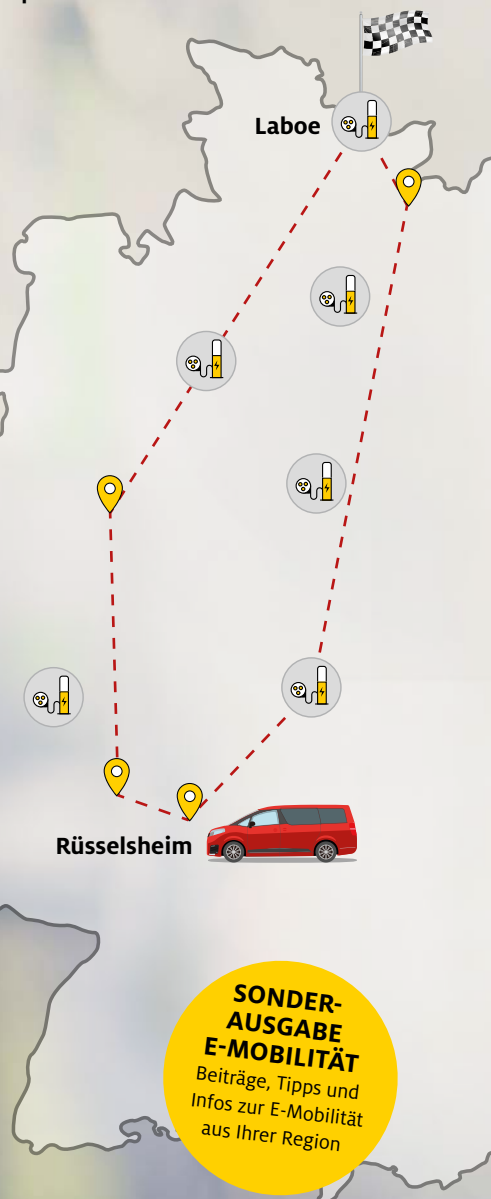


immer dabei

IN IHRER REGION SÜDBADEN | WÜRTTEMBERG



Familienurlaub mit dem E-Van

Sind wir schon bereit dafür?
Ein aufschlussreicher Reisebericht

**SONDER-
AUSGABE
E-MOBILITÄT**
Beiträge, Tipps und
Infos zur E-Mobilität
aus Ihrer Region

KOSTENLOSE ANZEIGE URLAUBS-PROSPEKTE BESTELLEN

online auf urlaub-tipps.reise/233 oder:

- ▶ per Telefon kostenfrei: +49 40 389 00 777 (Mo.–So. 8–20 Uhr)
- ▶ per Post diesen Coupon senden an: Gallun GmbH & Co. KG
Bugdahnstraße 5 · D-22767 Hamburg
- ▶ per Fax an: +49 40 210 319 11

Bitte Ihre Postanschrift nicht vergessen!

A143	A147	A151	A155	A159
A144	A148	A152	A156	A160
A145	A149	A153	A157	A161
A146	A150	A154	A158	A162
				A163
				A164
				A165



A03/2023

A146

**BÜHL
BÜHLERTAL
OTTERSWEIER**

Panoramawanderungen
Ortenauer Weinpfad
Genussradeln

www.buehl-buehlertal-ottersweier.de

A151

CALW
Die Hermann-Hesse-Stadt

Wanderparadies im Schwarzwald
Naturpark Augenblicke genießen

www.calw.de/Wandern

A156

NEUMARKT
STARKE STADT
STARKE GASTGEBER

Urlaub in Bayern:
Neumarkt in der Oberpfalz
Radfahren & Wandern · Kunst & Kultur

www.tourismus-neumarkt.de

Bayern

A158

**Miller
REISEN**

Peru | Kolumbien

www.miller-reisen.de/a2

A147

**Schweiz
entdecken**

Individuelle
Bergerferien

☎ 0261-9836-4000
manu-touristik.com

A152

Fränkisches Weinland
**Wein, Main
& Freizeit**
Volkacher Mainschleife

www.volkach.de

A157

Langeoog
Natur. Meer. Erleben.

www.langeoog.de

A159

**Miller
REISEN**

Brasilien

www.miller-reisen.de/a1

A143

nordsee
Urlaubsplaner
mit Ferienkarte

Tel. 04841 89750
www.nordseetourismus.de

A148

**Ostseebad Göhren
auf Rügen**

Unser Urlaubsmagazin 2023
www.goehren-ruegen.de
Tel. 038308-66790

A163

**ELBERAD
WEG**

Elberadweg Handbuch
2023 jetzt bestellen!

www.elberadweg.de

A160

**Heute
tanke
ich Natur!**

Infopaket gratis bestellen!

TEUTOBURGERWALD
T 0521 967 33 250
www.teutoburgerwald.de

A163

**LEBENSQUALITÄT
& GESUNDHEIT**
REISEMAGAZIN 2023

BAD OEYNHAUSEN
staatsbad-oeynhausen.de

A144

Ostseheilbad
Graal-Müritz
Nimm dir Zeit!

Tourismus- u. Kur GmbH Graal-Müritz
Rostocker Str. 3, 18181 Graal-Müritz
Telefon: 038206 7030
www.graal-mueritz.de

A149

Echt vielfältig

Auf ins
WaldReich

www.siegen-wittgenstein.info

A154

**NATUR-ERLEBNISGEBIET
BIGGESEE · LISTERSEE**

Wandern
Radfahren
Shopping
Events

Entdecken Sie die Möglichkeiten!
TEL. 02722 - 657 92 40
www.BIGGESEE-LISTERSEE.COM

A161

Zwischen Weser und Wiehengebirge
**ZEIT FÜR DICH IM
MÜHLENKREIS**

Prospektmaterial
kostenlos unter
Tel.: 0571 80723171
info@muehlenkreis.de

www.MUEHLENKREIS.DE

A164

**HÖXTER
CORVEY
FÜRSTENBERG**

A145

WARENDORF
Ein Tag in der Stadt
des Pferdes

Tagesausflüge für Gruppen

Tourist-Information
Tel. 0 25 81/54 54 54
tourismus@warendorf.de
warendorf.de

A150

**Lust auf
Urlaub im**
NATURPARK OBERER
BAYERISCHER WALD

Der Bayerische Wald
Erfrischend
natürlich.

