



www.metttau.com

METTNAU

Magazin

AUGUST 2012

METTNAU Taiji + Qigong-Tage

METTNAU-Trainer für intuitives Bogenschießen

Theo Koll zu Gast auf der METTNAU

Sommerakademie – Meisterliche Geigen- und Klavierklänge in der Stadt

Konzerte | Ausstellungen | Kunst | Kultur & vieles mehr



INHALT



finest fashion
für Damen
und Herren –
5 mal am Bodensee

FISCHER
MEN STORES

Konstanz
Obermarkt 1
Tel. +49 7531 23335

Singen
Scheffelstraße 3
Tel. +49 7731 9876-30

www.modefischer.de

FISCHER
WOMEN STORES

Konstanz
Hussenstraße 29
Tel. +49 7531 22990

Rosgartenstraße 36
Tel. +49 7531 36325-0

Singen
Scheffelstraße 2-4
Tel. +49 7731 9876-0

Editorial	3
Schwimmbad in Werner-Messmer-Klinik wie neu!	3
Trainer für intuitives Bogenschießen	4
METTNAU-Taiji- und Qigong-Tage für alle	5
Aktuelles zum Qualitätsmanagement der METTNAU	5
Ehrung für sportlichen Teamleiter der METTNAU	6
35 Jahre Kurgast-Freundschaft	6
Theo Koll zu Gast auf der METTNAU	7
Künstlerin mit ganz eigener Handschrift	8
Meisterliche Geigen- und Klavierklänge in der Stadt	8
Zauberhafte Landschaften und Blumen	8
Radolfzell	9

METTNAU-Philosophie

Bewegung ist Leben!	14
METTNAU ist mehr!	15
Jeden Tag ein bisschen METTNAU schmecken	16
Kur und Kultur	18

Untersee/Höri	20
Insel Reichenau	22
Allensbach	22
Singen	23
Konstanz	24
Radolfzeller Abendmärkte – frische Vielfalt mit Extras	25
Musik, Kabarett und kulinarische Leckerbissen	25
Radolfzeller Bluesnight	25
Jazz Open Radolfzell	26
900 Jahre Haus Baden – 200 Jahre am Bodensee	26
„The Black Rider“ mit Seekulisse	26
Fit für den Sommer – Radolfzeller Stadtgarten	26
METTNAU-Veranstaltungen	27
METTNAU-Gesundheitsschulungsprogramme	28
Dies und das für den Gast	29
Buchtipps, Rätsel	30

IMPRESSUM

METTNAU-MAGAZIN: Das Magazin für Gäste und Freunde der METTNAU, 49. Jahrgang, Erscheinungsweise 12 x jährlich

Herausgeber: METTNAU Medizinische Reha-Einrichtung der Stadt Radolfzell, Strandbadstraße 106, Geschäftsführer und Kurdirektor Markus Komp

Herstellung: Labhard Medien GmbH, Max-Stromeyer-Str. 116, 78467 Konstanz
Geschäftsführung: Thomas Willauer, Gabriele Schindler
Projektkoordination: Gabriele Schindler, gschindler@labhard.de
Anzeigenleitung: Claudia Manz, cmanz@labhard.de

Redaktion: PR + Medienprojekte Gaby Hotz, gaby.hotz@t-online.de
(in Zusammenarbeit mit der METTNAU)

Gestaltung: hggraphikdesign Heidi Lehmann, 78315 Radolfzell-Möggingen

Druck: Druckerei Peter Zabel e. K., 78315 Radolfzell, www.zabeldruck.de

Bildnachweis: Titelfoto: Gaby Hotz | Fotos: Gaby Hotz, Ute Eßig, Schloss Salem, Mario Gaccioli, Privatbilder, METTNAU-Archiv, Labhard-Archiv, Stadtverwaltungen, Tourist-Informationen sowie Pressestellen der genannten Städte, Gemeinden, Regionen, Tourismusziele und Veranstalter.

© 2012. Alle Rechte vorbehalten.

Nachdruck mit Quellenangabe nur auf Nachfrage beim Verlag.

Herzlich willkommen ...

... in Radolfzell am Bodensee. Ich darf Sie, liebe Gäste, herzlich auf der schönen Halbinsel Mettnau begrüßen und freue mich, dass Sie diesen Sommer hier bei uns zur Gesundheit und Belebung nutzen. Gemäß dem Motto „Heilung durch Bewegung“ werden Sie in dieser herrlichen Umgebung Ihr persönliches Ziel erreichen und den Zauber dieses Landstrichs insbesondere jetzt zur warmen Jahreszeit in vollen Zügen genießen – sich also rundum see vital fühlen.

Wenn Weitsicht und nachhaltiges Denken aufeinander treffen, entsteht mit Glück etwas Besonderes. Vor über 50 Jahren hatte die Stadt Radolfzell dieses Glück. An einem der schönsten Plätze am Bodensee, der Halbinsel Mettnau entstand die städtische Reha-Einrichtung „METTNAU“ mit dem Ehrgeiz, zum Leben zu bewegen. Ihrem Mot-

to bleibt die METTNAU bis heute treu und bietet ihren Gästen einen hochmodernen, zertifizierten Kurbetrieb im Herzen Europas.

„See vital“ – dieser Leitspruch fasst alle Aspekte des Anspruchs von Radolfzell und der METTNAU als Gesundheitsstandort am Bodensee zusammen. Mit Kompetenz, hohem Freizeit- und Erholungswert laden wir Sie ein, bei und mit uns Körper und Geist zu regenerieren.

Nutzen Sie die vielfältigen Wassersportangebote und entdecken Sie unsere schöne Region bei Wanderungen, Ausflügen und Führungen zu ausgewählten Kulturschätzen der Umgebung. Erkunden Sie die malerische Radolfzeller Altstadt bei einer ausgiebigen Einkaufstour oder begeben Sie sich auf Exkursion durch die ausgezeichnete

Seegastronomie. Genießen Sie die Nähe zu den Schweizer Alpen, zu den Kulturmegapolen Bregenz, Zürich und Basel oder des UNESCO-Welterbes Klosterinsel Reichenau.

Seien Sie unser Gast und finden Sie Ihr persönliches „See vital“ in Radolfzell am Bodensee! Einen rundum guten Aufenthalt wünscht Ihnen



Ihr

Dr. Jörg Schmidt
Oberbürgermeister

Schwimmbad in Werner-Messmer-Klinik wie neu!

Generalsanierung mit Energieeinsparung und schönerem Ambiente

Schon seit längerem freuen sich die Patienten und Gäste der Werner-Messmer-Klinik und der angegliederten Häuser über das umfangreich sanierte Schwimmbad. Gleichzeitig sollte der Zugang zu den Duschen verbreitert und die optische Gestaltung ansprechender werden. Die vereinbarten sieben Wochen Bauzeit in den Wintermonaten wurden eingehalten – für die Gäste gab es während dieser Zeit einen Shuttleservice zu den anderen Bädern im Kurmittelhaus.

Es erfolgten Fliesenarbeiten im Becken, wobei man Mosaikfliesen im Beckenboden einsetzte und zusätzlich für eine harmonische Beckenrandgestaltung sorgte. Ausgewechselte Fenster und Türen sorgen für Energieeinsparung. Die neue Akustikdecke und Beschallungsanlage hat sich bereits sehr bewährt. Die geänderte Beleuchtungsform, andere Bänke und attraktive Ausstattung sowie die den Erfordernissen angepasste Verbreiterung der Zugänge zu den Duschen wurden von den Gästen ebenfalls sehr positiv aufgenommen.

Der Technische Leiter Frank Herzog rechnet zudem vor, dass man mit der neuen Lüftungsanlage und der Wärmerückgewinnungsanlage etwa 40 Prozent an Heizenergie und zirka 30 Prozent an elektrischer Energie einspart. Zusammen entspricht dies einer jährlichen CO²-Einsparung von 50 Tonnen. Geschäftsführer und Kurdirektor Markus Komp sieht die Investition bestens angelegt, konnte man damit doch eine erhebliche energetische Optimierung er-

reichen und das Bad gleichzeitig den heutigen Anforderungen an eine Reha-Klinik anpassen. Viele erfreute Rückmeldungen von Reha-Patienten und Selbstzahlern im Präventivbereich geben den Entscheidern deutlich recht.

In Kürze erfolgt noch eine optisch sehr ansprechende Aufwertung: An der Stirnseite des Bades soll ein großes, hinterleuchtetes Wandbild aus Glas installiert werden. Bedruckt mit einem Bodensee-Strandmotiv vermittelt es den Eindruck, man schwimme

auf den See hinaus. Eine großzügige Spende von Ehrenbürger Werner Messmer macht diese aufwändige Konstruktion möglich. Er freue sich, dass er damit dem Bad „seiner“ Klinik zu einem noch schöneren Ambiente verhelfen kann, in dem sich alle Gäste wohlfühlen.

Das Schwimmbad wird nicht nur morgens für die therapeutische Wassergymnastik der unterschiedlichen Gruppen genutzt – es ist nach der Sanierung auch für das freie Schwimmen am Nachmittag sehr beliebt. ■





Trainer für intuitives Bogenschießen

Noch höherer Stellenwert für Kursangebot der METTNAU

Nicht der hundertprozentige Treffer ist wichtig, sondern das konzentrierte Spannen, bei dem der ganze Körper in die richtige Haltung kommt, und das Loslassen des Pfeils, das langsame Absinken des Bogens, die Lösung der Körperspannung – man ist ganz bei sich, nichts anderes hat Platz. Die Gäste der METTNAU, die dieses Angebot nutzen, sind allesamt begeistert. Viele sehen im Bogenschießen einen idealen Weg, um nach den hohen Anforderungen des Alltags abzuschalten und einen gesunden Ausgleich zu finden.

Um diese besondere Form des intuitiven Bogenschießens richtig vermitteln zu können, schlossen im Mai 2012 zwei Mitarbeiter der METTNAU ihre zweieinhalbjährige Trainerausbildung ab. Michael Jugert, stellvertretender Bereichsleiter Sport und Bewegungstherapie, sowie Dr. Achim Witzel, Oberarzt,

absolvierten eine zweitägige Prüfung zum Lehrer in diesem Bereich. Diese beinhaltete eine praktische Prüfung im 3-D-Parcours des Freigeländes, eine theoretische Prüfung sowie eine individuelle Lehrprobe.

