

Li 360 Ma limburg

STATEMENTS SETZEN

Angesagte Looks für die
warme Jahreszeit

BÜHNE, BEGEISTERUNG UND GEMEINSCHAFT

Wie Pinocchio '90 seit 35 Jahren die
Region kulturell prägt

ÜBER DEN WOLKEN

Vom Segelflugplatz
zum Langstrecken-Kapitän



inter living

ZELLER
www.interliving-zeller.de

Ihr Möbel- & Küchenprofi



Es erwartet Sie eine große und aktuelle **Möbel- & Küchenvielfalt** auf 3 Etagen zu unschlagbaren Preisen!

Beratung, Planung, Lieferung & Montage – alles aus einer Hand!

Wir sind ein familiäres Traditionsunternehmen mit über **125 Jahren** Einrichtungs-Erfahrung!

Beste Service

- PERSÖNLICHE FACHBERATUNG
- 3D-COMPUTER-PLANUNG IM DETAIL
- AUFMASS BEI IHNEN ZUHAUSE
- WUNSCHGERECHTE LIEFERUNG
- PERFEKTE MONTAGE



Alle Bilder sind Musterbeispiele. Irrtümer vorbehalten.

Li³⁶⁰Ma^{Limburg}

We³⁶⁰Ma^{Westerwald}

My³⁶⁰Ma^{Mayen}

Mi³⁶⁰Ma^{Mittelrhein}

LIEBE LESERINNEN UND LESER,

mit dem Frühling kommt Bewegung in die Region. Die Tage werden länger, Veranstaltungen und Ausflüge stehen wieder öfter im Kalender und viele Menschen nutzen die wärmere Jahreszeit, um Neues zu entdecken. Genau diese Energie greifen auch die aktuellen 360-Magazine auf – mit einer Themenvielfalt rund um Trends, Genuss und spannenden Portraits. Vereine, Unternehmen, Talente und kreative Köpfe geben Einblicke in ihre Arbeit, erzählen von neuen Projekten oder zeigen, wie Innovation und Leidenschaft zusammenfinden.

Die Ausgaben bringen seit Jahren Lifestyle, Trends und Inspiration in unsere Region – und das über ein weitreichendes Gebiet. Mittlerweile begleiten sie Leserinnen und Leser entlang des Rheins zwischen Bonn, Koblenz und Neuwied sowie in den Regionen an Mosel, Lahn und darüber hinaus: von Cochem über Mayen bis Limburg und in den Westerwald.

Zwischen Rhein-Main und Köln-Bonn liegt weit mehr als nur eine geografische Verbindung zweier großer Metropolräume – hier befindet sich ein starker, kaufkräftiger Wirtschaftsraum mit eigener Identität, hoher Lebensqualität und bemerkenswerter Dynamik. Die Region verbindet unternehmerische Kraft mit kultureller Nähe, wirtschaftliche Relevanz mit gewachsener Verbundenheit und schafft damit ein Umfeld, in dem Menschen, Marken und Märkte gleichermaßen profitieren.

Die 360-Magazine sind wie gewohnt über den Lesezirkel sowie an ausgewählten Premium-Auslegestellen erhältlich und digital auf www.360-magazine.de als Download verfügbar. Folgen Sie uns auch gerne auf unseren Social-Media-Kanälen für weitere Einblicke, Empfehlungen, Gewinnspiele – und noch mehr Lifestyle.

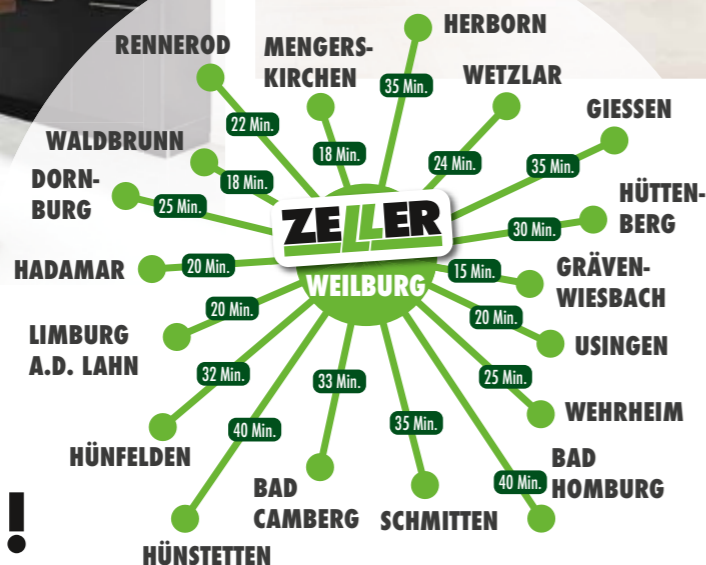
Genießen Sie die kommenden Monate – beim Lesen und darüber hinaus.



René Kuhmann
René Kuhmann
Geschäftsführung

Christian Schütz
Christian Schütz
Magazinleitung

Mehr zum Magazin und zu uns finden Sie auch auf www.360-magazine.de und auf unseren Social-Media-Kanälen.



BESUCHEN SIE UNS IN WEILBURG!

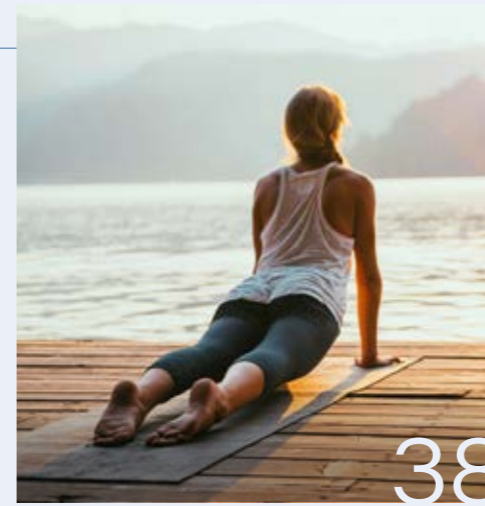
Vermeiden Sie Wartezeiten!
Vereinbaren Sie einen Beratungstermin
0 64 71 / 9 27 80



WEILBURG Interliving ZELLER
Riesige Auswahl in der Möbel- und Küchenwelt
Viehweg 8 / Gewerbepark
Tel. 0 64 71 / 9 27 80
ÖFFNUNGSZEITEN: Di. – Fr. 10 – 19 Uhr · Sa. 10 – 18 Uhr