Tourist Info, Tel. 09971/78 431
www.bayerischer-wald.org

A155

**FRÄNKISCHE
SCHWEIZ**

fraenkische-schweiz.com

A162

Paderborner Land
Wandern · Radfahren · Genießen

Tel. 05251 308-8111
www.paderborner-land.de

A165

Horn-Bad Meinberg
Willkommen im Urlaub

Tel. 05234 20597-0
info@hornbadmeinberg.de
hornbadmeinberg.de

Verantwortlich für die Datenverarbeitung: Gallun GmbH & Co. KG, Britta Gallun, Bugdahnstraße 5, 22767 Hamburg, info@gallun.de. Wir verarbeiten Ihre Daten lediglich zur Weiterleitung an die Kataloganbieter. Rechtsgrundlage hierfür ist Art. 6 Abs. 1 a) und b) DS-GVO. Ihre Daten werden nicht an Dritte weitergegeben. Weitere Hinweise zum Datenschutz: www.urlaub-tipps.reise/datenschutz/klarerung. Konzeption und Grafik: www.gallun.de



4 Mit dem E-Van durch Deutschland Eine spannende Erfahrung für Familie Rombach

Liebe Leserinnen und Leser,

das Thema Elektromobilität nimmt immer mehr Fahrt auf. Auch wenn wir noch größtenteils mit unseren Verbrennern unterwegs sind, beschäftigen wir uns zumindest gedanklich schon mal damit, wie der Alltag mit einem E-Auto aussehen könnte. Und dabei sind noch viele Fragen offen. In dieser Sonderausgabe rund um das Thema Elektromobilität wollen wir einige davon beantworten. Der ersten Frage gehen wir in unserer Titelstory nach: ein Urlaub mit dem E-Auto – Top oder Flop? Beantwortet wird sie von unserem Autor Rolf Rombach, der seine Urlaubsreise mit einem E-Van unternommen hat. Was er und seine Familie erlebt haben, lesen Sie ab Seite 4. In unserer Rubrik „Nachgefragt“ erklärt unser Verkehrsexperte Andreas Müller, worauf man beim Kauf eines gebrauchten E-Autos achten muss. Und wir erfahren, wie es das GreenTeam der Uni Stuttgart geschafft hat, den Geschwindigkeitsweltrekord für E-Fahrzeuge zu knacken.

Eine ganz andere Frage stellte sich Britta Liratsis: „Was wäre, wenn?“ Die USA-Reise der 55-jährigen wurde zum Horrortrip. Sie erwachte nach drei Wochen Koma in einem Krankenhaus in den USA. Die ganze Geschichte und wie der ADAC sie wieder glücklich und sicher nach Hause brachte, lesen Sie auf den Seiten 14 - 15.

Freuen Sie sich auf viele Infos und spannende Geschichten mit den Menschen aus Ihrer Region.

Ihre ADAC Redaktion „immer dabei“



14

Zum Glück wieder fit Ein USA-Urlaub wurde für eine Reutlingerin zum Horrortrip



16 Weltrekord! Stuttgarter GreenTeam bricht Geschwindigkeitsrekord für E-Fahrzeuge

INHALT

Vom Hochrhein an die Kieler Bucht
Urlaubsreise mit Strom
Seite 4

Nachgefragt
Worauf sollte man beim Kauf eines gebrauchten E-Autos achten?
Seite 12

Reportage
Besuch im ADAC Reisebüro war Gold wert
Seite 14

Weltrekord
Dagegen ist Achterbahnfahren wie Kindergarten
Seite 16

Aktionen & Angebote
Seite 18

Aktuelles
Meldungen aus der Region
Seite 20

Termine & Impressum
Seite 22



Sonnenaufgang in Laboe
Ein perfekter Strandtag
kündigt sich an



Vom Hochrhein an die Kieler Bucht *Urlaubsreise mit Strom*

In den Urlaub fahren mit einem Elektroauto – ist das eine gute Idee oder sollte man das aktuell lieber noch lassen? Diese Frage stellten sich Wibke und Rolf Rombach vor den Sommerferien. Doch mit der Idee kam die Neugier und der Plan stand. Die vierköpfige Familie unseres Autors fuhr mit einem Elektroauto vom Hochrhein in den Urlaub an die Ostsee und hat viele spannende Erfahrungen gesammelt

Text und Fotos: Rolf Rombach

Die Benzinpreise waren im vergangenen Jahr so hoch wie noch nie. Ist es wirklich sinnvoll, mit dem Auto in den Sommerurlaub zu fahren, quer durch die Republik vom Hochrhein an die Kieler Bucht? Unser Hauptziel Laboe ist leider abseits der Bahnhöfe Schleswig-Holsteins. Und eigentlich hatten wir vor, viel vom nördlichsten Bundesland zu entdecken. Das Auto ist in Sachen Flexibilität unschlagbar – aber Benzinpreise und Klimaschutz bringen uns auf einen neuen Gedanken: Mit einem E-Auto wäre es vielleicht doch günstiger und als ADAC Mitglied profitiert man mit der ADAC e-Charge Karte sogar noch von besseren Tarifen. Also leihen wir uns einen elektrischen Van aus, der genug Stauraum für unser Gepäck bietet, und machen uns auf die Reise.

Wo kann man denn laden?

Mit dem neuen E-Auto kommen auch neue Bedürfnisse. Aber zum Glück bietet der ADAC in

seinen Geschäftsstellen umfassende Beratung an. In Freiburg bekomme ich neben zahlreichen Tipps im ADAC TourSet für die verschiedenen Regionen auch eine Karte mit Ladepunkten entlang unserer Strecke. Zusätzlich bieten Suchmaschinen und E-Auto-Foren weitere Möglichkeiten, sich vorab zu informieren und damit zu planen.

Die „analoge“ Ausschilderung hingegen ist derzeit noch sehr unterschiedlich: Mal ist das Symbol des Betreibers vor der Raststätte auf dem Schild, mal die schwarze Zapfsäule mit dem Stecker, dahinter eine blaue Säule, die man aber auch mit dem Flüssiggas-Symbol verwechseln kann. Und vereinzelt sind gar keine Angaben über eine Ladestelle vorhanden. Doch dank des Internets gibt es die Möglichkeit, vorab oder unterwegs zu schauen und zu planen, um mit der Reichweite von 200 bis 300 Kilometern sicher auszukommen.

Ist es wirklich sinnvoll, mit dem Auto in den Sommerurlaub zu fahren?



Moderne Ladeparks gibt es immer mehr in Deutschland. Überdacht und auch mit Platz für Gespanne, kann der Akku in kürzester Zeit mit Hochspannung aufgeladen werden. Die Kinder freuen sich schon auf das Essen nebenan



Viele Informationen zur geplanten Reise und zur ADAC e-Charge Karte gab es in der ADAC Geschäftsstelle Freiburg. Die ADAC Spritpreise App zeigt auch Ladesäulen an

Der erste Tag mit dem neuen Auto ist leicht frustrierend. Die angegebene Reichweite sinkt schneller als der zurückgelegte Weg. Das Ausreizen der maximalen Geschwindigkeit ist, im Nachhinein betrachtet, vielleicht doch nicht so schlau gewesen. Auch Zwischensprints sind nicht gut für die Reichweite. So fällt die Bilanz des ersten Tages eher ernüchternd aus. Da die Getränke schon zur Neige gehen, machen wir Pause an einem Discounter, der zu diesem Zeitpunkt noch kostenloses Laden im Angebot hat. Also Nachschub für Auto und Familie.