Philosophie und Technik

Die Ausbildung der seit Jahren auch im Bogenschießen verwurzelten beiden Sportbegeisterten erfolgte bei der Scola-Akademie, die unter anderem auf Business- und Leistungs-Coaching, Führungskräfteentwicklung, systemische Organisations- und Teamentwicklung und Gesundheitstraining spezialisiert ist. Neben der Geschichte und Philosophie des Bogenschießens und -trainings ging es auch um Materialkunde, Mechanik und Technik. Dazu kam die prozessorientierte Begleitung am Bogen und die Wirkungsweise der Körper- und Teamarbeit (Embodiment und Empowerment). Wichtig

war auch die Vermittlung von speziellen pädagogischen Konzepten für das Bogenstraining. Die besondere Scola-Technik des Bogenschießens vereint westliche wie östliche biomechanische, wissenschaftliche Erkenntnisse der Gesundheitsmedizin mit den mentalen und teilweise auch meditativen Konzepten der fernöstlichen Zen- und Kampfkunst (Budo, Kyudo).

Theorie und Praxis

Für die beiden Experten der METTNAU besonders wichtig war der Schwerpunkt auf die therapeutische Anwendung des Bogenschießens unter Berücksichtigung klinischer Indikationen. So wird das Bogenschießen seit Jahren und nun mit neuem profunden Unterbau zum Teil auch auf der METTNAU eingesetzt (orthopädische und internistische Krankheitsbilder, psychische Beschwerdekomplexe und anderes mehr).



Von links: Oberarzt Dr. Achim Witzel und Michael Jugert.

Im Schießen und der Freude an der Arbeit mit einem archaischen, wahrhaft „sinnlichen“ Trainingsgerät aus letztlich einfachen, aber fein abgestimmten und künstlerisch bearbeiteten Materialien erfuhren Michael Jugert und Dr. Achim Witzel auch eine eigene Entwicklung. So ließ sich vor allem die Pädagogik der Schülerentwicklung im Körper- und Mentaltraining bei der Scola-Akademie in den zweieinhalb Jahren in ihre Persönlichkeitsentfaltung integrieren. Deutlich wurde dies in den zum Teil videoanalytisch ablaufenden Einzel-Lehrproben mit einer Zehner-Gruppe. Hier zeigte sich eindrucksvoll, wie Theorie und Praxis sowie die Prinzipien des hochprofessionell umgesetzten Coachings Einzelne wie die Gruppe als Ganzes zu begeistern und mitzureißen verstanden.

Durch diese intensive Zusatzqualifikation hat das Bogenschießen auf der METTNAU einen noch höheren Stellenwert gewonnen. Dieser teilt sich bestimmt in den wöchentlichen Bogenseminaren in der kleinen Halle des Kurmittelhauses noch intensiver mit. Wir gratulieren den beiden geprüften Lehrern für intuitives Bogenschießen ganz herzlich!

METTNAU Taiji + Qigong-Tage für jedermann

Abendprogramme – Wochenendseminare – Premiere neuer Qigong-Form



Die Frauen und Männer jeden Alters bewegen sich langsam, konzentriert und kraftvoll. Meist mit den Füßen fest am Boden verankert, achten sie bei den Übungen auf die genaue Körperhaltung. Sie alle folgen den Anleitungen des sportlichen Leiters der METTNAU, Richard Geitner, der auch das 13. Programm für die beliebten **METTNAU Taiji + Qigong-Tage vom 3.-26. August** vorbereitet hat. Gemeinsam mit der Taiji-Expertin Lo Yong bietet er an fünf Abenden und vier Wochenenden die gesundheitsfördernden Übungen vorwiegend im Freien an. Diesmal bekommt das eingespielte Team am 18. August Besuch des Experten Alexander Callegari, mit dem man zusammen als Premiere in Deutschland Tellerübungen – eine neue Qigong-Form des international bekannten Prof. Ding Hongyu – vorstellt.

Start ist am 3. August mit der kostenfreien Eröffnungsveranstaltung um 19 Uhr im Kurmittelhaus der METTNAU – Eintritt frei. Vom 6.-9. August kann jeder ohne Voranmeldung von 19-20 Uhr beim „Qigong am Abend“ im Areal vor der Hermann-Albrecht-Klinik bei den fließenden Bewegungen mitmachen und deren wohltuenden Effekt spüren. Dieses kostenfreie Angebot eignet sich auch für Ungeübte.

Die hohe Qualität des Angebots ist weithin bekannt und so nutzen auch viele die Tagesseminare an den vier August-Wochenenden, die jeweils von 9-12 Uhr und von 14.30 -17.30 Uhr stattfinden (Preis pro Seminar/ Person: 60 Euro).

Am 4. und 5. August übt Richard Geitner mit den Teilnehmern das 5-Organ-Qigong und das Muskel-Knochen-Qigong. Am Folgewochenende übt Lo Yong mit den Einsteigern die Taiji-Faustform und die Taiji-Schwertform. Am 18. und 19. August geht es um die Übungen nach dem chinesischen Qigong-Professor Ding Honyu – schon jetzt sind alle gespannt auf diese Premiere.

Das letzte August-Wochenende widmet Lo Yong schließlich fortgeschrittenen Teilnehmern, mit denen sie die Taiji 42er Wettkampfform und die Taiji 42er Schwertform übt. Für die Taiji-Seminare sowie den 18. und 19. August haben Kurzentschlossene noch die Chance auf einige freie Plätze!

Weitere Informationen und Buchung: Richard Geitner, METTNAU, Strandbadstr. 106, D-78315 Radolfzell, Tel. +49 (0)7732/151-883, Fax +49 (0)7732/151-371, richard.geitner@mettnau.com, www.richard-geitner.de

Aktuelles vom Qualitätsmanagement der METTNAU

Große Mitarbeitermotivation und guter Durchdringungsgrad

Die METTNAU ist im Qualitätsverbund Reha und Gesundheit, dem 29 Kliniken von 11 Trägern in Baden-Württemberg angehören. Unter dem Motto „Gemeinsam für die beste Reha“ führt man untereinander Audits durch. So hatte der Qualitätsmanagementbeauftragte (QMB) Oliver Labs und sein Team von der METTNAU in diesem Jahr eine Klinik in Bad Rappenau besucht. Am 12. Juli fand durch zwei Auditorinnen aus der Federseeklinik in Bad Buchau ein internes Verbundaudit in den Häusern der METTNAU statt.

In der Schlussbesprechung wurden der METTNAU eine große Mitarbeitermotivation und ein sehr guter Durchdringungsgrad des Qualitätsmanagements bescheinigt. Oliver Labs hierzu: „Wir möchten uns ganz besonders bei den auditierten Bereichen und den METTNAU-Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern bedanken; Auditoren im Haus zu haben ist immer eine besondere Situation. Alle Audits konnten in einer sehr angenehmen Atmosphäre durchgeführt werden – stürmisch war nur das Wetter. Ganz herzlichen Dank an Sie alle!“



Oliver Labs, QMB der METTNAU, mit Frau Ramsperger und Frau Schmidberger aus Bad Buchau.

Ehrung für sportlichen Teamleiter der METTNAU

Jörn Schilling feiert 25-jähriges Dienstjubiläum

Vor kurzem konnte Geschäftsführer und Kurdirektor Markus Komp Jörn Schilling zum 25jährigen Jubiläum im öffentlichen Dienst gratulieren. Er überbrachte dem Sporttherapeuten und Teamleiter für den Reha-Bereich die besten Glückwünsche der METTNAU. Man schätze die hohe Kompetenz und die professionelle Weise der Wissensvermittlung des für Herzranke spezialisierten Diplom-Sportlehrers sehr. Für seine freundliche und ruhige Art sei er bei Patienten, Gästen und dem METTNAU-Team gleichermaßen beliebt.

Jörn Schilling, der in Radolfzell aufgewachsen ist, verpflichtete sich für zwei Jahre bei der Bundeswehr und verdiente sich damit überwiegend sein Studium in Konstanz und an der Sporthochschule Saarbrücken. Durch Zusatzausbildungen für den Herzbereich betreute er bald nebenbei die ambulante Herzgruppe, die damals in der METTNAU-Halle trainierte. So fiel er Sporttherapeuten der Kur auf und erhielt am 1. Juni 1989 zunächst einen halben Vertrag, speziell für die Herzgruppen in der Werner-Messmer-Klinik. Denn es galt noch, die Diplomarbeit fertig



zu machen und freiberufliche Tätigkeiten zu bewältigen. Schon rasch wurde eine Vollzeitstelle daraus. „Ich habe mein Hobby zum Beruf gemacht“, sagt der seit Kindheit sportlich aktive Experte, der mit Frau und zwei Kindern in Radolfzell lebt.

Er ist überwiegend in der Werner-Messmer-Klinik tätig und vor allem zuständig für den Rehabilitationsbereich. Ihm geht es darum, METTNAU-Patienten und Gäste über Ziel und Wirkung jeder Trainingseinheit zu informieren. Dadurch lässt sich beispielsweise

se vermitteln, welchen Rahmen und welche Zeit es braucht, die durch oft schwere akute Herzerkrankungen beschädigte Gesamtstruktur des Herzens gezielt neu aufzubauen und in einen gesunden Rhythmus zu bringen. „Nur so kann man verstehen, dass zu viel Sport und zu rasche Steigerungen eher schaden und im schlimmsten Fall einen Rückfall hervorrufen können.“ Auch bei Menschen mit hoher Alltagsbelastung und Burnout-Symptomen ist die Energie oft völlig weg und muss langsam wieder aufgebaut werden. „Körper, Geist und Seele sind eine Einheit! Unsere Teilnehmer merken schnell, dass die auf sie abgestimmte Sporttherapie auch Geist und Seele wieder fit machen.“ Neben Gesprächen mit den Patienten und Gästen ist ihm daher auch der Austausch mit den METTNAU-Ärzten und -Psychologen wichtig.