Firmensitz: Wohnhof Zeller GmbH, Nesselauer Straße 42, 35789 Weilburg

- 6 | BÜHNE, BEGEISTERUNG UND GEMEINSCHAFT
Wie Pinocchio '90 seit 35 Jahren die Region kulturell prägt
- 12 | EIN TAG VOLLER ENTDECKUNGEN
Shoppen, genießen und erleben in der WERKStadt Limburg
- 14 | SOMMER. SONNE. LIFESTYLE.
Natur, Genuss und stilvolles Wohnen miteinander vereinen
- 16 | FINANZTIPP DER DORNBACH GMBH
Drohende Erbschaftsteuerreform
- 18 | „ES GEHT IMMER ZUERST UM DIE MUSIK“
Wie das Independent-Label ZYX Music Musikgeschichte schreibt
- 24 | INNOVATIONEN FÜR DIE ZUKUNFT
Albert Weil AG setzt Patentserie fort
- 28 | CLEVER VORKOCHEN, LECKER GENIESSEN
Mit Geflügel wird Meal-Prep zum Kinderspiel
- 30 | EINE BIOGRAFIE IN BILDERN**
BOMBOLO – zwischen Leinwand, Kochtopf und Meditation
- 36 | VOM DIGESTIF ZUM DESSERTMOMENT
Alte Haselnuss aus dem Cognacfass
- 38 | AUF DER MATTE ZUR ENTSPANNUNG
Welcher Yogastil passt zu mir?
- 41 | HACHENBURGER COLA & COLA ZERO
Der persönlichste Kronkorken Deutschlands
- 42 | ÜBER DEN WOLKEN**
Vom Segelflugplatz zum Langstrecken-Kapitän
- 46 | TIERISCHE ABKÜHLUNG IM SOMMER
Tipps für heiße Tage mit Hund und Katze
- 48 | EIN GEFÜHL TIEFER GELASSENHEIT
„Cloud Dancer“ ist die Pantone Farbe des Jahres 2026
- 50 | „MAN DARF ALSO MUT HABEN“
Windkraftpionier Joachim Fuhrländer bringt Energie in die Welt
- 56 | KOLUMNE
Die Sache mit dem Erwachsensein
- 58 | „EIN SELTERSWASSER BITTE!“
Wie aus einer regionalen Quelle ein globaler Begriff wurde
- 62 | SOMMER, SONNE, SOCIAL ANXIETY?
Soziale Ängste erkennen – und überwinden
- 64 | BEREIT FÜR DEN SOMMER
Die richtige Bademode, um sich wohlführen
- 66 | FIGURBETONTE BADEMODE
So stylt man(n)
„Speedo“-Badehosen
- 68 | INDUSTRIEKULTUR TRIFFT SUPERSPORTWAGEN
Wie ein Rheinländer die Motorworld München in Bewegung hält
- 73 | BUCHTIPP: DIE UMSCHREIBUNG EINES LEBENS
Die wahre Geschichte eines Schriftstellers
- 74 | BEYOND BLONDE
Frisurentrends
Frühjahr/Sommer 2026
- 77 | KERAMIK PAINTING
Kreativität, die man anfassen kann
- 78 | VIELFALT, HALTUNG UND NEUE STATEMENTS**
Alle Trends, Farben und Looks für Frühjahr/Sommer 2026
- 81 | LÄSSIG MIT STIL
So trägt man Jogginghosen 2026



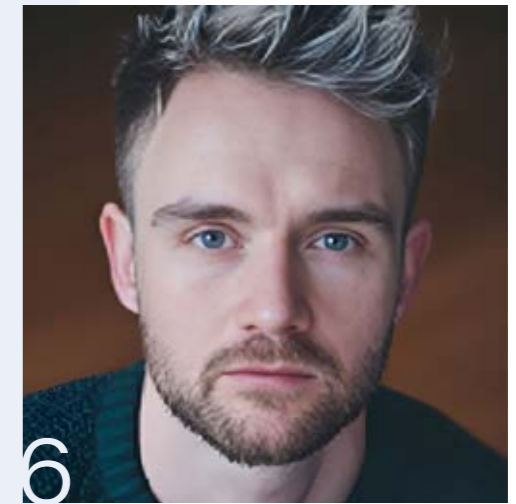
38



46



14



6



78

IMPRESSUM

Wochenblatt-Verlag Limburg GmbH & Co. KG
Joseph-Schneider-Straße 1 | 65549 Limburg

GESCHÄFTSFÜHRUNG
René Kuhmann | Christian Thielen

KONZEPTION & UMSETZUNG
Christian Schütz
Daniel Korzilius (V.i.S.d.P.)

REDAKTION
Jacqueline Schlechtriem

TITELSEITE
stock.adobe.com

GESTALTUNG & DESIGN
sapro GmbH

DRUCK
Sommer & Goßmann
OMNI-SOLUTION GmbH

VERTEILUNG
An ausgewählten Auslagestellen in
Limburg und Umgebung

LiMa 360 Limburg erscheint in 2026
zweimal pro Jahr.

Nächste Ausgabe Herbst/Winter 2026



Bühne, Begeisterung UND GEMEINSCHAFT

WIE PINOCCHIO '90 SEIT 35 JAHREN
MENSCHEN VERBINDET, TALENTE FÖRDERT
UND DIE REGION KULTURELL PRÄGT

Text und Fotos: Dieter Fluck

Er ist ein Aushängeschild für die ganze Region und egal, wo der internationale Theater- und Musicalverein Pinocchio '90 auftritt – seine Vorstellungen sind restlos ausverkauft. Zuletzt im Herbst 2025, als die sozialkritische wie humorvolle Broadway-Show „9 to 5“ in zehn ausverkauften Vorstellungen insgesamt 4.000 Zuschauer in die Stadthalle Hadamar zog. Es waren Abende voller Emotionen und Lebensfreude, die dem Publikum ein einmaliges Gemeinschaftsgefühl vermittelt haben. Diese Spielzeit bildet den vorläufigen Höhepunkt einer 35-jährigen Vereinsgeschichte, die ihren Ursprung in den achtziger Jahren in der Arbeit italienischer Zuwanderer hat.