Jugendherberge als vertrautes Zwischenziel

Es geht weiter zum ersten Ziel des Urlaubs: die Jugendherberge in Bad Hersfeld. Schon zweimal haben wir auf unseren Reisen hier Pause gemacht. Am Autohof am Rand der Stadt gibt

es einen Schnellladepark. Nach einer halben Stunde ist der Akku des Wagens wieder voll, während wir uns noch ein Eis gönnen. „Das Kabel ist aber schwer“, stellt Tochter Kira beim Versuch fest, den dicken Ladestecker zu ziehen.

Der nächste Tag ist mit 400 Kilometern angesetzt von Bad Hersfeld nach Lübeck. Das Losfahren ist noch ungewohnt. Denn drückt man den Startknopf, heult eben kein Motor auf. Ich

bin anfangs noch geneigt, den Knopf erneut zu drücken, weil ich nichts höre. Aber die Symbole im Cockpit gehen an und los geht der Spaß. Das begeistert auch die Kinder Kira und Marie-lène jedes Mal von Neuem, weil der Wagen einfach leiser ist als unser 15 Jahre alter Verbrenner.

Auf der Homepage des Herstellers gibt es einen Modellrechner, welche Reichweite mit >

ADAC e-Charge

Mit dem ADAC e-Charge Tarif profitieren ADAC Mitglieder von günstigen Ladepreisen ohne Grundgebühr an mehr als 300.000 Ladepunkten in 17 Ländern in Europa. Durch die transparente Abrechnung sind keine versteckten Kosten zu befürchten.

adac.de/e-charge

Die Reiseroute führte quer durch Deutschland

Eine gute Planung ist die beste Vorbereitung für eine entspannte Reise mit dem E-Auto. Die Ladezeit lässt sich gut mit dem Besuch von nahe gelegenen Sehenswürdigkeiten verkürzen



Ankunft in Lübeck
nach 400 Kilometern
Tagesetappe. Kira freut
sich schon auf die
Stadt an der Trave

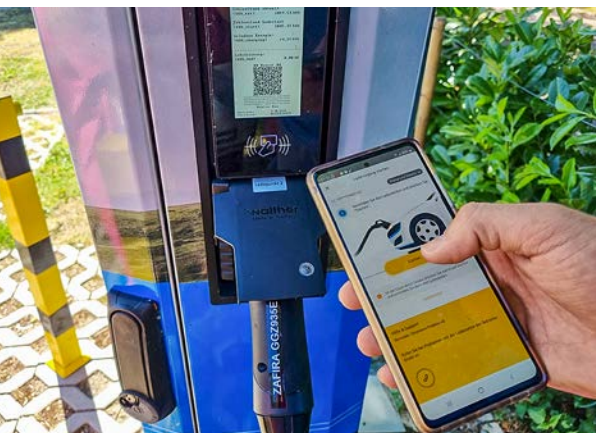


Die bunten Loris zu füttern, ist
neben der Elefantenfütterung ein
Höhepunkt im Allwetterzoo Münster



Letzte Etappe
St. Goar Die kleine
Weltstadt am Mittel-
rhein liegt zentral im
UNESCO-Welterbe
Oberes Mittelrheintal

-  **Ladestationen**
-  **Reiseziele**



Mit der App EnBW mobility+ hat man den Ladevorgang im Blick. Sobald das Fahrzeug an die Ladesäule angeschlossen ist, kann man bequem den Ladevorgang starten, überwachen und beenden. Sehr praktisch

welcher Geschwindigkeit erreicht werden kann. Also halte ich mich heute daran und setze den Tempomat auf 105 Kilometer in der Stunde. Je konstanter die Fahrt, desto exakter wird die Reichweitenanzeige. Unsere beiden geplanten Ladestopps sind großzügig angesetzt, wie ich später beim Erstellen der Statistik feststelle. Jeweils 100 Kilometer hätten wir noch im Akku gehabt. Hilfreich auch hier die Energierückgewinnung, wenn es bei den berühmten Kassler Bergen wieder bergab geht und die Batterie beim Bremsen durch die sogenannte Rekuperation wieder „aufgefüllt“ wird.

Der erste Stopp wird gemütlich zum Mittagessen genutzt. Die zweite Pause soll an einem Bauernladen sein, der Früchte der Saison verkauft. Während der Wagen an der Schnellladesäule wieder über 80 Prozent geladen wird, gönnen wir uns ein paar frische Himbeeren. Eine Rast, die uns allen guttut. Somit ist auch das klassische Vorurteil für uns entkräftet, dass die Ladepausen unnötige Zeit kosten. Ich will meinen Urlaub ja genießen und muss nicht nur stumpf Kilometer abreißen.

Angekommen in Schleswig-Holstein

Da die Ferienwohnung erst ab Montag frei ist, haben wir uns für einen Zwischenstopp in Lübeck einquartiert. Von vorherigen Urlaubsabstechern kennen wir die Stadt an der Trave

schon. Auf dem Parkplatz neben dem Hotel ist praktischerweise ein Ladepunkt. Der Akku hat noch genug Reichweite und muss nicht wie geplant geladen werden. Am Holstentor vorbei genießen wir die malerische Altstadtinsel mit ihren unzähligen Fachwerkhäusern. Die kleinen Gassen, die vielen verlinkerten Gebäude – jedes Mal entdecken wir etwas Neues.

Der nächste Tag bringt uns dann nachmittags in unseren Urlaubsort Laboe, einen kleinen Ort am östlichen Ufer der Kieler Förde. ➤

EINMALEINS DES LADENS

» **Für das Laden eines E-Autos** sind zwei Punkte entscheidend: die Geschwindigkeit der Ladesäule und die Aufnahmekapazität des Fahrzeugs. Der niedrigere Wert bestimmt, wie schnell theoretisch geladen werden kann.

Auch ist die Ladekapazität mitbestimmend, denn hieran entscheidet sich die Krümmung der „Ladekurve“. Je voller der Akku, desto langsamer wird geladen.

» **Ladesäulen sind verschieden ausgestattet:** Manche Modelle haben überhaupt kein Display und nur eine Diode für „an/aus“. Die Topmodelle bieten eine HD-Anzeige mit Werbebildschirm und eine Vielzahl an Bezahlmöglichkeiten.

» **Weiterer Faktor bei einigen Ladepunkten:** Werden mehrere Anschlüsse derselben Station genutzt, kann dies zu einer Reduktion der Geschwindigkeit führen, um beide Fahrzeuge gleichmäßig zu bedienen. Es empfiehlt sich daher, eine freie Ladesäule zu nehmen, sollten mehrere vorhanden sein.