Was macht ein Sportlehrer in der Freizeit? Auch da ist er aktiv, am liebsten spielt er Tennis, „da macht die ganze Familie mit.“ Die METTNAU jedenfalls freut sich auf seinen weiteren engagierten Einsatz und wünscht ihm für die Zukunft nur das Beste! ■

35 Jahre Kurgast-Freundschaft

Empfang der munteren Senioren bei ihrem letzten gemeinsamen Besuch

Sieben Männer und eine Frau hatten sich bei ihrem METTNAU-Kuraufenthalt vor 35 Jahren kennengelernt und angefreundet. Seither sind sie in Verbindung – die Ehefrauen kamen hinzu und verstanden sich ebenfalls prächtig. Seit damals treffen sie sich jedes Jahr – immer woanders, da die Herrschaften im Alter zwischen 67 und 89 Jahren aus allen Ecken Deutschlands stammen – Berlin, Wuppertal, München, Freiburg ... Alle fünf Jahre war jeweils Treffpunkt in Radolfzell mit einem Besuch der METTNAU. Manche genossen über die Jahre zusätzliche Kuraufenthalte auf der Halbinsel im Bodensee.

Zu ihrem 35. und letzten gemeinsamen Treffen in Radolfzell wurde die Gruppe von Bürgermeisterin Monika Laule und Roland Helmlinger von der METTNAU in Vertretung des verhinderten Kurdirektors Markus Komp bei einem Empfang im Rathaussaal begrüßt. Wilhelm Meißner hatte als Ältester von vornherein das Präsidentenamt inne und bekam im Laufe der Jahre eine beeindruckende „Amtskette“ mit Wappen aller besuchter Orte. Seine bewundernswerte Vitalität führte er auf die METTNAU-Aufenthalte und die konsequente Weiterführung sportlicher Aktivität zurück. In der Begrüßung und dem Grußwort im großen Buch mit der Dokumentation aller Treffen betonte die Bürger-

meisterin ihre Freude, dass diese Kurfreundschaft so lange und so gut gepflegt wurde – keine Selbstverständlichkeit mehr in heutiger Zeit. Sie und Roland Helmlinger hießen die Gäste aufs Herzlichste willkommen und wünschten ihnen alles erdenklich Gute.

Im Gespräch kam so manche Anekdote aus der ersten Kur zur Sprache wie beispielsweise Spitznamen für Therapeutinnen und Therapeuten, die sie „Rehaue“, „Adonis“ oder „Schinder Hannes“ nannten. Auch jetzt noch spürte man diese frische und humorvolle Verbundenheit, die zum Abschluss im traditionellen Singen der „Fischerin vom Bodensee“ mündete.

Auch wenn die Treffen aller nun zu beschwerlich sind, bleiben sie weiter im Kontakt. So nahmen diesmal Hartmut und Gabriele Reuter aus Neustadt an der Weinstraße Wilhelm und Edith Meißner aus Freiburg mit. Irmgard Götz aus Albstadt und Margot Pitzki aus Berlin genossen das Wiedersehen ebenso wie Heinz und Anita Orlich aus Wuppertal und Herbert und Erika Götzer aus Gifhorn. Auf Einladung der METTNAU genossen die Gäste noch Kaffee und Kuchen am Stadtgarten, ehe sie zu ihrem weiteren, von Ernst Reuter organisierten Ausflugsprogramm aufbrachen. Natürlich gehörte auch ein Besuch in den Radolfzeller Kureinrichtungen dazu. ■



Bürgermeisterin Monika Laule (links) und METTNAU-Vertreter Roland Helmlinger (vierter v.l.) freuen sich, dass die METTNAU Auslöser dieser jahrzehntelangen wunderbaren Kurgast-Freundschaft war. ■

Theo Koll zu Gast auf der METTNAU

TV-Mann der Fakten genießt Bodenseelandschaft, Ruhe und Entspannung

Ob von „Frontal 21“, dem „Politbarometer“ oder „ZDF spezial“-Sendungen – man kennt Theo Koll als einen Mann der Zahlen und Fakten, die stets gründlich recherchiert sind.

Ende Juni kam der vielgefragte Medienexperte an den Bodensee, um in diesem „phantastischen Ambiente“ der METTNAU zu entspannen und neue Kraft zu tanken. Doch wer berufsbedingt immer vernetzt ist, dem fällt Abschalten nicht so leicht. Glücklicherweise ist er nicht stressempfindlich und hatte auch nichts gegen unsere Fragen zu seiner Arbeit.

Von seinen früheren Aufgaben erinnere er sich besonders gerne an die Jahre als London-Korrespondent und an die Zeit bei „Frontal 21“. Die investigative Arbeit zum Aufdecken von Missständen in einem guten Redaktionsteam sagte ihm sehr zu, auch wenn es oft auf jedes gesprochene Wort ankam und man sich ständig juristisch absichern musste. Heute beobachtet er, dass gründliche und zeitintensive Recherche oft nicht mehr möglich ist – Tempo und Kostendruck haben sich dramatisch erhöht. Aber er sehe durchaus auch die Vorteile neuer Medien: Beim Twittern etwa werden Themen sehr schnell vorangebracht. Auch sei die mobile Online-Vernetzung „der größte Feind der Diktaturen“, denn was im Web steht, wandert in Windeseile um den Globus. Die Schattenseite: Privatheit wird zu einem immer selteneren Luxus.

Auf die politischen Sendungen angesprochen betonte er, dass man heute nicht mehr zwischen national und international trennen könne, weil immer alles ineinandergreife – auch deswegen habe das ZDF die innen- und außenpolitischen Redaktionen zusammengelegt. Mit Blick auf die gesellschaftlichen Entwicklungen sehe er jedoch Bedarf an noch mehr Kreativität, beispielsweise wie gute Information unterhaltend und dennoch glaubwürdig präsentiert werden könne. Denn es sei wichtig, auch jüngere oder politisch nicht so Interessierte an diese Themen heranzuführen.

Die Jugend hat er auch in seiner Funktion als Vorstandsmitglied der Schwarzkopf-Stiftung „Junges Europa“ im Fokus. So moderiert er unter anderem Veranstaltungen, in denen sich bekannte hochrangige Politiker und Persönlichkeiten die Zeit nehmen, um mit jungen Leuten die Europa-Idee zu diskutieren und sie über ihre Wertvorstellungen zu informieren.



Angesprochen auf die verschiedenen Preise für seine Arbeit betonte er, dass er sich besonders über den Hanns-Joachim-Friedrichs-Preis gefreut habe, weil er selbst, als noch junger Journalist, Friedrichs gekannt und für seine journalistische Haltung hoch geschätzt habe. „Frontal 21“ wurde genau für diese Haltung gewürdigt und – was ihn ebenfalls freute – dazu hielt Dieter Hildebrandt die Laudatio.

Trotz – oder gerade wegen – seines arbeitsintensiven Alltags kam er auf der METTNAU mit einem vorwiegend entspannenden morgendlichen Therapieprogramm aus. Dabei habe er eine Methode kennengelernt, mit der man in kurzer Zeit völlig entspannen und dann die eigene Körperspannung neu aufbauen kann – für ihn gerade bei Live-Sendungen spätabends sehr hilfreich. Nachmittags ging es bei Radausflügen beispielsweise zur Marienschlucht oder an der Aach entlang – die Höri und das Schweizer Ufer wollte er ebenfalls noch erkunden. Auch Raddolfzell gefiel ihm gut. „Hier ist es gelungen,

Fahrradfahrer und Fußgänger miteinander auf verträgliche Weise durch die Innenstadt und die Radler auch um die Stadt zu führen – das fällt positiv auf und ist zugleich gut für die Umwelt.“

Mit den Leistungen und dem Service der METTNAU war er sehr zufrieden. Gesunde Ernährung gelänge ihm – dank seiner Frau – auch zuhause recht gut. Und natürlich startete er unter den anderen Gästen eine kleine interne Umfrage, bei der er auf bis zu 28 METTNAU-Aufenthalten eines Gastes kam. Nun erfuhr er, dass es durchaus auch Gäste gibt, die schon doppelt so oft hier waren. Dass die METTNAU sich jedoch ständig weiter entwickle, hielt er angesichts der Konkurrenz und den Entwicklungen auf dem Gesundheitsmarkt für äußerst wichtig. Auf die Frage nach eventuellen persönlichen Vorsätzen für zu Hause antwortete er mit einem Zitat: „Wie bringt man Gott zum Lachen? Erzähl ihm deine Pläne.“

ZUR PERSON

Theo Koll, geboren am 19. März 1958 in Bensberg bei Köln, lebt heute mit seiner Frau in Wiesbaden. Nach dem Studium der Politischen Wissenschaft, Neueren Geschichte, Soziologie und des Staatsrechts startete er seine journalistische Karriere als Freier Mitarbeiter beim „Deutschlandfunk“, „journalist“, Bayerischer Rundfunk und „The Times“.

1985 begann er mit seiner Arbeit in verschiedenen TV-Redaktionen. Von 1993 bis 2000 leitete er das ZDF-Studio London und wechselte 2001 nach Berlin als Moderator und stellv. Leiter von „Frontal 21“. Seit Oktober 2006 moderierte er zusätzlich das 3-sat Theatermagazin „Foyer“. 2009 wurde er Leiter der Hauptredaktion Außenpolitik und Moderator des „auslandsjournal“.

Seit Mai 2010 führt er die Hauptredaktion Politik und Zeitgeschehen und übernahm damit auch die Moderation von „Politbarometer“ und „ZDF spezial“-Sendungen.

Theo Koll wurde seit 2005 mit bedeutenden Preisen ausgezeichnet. ■

Künstlerin mit ganz eigener Handschrift

Ausstellung von Sylvana Roth in der Werner-Messmer-Klinik



Vor etwa einem Jahr präsentierte die vielseitige Künstlerin Sylvana Roth ihren „Bodensee-Stuhl“, ein ganz besonderes Möbelstück in Form des Bodensees. Neben vielen weiteren kreativen Ideen und teilweise kunterbunten Kunstobjekten vom Holzstuhl bis zur Teekanne malt sie auch seit 26 Jahren. Bilder aus diesem Schaffen sind ab **30. Juli** in der Cafeteria und dem Leseraum der Werner-Messmer-Klinik zu sehen.