Anfänge zwischen Integration und Kreativität

Die Gastarbeiterkinder der katholischen Mission Limburgs wollten beschäftigt werden. Sie hatten am Festa della mamma (Muttertag) die Mütter mit kleinen Tanzszenen und einer Mini Playback Show

erfreut. Gepröbt wurde im Centro Italiano, das sich im Schloss hinter dem Dom befand, oder auch im Kolpinghaus.

Dieses lebhaftes Engagement mündete in dem 1990 in Elz gegründeten Verein, der den Namen der Hauptfigur des weit verbreiteten italienischen Kinderbuches „Le avventure di Pinocchio“ trägt. Die 1880 von dem Schriftsteller Carlo Collodi geschaffene Kinderbuchfigur lebt hierzulande – trotz ihres Alters – in jugendlicher Frische weiter. So macht die Theatergruppe Pinocchio '90 als international besetztes Kinder- und Jugendprojekt ihrem Namenspatron alle Ehre.



Das Publikum kommt – und bleibt

Mehr als 10.000 Besucher haben zu Beginn der Erfolgsgeschichte das Musical „Kinder-Cats“ gesehen, das die Theatergruppe Mitte der neunziger Jahre mit 22 Auftritten über die lokale Heimatbühne „Elzer Bürgerhaus“ hinaus weithin bekannt gemacht hat. Ausschnitte wurden sogar im Fernsehen gezeigt.

Große Erfolge feierte das Ensemble auch mit dem Märchen „Cinderella“, dem aufwendigen Musical „Oliver Twist“ und mit den herrlichen Bühnenbildern und Kostümen, die das „Dschungelbuch“ kindgerecht und spannend in Szene setzten. Großartige Produktionen und unzählige Musical-Galas folgten – nicht selten zur Unterstützung sozialer Aufgaben und Initiativen wie der Mukoviszidose-Stiftung, einer Krankenstation in Bukarest oder einer Lebensmitteltafel.

15-mal brachte das Ensemble 2003/2004 den himmlischen Spaß „Sister Act“ auf die Bühne. Kein geringerer als der bekannte österreichische Schauspieler und Theaterproduzent Peter Weck hatte die Schirmherrschaft übernommen und machte dem Pinocchio-Ensemble nach der Premiere in Hadamar ein großes Kompliment: „Ich bin ehrlich sprachlos über die ausgezeichnete Vorstellung und die Leistung. Da könnte sich so mancher, der sich Profi nennt, eine Scheibe abschneiden. Mit innerem Eifer und Überzeugung wird hier zum Erfolg, was andere für Geld nicht zustande bringen.“ Mit seinem Wiener Charme wandte sich der einstige Generalintendant der Vereinigten Bühnen Wien sodann an die von Carmen Schramm so originell gespielte Schwester Deloris und gestand: „Liebe Schwester, ich würde gerne noch mal zu Ihnen ins Kloster kommen.“

Für Furore sorgte auch „Alice im Wunderland“. Mit dem Musical gewann das Ensemble 2008 beim Europäischen Jugend Musical Festival in Herxheim den Deutschen Musicalpreis in gleich zwei Kategorien: Beste Sängerin/Sänger bis 14 Jahre (Monique Leidenbach) und bestes Bühnenbild. Die Erfolgsstory setzte sich in den folgenden Jahren mit den Musicals „AIDA“, „König der Löwen“, „Hairspray“, „Pippi Langstrumpf“ und „Shrek“ lückenlos fort.

Beim hessischen Verbandstag der Kinder- und Jugendtheater in Herborn wurde 2025 dem internationalen Theater- und Musicalverein unter seinem Vorsitzenden Michael Zabel der Kindertheaterpreis verliehen. Die Jury belohnte das junge Ensemble aus der hiesigen Region mit einem Preisgeld von 1.000 Euro sowie einer Urkunde für seine Leistungen in dem Stück „Eule findet den Beat“, das im Bürgerhaus Elz beim Publikum großen Anklang fand.



Ein Kraftakt aus Leidenschaft

Große Produktionen wechseln sich bei Pinocchio mit kindgerechten Vorstellungen ab, um allen die Möglichkeit zu eröffnen, die Bühne als Teil ihres Lebens zu begreifen. Und der Verein hat über die Jahre an Professionalität mächtig zugelegt. Welches Musical-Amateurtheater kann sich schon glücklich schätzen, für das Live-Erlebnis ein eigenes Musikensemble präsentieren zu können. Das jüngste Musical „9 to 5“ wurde von 13 Vollblut-Musikern des Jazzclub Limburg unter der Leitung des bekannten Musikers, Komponisten und Arrangeurs Benjamin Steil bespielt. Der Verein freut sich sehr über gemeinsame Produktionen dieser Art.

Die künstlerische Leiterin und Regisseurin Nicole Jost beginnt ein Jahr vor der Premiere mit den Proben. Mehr als 80 Darsteller und Mitwirkende jeden Alters bewegen sich auf und hinter der Bühne. Chor, Tanz, Choreografie, Schauspiel, Kostüme, Schminken, Bühnenbild, Akustik und Beleuchtung: Alles muss aufeinander abgestimmt werden. Häufig wechselt das Bühnenbild. Das machen die Akteure alles in Eigenregie und üben es in stundenlangen Proben ein, bis alles sitzt.

Gemeinschaft, die trägt

Was der gemeinnützige Verein bei Kindern und Jugendlichen in den Genres Theater und Musik bewirkt, sind wichtige Bausteine für ihr künftiges Leben. Immer wieder ist es schön zu sehen, wie aus dem Kindesalter Herangewachsene den Nachwuchs wiederum anleiten. Mehrere spätere Ehepartner haben sich bei Pinocchio gefunden und auch ihre eigenen Schützlinge mit der Bühne vertraut gemacht.

Selbst Corona schaffte es nicht, die Begeisterung im und um den Verein zum Erliegen zu bringen. Und viele fragen sich noch heute: Worin gründet sich der Erfolg dieses Vereins? Selbst in einer Krisenzeit waren immer Personen da, die es verstanden, jungen Menschen eine positive Lebenseinstellung und Freude am persönlichen Mitwirken in einem einzigartigen Gruppenerlebnis zu vermitteln. Dazu gehören Selbstdisziplin, Durchhaltevermögen, ein soziales Miteinander, Leidenschaft und der feste Glaube an die eigene Fähigkeit, Ziele zu erreichen.