Auch hier gibt es bereits mehrere Ladesäulen. Doch will man schnell laden, muss man zum Supermarkt im Nachbarort, da es abseits der Autobahn nur wenige Schnelllader gibt.

Lade- statt Parkgebühr

Wir freuen uns auf neue Erfahrungen und bereits bekannte Dinge: Den Eselhof in Nessendorf, das Klosterfest in Cismar und den Strand von Kellenhusen erwarten wir vier schon sehnsüchtig. Was natürlich praktisch ist an vielen touristischen Lokalitäten: Ladesäulen am öffentlichen Parkplatz. Statt Parkgebühren bezahlen wir nur das Laden. Einziges Problem in Kellenhusen: Aus unerklärlichen Gründen will die App nicht starten. Aber doch kein Problem: Mit der Ladekarte geht es ja ebenfalls. Diese ist für Mobilfunk- oder Telefonstörungen sowie Parkhäuser mit schlechtem Empfang eine wichtige Rückfallebene. Einziger Nachteil: Wir können den Lade-

stand und die Dauer nicht von unterwegs einsehen. Beides geht mit der App gut.

Einen Geheimtipp des ADAC müssen wir unbedingt weitergeben: das Ostsee Info-Center in Eckernförde. Klingt wie ein Tourismusbüro, aber dahinter versteckt sich ein spannender Ort, der viel meereskundliches Wissen vermittelt und sogar die Möglichkeit bietet, Seesterne und Strandkrabben in die Hand zu nehmen und zu „streicheln“. „Fühlt sich irgendwie an wie eine Gurke“, befindet Marielène nach dem Kontakt mit dem Seestern.

“

**Ihr bekommt mein
ganzes Taschengeld,
wenn wir das
Auto behalten**

”

Entspannte Heimfahrt

Doch jeder schöne Urlaub endet einmal. Nach zehn Tagen im hohen Norden geht es wieder Richtung Süden. Bei Tempo 105 stören auch Baustellen nicht mehr so – auf 80 km/h gebremst, ist der Unterschied schließlich nicht so groß. Dennoch bleibt es bei der vorsichtigen Routenplanung und dem Laden nach 150

Das Lübecker Holstentor, eines der Wahrzeichen Schleswig-Holsteins, ist auch auf den Zwei-Euro-Münzen (von 2006) zu finden. Es ist neben dem Burgtor im Norden das einzige erhaltene Tor der Stadtbefestigung aus dem 15. Jahrhundert





Der Komplimentegarten auf dem Koberg bringt viel Grün in Lübecks Altstadt. Im Hintergrund ist das 1286 fertiggestellte Heiligen-Geist-Hospital zu sehen

bis 200 Kilometern. Von der Jugendherberge Münster aus erkunden wir die fürs Fahrradfahren berühmte Stadt zu Fuß und mit dem Bus. Ein Highlight bietet der Münsteraner Allwetterzoo: Elefanten füttern.

Das letzte Reiseziel unserer Deutschlandtour bildet dann das Mittelrheintal. Von der Jugendherberge St. Goar sehen wir sogar die Ladesäule im Ort, aber leider wird sie von einem Auto besetzt, das ein komplettes Wochenende dort stand. Zum Glück gibt es dort zwei Ladepunkte, dann der nächste Frust: Die von der App und dem Navi vorgeschlagenen Ladesäulen im benachbarten Boppard haben wir nicht gefunden. Die eine war in einer niedrigen Tiefgarage (unser Auto ist aber 1,90 Meter hoch), die andere gehörte zu einem Hotel und war den Gästen vorbehalten.

Vorfreude auf das eigene E-Auto

Abgesehen von dieser negativen Erfahrung, war das Reisen mit dem E-Van ein voller Erfolg in jeder Hinsicht: „Ihr bekommt mein ganzes Taschengeld, wenn wir das Auto behalten“, bietet Kira auf dem Weg zur Rückgabe

an. Dem stimmt auch Marielène zu und ich kann die Kinder verstehen: Schön leise, ohne Gestank – und das Gefühl, mit der E-Mobilität langfristig etwas Gutes zu tun, lässt die Vorfreude auf das eigene elektrische Gefährt wachsen. Vor allem an den Autobahnen gibt es bereits ausreichend Ladekapazitäten, die preislich sehr konstant sind. Für den Liter Super oder E10 wären zwischen 1,65 Euro und zwei Euro fällig gewesen. Das hätte mit unserem Verbrenner (7 - 7,5 l/100 km) rund 250 bis 300 Euro Benzinkosten verursacht. Das große E-Auto (24 kWh/100 km) war rund 50 Euro günstiger. Das nächste und sicher nicht letzte Argument pro Elektromobilität.

*Stand: September 2022



Elektromobilität von A - Z

Was versteht man unter bidirektionalem Laden? Und was verbirgt sich hinter dem Memory-Effekt? Diese und weitere Fachbegriffe rund um das Thema Elektromobilität haben wir in unserem Glossar ausführlich erklärt.

> adac.de/rund-ums-fahrzeug/elektromobilitaet/info/glossar-elektromobilitaet/



Worauf sollte man beim Kauf eines gebrauchten Elektroautos achten?

Nachgefragt bei Andreas Müller, Leiter Abteilung Verkehr, Technik und Umwelt beim ADAC Südbaden

„Der Markt für gebrauchte E-Autos ist noch jung, durch die große Nachfrage wächst er aber stetig. Grundsätzlich sollte man sich, wie beim normalen gebrauchten Verbrenner, im Klaren sein über die persönlichen Anforderungen an das Wunschfahrzeug wie Platzverhältnisse, Ausstattung und Ähnliches. Wichtig ist auch, welche Reichweite und Ladetechnologie das Auto haben soll und wo das Fahrzeug hauptsächlich aufgeladen werden kann. Hat man ein passendes Modell gefunden, sollten sich die Käufer beim Händler die Prüfprotokolle und das Serviceheft vorlegen lassen, um den Gesamtzustand des Fahrzeugs und der verbauten Antriebsbatterie zu überprüfen. Sie ist das wichtigste Bauteil an einem E-Auto und verschleißt über die Zeit und

die Nutzung. Verkäufer sollten deshalb den Gesundheitszustand der Batterie, den sogenannten State of Health, möglichst genau nachweisen und Auskunft zu Batterieschäden oder -reparaturen geben können. Auch der ADAC kann hier behilflich sein. In Kooperation mit dem Partner Aviloo bieten ADAC Prüfzentren einen herstellernunabhängigen und neutralen Batteriecheck für Elektrofahrzeuge an.