Bei Technik und Ausdruck lässt sie sich nicht in eine Stilrichtung pressen und orientiert sich auch nicht an Vorbildern. Dennoch

haben all ihre Werke einen ganz eigenen, markanten Stil, in dem man die Künstlerin sogleich erkennt. Typisch für ihre experimentierfreudige Art sind auch Bilder, die sie mit Scheckkarten in Spachteltechnik fertigt. Auffallend ist, dass die Farbe Rot für sie, seit sie in Radolfzell lebt, in ihren Bildern oft vorkommt. Dies habe mit ihrem persönlichen Glück zu tun, erklärt sie. Ihre offene und quirlige Art wirkt sehr sympathisch. So kommt jeder gerne mit Sylvana Roth ins Gespräch, die auch nach der Vernissage immer wieder in den Ausstellungsräumen vorbeischaut. ■

Meisterliche Geigen- und Klavierklänge in der Stadt

Sommerakademie mit Musikstudenten aus aller Welt und Open-Air-Auftritten

Die Sommerakademie 2012 ist ausgebucht: 24 hoch begabte Musikstudenten im Alter von 12 bis 39 Jahren aus Deutschland, Österreich, Frankreich, Argentinien, Japan, Südkorea und Brasilien sind bei den Meisterkursen in Radolfzell. Zehn Tage lang nutzen sie den Unterricht der international renommierten Dozenten Prof. Carmen Piazzini (Klavier), Prof. Anke Dill (Violine) und Prof. Gustav Rivinius (Cello). Diese berühmten Lehrer konnte man am 31. Juli um 19.15 Uhr schon bei einem Konzert im Milchwerk Radolfzell hören.

Für alle Liebhaber klassischer Musik besteht vom **3.-7. August** die Gelegenheit, die Meisterschüler jeweils ab 19.15 Uhr bei Open-Air-Konzerten in der Altstadt zu hören. Bei diesen kostenlosen Abendkonzerten (Hinter der Burg, bei Regen: ev. Christuskirche) ist man immer wieder erstaunt über das große Können der jungen Musiker. Diese erhalten beim feierlichen Abschlusskonzert am **8.**

August um 19.15 Uhr im Milchwerk Radolfzell ihre Zertifikate (Eintritt frei). Dabei wird auch der Förderpreis des Rotary-Clubs Radolfzell-Hegau verliehen.

Als Dankeschön für die Gastfreundschaft der METTNAU gibt es ausschließlich für die Gäste der Radolfzeller Kureinrichtung zwei zusätzliche Matinée-Konzerte, und zwar am **Samstag, 4. August** um 10.30 Uhr erstmals

bei schönem Wetter im Freien an der Ostseite des Scheffelschlösschens (bei schlechtem Wetter im Raum Mainau der Werner-Mess-



mer-Klinik) und am **Sonntag, 5. August** um 10.30 Uhr im Raum Mainau der Werner-Messmer-Klinik. ■

Zauberhafte Landschaften und Blumen

Ausstellung von Ruth Rapp im Kunsthäusle Mettnau



In die Ausstellungsserie im Kunsthäusle Mettnau beim Strandcafé reiht sich vom **18. August bis 2. September** auch wieder Ruth Rapp ein. Den Schwerpunkt ihrer Ölgemälde bilden Landschaften und Blumen-Stilleben. Da die Künstlerin seit ihrem Umzug an den Bodensee 1938 die Schönheit der damals noch unberührten Halbinsel Mettnau und der reizvollen Landschaft lieben lernte, sind auch zahlreiche bekannte Motive aus der Umgebung zu sehen.

Ruth Rapp begann ihr intensives Studium der Ölmalerei 1977 bei Professor Karel Hodr (ehemals Professor der Kunstakademie

Prag). Seit 1983 fanden ihre Werke bei zahlreichen Ausstellungen im In- und Ausland, überwiegend aber im süddeutschen Raum große Aufmerksamkeit. Ziel ihres Schaffens ist es, ehrliche, künstlerisch anspruchsvolle Gemälde zu schaffen, die die Besucher und Kunden erfreuen. Gerne gibt sie im Gespräch detaillierte Erläuterungen zu den Bildern.

Öffnungszeiten und Informationen: täglich 13-17.30 Uhr, So 10-18 Uhr. Ruth Rapp, Kunstmalerin-Atelier, Ratoldusstr. 14, 78315 Radolfzell, Tel. 07732/2879. ■

Radolfzeller Abendmärkte

Frische Vielfalt mit Extras



Das besondere Flair der Radolfzeller Markt- tage neben dem Münster ist weithin be- kannt. Die bunten Marktstände mit ihrer frischen Vielfalt aus der Region inmitten der Radolfzeller Altstadt laden Radolfzeller und Gäste zum Einkaufen und Verweilen ein. Auch in diesem Sommer erweitert die Akti- onsgemeinschaft Radolfzell dieses Angebot bis zum 6. September mit wöchentlichen Abendmärkten. Jeden Donnerstag findet man von 16-20 Uhr ein reichhaltiges Ange- bot erntefrischer Produkte, gesunder Köst- lichkeiten und kulinarischer Genüsse.

Dazu gibt es leckeren Imbiss aus der Hand und ein Kinderkarussell. Zudem zeigen Schauhandwerker an allen Abenden ihr Können. Am **2. und 30. August** kann man Korbflechtern über die Schulter schauen, am **16. und 23. August** nehmen sich Sche- renschleifer stumpfen Messern und Scheren an und am **9. August** kann man sich auf Gaukler-Schabernack freuen. Den Abschluss bildet am **6. September** eine große Vielfalt rund um den Kürbis.

Mehr über www.herzlich-einkaufen.de. ■

Musik, Kabarett & kulinarische Leckerbissen

Humorvoller Zunfthausommer 2012



Narrizella-Präsident Martin Schäuble garantiert mit dem diesjäh- rigen Zunfthausommer ein „bunt geschmishtes Programm mit regionalem Touch“.

Bei der Narrizella Ratoldi wird Humor das ganze Jahr über groß geschrieben: Mit mu- sikalischen, kabarettistischen und kulinaris- chen Leckerbissen lädt sie in diesem Som- mer ins Radolfzeller Zunfthaus. Gäste und Daheimgebliebene sollten sich die „zünftigen“ Freitagstermine rot im Kalender mar-

kieren. Uriges Ambiente, familiäre Atmo- sphäre und gute Stimmung – das sind die bewährten Zutaten des Zunfthausommers der Narrizella.

Am **3. August** kommt **Sigrun Mattes**, das Singener Urgestein mit ihrer Dehorgel und dem Programm „Kuh vom Land“ zu einem vergnüglichen Abend. Weiter geht es am **10. August** mit einem amüsanten Tucholsky-Abend, an dem sich **Ute Fuchs und Rudolf Hartmann** der Frage wid- men: „Könnten Sie sich an meinen Kör- per gewöhnen?“ Am **24. August** heißt es dann „Baden trifft Schweiz“. Und zwar in humoristisch-musikalischer Hinsicht mit der Sechs-Zentner-Band um **Christoph Metzger und Trompeten-Sigi** aus der Schweiz, aber auch kulinarisch mit einem deutsch- schweizerischen 4-Gänge-Menü.

Karten im Vorverkauf samstags auf dem Wo- chenmarkt (Roter Turm) oder bei EP Hiller in der Löwengasse. Einlass Eingang Seestraße jeweils ab 18.30 Uhr, Veranstaltungsbeginn 20 Uhr (keine Platzreservierung). Weitere In- formationen: www.narrizella-ratoldi.de.

Ein **heißer Tipp** sind auch die „Zünftigen Frühschoppen mit Musik“ auf dem Narrizel- la-Platz hinter dem Rathaus an allen August- Samstag ab 10.30 Uhr. ■

Radolfzeller Bluesnight

Open-Air mit heißen Rhythmen

Freunde von Blues – traditionell bis modern – Soul, Rock und Funk kommen am **Freitag 17. August** ab 19 Uhr voll auf ihre Kosten: Sechs hochkarätige Bluesbands spielen un- ter freiem Himmel und bei freiem Eintritt vor sechs Radolfzeller Lokalen – eine der belie- btesten Sommerveranstaltungen mit Musik für Nachtschwärmer und Flanierer. Auf der Rundtour durch die Stadt hat jeder seine eigenen Top-Anlaufstellen und oft bleibt's nicht nur beim Zuhören – warum nicht ein- fach auf der Straße oder am See tanzen?



Die „Certified Swamp Snakes“ gehören zu den sechs Bands der Radolfzeller Bluesnight.

Am Weinhaus Baum (am Höllturm) zeigt das **Quintett „Blues Mail“** große Spielfreude und jede Menge „feeling“.

Beim Hotel Krone und Kreuz (Obertor) zieht die Konstanzer Crew **„Certified Swamp Snakes“** mit der ganzen Bandbreite des Blues und ihrer Performance in ihren Bann.

Die Interpretationen großer Bluesklassiker klingen bei **„Old Friends Blues Band“** am Restaurant Goldener Engel (Poststraße) frisch und unverbraucht.

„Fast Eddy's Bluesband“ zeigt sich an der Café Bar Tankstelle (Untertorplatz) wieder ausdrucksstark mit einem energiegeladenen, prägnanten Sound.

Am Café Nordbahnhof (Bahnhof) ist die Schweizer **„Andy Egert Blues Band“** Garant für feinsten Blues mit viel Gefühl.

Auch an der Seebar (beim Konzertsegel) heizt **„The Blue MonX“** mit Rhythm'n Blues, einem Schuss Funk und einer Prise Rock ordentlich ein. ■

Jazz Open Radolfzell

Musikalische Sonntagmorgen an der alten Mettnau-Konzertmuschel

Wie ideal die Atmosphäre an der alten Konzertmuschel auf der Mettnau für besondere, mitreißende Konzerte ist, hat sich längst rumgesprochen – auch die Uhrzeit im Sommer am Sonntagmorgen um 11 Uhr für „Jazz Open“. Hier zwei der Termine:

Am **12. August** erwartet Musikfreunde und Spaziergänger mit „**Fusion Affair**“ eine Band mit musikalischer Vielfalt: Swing, Bossa, Blues, Chansons – verschiedene Stile und ganz unterschiedliche Grooves. Die Musiker

beherrschen die Kunst der leisen Töne ebenso wie funkige Jazzriffs. Dazu ist das Ganze eingebettet in ein amüsanter und humorvolles Entertainment.

„**Tango Transit**“ bietet am **26. August** energiegeladene zeitlose Musik. Der Name steht für Ausdruckskraft, Melancholie, Dynamik und Bewegung. Die drei Musiker legen von Klassik über Blues bis zu Funk eine musikalische Spur unterschiedlicher Stile voll ansteckender Spielfreude.