Sprungbrett für Karrieren

Talente, die auf diese Weise aus dem Verein hervorgegangen sind, haben ihre Begabung in Theater- oder Musicalschulen weiterentwickelt. Das bekannteste Beispiel ist Andreas Bongard. Der heute 38-jährige, in Berlin lebende Star spielte bereits während seines Studiums auf bekannten Bühnen in New York und übernahm Hauptrollen in zahlreichen Film- und Theaterproduktionen.

2023 war Bongard bei den Bad Hersfelder Festspielen in der Rolle des Jesus von Nazareth in „Jesus Christ Superstar“ zu sehen und gewann den Zuschauerpreis der Festspiele. Vor zwei Jahren tourte er als Solist mit der Reihe „Disney in Concert“ durch Deutschland und Österreich. Zuletzt war das Talent im Hamburger Operntheater in der Rolle des William Shakespeare im Musical „& Julia“ zu sehen.

Ein Zuhause für die Bühne

Unter dem langjährigen Vorsitzenden und heutigen Ehrenvorsitzenden Peter Kirchberg war es dem Verein nach langer Suche 1996 gelungen, in der Offheimer Hintergasse das „Dreiseitgehöft“ der Peter Sehr Stiftung anzumieten. Das Wohnhaus aus dem 17. Jahrhundert mit Fachwerkscheune und Nebengebäude wurde als Vereinsheim mit Probenraum hergerichtet und ist das Herzstück des Vereins.

Durch die Bereitschaft der Kommunen in Hadamar und Elz ist es der Truppe möglich, mit ihren Aufführungen wahre Festspielhäuser bespielen zu können. Und nicht zu unterschätzen ist die riesige Gesamtleistung, die der Verein ehrenamtlich stemmt. Allein die Produktion von „9 to 5“ war mit Kosten von mehr als 70.000 Euro verbunden. Ohne Sponsoren wie die Nassauische Sparkasse, die seit mehr als drei Jahrzehnten die künstlerische und kulturell wertvolle Arbeit verlässlich fördert, wäre das alles überhaupt nicht denkbar.



Aber trotz aller Herausforderungen ist eines sicher: Ob auf großen Bühnen und ungewöhnlichen Spielorten, in Stadthallen, auf dem Rhein, bei Festivals, Musical-Dinners oder Gartenschauen – von Waldmünchen bis zum Frankfurter Flughafen: Wo Pinocchio '90 auftritt, bleiben beim Publikum unvergessliche Erinnerungen zurück. ■

KONTAKT

www.pinocchio90.de
Instagram: @pinocchio90_official
Facebook: @pinocchio90ev



GÖNN DIR ...



den schönsten Frühling der Welt!

Jetzt VOHL&MEYER erleben: Die Farben – die Vielfalt – die Top-Marken – die Events – die Atmosphäre – die Mode – und schließlich die Menschen und Emotionen, die VOHL&MEYER am Neumarkt ausmachen.

Das macht Mode zu Deinem Erlebnis.

Herzlich willkommen!

VOHL&MEYER

MACHT MODE ZU MEINEM ERLEBNIS



Shoppern, genießen und erleben in der WERKStadt Limburg

Text und Fotos: WERKStadt Limburg

Mitten im Herzen der Domstadt gibt es einen Ort, an dem sich Einkaufen, Freizeit und Genuss ganz entspannt miteinander verbinden lassen: die WERKStadt Limburg. In den historischen Hallen des ehemaligen Bahn-Ausbesserungswerks ist vor einigen Jahren ein lebendiges Einkaufs- und Erlebniszentrum entstanden. Die denkmalgeschützte Industriearchitektur mit Backstein, Stahlträgern und großzügigen Hallen prägt bis heute das besondere Ambiente – und bildet die Kulisse für einen Ort, an dem sich Alltag und Freizeit ganz selbstverständlich begegnen.

Ankommen und entspannt starten

Direkt am Bahnhof gelegen und mit rund 1.100 Parkplätzen ausgestattet, ist die WERKStadt bequem erreichbar. Auch für Besucher der Stadt ist sie ideal gelegen – nur wenige Gehminuten trennen sie von Altstadt, Dom und Lahn. Und weil sich alles unter einem Dach befindet, bleibt der Aufenthalt angenehm unkompliziert: wetterunabhängig und barrierefrei.

Ein perfekter Start in den Tag gelingt mit einem Frühstück oder Kaffee in einem der Cafés oder Bäckereien.

Anschließend lädt das Zentrum zum entspannten Bummeln ein. Mehr als 50 Geschäfte bieten eine große Auswahl – von Mode und Schuhen über Technik, Spielwaren und Geschenkideen bis hin zu Dingen für den täglichen Bedarf. Supermärkte, Drogerie, Apotheke, Optiker oder Friseur machen viele Besorgungen ganz nebenbei möglich.

Zur Mittagszeit ist in der WERKStadt kulinarisch für jeden Geschmack etwas dabei – vom gemütlichen Restaurantbesuch bis zum schnellen Snack im Foodcourt mit internationalen Spezialitäten. Danach bleibt Zeit für einen Kaffee, ein Eis oder einfach eine kleine Pause.

Alltag und Freizeit kombinieren

Wer Lust auf Action hat, kann sich anschließend im Escape Room kniffligen Rätseln stellen. Andere nutzen die Gelegenheit, um im Sportstudio zu trainieren oder sich im Wellnessbereich zu entspannen – für beides sind Tageskarten erhältlich. Außerdem sorgen das ganze Jahr über



INFORMATIONEN, EVENTS & AKTIONEN

www.werkstadt-limburg.de
Facebook: @WERKStadt.in.Limburg
Instagram: @werkstadt_limburg

Ausstellungen, Aktionen und Veranstaltungen für Abwechslung.

Gerade Familien schätzen die entspannte Atmosphäre. Während Erwachsene durch die Geschäfte schlendern, können Kinder in der großen Indoor-Spiel- und Trampolinwelt toben. Und in den Ferien wird es besonders bunt: An jedem Feriensamstag sorgen Aktionen wie Kinderschminken, Zauberer oder Ballonmodellage für Unterhaltung bei den jüngsten Gästen.

Darüber hinaus gehört zur WERKStadt ein modernes Gesundheitszentrum mit verschiedenen Facharztpraxen und medizinischen Angeboten – ein weiterer Baustein des vielseitigen Standorts in der Domstadt.