Unsere Dauertests haben gezeigt, dass eine Batterie nach etwa 2500 Ladezyklen in zehn Jahren Nutzungsdauer und rund 200.000 Kilometern bei etwa 70 Prozent Restkapazität angelangt ist. Dann ist der Akku nicht mehr effizient genug und die maximale Reichweite sinkt zu stark.“

Spitzenposition für Baden-Württemberg bei der Elektromobilität

265.569

Elektro- & Plug-in-Hybrid-Fahrzeuge

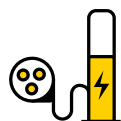
sind in Baden-Württemberg zugelassen.

Das entspricht einem Anteil von **3,9 %** am Gesamt-Pkw-Bestand in Baden-Württemberg.



300 €

haben E-Auto-Fahrer im Jahr 2022 bei einer Fahrleistung von 100 Kilometern pro Woche **im Vergleich zum Benzinern gespart.**



11.567

öffentlich zugängliche **Ladepunkte** gibt es im Land. Im Vergleich der Bundesländer liegt Baden-Württemberg hinter Bayern und Nordrhein-Westfalen auf **Platz 3.**

Rund 126 Mio. Euro

hat die Landesinitiative Elektromobilität III von 2017 bis 2021 in die Förderung der Elektromobilität investiert.



Mit 20.388

Elektro- & Plug-in-Hybrid-Fahrzeugen hat die Stadt Stuttgart die höchste E-Auto-Dichte im Land.



Quellen: e-mobil BW Datenmonitor September 2022, Kraftfahrt-Bundesamt, Ministerium für Verkehr Baden-Württemberg

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 Curcuminoiden!

Doch fermentierte Super-Curcuma hat sagenhafte 115 Curcuminoiden! (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 Curcuminoiden! 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 Curcuminoiden! 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 · 24,2 g (824,38 € / 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:

84D.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, Leubensstrasse 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

„Der Besuch im ADAC Reisebüro war Gold wert“

*Bei einer USA-Reise erkrankt eine Reutlingerin schwer –
der ADAC holt sie nach Hause*



Der entscheidende Tipp aus dem ADAC Reisebüro ersparte Britta Liratsis hohe Behandlungskosten im Ausland und ermöglichte ihr eine sichere Heimreise

Es sollte ein entspannter Urlaub in den USA werden. Britta Liratsis aus Reutlingen wollte im Frühjahr 2022 ihren Cousin besuchen, die Seele baumeln lassen, relaxen. Aber die Reise wurde zum Horrortrip. Die 55-Jährige lag mehr als drei Wochen im Koma, musste zwei heftige Operationen über sich ergehen lassen. „Ich bin dem Tod gerade noch von der Schippe gesprungen“, sagt Britta Liratsis heute. „Wer weiß, was ohne Mitgliedschaft im ADAC passiert wäre.“ Der ADAC übernahm die Krankenhaus-Kosten und den Rückflug nach Deutschland samt Arzt, der die Reutlingerin begleitete.

Bevor man das Unglück schildert, muss man ein Stück ausholen. USA-Flüge sind Routine für Britta Liratsis. Seit ihrer Kindheit besucht sie regelmäßig ihre Tante und ihren Cousin, die in Prescott in Arizona leben. Dort fühlt sie sich geborgen, kann abschalten, die Probleme ver-

gessen, die in Deutschland warten. Wenn sie bei ihren Verwandten ist, genießt sie es, gemeinsam zu kochen und zu lachen. Doch diesmal gab es Tränen und Todesangst.

Der Cousin von Britta Liratsis wartete vergeblich am Flughafen, er fand heraus, dass sie beim Umsteigen in Denver einen „medizinischen Notfall“ erlitten hatte. Zum Glück hatte er die Mail mit den offiziellen Fluginformationen von seiner Cousine bekommen, die im ADAC Reisebüro in Reutlingen gebucht hatte. Er schickte eine Nachricht, ob es eine Auslands-Krankenversicherung gebe. Die Anfrage landete auf dem Schreibtisch von Simone Maier, die sich an Britta Liratsis erinnerte. „Wir hatten ihr damals beim Beratungsgespräch empfohlen, sich über den ADAC auch für das Ausland rundum abzusichern, denn in den USA können Behandlungen durch Ärzte und im Krankenhaus sehr

kostspielig werden. Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen in den USA weder Behandlungs- oder Bergungskosten noch Rücktransportkosten nach Deutschland. Ohne den Schutz einer Auslands-Krankenversicherung tragen die Patienten diese Kosten selbst.“ Die ADAC Reiseexpertin sendete die Informationen zur Auslands-Krankenversicherung von Britta Liratsis umgehend in die USA und die ADAC Spezialisten übernahmen fortan die Kommunikation.

Was Britta Liratsis auf dem Flughafen in Denver passierte, ist der blanke Horror. „Mir war plötzlich schwindelig. Ich musste mich auf den Boden setzen, dann hat es Pling gemacht und ich war weg.“ Für 23 Tage. Ein Aneurysma hatte eine Hirnblutung verursacht, die Ärzte operierten, versetzten sie anschließend ins künstliche Koma. Als die 55-jährige aufwachte, hatte sie Schläuche im Kopf. Sie erholte sich, aber die Ärzte wollten sie nicht nach Hause fliegen lassen, weil sie festgestellt hatten, dass ihre Aorta nicht in Ordnung war. „Sie haben mir gesagt, damit kann ich nicht fliegen.“ Auch der ADAC ging auf Nummer sicher, sagte zu, die Kosten für die neuerliche OP zu

Mir war plötzlich schwindelig, dann hat es Pling gemacht und ich war weg

übernehmen. Erst zweieinhalb Monate nach dem Unglück konnte Britta Liratsis den Heimflug antreten. Der ADAC hatte einen Arzt aus Deutschland geschickt, der sie begleitete.

Das Team aus dem Reutlinger ADAC Reisebüro wusste nur, dass ihre Kundin auf dem Weg der Besserung war. Als dann eines Tages im Sommer das Telefon klingelte und Britta Liratsis am Apparat war, fiel allen ein Stein vom Herzen.