Tango Transit

Weitere Informationen: Zeller Kultur, Tel. 07732/8233941, www.zellerkultur.de. ■

900 Jahre Haus Baden – 200 Jahre am Bodensee

Badische Geschichte erleben bei Ausstellung im Schloss Salem

Das Haus Baden feiert in diesem Jahr sein 900-jähriges Jubiläum – 200 Jahre davon verbrachte ein Teil der Adelsfamilie in der Bodenseeregion. Eine Ausstellung im Schloss Salem befasst sich vom **19. Mai bis 7. Oktober** mit Geschichte und Wirkung der Badener auf die Region. Das ehemalige Kloster Salem, das die Familie im Zuge der Säkularisation erhielt, wandelte sich im Laufe der Zeit in ein landwirtschaftliches Mustergut, ist bekannt für die gepflegte Schlossanlage, das gotische Münster und die berühmte Schule Schloss Salem. Die Ausstellung gibt einen Überblick über das Wirken des Hauses Baden in der Region, die sich in wirtschaftlicher und künstlerischer, aber auch bildungspolitischer Hinsicht nachhaltig verändert und weiter entwickelt hat.



Öffnungszeiten: täglich 10.30 bis 18 Uhr. Sonderführungen mit Rundgang durch die Ausstellung jeden Sonntag um 14 Uhr. Weitere Informationen über die Schlossverwaltung Salem, Tel. +49(0)7553/916 53-36, schloss@salem.de, www.salem.de. ■

„The Black Rider“ mit Seekulisse

Sommererlebnis im Seeburgpark in Kreuzlingen



„Wie gemacht für den Seeburgpark in Konstanz schweizerischer Nachbarstadt Kreuzlingen“, findet Leopold Huber, Gründer des Seeburgtheaters, das Musical „The Black Rider“. Eine packende Geschichte aus dem bürgerlichen Heldenleben, verfremdet inszeniert mit viel wucherndem Unbewusstem – und dazu noch die Musik von Tom Waits: das ist Erfolgs-Stoff für die Kreuzlinger Theatermacher. Seit der Uraufführung

1990 im Thalia-Theater Hamburg hat das Musical der kongenialen Pop-Legenden Tom Waits, William s. Burroughs und Robert Wilson Kultstatus erlangt. Das von Huber bearbeitete Stück wird mit Live-Musik und spektakulärem Bühnenbild bis 18. August jeweils um 20.30 Uhr im Seeburgpark Kreuzlingen an folgenden Tagen aufgeführt: **Do 2.8., Fr 3.8., Sa 4.8. (So 5.8. Ausweichtermin), Di 7.8., Mi 8.8., Do 9.8., Di 14.8., Mi 15.8., Do 16.8., Fr. 17.8., Sa 18.8. (So 19.8. Ausweichtermin)**. Die Zuschauertribüne ist gedeckt. Gespielt wird bei jeder Witterung, außer bei Dauerregen oder Sturm. Einlass und Bewirtung ab 18 Uhr.

Kartenreservierung: info@see-burgtheater.ch oder Tel. 0041(0)71/670 14 00

Informationen: www.se-burgtheater.ch ■

Fit für den Sommer –

Radolfzeller Stadtgarten

Der Stadtgarten in Radolfzell wird zu Recht als schönster Wartesaal Deutschlands bezeichnet. Um diesem geflügelten Wort gerecht zu werden, kümmern sich viele fleißige Hände um Blumen, Ruhezone und gestalterische Elemente. Viele Gäste und Einheimische genießen das schöne Flair dieser „Grünen Lunge“ der Stadt für einen Bummel, eine Stippvisite oder eine wohlthuende Pause.

Der ehemalige Stadtgraben entstand im 12. bis 13. Jahrhundert und wurde Ende des 15. Jahrhunderts aus wehrtechnischen Gründen vom Mühl- und Sibach durchflossen. Ende des 18. Jahrhunderts wurde er aufgeschüttet und als Zier- und Gemüsegarten angelegt. Generaldirektor Wolf von Allweiler schenkte ihn anlässlich seines 50. Arbeitsjubiläums 1922 der Stadt. Nach mehreren Planungs- und Gestaltungszeiten wurde der Stadtgarten am Hausherrnfest 1924 offiziell an die Bevölkerung übergeben. ■



Mittwoch, 1. August

19:00 Uhr Impulsvortrag „Die Grundintension - individuelle Energiequelle des Menschen“ mit Hr. Runzer, WMK, Raum Mainau

19:00 Uhr Bridgeabend WMK, Raum Höri

Donnerstag, 2. August

13:00 Uhr Seelsorge-Sprechstunde WMK, Musikzimmer

16:30-17:30 Uhr Achtsamkeit in Theorie und Praxis mit Frau Tausendfreund, KPK, Halle, s. Aushang

19:00 Uhr Kunsttherapie WMK* s. Aushang

19:00 Uhr Spieleabend mit Fr. Herfort, WMK, Cafeteria

19:00 Uhr Weinseminar Scheffelschlösschen, Kaminzimmer

Freitag, 3. August

13:15 Uhr Informationsgespräch mit der Küchenleitung in der Klinik Seehalde

16:30 Uhr Führung durch die Bildergalerie KSH mit Frau Jutta Mengele-Lorch

18:45 Uhr Kur und Kultur**

Samstag, 4. August

16:00 Uhr Konzert der Sommerakademie, Grünfläche beim Scheffelschlösschen, bei Schlechtwetter WMK, Raum Mainau

Sonntag, 5. August

13:30 Uhr Kur und Kultur**

20:00 Uhr Kinofilm WMK, Raum Mainau

Montag, 6. August

16:00 Uhr Münsterführung mit Fr. Welte

19:30 Uhr Erzählungen mit Frau Reddmann WMK, Musikzimmer

Dienstag, 7. August

19:00 Uhr Kunsttherapie WMK* s. Aushang

19:30 Uhr Singabend WMK, Raum Höri

Mittwoch, 8. August

19:00 Uhr Bridgeabend WMK, Raum Höri

19:15 Uhr Beweglich, locker und entspannt mit Feldenkrais Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

Donnerstag, 9. August

13:00 Uhr Seelsorge-Sprechstunde WMK, Musikzimmer

16:30-17:30 Uhr Achtsamkeit in Theorie und Praxis mit Frau Tausendfreund, KPK, Halle, s. Aushang

19:00 Uhr Kunsttherapie WMK* s. Aushang

19:00 Uhr Spieleabend mit Fr. Herfort, WMK, Cafeteria

19:00 Uhr Weinseminar Scheffelschlösschen, Kaminzimmer

Freitag, 10. August

13:15 Uhr Informationsgespräch mit der Küchenleitung in der Klinik Seehalde und für die HAK im Scheffelschlösschen, Kaminzimmer

18:45 Uhr Kur und Kultur**

19:15 Uhr Leichter zur Ruhe kommen. Wirksame Wege zu Stressabbau, Entlastung und Entspannung (u.a. auch für Menschen mit Bluthochdruck) Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

Samstag, 11. August

15:00-18:00 Uhr Tiefer und gesünder schlafen mit Sounder Sleep. Schlaftraining, Bewältigungsstrategien bei Jetlag, Powernapping Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

Sonntag, 12. August

10:30 Uhr Beweglich, locker und entspannt mit Feldenkrais Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

13:30 Uhr Kur und Kultur**

20:00 Uhr Kinofilm WMK, Raum Mainau

Montag, 13. August

19:30 Uhr Konzert „Duo Harfnette“ WMK, Raum Mainau

Dienstag, 14. August

19:00 Uhr Kunsttherapie WMK* s. Aushang

19:30 Uhr Singabend WMK, Raum Höri

Mittwoch, 15. August

19:00 Uhr Encaustic – Kreatives Experimentieren und Malen mit farbigen Bienenwachsmalstiften WMK*, Kunsttherapieraum

19:00 Uhr Bridgeabend WMK, Raum Höri

19:15 Uhr Beweglich, locker und entspannt mit Feldenkrais Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

Donnerstag, 16. August

13:00 Uhr Seelsorge-Sprechstunde WMK, Musikzimmer

16:30-17:30 Uhr Achtsamkeit in Theorie und Praxis mit Frau Tausendfreund, KPK, Halle, s. Aushang

19:00 Uhr Kunsttherapie WMK* s. Aushang

19:00 Uhr Spieleabend mit Fr. Herfort, WMK, Cafeteria

19:00 Uhr Weinseminar Scheffelschlösschen, Kaminzimmer

Freitag, 17. August

13:15 Uhr Informationsgespräch mit der Küchenleitung in der Klinik Seehalde und für die HAK im Scheffelschlösschen, Kaminzimmer

18:45 Uhr Kur und Kultur**

19:15 Uhr Leichter zur Ruhe kommen. Wirksame Wege zu Stressabbau, Entlastung und Entspannung (u.a. auch für Menschen mit Bluthochdruck) Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

Samstag, 18. August

15:00-18:00 Uhr Tiefer und gesünder schlafen mit Sounder Sleep. Schlaftraining, Bewältigungsstrategien bei Jetlag, Powernapping Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

Sonntag, 19. August

10:30 Uhr Beweglich, locker und entspannt mit Feldenkrais Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

13:30 Uhr Kur und Kultur**

20:00 Uhr Kinofilm WMK, Raum Mainau

Montag, 20. August

16:00 Uhr Vortrag „Faszination Berge“ mit Herrn Schuler WMK, Raum Mainau

Dienstag, 21. August

19:00 Uhr Kunsttherapie WMK* s. Aushang

19:30 Uhr Singabend WMK, Raum Höri

Mittwoch, 22. August

19:00 Uhr Encaustic – Kreatives Experimentieren und Malen mit farbigen Bienenwachsmalstiften WMK*, Kunsttherapieraum

19:00 Uhr Bridgeabend WMK, Raum Höri

19:15 Uhr Beweglich, locker und entspannt mit Feldenkrais Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

Donnerstag, 23. August

13:00 Uhr Seelsorge-Sprechstunde WMK, Musikzimmer

19:00 Uhr Kunsttherapie WMK* s. Aushang

19:00 Uhr Spieleabend mit Fr. Herfort, WMK, Cafeteria

19:00 Uhr Weinseminar Scheffelschlösschen, Kaminzimmer

Freitag, 24. August

13:15 Uhr Informationsgespräch mit der Küchenleitung in der Klinik Seehalde und für die HAK im Scheffelschlösschen, Kaminzimmer