Vom Frühstück über entspanntes Shopping bis hin zu Freizeit, Genuss und kleinen Erlebnissen zwischendurch: Hier lässt sich ein kompletter Tag verbringen und genau das macht den besonderen Reiz der WERKStadt aus. ■

Sommer. Sonne. Lifestyle.

Text: livingpress | Fotos: stock.adobe.com

Wenn die Tage länger werden und die Temperaturen steigen, verändert sich alles: die Stimmung, der Alltag, das Zuhause. Der Sommer ist die Jahreszeit, die Lebensfreude, Gelassenheit und Kreativität verbindet. „Sommer. Sonne. Lifestyle.“ steht 2026 für einen Trend, der Natur, Genuss und stilvolles Wohnen miteinander vereint – ob auf dem Balkon, im Garten oder im Wohnzimmer. Es geht um leichte Deko, frische Ideen und sommerliche Rezepte, die garantiert gute Laune mitliefern. Ein Lebensgefühl aus Wärme, Farben und kleinen Ritualen, die den Sommer richtig zum Strahlen bringen.

Sommerdeko: Leichtigkeit für das Zuhause

Sommerdekoration bedeutet weniger Fülle, dafür mehr Atmosphäre. Helle Farben, natürliche Materialien und luftige Texturen stehen im Mittelpunkt der Saison:

- Leinen, Baumwolle und Musselin in Weiß, Sand, Mint oder Himmelblau
- Glasvasen mit frischen Wiesenblumen oder Zitronenzweigen
- Keramik in Naturtönen, modern und handgefertigt
- Seegraskörbe und Deko aus Rattan, die Urlaubsflair schaffen
- Lichterketten und Laternen, die laue Sommerabende romantisch erleuchten
- Coastal Living: maritime Elemente wie Muscheln, Treibholz, gestreifte Kissen

Garten: Outdoor zum Wohlfühlort machen

Der Garten wird zum privaten Sommerresort. Dabei geht es in diesem Jahr um Funktion und Schönheit:

- Outdoor-Lounges mit wetterfesten Stoffen
- Pergolen und Sonnensegel, die Schatten schaffen
- Hochbeete für Kräuter und Gemüse
- Bienengärten mit Lavendel, Salbei, Ringelblumen
- Naturteiche und kleine Wasserfälle, die für Kühlung sorgen
- zarte und harmonische Farben: Rosé, Weiß, Lila und Blau
- Zitronenbäume, Oleander oder Olivenbäumchen für mediterranes Flair

Balkon: Kleines Reich, große Wirkung

Auch auf wenigen Quadratmetern lässt sich das perfekte Sommerglück gestalten:

- klappbare Bistrosets in bunten Farben
- Outdoor-Teppiche für Wärme und Struktur
- hängende Kräuterregale: Basilikum, Minze, Zitronenthymian
- kleine Gemüsevarianten wie Zwergtomaten oder Snackpaprika
- Solarlichter, die für Stimmung sorgen
- Klare Balance: wenige große Pflanzen wirken besser als viele kleine

Sommerküche: Rezepte voller Leichtigkeit

Sommer schmeckt frisch, bunt und gesund. 2026 dominieren einfache, schnell gemachte Gerichte, die Kühlung und Energie schenken:

ZITRONEN-PASTA MIT BASILIKUM | Leicht, frisch, aromatisch: Zitronensaft, Knoblauch, Olivenöl, Parmesan und frisches Basilikum – ein Sommergericht, das in 15 Minuten fertig ist.

MEDITERRANE BOWLS | Couscous oder Quinoa mit gegrilltem Gemüse, Feta, Oliven und einem Dressing aus Zitrone und Tahin.

WASSERMELONEN-FETA-SALAT | Ein Klassiker, der nie langweilig wird: Minze, Limette, Olivenöl – fertig.

HAUSGEMACHTE EISTEES | Pfirsichtee, Zitronenmelisse, Hibiskus oder Minztee – ohne Zucker, mit viel Eis und frischen Kräutern.

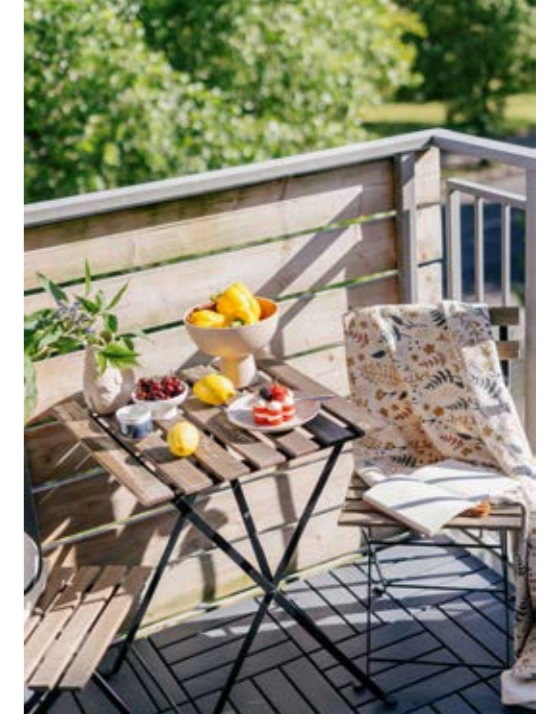
FROZEN-JOGHURT-CUPS | Joghurt, Beeren, ein Hauch Honig – einfrieren, snacken, genießen.

INFUSED WATER | Erfrischender Durstlöscher: Orangen, Beeren, Rosmarin oder Gurke für natürliche Hydratation ins Wasser geben.

Outdoor-Lifestyle: Rituale, die glücklich machen

Die warme Jahreszeit inspiriert zu neuen Gewohnheiten und erzeugt Momente, die Freiheit und Leichtigkeit spüren lassen:

- Frühstück auf dem Balkon
- Abendessen im Garten
- kleine Leseecken draußen
- Barfußlaufen im Gras
- spontane Picknicks
- Gartenkino mit Beamer
- Sonnenuntergänge bewusst genießen



DROHEN DIE ERBSCHAFTSTEUERREFORM:

MÜSSEN UNTERNEHMER JETZT IN PANIK GERATEN?



Herr Dipl.-Wirtschaftsjurist (FH) Johannes Quast ist Wirtschaftsprüfer, Steuerberater und Geschäftsführender Gesellschafter bei der DORNBACH GmbH in Koblenz.