Die Frage, ob es ihr gut gehe, war schnell beantwortet. Denn Britta Liratsis buchte sogleich einen neuen Flug in die USA, sie besuchte noch im September ihre Verwandten, um sich bei ihren Liebsten von den Strapazen zu erholen. Eine Einschränkung hatte sie allerdings bei der Buchung: Über Denver wollte sie nicht mehr fliegen. Am Ende gab es noch eine gute Nachricht: ADAC Reiseexpertin Simone Maier setzte sich bei der Airline dafür ein, dass die Rückflüge aus dem Frühjahr nicht verfallen und die Reutlingerin damit nach dem neuerlichen Aufenthalt in den USA nach Hause reisen darf. Der Besuch im ADAC Reisebüro war also Gold wert – und das kann Britta Liratsis bestätigen: „Ich kann nur jedem raten, sich über den ADAC abzusichern.“

Simone Maier setzte sich bei der Airline dafür ein, dass die Rückflüge aus dem Frühjahr nicht verfallen und die Reutlingerin damit nach dem neuerlichen Aufenthalt in den USA nach Hause reisen darf. Der Besuch im ADAC Reisebüro war also Gold wert – und das kann Britta Liratsis bestätigen: „Ich kann nur jedem raten, sich über den ADAC abzusichern.“

Glückliches Zusammentreffen – an das „Was wäre, wenn?“ möchte hier niemand mehr denken. Das ADAC Team ist froh, dass die Geschichte für Britta Liratsis gut ausgegangen ist



Dagegen ist Achterbahnfahren wie Kindergarten



Karsten Müller, technischer Leiter des GreenTeams der Uni Stuttgart, erzählt vom neuen Geschwindigkeitsweltrekord für Elektrofahrzeuge

Herr Müller, wie fühlt es sich an, innerhalb von 1,46 Sekunden von 0 auf 100 km/h zu beschleunigen?

Selbst die schnellste Achterbahn im Europapark ist Kindergarten dagegen. Wenn überhaupt, kann man es mit dem Wiedereintritt von Astronauten in die Erdatmosphäre vergleichen. Es ist ein ganz heftiger Schlag in die Magengrube, die Belastung für die Nackenmuskulatur ist immens.

Wie muss man sich den Rennwagen vorstellen?

Wie ein Formel-3-Fahrzeug. Er ist drei Meter lang, 1,50 Meter breit. Das Chassis ist ein Monocoque aus Carbon, jedes Rad hat einen eigenen Motor. Wir haben 95 Prozent der Bauteile selbst gefertigt, lediglich Komponenten wie beispielsweise die Zellen für die Akkus haben wir eingekauft.



Thomas Kassner, Vorstand Technik und Umwelt des ADAC Württemberg (rechts im Bild), bei der technischen Abnahme

Wer hat beim Weltrekord mitgewirkt?

Wir sind alle Studierende der Universität Stuttgart, 15 Leute insgesamt aus ganz unterschiedlichen Fachrichtungen, von Maschinenbau über Elektrotechnik bis hin zu Physik oder Mediapublishing. All diese Personen tragen zum Erfolg des Teams bei, schließlich geht es auch um Inhalte wie Finanzierung, Sponsoring oder Außendarstellung über Social Media.

Was bringt das Ganze für die Praxis?

Wir sind eine Art fahrendes Testlabor, bekommen super Materialien von Firmen und liefern im Gegenzug Daten und Erfahrungswerte. Außerdem geht es um die Weiterentwicklung des E-Antriebs, den wir durch unsere Eigenentwicklungen des Akkus, der Motoren und des Getriebes auf maximale Effizienz getrimmt haben, und das Thema Leichtbau. Diese Erfahrungen können auf Straßenfahrzeuge übertragen werden.

Wie lief der Guinness-Weltrekord-Versuch auf dem Bosch-Testgelände in Renningen ab?

Wir mussten ein strenges Regelwerk befolgen, alles zum Beispiel haargenau filmen. Außerdem waren externe Zeugen und Experten nötig. So war auch der Sachverständige Thomas Kassner, zugleich Vorstand Technik und Umwelt des ADAC Württemberg, vor Ort, um die technische Abnahme des Fahrzeugs zu machen.

➤ **Der Weltrekord-Versuch fand im Herbst 2022** auf der Bosch-Teststrecke in Renningen in Baden-Württemberg statt



©joyfotoliakid - stock.adobe.com

Jetzt Termin vereinbaren!
T 0711 28 00 2103

Sicherheit zum kleinen Preis

ADAC FrühjahrsCheck fürs Auto

Machen Sie Ihr Auto frühjahrsfit und lassen Sie Ihr Fahrzeug durch unsere Experten günstig und schnell checken. Wir prüfen alle sicherheitsrelevanten Bauteile wie z.B.:

- Batterie
- Bremsanlage
- Fahrwerk und Lenkung
- Räder und Reifen
- Signaleinrichtung
- Kühlsystem
- Beleuchtung

Aktionspreis*
nur **19€**

ADAC Prüfzentrum Stuttgart
Am Neckartor 2, 70190 Stuttgart
Mo – Fr 8 bis 18 Uhr

ADAC

*Aktionszeitraum: 1. - 31. März 2023 für Mitglieder und Nichtmitglieder



Batterie-Check bietet Sicherheit für gebrauchte Elektroautos

Vor dem Kauf eines gebrauchten

Elektroautos lohnt es sich, die Batterie objektiv prüfen zu lassen, denn der Wert der Antriebsbatterie kann 50 % des Fahrzeugwerts ausmachen. Der Akku verliert technisch bedingt über die Nutzungszeit an Leistung – auch unabhängig von Lade- und Fahrverhalten. Bisher war, wenn überhaupt, eine solche Diagnose nur sehr aufwendig über die Vertragswerkstätten der



Die Aviloo Box wird sicher im Fußraum befestigt und gibt nach der Auswertung Auskunft über die Batteriegesundheit des Akkus

Hersteller machbar. Ab sofort können Mitglieder und Nichtmitglieder im Prüfzentrum in Stuttgart den herstellerunabhängigen und neutralen Aviloo-Batterietest für Elektroautos durchführen lassen. „Wir übernehmen den Einbau der Aviloo Box ins Fahrzeug und erklären den Testablauf. Über ein Verbindungskabel wird die Box an die OBD-Schnittstelle (On-Board-Diagnose) angeschlossen“, erklärt Christian Schäfer, Abteilungsleiter Mobilität und Technik beim ADAC Württemberg. „Zum Start muss das Auto vollständig geladen sein. Anschließend wird das Fahrzeug im Normalbetrieb bis unter zehn Prozent Batterieladestand gefahren.“ Während der Testphase werden die Daten an Aviloo übermittelt und dort ausgewertet. Das Diagnosegerät kann dann im

ADAC Prüfzentrum wieder zurückgegeben werden. Das detaillierte Aviloo-Batteriezertifikat wird innerhalb von wenigen Tagen per E-Mail zugestellt und kann auf Wunsch anschließend mit den ADAC Experten ausführlich besprochen werden.

„Die Untersuchung des Akkus ist das eine. Ergänzend zum Akku-Check von Aviloo bietet sich für einen umfassenden Überblick über den Gesamtzustand der Gebrauchtwagen-Check mit Karosserie-, Technik- und Fehlerspeicher-Kontrolle an“, empfiehlt Schäfer. Anschließend könne eine realistische Kaufempfehlung ausgesprochen werden.