18:45 Uhr Kur und Kultur**

19:15 Uhr Leichter zur Ruhe kommen. Wirksame Wege zu Stressabbau, Entlastung und Entspannung (u.a. auch für Menschen mit Bluthochdruck) Frau Dr. Breuer, WMK*, Halle

Sonntag, 26. August

13:30 Uhr Kur und Kultur**

20:30 Uhr Kinofilm WMK, Raum Mainau

Montag, 27. August

19:30 Uhr Erzählungen mit Frau Reddmann WMK, Musikzimmer

Dienstag, 28. August

19:00 Uhr Kunsttherapie WMK* s. Aushang

19:30 Uhr Singabend WMK, Raum Höri

Mittwoch, 29. August

19:00 Uhr Encaustic – Kreatives Experimentieren und Malen mit farbigen Bienenwachsmalstiften WMK*, Kunsttherapieraum

19:00 Uhr Bridgeabend WMK, Raum Höri

Donnerstag, 30. August

13:00 Uhr Seelsorge-Sprechstunde WMK, Musikzimmer

16:30-17:30 Uhr Achtsamkeit in Theorie und Praxis mit Frau Tausendfreund, KPK, Halle, s. Aushang

19:00 Uhr Kunsttherapie WMK* s. Aushang

19:00 Uhr Spieleabend mit Fr. Herfort, WMK, Cafeteria

19:00 Uhr Weinseminar Scheffelschlösschen, Kaminzimmer

Freitag, 31. August

13:15 Uhr Informationsgespräch mit der Küchenleitung in der Klinik Seehalde und für die HAK im Scheffelschlösschen, Kaminzimmer

18:45 Uhr Kur und Kultur**

19:00-23:00 Uhr Tanzabend im Strandcafé

KRAFTZENTRUM BECKENBODEN: METTNAU-KURSE FÜR FRAUEN UND MÄNNER

Der Beckenboden gehört zu den Körperregionen, die uns im Alltag kaum bewusst werden, obwohl er als funktionelle Muskelgruppe von großer Bedeutung ist. Wie jede andere Muskulatur verliert er an Kraft, wenn er nicht regelmäßig trainiert wird. Der Gang zur Toilette wird häufiger – auch nachts. Laufen und Hüpfen beim Sport wird möglichst vermieden – manchmal sogar herzhaftes Lachen. Denn dabei kommt es, wie beim Niesen oder Husten, spontan und unkontrollierbar zu etwas Abgang von Urin. Auch Übergewicht, schlechte Haltung oder Operationen können ihn schwächen. Folgebeschwerden können u.a. bei Frauen eine Senkung der Blase oder Gebärmutter und bei Männern Erektionsstörungen sein.

In getrennten Kleingruppen geht die METTNAU-Sporttherapeutin Birgit Mütz die Beckenbodenschwäche gezielt an (Anmeldung und Termine siehe Seite 28).

Die Termine für die nächsten Kurse werden auch in den Klinikaushängen rechtzeitig angekündigt.

* Anmeldung an der Rezeption der WMK

** Voranmeldung und Bezahlung an den Rezeptionen der jeweiligen Kliniken, nähere Informationen entnehmen Sie bitte den Aushängen.

Abkürzungen: KSH = Klinik Seehalde; HAK = Hermann-Albrecht-Klinik; WMK = Werner-Messmer-Klinik; KPK = Kurpark-Klinik

Psychologische Beratung

Sprechstunde:

Mo-Fr (außer Di) ohne Voranmeldung jeweils 11:30-12 Uhr
Hier besteht die Möglichkeit zu einem unverbindlichen Vorgespräch und Einholen von Informationen auch bezüglich einer Beratung am Heimatort sowie zur Abklärung/Kennenlernen bei dem Wunsch nach Einzelgespräch/en.

Einzelgespräch:

Dr. Joachim Modes · Psychotherapeut · Tel. 343 · WMK 3. Etage, Zimmer 343
Dr. Dorothea Hensel-Dittmann · Psychotherapeutin · Tel. 443 · WMK 4. Etage, Zimmer 443 (Mo, Mi, Fr 11:30-12 Uhr)
Dipl. Psych. Aleksandra Schefczyk · Psychotherapeutin · Tel. 445 · WMK 4. Etage, Zimmer 445 (Di, Mi, Fr von 8-12 Uhr)
Termin nach Vorgespräch (auch tel. Terminvereinbarung gemäß obigen Zeiten) bzw. – auch ohne Vorgespräch – an der Disposition. Eine Zuweisung seitens des behandelnden Arztes ist nicht notwendig.

Nichtraucher-Training

Jeden Donnerstag 14 Uhr · WMK Raum Reichenau
Während des Kuraufenthaltes Nichtraucher werden. In einer Gruppe von Gleichbetroffenen lernen Sie in einem Selbstkontrollprogramm besser, dem Problem zu begegnen. Bei Fragen und/oder akuten Schwierigkeiten stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Stress-Seminar I (Theorie) / II (Praxis)

Jeden Mittwoch 10 Uhr · WMK Raum Mainau

Entspannungs-Training

Mo-Do jeweils 13:25 Uhr · Gymnastikhalle WMK
Bitte kommen Sie fünf Minuten vor Beginn. Kein Eintritt mehr nach Trainingsbeginn.
Einführung zum Tiefenmuskulären Entspannungstraining
Fr 13:15 Uhr · WMK Raum Mainau

Ernährungsberatung

Einzelgespräch:

Beratungen in Form von Einzelgesprächen sind nach ärztlicher Verordnung möglich. Bitte nehmen Sie mit dem/der behandelnden Arzt/Ärztin Kontakt auf, damit eine entsprechende Einzelberatung verordnet werden kann. Terminvereinbarung über die zentrale Therapie-disposition. Gäste der Klinik Seehalde vereinbaren einen Termin bitte über das Arztsekretariat.

Gruppenschulung:

Seminare für Selbstzahler sowie für gesetzlich versicherte Patienten. In den Seminaren werden Sie über wichtige Grundlagen einer gesunden Ernährung informiert und erhalten wertvolle Tipps zur Umsetzung in Ihrem Alltag. Weiter werden Gruppenschulungen zu den Themen Diabetes, erhöhte Blutfettwerte, Adipositas und für fliegendes Personal angeboten. Auch die Teilnahme an der Lehrküche oder am Einkaufstraining ist möglich. Bei Interesse nehmen Sie mit dem/der behandelnden Arzt/Ärztin Kontakt auf.
Die Ernährungsberatung findet ausschließlich in der WMK statt. Räumlichkeiten und Termine entnehmen Sie bitte Ihrem wöchentlichen Therapieplan.

Kochen ohne Reue zu den Themen

„Es muß nicht immer Fleisch sein“ und „Fit mit vollem Korn“
(Termine siehe Aushang in der Werner-Messmer-Klinik).

Beckenbodengymnastik

Kraftzentrum Beckenboden

METTNAU-Kurse für Frauen und Männer.

Obwohl wir uns dessen kaum bewusst sind, ist die funktionelle Muskelgruppe des Beckenbodens von großer Bedeutung. Wie jede andere Muskulatur verliert sie an Kraft, wenn sie nicht regelmäßig trainiert wird. Der Gang zur Toilette wird häufiger – auch nachts. Laufen und Hüpfen beim Sport wird möglichst vermieden – manchmal sogar herzhaftes Lachen. Denn dabei kommt es, wie beim Niesen oder Husten, spontan und unkontrollierbar zu etwas Abgang von Urin. Auch Übergewicht, schlechte Haltung oder Operationen können den Be-

ckenboden schwächen. Folgebeschwerden bei Frauen sind u.a. eine Senkung der Blase oder Gebärmutter und bei Männern Erektionsstörungen. In getrennten Kleingruppen geht die METTNAU-Sporttherapeutin Birgit Mütz die Beckenbodenschwäche gezielt an (Anmeldung über alle Therapie-Dispositionen, Tel. 07732/151-628).

Die nächsten Beckenboden-Kurse:

30.07. 15:00 Uhr Theorie
01.08. 19:30 Uhr Frauen Praxis / 20:30 Uhr Männer Praxis
06.08. 14:45 Uhr Frauen Praxis / 16:00 Uhr Männer Praxis
13.08. 15:00 Theorie
15.08. 19:30 Uhr Frauen Praxis / 20:30 Uhr Männer Praxis
20.08. 14:45 Uhr Frauen Praxis / 16:00 Uhr Männer Praxis
27.08. 15:00 Theorie
29.08. 19:30 Uhr Frauen Praxis / 20:30 Uhr Männer Praxis
03.09. 14:45 Uhr Frauen Praxis / 16:00 Uhr Männer Praxis

Saunen und Schwimmbäder

Öffnungszeiten für Hausgäste der METTNAU

Saunen

Vor einem Saunagang ist eine Rücksprache mit Ihrem behandelnden Arzt/Ärztin unbedingt erforderlich (Eintrag in der Verordnungskarte). Aus Sicherheitsgründen bitten wir Sie, die Sauna mit mind. 2 weiteren Personen zu nutzen. Im Notfall bitte Schwesternrufanlage betätigen. Unseren Gästen stehen zwei Saunen zur Verfügung (Verordnungskarte bitte an der Rezeption vorlegen).

Kurpark-Klinik

Mo-Mi 14:00-21:30 Uhr Gemischt/Sauna
Do 14:00-21:30 Uhr Herren/Sanarium
Fr 14:00-21:30 Uhr Damen/Sanarium
Sa 14:00-21:30 Uhr Gem./Sanarium
So 14:00-21:30 Uhr Gemischt/Sauna

Kurmittelhaus

Mi-Mo gemischte Sauna, Di Damen-Sauna
Mo-Fr 14:00-21:30 Uhr
Sa-So 16:00-21:30 Uhr
Sommer (Mai-Sept.)
Mo-Fr 14:00-21:30 Uhr
Sa-So 18:00-21:30 Uhr

Kraftraum Kurpark-Klinik

Mo-Fr 09:00-12:00 Uhr/14:00-17:00 Uhr
19:00-21:00 Uhr
Sa-So 14:00-17:00 Uhr/19:00-21:00 Uhr

Schwimmbäder

Unseren Gästen stehen die Schwimmbäder im Kurmittelhaus und in der Werner-Messmer-Klinik zur Verfügung. Neben der Wassergymnastik ist „freies Schwimmen“ wie folgt möglich:

Kurmittelhaus

Bewegungsbad B

Winter (Oktober-April)	
Täglich außer Do	16:00-21:30 Uhr
Donnerstag	19:00-21:30 Uhr
Sommer (Mai-September)	
Täglich außer Do	18:00-21:30 Uhr
Donnerstag	19:00-21:30 Uhr

Bewegungsbad A

Freitag (nur im Winter von Oktober-April)
Warmbadetag 16:00-21:30 Uhr
Im Kurmittelhaus haben Sie auch die Möglichkeit, Solarien zu benutzen.