Viele Unternehmen werden es bereits mitbekommen haben: Das Bundesverfassungsgericht wird noch in diesem Jahr über die Rechtmäßigkeit erbschaftsteuerlicher Begünstigungen für Betriebsvermögen entscheiden.

Worum geht es: Betriebsvermögen (Einzelunternehmen, GmbHs und AGs, OHGs, GmbH & Co. KGs etc.) können teilweise (85%) oder nahezu vollständig steuerfrei übertragen werden. Das beim Bundesverfassungsgericht anhängige Verfahren befasst sich nun (einmal wieder) mit der Frage, ob diese vermeintliche Ungleichbehandlung von Betriebsvermögen zu Privatvermögen mit dem Gleichheitsgrundsatz vereinbar ist. Diese vermeintliche Ungleichbehandlung wird zudem von einigen politischen Parteien und Teilen der Presse noch angeheizt und häufig unvollständig dargestellt.

Bereits im jetzigen System ist die vollständige Befreiung nur unter sehr engen Voraussetzungen und langen Nachbehaltensfristen (z.B. über sieben Jahre konstante Lohnsummen) möglich. Das sogenannte Verwaltungsvermögen wird häufig bereits heute – nach Abzügen – voll versteuert. Bei sogenannten Großerwerben (die Schwelle ist hierfür bereits bei MEUR 26 erreicht) erfolgt nur noch eine abschmelzende Begünstigung, die bei MEUR 90 vollständig endet. Es gibt theoretisch auch eine Verschonungsbedarfsprüfung, die jedoch u.a. nur dann greift, wenn die anfallende Steuer durch verfügbares (Privat-)Vermögen nicht bezahlt werden kann.

Der springende Punkt ist jedoch ein anderer: Man vergleicht hier Äpfel mit Birnen. Das Betriebsvermögen ist in den meisten Fällen betrieblich in Maschinen, Gebäuden und anderen Betriebsmitteln gebunden. Das heißt, der Erbe erhält hier zwar auf dem Papier einen hohen Vermögenswert, dieser Wert ist jedoch (abgesehen von den Ausschüttungen) nicht verwertbar. Ein Verkauf

innerhalb der langen Sperrfristen (fünf bzw. sieben Jahre) würde zu einer nachträglichen Erbschaftsteuer führen. Darüber hinaus sind die Erben für Mitarbeiter, Fortbestand von Unternehmen und Arbeitsplätze verantwortlich. Nicht selten verlangen die Banken private Sicherheiten (z.B. Bürgschaften) oder Gesellschafterdarlehen. Vergleicht man dies mit einer privaten Geld- oder Immobilienschenkung, wird direkt ersichtlich, dass der Vergleich hinkt, da die Ausgangsposition (Vermögen und Risiko) eine ganz andere ist.

Die SPD hat beispielsweise einen Reformvorschlag vorgestellt, nach dem für Betriebsvermögen ein einheitlicher Freibetrag von MEUR 5 gelten soll. Für darüber hinaus gehende Steuerbelastungen ist eine Stundungsmöglichkeit von bis zu 20 Jahren vorgesehen. Die Zahl der Unternehmen, die diese Grenze überschreiten, ist erheblich.

Sofern das Bundesverfassungsgericht nun zeitnah entscheidet – womit zu rechnen ist –, dass die derzeitigen „Begünstigungen“ verfassungswidrig sind, ist völlig offen, wie die Rechtsfolgen ausfallen werden. In vergangenen Entscheidungen zur Verfassungswidrigkeit von erbschaftsteuerlichen Regelungen gab es einen Übergangszeitraum bis zur gesetzlichen Neuregelung. Es bleibt dann zu hoffen, dass sich das Modell der SPD so nicht durchsetzen wird – dies würde für die Unternehmer wesentliche Nachteile und Liquiditätsverluste bedeuten.

Was tun? Die Unternehmer sollten, sofern nicht bereits erfolgt, mit ihrem Steuerberater das Thema kurzfristig angehen. Der Fokus sollte dabei eher auf einer zeitnahen Übertragung liegen, um die bestehenden Begünstigungen noch zu nutzen. Übliche vorbereitende Umstrukturierungen sollten im Hinblick auf das kurze verbleibende Zeitfenster auf ein Minimum reduziert werden. ■

DORNBACH

SIE KÖNNEN AUF

ERFOLGE

WARTEN...

**ODER SIE DIREKT ERHALTEN.
MIT DEN LÖSUNGSMACHERN.**

Wir bei DORNBACH vereinen vielfältige Disziplinen in einer Expertengruppe. Mit Erfahrung, Kompetenz und in engem Austausch bieten wir unseren Mandanten individuelle Lösungen in allen Bereichen der Wirtschaftsprüfung, Steuerberatung und Rechtsberatung an.

Wir sind Lösungsmacher

Wirtschaftsprüfung · Steuerberatung · Rechtsberatung

WWW.DORNBACH.DE

ES GEHT IMMER ZUERST UM DIE musik

Wie das Independent-Label ZYX Music aus Merenberg Musikgeschichte schreibt

Text: Anne Herrig | Fotos: Anne Herrig, ZYX Music

ZYX Music gehört zu jenen Unternehmen, deren Geschichte man eher in Metropolen vermuten würde als in einem kleinen Ort am Südrand des Westerwalds. Und doch liegt der Sitz eines der bedeutendsten unabhängigen Musiklabels Europas ausgerechnet in Merenberg, nahe Limburg – dort, wo eine mittelalterliche Burgruine auf einem Basaltkegel über das Industriegebiet blickt. Zwischen Lagerhallen und kreativen Büros schlägt hier seit Jahrzehnten ein Herz der internationalen Musikindustrie.

Der Name ZYX Music geht auf einen besonderen Ort zurück: Zzyzx, eine winzige Siedlung zwischen Los Angeles und Las Vegas. Seit 1992 trägt das Unternehmen diesen Namen – als Reminiszenz an die USA, an Aufbruch, Neugier und musikalische Entdeckungen. Genau dorthin hatte es einst den Firmengründer Bernhard Mikulski, der 1997 verstarb und dessen Geschichte im Unternehmen weiterlebt, geführt.