> Die Aviloo Box ist im Stuttgarter ADAC Prüfzentrum für 99 Euro erhältlich. Die ADAC Gebrauchtwagenuntersuchung für das E-Fahrzeug erhalten ADAC Mitglieder bereits ab 75 Euro. Mehr Infos unter adac.de/pruefzentrum-stuttgart

Die digitale Mitgliedskarte

Neue Servicewelt entdecken – meist ist der Geldbeutel voll mit verschiedenen Karten und immer dann, wenn man gerade eine bestimmte sucht, scheint sie unauffindbar. Digital hinterlegte Karten bieten hier einen großen Vorteil, denn was wir immer parat haben, ist unser Handy. Jetzt gibt es die ADAC Mitgliedskarte digital – und der Umstieg lohnt sich: Egal ob bei einer Panne oder zum Nachweis bei einem ADAC Vorteilspartner, die digitale Mitgliedskarte ist schnell zur Hand. Und nicht nur das, on top gibt es viele praktische ADAC Serviceleistungen wie Notfallnummern & Kontakte, Tipps & Angebote, einen direkten Zugriff auf die Vertragsunterlagen ... und vieles mehr.



› Die App ist in Versionen für Android und iPhone bei Google und im App Store kostenfrei erhältlich



Das gibt's beim ADAC

Aktionen und Angebote aus den Regionalclubs

In freier Natur übernachten



Wildnis, Abgeschiedenheit und Freiheit – wer die eindrucksvolle Natur im Schwarzwald hautnah erleben möchte, kann losziehen und auf einem der 13 Trekking-Camps im gesamten Schwarzwald im Zelt übernachten: Die abgelegenen Camps versprechen Abenteuer pur und sind nur zu Fuß erreichbar. Sie verfügen über Stellplätze für bis zu drei Zelte, eine Feuerstelle und ein kleines Toilettenhäuschen. Wasser und Verpflegung müssen die Trekker

selbst mitbringen, Müll muss wieder mitgenommen werden. Buchungen sind jeweils für eine Nacht von Anfang Mai bis Ende Oktober beim Nationalpark Schwarzwald möglich.

› trekking-schwarzwald.de

ELEKTRISCH FAHREN UND THG-BONUS SICHERN

Der ADAC THG-Bonus ist eines der beliebtesten Angebote auf dem Markt und laut Stiftung Warentest auch eines der besten. Bereits über 74.000 E-Fahrzeuge wurden registriert. Von E-Leichtkraftrad, E-Motorrad oder E-Pkw bis hin zu E-Nutzfahrzeug oder E-Bus: Halter von reinen Elektrofahrzeugen können sich über den Treibhausgas-Quotenhandel (THG-Quote) diesen Bonus sichern. Die 2015 eingeführte Quote dient als Klimaschutz-Instrument, um klimaschonende Mobilität zu fördern und günstiger zu machen. Von den 2022 neu zugelassenen E-Fahrzeugen sind 13 Prozent beim ADAC registriert. Für Nichtmitglieder beträgt der Bonus 300 Euro. ADAC Mitglieder dürfen sich über zusätzliche 20 Euro freuen und erhalten insgesamt einen Bonus von 320 Euro.

› Beantragung der THG-Quote unter adac.de/thg-bonus



Die Metropolexpresszüge (MEX) verkehren in der Region Stuttgart sternförmig aus dem Umland auf die Landeshauptstadt zu

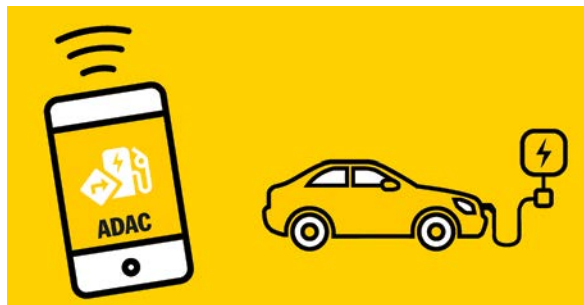
Der neue MEX verbindet die Region mit der Metropole

Nach dem Motto „**MEXimal verbunden**“ fährt der Metropolexpress, kurz MEX, seit Sommer 2021 vom Filstal – und im Nachhinein auch von anderen Teilen der Metropolregion – bis zur Landeshauptstadt Stuttgart und zurück. Der neue Expresszug bietet eine höhere Taktung, Nachtverkehr und kürzere Reisezeiten, damit sollen die Regionen enger mit der Landeshauptstadt zusammenwachsen. Der MEX fährt auf vielen Strecken nach dem MEX-Standard: werktags zwischen 4:30 Uhr und 24 Uhr alle halbe, samstags zwischen 6 und 9 Uhr jede und zwischen 9 und 24 Uhr alle halbe Stunde. An Sonn- und Feiertagen gilt der Halbstundentakt von 9 bis 20 Uhr, in den Tagesrandlagen (6 bis 9 Uhr, 20 bis 24 Uhr) verkehrt der MEX im Stundentakt.

Frühjahr 2023
Baden-
Württemberg

AKTUELLES

ADAC Spritpreise App jetzt auch für E-Autofahrer



Mit der erweiterten ADAC Spritpreise App können ab sofort auch Fahrerinnen und Fahrer von E-Autos schnell und einfach die nächste Ladestation finden und sich dorthin navigieren lassen. Unter den hinterlegten rund 82.000 Säulen mit 220.000 Ladepunkten können die Nutzenden bequem nach kW-Leistung, Steckertypen, Bezahlarten und Betreibenden filtern. Neben der genauen Position der Ladesäulen bietet die App darüber hinaus die Anzahl der jeweils zur Verfügung stehenden Ladepunkte. Für eine bessere Planung von längeren Fahrten können Ladestationen auch als Favoriten gemerkt und in die Routenplanung integriert werden.

> Die ADAC Spritpreise App ist kostenlos im App Store und im Google Play Store erhältlich. Weitere Informationen gibt es auf [adac.de](https://www.adac.de)

ADAC Onlinetermin-Service: gut beraten – ohne Warten

Ab sofort können Mitglieder und Kunden online ihren Termin vereinbaren und sich dann entspannt und ohne Wartezeit auf die Beratung freuen. Über die Seiten der ADAC Geschäftsstellen & Reisebüros gelangt man zur Terminbuchung. Gebucht werden kann ein Termin für eine Beratung in der ADAC Geschäftsstelle oder per Videotelefonie – in den Geschäftsstellen in Südbaden ist auch ein telefonischer Rückruf möglich. Je nach Anliegen stehen die entsprechenden ADAC Experten aus den Bereichen Mitgliedschaft und Versicherung oder aus dem ADAC Reisebüro zum Wunschtermin für eine persönliche Beratung zur Verfügung.