Werner-Messmer-Klinik

(ohne Badeaufsicht)
Die Schwimmbadbenutzung ist aus Sicherheitsgründen erst ab 3 Personen möglich!
Mo-Fr 07:30-08:30 Uhr/14:30-16:00 Uhr
Zusätzliche Zeiten:
Mo-Di 17:00-21:00 Uhr
Mi 19:00-21:00 Uhr
Do 14:30-17:30 Uhr/18:15-21:00 Uhr
Fr 17:00-18:30 Uhr/19:45-21:00 Uhr
Sa-So 07:30-12:00 Uhr/14:30-21:00 Uhr

Öffnungszeiten für die Öffentlichkeit

Sauna Kurmittelhaus

Mi-Mo gemischte Sauna, Di Damen-Sauna	
Winter (Okt.-April)	16:00-21:30 Uhr
Sommer (Mai-Sept.)	18:00-21:30 Uhr

Schwimmbad Kurmittelhaus

Bewegungsbad B

Winter (Oktober-April)	
Täglich außer Do	16:00-21:30 Uhr
Donnerstag	19:00-21:30 Uhr
Sommer (Mai-September)	
Täglich außer Do	18:00-21:30 Uhr
Donnerstag	19:00-21:30 Uhr

Bewegungsbad A

Mittwoch	
Kinderschwimmen	14:00-17:00 Uhr
Freitag (auf Rezept)	
Wassergymnastik	15:00-15:30 Uhr
Freitag	
(nur im Winter von Oktober-April)	
Warmbadetag	16:00-21:30 Uhr

Im Kurmittelhaus haben Sie auch die Möglichkeit, Solarien zu benutzen.

Das Kurmittelhaus ist vom 28.7.-6.9.2012 für die Öffentlichkeit geschlossen. Wir danken für Ihr Verständnis.

Dies & das für den Gast

Gottesdienste

Katholische Kirche Münster ULF

Marktplatz · Sonntag 9:15 Uhr und 11:15 Uhr

Evangelische Kirche

Bühlstraße 5a · Hauptgottesdienst Sonntag 10 Uhr

Evangelisch-Methodistische Kirche

Robert-Gerwig-Straße 5 · Sonntag 10 Uhr

Freie Evangelische Kirchengemeinde

Herrenlandstraße 58 · Sonntag 10 Uhr

Ökumenische Seelsorge

Sprechstunde mit Frau Welte jeden Donnerstag um 13 Uhr.

Vorträge und Gesprächsrunden mit Frau Welte im Musikzimmer der WMK (siehe Aushang).

Weinprobe

Für Laien ist es oft schwierig, nachzuvollziehen, was einen Experten veranlasst, einen Wein als angenehm im Abgang zu bezeichnen oder gar einen Hauch von Pfirsichgeschmack erkennen zu wollen. Weinexperte Wolfgang Schuler vermittelt im Rahmen einer Weinverkostung auf unterhaltsame Weise, Duft- und Geschmacksnoten zu erkennen, so dass Weine bestimmt und zugeordnet werden können. Die Degustation findet jeweils donnerstags um 19 Uhr (siehe Aushang) im Kaminzimmer im Scheffelschlösschen statt und wendet sich sowohl an Weinliebhaber als auch Einsteiger.

Singabend mit Adam Kuhn

Singen Sie sich gesund und glücklich! Schon 15 Minuten Singen versetzen Herz und Kreislauf in frohlockende Stimmung und versorgen den Körper besser mit Sauerstoff. Nach einer halben Stunde Singen wird das Gehirn mit Glücksstoffen überflutet. Auch die Abwehrkräfte profitieren, denn nach wenigen Minuten steigt bereits der Immunglobulin-A-Wert an, der vor Erkältungen schützt. Wer am Singen teilnehmen möchte, auch ohne Vorkenntnisse, ist jeden Dienstag um 19:30 Uhr in den Raum Höri in die Werner-Messmer-Klinik herzlichst eingeladen, Liederbücher werden gestellt.

Bridge

Bridge, die Königin unter den Kartenspielen, begeistert weltweit Millionen junge und ältere Menschen. Es könnte auch Sie interessieren, sich mit jeder Kartenausteilung immer neuen Aufgaben zu stellen und sich mit einem Partner oder Partnerin zu verständigen. Wir sind jeden Mittwoch ab 19 Uhr in der Werner-Messmer-Klinik im Raum Höri zu finden. Wenn Sie schon Bridge spielen, sind Sie als Gast bei uns herzlich willkommen. Eine Partnerin oder ein Partner findet sich sicher. *Anmeldung bei:* Bridge Spielkreis Radolfzell Luise Mühl · Tel. 0 77 32 / 63 06

Gesundes Liegen

Erholsamer Schlaf regeneriert Körper, Geist und Seele. Matratzen, Kissen und Lagerungshilfen müssen individuell angepasst sein. Erfahren Sie mehr zum Thema „Gesundes Liegen“ im Hegau-Bodensee-Klinikum Radolfzell, Schlaflabor/4. Etage, Raum 465 jeweils Dienstag 14-15:30 Uhr und Donnerstag 15-16:30 Uhr, Tel. 0 75 31 / 69 44 70 .

Rotary-Club

Im RC Radolfzell-Hegau sind die rotarischen Kurgäste herzlich willkommen. Die Meetings finden im Hotel Haus Gottfried in Moos wie folgt statt: Erster, dritter bis fünfter Dienstag im Monat um 12:30 Uhr, zweiter Dienstag im Monat um 19:30 Uhr (Abendmeeting mit Damen). Weiterhin wird von April bis Oktober ein Präsenztisch auf der Mettnau angeboten: Erster und dritter Donnerstag im Monat um 19 Uhr im Hotel Garni ART VILLA am See, Rebsteig 2/2.

Weitere Informationen: Sekretariat von Chefarzt Dr. Drews · Hermann-Albrecht-Klinik · Tel. intern 859 · extern 0 77 32 / 151-859

Lions Club Radolfzell-Singen

Treffen jeden 3. Montag im Monat · 19:30 Uhr · Hotel Flohr's in Singen-Überlingen. *Kontakt:* Helmut Assfalg · Tel. 0 77 31 / 628 38

Zonta International

Meeting jeden 3. Dienstag/Monat

Informationen: Frau Stuckert · Tel. 547 24

Tennis

Die METTNAU verfügt über zwei Sand-Tennisplätze auf dem Therapiengelände. Buchung Rezeption Hermann-Albrecht-Klinik.

Weitere Tennisplätze:

Tennisclub Radolfzell-Mettgau · Tel. 0 77 32 / 106 32

Tennishalle im Sportpark Mettnau · Tel. 0 77 32 / 131 32

Boccia (Boule)

Auf dem Therapiengelände befinden sich zwei Boccia-Bahnen. Kugeln sind an der Rezeption der Hermann-Albrecht-Klinik erhältlich.

Tischtennis

In den Gymnastikhallen des Kurmittelhauses, der Kurpark- und der Werner-Messmer-Klinik kann am Abend und am Wochenende Tischtennis gespielt werden. Schlüssel zur Halle und Schläger sind an der jeweiligen Rezeption erhältlich.

Golf

Golfanlage Schloß Wiechs · Brunnenstraße 4B · 78256 Steißlingen

Tel. 0 77 38 / 71 96 · www.golfclub-steisslingen.de



MIETWAGEN FÜR SIE

Sondertarife für Urlaubsgäste z.B. Renault Twingo

Tagespauschale
inkl. 100 km € 49,-
Wochenendpauschale
inkl. 1000 km € 99,-

Erfahren Sie die schöne Umgebung mit einem Mietwagen von uns.

Autovermietung
BLENDER

Bitte rufen Sie an und reservieren Sie Ihren Wunschtermin unter **077 32-98 2773**.

AUTOHAUS BLENDER GMBH Robert-Gerwig-Straße 6 · 78315 Radolfzell



FASZINATION LUFTFAHRT



Dornier Museum Friedrichshafen am Flughafen
Tel. + 49 (0)7541 487 36-00

Öffnungszeiten:
Mai-Oktober: Mo. bis So. 10.00 – 18.00 Uhr
November-April: Di. bis So. 10.00 – 17.00 Uhr
Geschlossen am 24./25. und 31.12.

www.dorniermuseum.de

THEATER Die Farbe SINGEN

Theaterferien
bis September

16. September 2012
Sonntags-Matinée

Theater-Fest
zur Spielzeiteröffnung
2012/13

THEATER-CAFÉ
BIERGARTEN

30. Juli – 5. September
Betriebsferien

Karten & Information:

(07731) 64646 + 62663
Schlachthausstraße 24
www.diefarbe.de

BUCHTIPP

Jane Urquhart: **DER
SCHMETTERLINGSBAUM**

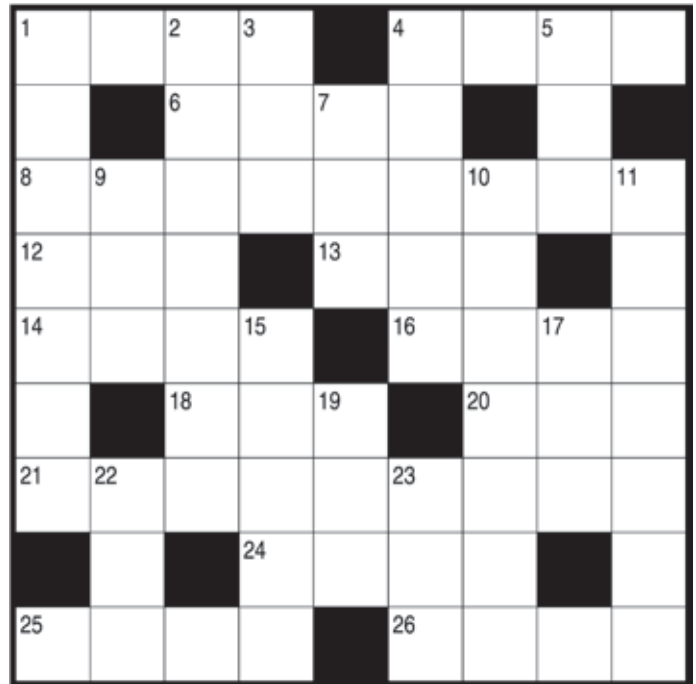
Jeden Sommer ihrer Kindheit hat Liz auf den Obstplantagen ihres Onkels am Eriensee verbracht. Jeden Sommer hat sie darauf gewartet, dass ihr Lieblingsbaum sich orange färben würde, lodernnd von unzähligen Schmetterlingen, die sich auf ihrer Wanderung dort niederließen. Jetzt ist Liz vierzig und zurückgekehrt, um als Entomologin den Monarchenfalter zu erforschen. Doch während sie auf dem verlassenen Gut umherstreift, steigen die Erinnerungen auf: Was ist geschehen in jenem Sommer, in dem so vieles zerbrach? Wohin ist ihr Onkel verschwunden, und wäre sie glücklich geworden mit Theo, ihrer ersten großen Liebe, dem mexikanischen Jungen, mit dem sie so viel mehr verband, als sie ahnen konnte?



