringen?



An dieser Stelle ist Ihr Wissen gefragt. Wie gut kennen Sie das Bundesland Thüringen und seine Besonderheiten?



1

Wie viele Sterne sind auf dem Thüringer Landeswappen zu sehen?

A 5 Sterne

B 6 Sterne

C 7 Sterne

D 8 Sterne



3

Welche ist die älteste Rennstrecke Deutschlands?

A Hockenheimring

B Glasbach-Rennstrecke

C Schleizer Dreieck

D Bilster Berg



5

Aus welchem Jahr stammt das älteste überlieferte Rezept für Thüringer Klöße?

A Ca. 1814

B Ca. 1875

C Ca. 1798

D Ca. 1901



2

Welches ist eines der größten Volksfeste in Thüringen?

A Eisenacher Sommergewinn

B Herbstgeflüster in Gera

C Altenburger Viehmarkt

D Sommersonnenwende in Sömmerda

4

In welcher Stadt in Thüringen wurde 1817 das Skatspiel erfunden?

A Erfurt

B Altenburg

C Jena

D Gotha



6

Wie viele Staukilometer gab es 2023 auf den thüringischen Autobahnen?

A 5661 Kilometer

B 10.698 Kilometer

C 12.483 Kilometer

D 7355 Kilometer

Aufg. 1: 1d, 2a, 3c, 4b, 5a, 6b

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 Wagner, ADAC Sachsen,
Striesener Straße 37, 01307 Dresden

Redaktion
Manuela Simon, Falk Forhoff
Produktion
storyboard GmbH,
Wittrudenstraße 5,
80805 München

Verlag
BurdaVerlag GmbH,
Arabellastraße 23,
81925 München,
T 089 925 00,
E-Mail anfrage@burda.com

Anzeigen
BCN Brand Community Network GmbH,
Arabellastraße 23, 81925 München.
Es gilt die aktuelle Preisliste, siehe
brand-community-network.de
Head of Publisher Management:
Meike Nevermann
Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Katja Lichardt

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

Veröffentlichung gem. Art. 8 Abs. 3 des Bayerischen Pressegesetzes
Verlag: BurdaVerlag GmbH.
Alleinige Gesellschafterin: Burda
Gesellschaft mit beschränkter
Haftung. Deren alleinige
Gesellschafterin: Hubert Burda
Media Holding Kommandit-
gesellschaft. Deren persönlich
haftende Gesellschafter sind Prof.
Dr. Hubert Burda, Verleger, Offen-
burg, und die Hubert Burda Media
Holding Geschäftsführung SE.

ADAC Mitgliederreisen



Weihnachten & Silvester
bei den Big Five*

Südafrika:

Zauberhafte Kapregion

15-tägige Soft Adventure-Tour inkl. Flug mit Condor

Auszug der Inklusivleistungen:

- Flug mit Condor in der Economy-Class von Frankfurt nach Kapstadt und zurück inkl. Gebühren
- Flug von Port Elizabeth nach Kapstadt
- Rail & Fly 2. Klasse
- Transfers lt. Reiseverlauf
- 12 x Hotels/Lodges der Mittel- und gehobenen Mittelklasse
- 12 x Frühstück, 5 x Mittagessen, 7 x Abendessen
- Rundreise lt. Reiseverlauf
- Pirschfahrten & Besichtigungsprogramm inkl. Eintrittsgelder

ADAC Mitgliedervorteil:

- Erdmännchen-Safari auf der Buffelsdrift Game Lodge, Fahrt im offenen Geländewagen mit englischsprechendem Ranger sowie Kaffee, Tee und Gebäck

ab 4.195 € p. P. im Doppelzimmer

*Reisetermine: 26.11. - 10.12.24, 24.12.24 - 7.1.25, 18.3. - 1.4.25, 8. - 22.4.25



Beratung und Buchung:

170 ADAC Reisebüros* adacreisen.de/mgr-suedafrika-kapregion ☎ 069 153 22 55 24*

*Reisebürofinder: adacreisen.de/reisebuero *Mo. - Fr.: 9.00 - 19.00 Uhr, Sa. - So.: 10.00 - 18.30 Uhr
Druckfehler, Änderungen und Zwischenverkauf vorbehalten. Veranstalter: DERTOUR, eine Marke der DER Touristik Deutschland GmbH, 51149 Köln



ADAC Reisevertrieb GmbH

ADAC

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

Chiemsee Polo: 2 für 1



2 für 1
UVP*-Preis 99,90
Personalshop-Preis 19,95
-30% für Sie
€ 13.96

Herren Polo

marine	Art.-Nr. 240.619
weiß	Art.-Nr. 240.622
rot	Art.-Nr. 240.635
hellgrün	Art.-Nr. 240.648
türkis	Art.-Nr. 240.651
rose	Art.-Nr. 240.664

IHR PREIS-VORTEIL 86%

30%
Jubiläums-
RABATT*
auf ALLES!

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

D30852

Über 100 Top-Marken und 10.000 Artikel:
Damen- und Herrenbekleidung, Schuhe,
Sport und Outdoor, Haushalt und Wohnen.

Stubai Herren Funktionsshorts



IHR PREIS-VORTEIL 73%

UVP*-Preis 79,95
Personalshop-Preis 29,95
-30% für Sie
€ 20.96

Herren Funktionsshort

anthrazit	Art.-Nr. 231.448
khaki	Art.-Nr. 231.477
dunkelblau	Art.-Nr. 239.051
beige	Art.-Nr. 239.064

Noch mehr Artikel und Informationen online



Nordcap Trekkingsandalen



UVP*-Preis 59,95
Personalshop-Preis 39,99
-30% für Sie
€ 27.99

IHR PREIS-VORTEIL 53%

Trekkingsandalen

anthrazit	Art.-Nr. 402.255
jeansblau	Art.-Nr. 402.268
sand	Art.-Nr. 402.271

Daniel Hechter 10er Pack Boxershorts



UVP*-Preis 79,90
Personalshop-Preis 29,95
-30% für Sie
€ 20.96

IHR PREIS-VORTEIL 73%

10er Pack Boxershorts

schwarz	Art.-Nr. 261.568
dunkelblau	Art.-Nr. 261.571
grau meliert	Art.-Nr. 261.584

Benetton 10er Pack Socken



UVP*-Preis 39,95
Personalshop-Preis 19,95
-30% für Sie
€ 13.96

IHR PREIS-VORTEIL 65%

10er Pack Socken

anthrazit	Art.-Nr. 261.539
dunkelblau	Art.-Nr. 261.542
schwarz	Art.-Nr. 261.555



www.personalshop.com

1. QR Code scannen
2. Ihr Gutschein-Code **D30852** wird automatisch eingelöst
3. Von 30% Rabatt* profitieren + € 100.000,00 Gewinnchance** wahren



ANZEIGE

UNITED COLORS OF BENETTON.



reusch

CHIEMSEE



SKECHERS
U.V.W.M.

Telefonisch bestellen: **0 69/ 92 10 110**

*Diese Aktion kann nicht mit anderen Aktionen kombiniert werden.

**Teilnahmebedingungen unter de.personalshop.com/teilnahmebedingungen-de

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.