» **Buchen Sie Ihren Termin unter [adac.de/vorort](https://www.adac.de/vorort)**



Über das Onlinebuchungstool werden die passende Art der Beratung und das Datum ausgewählt. Das ADAC Team steht Montag bis Freitag für Beratungstermine zur Verfügung

Wir sind für Sie da – Ihr ADAC



Als ADAC Mitglied erhalten Sie in den **ADAC Geschäftsstellen** und Reisebüros alle Leistungen und Services, die Ihnen der Club bietet.



» **Telefonisch: 089 558 95 96 97**
kostenlos; Montag bis Samstag von 8 bis 20 Uhr



» Ihren Ansprechpartner vor Ort finden Sie unter **[adac.de/vorort](https://www.adac.de/vorort)**



Die ADAC Straßenwacht ist für Sie im Einsatz und leistet Pannenhilfe für havarierte Mitglieder. Wer bei einer Panne Hilfe benötigt, kann sich auf verschiedenen Wegen an den ADAC wenden:

- » per App (kostenfrei im Google Play und im App Store)
- » per Telefon im Inland: **089 20 20 40 00**
- » per Telefon im Ausland: **+49 89 22 22 22**
- » per Handy: **22 22 22** (Verbindungskosten je nach Netzbetreiber/Provider)

Termine



Pedelec-Trainings in Stuttgart

2. Juni 2023
23. Juni 2023
14. Juli 2023
22. September 2023

*Lastenrad-
Sicherheitstrainings:*

31. März 2023
16. Juni 2023

Unter professioneller Anleitung die Grenzen eines Pedelecs austesten und nützliche Fahrtechniken erlernen.
Ort: Jugendverkehrsschule, Unter dem Birkenkopf 30, 70176 Stuttgart.
Uhrzeit: 14 - 17.30 Uhr
> Infos und Anmeldung zu den Pedelec-Terminen unter T 0711 280 01 41 oder verkehr@wtb.adac.de

DER MOBILE PRÜFDIENST DES ADAC ist seit Februar unterwegs.
> Weitere Informationen und Termine gibt es unter adac.de/wuerttemberg



ADAC Württemberg Historic in Heilbronn

19. und 20. Mai 2023

Es wird wieder traumhaft schön. Die Württemberg Historic bringt Oldtimerfans aus der ganzen Region zusammen, um mit ihren liebevoll gepflegten und restaurierten Fahrzeugen ein unbeschreibliches Fahrgefühl zu genießen. Die Gesamtstrecke der Tour beträgt rund 400 Kilometer und führt über ausgewählt schöne Strecken mit vielen Sehenswürdigkeiten.

Nennschluss: 31.3.2023

Teilnahmegebühr: a) touristische Ausfahrt 655 Euro inkl. MwSt.
b) sportliche Ausfahrt / Gleichmäßigkeitsrallye 695 Euro inkl. MwSt.

> Anmeldung und Infos: wuerttemberg-historic.de,
T 0711 280 02 76 und sport@wtb.adac.de

Freiburg Schauinsland Klassik

4. und 5. August 2023

Zwei Tage Oldtimerfeeling pur erwartet Liebhaber historischer Automobile bei der Schauinsland Klassik in und um Freiburg. Absolutes Highlight der Oldtimerrallye für Fahrer und Zuschauer ist die

Aufstellung der Raritäten auf dem Freiburger Münsterplatz.

Nennschluss: 30.6.2023

Teilnahmegebühr für die sportliche Ausfahrt mit Gleichmäßigkeitsprüfungen: 800 Euro inkl. MwSt.

> Anmeldung und Infos: schauinsland-klassik.de,
T 0761 368 82 41 und klassik@sba.adac.de



IMPRESSUM

Herausgeber

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

Redaktionsleitung

Melanie Hauptvogel (V.i.S.d.P.),
ADAC Württemberg,
Am Neckartor 2,
70190 Stuttgart;
Claudia Ploh, ADAC Südbaden,
Am Predigertor 1,
79098 Freiburg

Redaktion

Melanie Hauptvogel, Claudia Ploh,
Rolf Rombach, Christian Schreiber,
Karin Sonner, Elisabeth Wolf
Illustration: Marc Stabauer

Produktion

storyboard GmbH,
Wiltrudenstraße 5,
80805 München

Verlag

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

Vermarktung

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

Geschäftsführung

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: Brand Community Network GmbH, Alleinige Gesellschafterin: Burda Magazine Holding 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.



Schwäbische Alb/ Schwarzwald

- 3 Übernachtungen im Doppelzimmer inkl. Frühstück
- Eintägiges ADAC Fahrsicherheitstraining

p.P. **819 €**

©AA+W - stock.adobe.com

Freiheit, Abenteuer, maximaler Kurvenspaß

Der **ADAC Safety Ride powered by MOTORRAD action team** verbindet ein Sicherheitstraining mit einer geführten, mehrtägigen Motorradreise. Genießen Sie auf Ihrem eigenen Motorrad die Freiheit und entdecken Sie **einzigartige Touren** in wunderschöne und kurvenreiche Regionen Süddeutschlands bis ins Sauerland.

**Infos, Buchung und weitere attraktive Motorradreisen
im ADAC Reisebüro oder unter T 089 45 35 35 22***

adac.de/wir-im-sueden

(*Servicezeiten: Mo – Sa: 8 – 20 Uhr)

Veranstalter:

MOTORRAD
action team

ADAC

Flauschig-weiche Herren-Strick- Fleecejacke

anthrazit-
melé



Atmungsaktiv
und schnell-
trocknend



- Strapazierfähig aus 100% Polyester • Außen supersofte Strickoptik • Innen flauschig weiches Fleece • Frontreißverschluss mit Windschutz • Zwei senkrechte Reißverschlusstaschen an der Front • Wind- und wasserabweisend • Schnelltrocknend • Elastische Bündchen



Größen				
M	L	XL	XXL	3 XL

dunkelblau-
melé



UVP*-Preis 79,99
Personalshop-Preis 39,99
NEUKUNDEN-PREIS
€ 29,99
Sie sparen € 50,-
gegenüber dem UVP*

★★★★★
Das sagen Kunden:

„Tolles Produkt!“
Tragekomfort, Passform, Aussehen,
es passt einfach alles. Wird sicher
mein Lieblingsbekleidungsstück.

Mehr Bewertungen online

grau-melé

**Große
Größen
bis 3 XL**



BESTELLSCHEIN D30807 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
	41.241.380		Strickfleece-Jacke grau-melé	€ 29,99
	41.241.393		Strickfleece-Jacke dunkelblau-melé	€ 29,99
	41.241.407		Strickfleece-Jacke anthrazit-melé	€ 29,99

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 **D30807** 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**

** 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



25%
**Neukunden-Rabatt
auf ALLE Artikel!**