VOM KOFFERRAUM ZUM INTERNATIONALEN LABEL

Mikulski, kaufmännischer Angestellter aus dem Rhein-Main-Gebiet, war in den 1950er-Jahren als Vertreter der Firma Philips unterwegs. Vor allem aber war er ein leidenschaftlicher Musikliebhaber – und jemand mit einem feinen Gespür für Lücken im Markt. In einer Zeit, in der internationale Veröffentlichungen in Deutschland oft schwer erhältlich waren, importierte er Platten (LPs) aus den USA und verkaufte sie direkt an Händler – teils buchstäblich aus dem Kofferraum seines Autos. Denn Titel wie „My Baby Baby Balla Balla“, „White Bird“ oder das Album zu „The Rocky Horror Picture Show“ waren in der Zwischenzeit hierzulande begehrte Raritäten.



Foto oben links und unten rechts | Chefin Christa Mikulski & Bernhard Mikulski

VOLLE Power VON MORGENS BIS ABENDS

“

Mikulski arbeitete hart, sparte, übernachtete auf Campingplätzen – und baute Schritt für Schritt ein Vertriebsnetz auf. Er entwickelte das Modell weiter und verkaufte seine Firma in den frühen 1960er-Jahren an Sony. Anfang der 1970er-Jahre schied er dort aus und gründete 1971 „Pop-Import Bernhard Mikulski“, den Ursprung der heutigen Firma ZYX Music.

Der Sitz im Westerwald war dabei kein Zufall. Die Region bot Platz, die Möglichkeit zu wachsen – und die Nähe zu den geliebten Pferden, einer weiteren Leidenschaft des Gründers. Bald führen mehrere Vertreter für das Unternehmen durchs Land, die Kontakte reichten bis nach Amerika, England und Italien.

Ein entscheidender Schritt folgte Ende der 1970er-Jahre, als Mikulski den Katalog des legendären Jazzlabels Pablo Records übernehmen konnte – gegründet von dem einflussreichen Produzenten Norman Granz. Damit kamen Namen wie Ella Fitzgerald, Oscar Peterson oder das Modern Jazz Quartet ins Programm der damals noch kleinen Musikfirma.

Das Unternehmen wuchs rasant. Aus dem Importeur wurde ein internationales Independent-Label mit einem Repertoire, das Pop, Disco, Jazz, Rock und Klassik umfasste. Zeitweise beschäftigte die Firma rund 230 Mitarbeiter in Deutschland sowie bis zu 50 Mitarbeiter in weiteren Niederlassungen in den USA, Großbritannien, der Schweiz, Österreich, den Benelux-Ländern und Polen.

DIE GEBURT DES ITALO DISCO

1983 prägte Bernhard Mikulski einen Begriff, der Musikgeschichte schreiben sollte: Italo Disco. Der neue, elektronische Dance-Sound aus Italien hatte ihn fasziniert – und er erkannte dessen Potenzial. Im selben Jahr erschien der erste Sampler „The Best of Italo Disco Vol. 1“. Es war der Beginn einer Erfolgsgeschichte, die ZYX weltweit bekannt machte.

Ein Schlüsselmoment war die Übernahme großer Teile des Katalogs von Discomagic Records, gegründet von Severo Lombardoni. Die rund 5.000 Titel wurden schließlich Teil von ZYX, darunter der Welthit „Dolce Vita“ von Ryan Paris. Nicht zuletzt dieser Schritt machte ZYX zu DEM Italo-Disco-Label.

CHRISTA MIKULSKI – DAS RÜCKGRAT DES UNTERNEHMENS

Die Frau des Gründers, Christa Mikulski, war von Anfang an nicht nur an der Seite ihres Mannes, sondern mitdrin dabei, an allem beteiligt, in allem engagiert – also Bernhard Mikulski im Verkauf und als A&R, als Manager; Ehefrau Christa war zuständig für Buchhaltung, Organisation sowie Vertrags- und Rechtsfragen – als rechte Hand. „Man muss das lieben, was man macht“, sagt sie rückblickend. „Und man braucht ein Händchen für Musik und Künstler.“

1997, nach dem Tod ihres Mannes, übernahm Christa Mikulski die alleinige Leitung der Firma. Die Branche befand sich in einem jahrzehntelangen Umbruch, der sich beschleunigte: Denn zunächst wurden die vielen kleinen Fachhändler von großen Ketten verdrängt. Karstadt, Media Markt, Saturn und Co. gaben jetzt den Ton an, danach brachen erst LP-Verkäufe weg, am Ende auch CDs. Und schließlich transformierte sich das Musikgeschäft in den digitalen Raum. Streaming löste die physischen Vertriebsmodelle weitgehend ab, brachte allerdings auf den einzelnen gehörten Titel bezogen viel weniger Umsatz als die Tonträger der vorherigen Dekaden.

„Man kann den Erfolg nicht planen, man muss einfach mal machen“, sagt Christa Mikulski heute. „Von 100 Platten ist vielleicht nur eine erfolgreich. Wir haben immer darauf geachtet, was der Geschmack der Menschen ist.“



Fotos im Uhrzeigersinn von links oben
Linda Jo Rizzo, Natalie Stähler, Tina Merkel und Inge Hedhli



VON MERENBERG IN DIE GANZE WELT

Ein Besuch in der Firmenzentrale macht die große Geschichte von ZYX greifbar. Durch die Hallen führen lange Gänge voller CDs, DVDs und Vinyls. Bis Ende der 1990er-Jahre wurde hier rund um die Uhr gepresst – im eigenen Presswerk. Heute ist Vinyl interessanterweise wieder gefragt, das Retro-Geschäft boomt, während CDs zunehmend an Bedeutung verlieren. An den Wänden hängen zahlreiche Silber-, Gold-, Platin-Auszeichnungen für Hunderttausende verkaufte Exemplare. Und in den hauseigenen Tonstudios wird weiter produziert – immer mit Blick auf den nächsten Hit.