Bloomsbury
Roman, 420
Seiten, gebunden
ISBN-13: 9783
827010636
EUR 22,90

WORTSPIEL

Auflösung im nächsten Heft



Waagrecht: 1 In einem schlecht funktionierenden Laden findet der Volksmund wohl keinen von den Frischgepressten 4 Hoher englischer Staatsdiener, auch als Hoseumbandordenträger 6 Es lebt lange schon in Peru – und in Tibet hören ihm Gläubige zu 8 Geröstetes Rind schmeckt dem Deutschen auf Englisch kalt am besten 12 Fast Antilope oder Kuh – dies Steppentier kennst du im Nu 13 Halbierter grau-trüber Wintermonat, rückblickend betrachtet 14 Auch ein Engländer schafft manches erst in letzter Minute 16 In vorausgesetzt erklärt ungefähr eine komplizierte Situation 18 Schleich, Kreuz, Hohl, Ab, Irr und anderes 21 Illegale Fußballgeschäfte (ugs.)? 24 In korrupten Regierungen anzutreffende verantwortungslose Raffsucht 25 Hierhin fuhr er mit seiner Lisa – und zwar zwecks Studien von Schieflagen 26 Mit solch einem „heißen“ und vollem Rohr kommt mancher Raser sich machohaft vor!

Senkrecht: 1 Unbekümmertes Schicksal mit Sorgenfalten 2 Anheimelnd Weiches, das manchem Flausen in die Ohren setzt 3 Hier wird ein verdrehtes Satellitenprogramm an den Obussen geführt 4 Ostseebad, das für Körper und Seele buchstäblich ein Labsal darstellt 5 Kommando des Skippers an seine Wendehälse!

7 Englischer TV-Sender mit tollen Video-Clips 9 Südamerikanische Rothaut, die im Land des Feuers zu Hause war 10 Mit diesem Plan war dem Entenzüchter der große Wurf gelungen! 11 Die einen müssen sie zeigen – und die anderen flattern stolz im Wind 15 Sängerin Alexandras (†1969) unvergessenes Lied über diese sibirische Steppe 17 „DE“ angehängt ließ für diesen Fall Großartiges in Deutschland geschehen! 19 Türkischer Titel, der alles andere als ein politisches Beiwerk ist 22 Ein Stück China im griechischen Gewande 23 Gefiederter Asiat, könnte Sprachlehrer sein für Große und Kinder

AUFLÖSUNG JULI 2012:



CERAMICA
ULLI BEHOLZ

kirchgasse 16
direkt beim
radolfzeller münster

öffnungszeiten:
dienstag-freitag 15-18 uhr
samstag 10-13 uhr

Erleben Sie Technik und Kunst im
Zeppelin Museum Friedrichshafen

Wichtige Termine 2012

16.12.2011 bis 26.2.2012
HCEHERE WESEN – Roland Fuhrmann

Ab 23.2.2012
EPHEMERALS – FLÜCHTIGE DIALOGE. Aus der Reihe: Off-Space meets Museum

3.2. bis 6.5.2012
WIR SIND ALLE ASTRONAUTEN – Universum Buckminster Fuller im Spiegel zeitgenössischer Kunst

9.3. bis 6.5.2012
1.600.628 KM DURCH DIE LUFT – Luftschiffkapitän Heinrich Bauer

6.5.2012
ZEPPELIN MUSEUM IM WANDEL – DIE NEUE DAUERAUSSTELLUNG ENTSTEHT
Eröffnung Neukonzeption 3. Teil

25.5. bis 9.9.2012
HOCHSEETAUGLICH – Theodor Kober & 100 Jahre Wasserflug am Bodensee

5.10.2012 bis 6.1.2013
ANTON STANKOWSKI – Fotografie



ZEPPELIN MUSEUM FRIEDRICHSHAFEN

TECHNIK UND KUNST

Öffnungszeiten: Mai – Oktober: täglich 9 – 17 Uhr

November – April: Di – So 10 – 17 Uhr

Seestraße 22 · 88045 Friedrichshafen

Info-Telefon: +49 / 75 41 / 3801-0 · www.zeppelin-museum.de

seemaxx.
Factory Outlet Center Radolfzell



Factory Outlet Center
Radolfzell

TOP-MARKEN
zu Outlet-Preisen!

Mehrwertsteuer-
Rückerstattung
für unsere
Schweizer Kunden.

30% bis
70%
Preisvorteil*

TOMMY HILFINGER Reebok
LEVI'S **TRUSSARDI** **CAMEL ACTIVE** **4x4** **power card** **OPTIK** **ELIUM**
WOLFSBERG DOCKERS K+S MARC UNCOVER
MCXX CHEVY felina GERRY WEBER TOM TAYLOR

Mo-Sa, 10-19 Uhr · Schützenstraße 50 · 78315 Radolfzell
Telefon +49 (0) 7732-940 999 30 · www.seemaxx.de

**AKTIONSGEMEINSCHAFT
RADOLFZELL**

**HERZLICH WILLKOMMEN
IN RADOLFZELL**



TERMINE

- 06.07.2012 Sparkassenhock
- 14. - 16.07.2012 Hausherrnfest
- 21. - 23.07.2012 Zeller Filmmächte
- 28.07.2012 Erlebnisamstag
- 29.07.2012 Bodensee Megathlon
- 31.07.2012 Beginn Sommerakademie
- 01.09.2012 Altstadtfest
- 21.09.2012 Vivactiva Bodensee-Firmenlauf
- 02.10.2012 Kulturnacht
- 07.10.2012 Musik uff de Gass
- bis 02.09.2012 Wöchentlicher Abendmarkt auf dem Marktplatz
donnerstags 16:00 bis 20:00 Uhr

Radolfzell **Sparkasse Singen-Radolfzell** www.herzlich-einkaufen.de

Schöne ? ? ?
Erinnerungen ?
gesammelt ? ?

**Dann halten Sie
diese doch fest!**

z.B. als Kalender, Poster oder
gedruckt auf eine Acrylglas-Platte

ZABEL
IHR DRUCKEREI
www.zabeldruck.de
78315 Radolfzell · Telefon 07732 92770

**IHR innovatives
Druckhaus
am Bodensee**

ZEPPELIN
Neue Technologie

Wir erfüllen Träume.



An Bord des Zeppelin NT liegt
Ihnen die Welt zu Füßen. Schweben
Sie mit – dem Alltag davon und
erleben Sie neue Perspektiven

Mit dem kulinarischen Angebot im
Restaurant Zeppelin Hangar FN
und unseren Wertführungen wird
Ihr Besuch in Friedrichshafen zu
einem spannenden Erlebnisstag für
die ganze Familie.

Informationen und Buchung:
Telefon: +49 (0)7541 5900-0
www.zeppelinflug.de

Deutsche Zeppelin-Reederei GmbH · Allmannsweilerstraße 132
88046 Friedrichshafen



- F¹** Fuß- / Fahrradweg in die Stadt
- F²** Seebad
- F³** Minigolfplatz
- F⁴** Café Schmid
- F⁵** Fahrradverleih bei der WMK
- F⁶** Kurpark mit „Urkundenhäuschen“
- F⁷** Strandbad
- F⁸** Restaurant Strandcafé mit „Kunsthäusle“ (zeitweise Ausstellungen)
- F⁹** Tennisplätze / Tennisclub
- F¹⁰** Fahrradverleih/Parkplatz bei der HAK
- F¹¹** Aussichtsplattform

- H¹** Bushaltestelle „Sportplatz“
Treffpunkt für Wanderungen (Gäste der Klinik Seehalde)
- H²** Bushaltestelle „Mettnau Klinik“
Treffpunkt für Wanderungen (Gäste der Werner-Messmer-Klinik und der Kurpark-Klinik)
- H³** Bushaltestelle „Strandbad“, Wendeplatte
Treffpunkt für Wanderungen (Gäste der Hermann-Albrecht-Klinik und der Undine)
- U¹** Hermann-Albrecht-Klinik (HAK)
- U²** Werner-Messmer-Klinik (WMK) mit Haus B
- U³** Klinik Seehalde (KSH) mit Villa und Apartmenthaus
- U⁴** Kurpark-Klinik (KPK)
- U⁵** Haus Undine
- U⁶** Haus Christine

- M¹** Kurmittelhaus (KMH)
Ärztelab HAK, Sport- und Therapieeinrichtungen, Sauna, Bewegungsbad
- M²** Scheffelschloßchen
Kurdirektion
- M³** Verwaltungsgebäude
mit Reservierungsabteilung und Patientenabrechnungsstelle
Reservierungsabteilung Tel. +49 (0) 7732 151-810
Patientenabrechnungsstelle Tel. +49 (0) 7732 151-811
- S** Zentrum für Schlafmedizin der METTNAU

H = Bushaltestelle
U = Unterkunft
M = METTNAU-Gebäude
F = Freizeitanlage