Geführt wird der Rundgang von Tina Merkel, einer der beiden Assistentinnen der Geschäftsleitung, und bereits ZYX-Mitarbeiterin der nächsten Generation. Denn viele Mitarbeiter sind seit Jahrzehnten im Unternehmen, teils seit den Anfangstagen. So wie Inge Hedhli, die seit über 40 Jahren für Lizenzen zuständig ist. Sie erinnert sich noch an tausende Einzel-Abrechnungen auf Papier, den Commodore C64, an handgeschriebene Listen für Jukebox-Titel. „Learning by Doing“ sei damals Alltag gewesen. Und auch heute noch gehe es darum, gemeinsam Neues auszuprobieren, sich immer wieder den Veränderungen in der Branche zu stellen – Hand in Hand. „Wir sind ein tolles Team“, bestätigt auch die langjährige Mitarbeiterin Kerstin Blank. Nach einem besonderen Highlight gefragt, erzählt ihre Kollegin Sabine Hanke begeistert von einem „Privatkonzert“ der Boygroup Caught in the Act an der Laderampe von ZYX. Das sei für

sie unvergesslich geblieben – mit kreischenden Fans aus der Region, die ihr Glück kaum fassen konnten, einmal den Idolen so nah zu sein. Da verwundert es nicht, dass Chefassistentin Natalie Stähler ebenfalls schwärmt: „Die Arbeit macht mir sehr viel Freude – das gilt nach über 30 Jahren immer noch.“

Eng verbunden mit dem Label ist auch Linda Jo Rizzo, selbst Italo-Disco-Künstlerin seit den 1980er-Jahren und heute ebenso Assistant A&R für Jazz, Blues und Italo Disco, außerdem Ansprechpartnerin für internationale Anfragen: Sie arbeitet mit Partnern in Amerika, England und Australien zusammen – und schätzt an ihrer Chefin Christa Mikulski vor allem eines: „50 Jahre im Geschäft, Bauchgefühl für Musik – das ist unglaublich. Volle Power von morgens bis abends.“ Nicht nur als Musikmanagerin freut sie sich über das starke Comeback des Italo Disco in den letzten Jahren: Vinylverkäufe überholen teils die CD-Verkäufe innerhalb dieser Sparte, die Fans kommen generationsübergreifend zu Konzerten.



BLICK NACH VORN

Christa Mikulski weiß um die Verantwortung des besonderen Lebenswerks. „Ich versuche, das Beste aus der Firma zu machen, um sie eines Tages weiterzugeben“, sagt sie. Musik sieht sie als Branche, die Positives vereint: „Die Musikbranche ist eine gute Industrie, sie bringt Menschen Freude. Und innerhalb der Branche gibt es zwar auch Wettbewerb, aber man hilft sich untereinander.“ In diesem Geist arbeite sie jeden Tag.

ZYX Music, ein unabhängiges Label mit Kultstatus, schreibt so vielleicht auch in Zukunft weiter Geschichte – im Westerwald und darüber hinaus. Denn zwischen Burgruine und Industriegebiet, zwischen Italo Disco, Jazz und neuen digitalen Wegen gilt nach wie vor der Grundsatz von Christa Mikulski und ihrem Ehemann Bernhard: „Es geht immer zuerst um die Musik.“

KONTAKT

www.zyx.de | Instagram: @zyxmusic



Jetzt informieren!

HOME OFFICE



CasaVita – Ihr Loft im Garten

CasaVita schafft Raum für alles, was Ihnen wichtig ist. Als individuelles Garten-Loft macht es Projekte und Ideen möglich, ganz nah bei Ihnen. Es holt Orte wie Office, aber auch Gym, Studio und Kino direkt in den eigenen Garten und ermöglicht so weniger Wege sowie mehr Freiheit und Leichtigkeit im Alltag.

Engineered by **biohort**

Jetzt vor Ort besichtigen!



WETON Baustoffe GmbH
Elzer Straße 22-24,
65556 Limburg a. d. Lahn

INNOVATIONEN FÜR DIE ZUKUNFT



ALBERT WEIL AG SETZT PATENTSERIE FORT

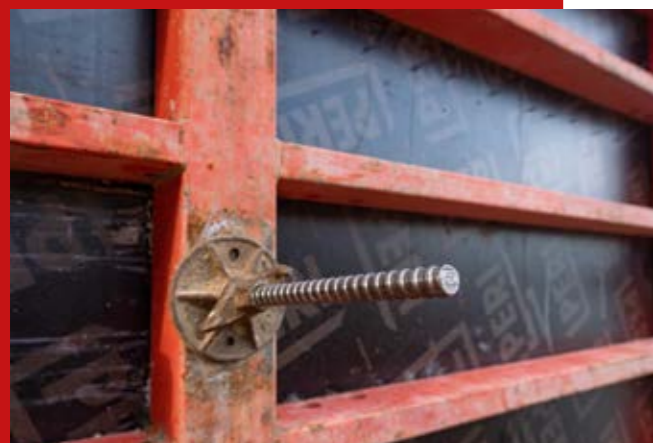
Text und Fotos: Albert Weil AG

„Talent gewinnt Spiele, aber Teamwork und Intelligenz gewinnen Meisterschaften“, sagte einst Michael Jordan. Im Fall der Bauunternehmung Albert Weil AG war es kein sportlicher Wettkampf, sondern der Wunsch und das Ziel, ein Patent zu erhalten. Dieser Traum sollte vor gut vier Jahren in Erfüllung gehen – das Team rund um Polier Alexander Ulrich schrieb damals Geschichte mit dem ersten Patent in der Unternehmenshistorie – mittlerweile sind es drei. Wir beschreiben den Weg von den Anfängen bis zum Status quo.

Alles begann in Ransbach-Baumbach, wo die Mitarbeiter aus dem Bereich Konstruktiver Ingenieurbau Dumitru Chebac, Jean-Pierre Kura, Christian Mahr sowie Polier Alexander Ulrich unter der Bauleitung von Andreas Schmidt eine neue Halle für die Westerwälder Blumentopffabrik SPANG GmbH & Co. KG errichteten. Vor Ort wurde das – damals noch neue – Schalungssystem PERI Maximo mit dem dazugehörigen MX Anker erstmals getestet.

„Leider kamen wir zu dem Ergebnis, dass das System für unseren konkreten Bedarf nicht optimal ist“, so Alexander Ulrich. Stattdessen reifte eine andere, konkret werdende Idee: der gerollte bzw. Vollgewinde-Ankerstab sollte wieder seinen ursprünglichen Glanz erlangen. „Wir wollten ein System entwickeln, das genau auf unsere Schalung passt. Die gute Nachricht: Bereits nach wenigen Tagen der Testung war uns klar, dass das System funktioniert. Mit dieser Motivation arbeiteten wir dann gemeinsam an der Optimierung der Idee“, berichtet der Polier.

Und so funktioniert das System: Es handelt sich um einen Ankergreifer zum Entfernen eines zwischen den Schalungselementen einer Betonwandschalung angeordneten Schalungsankers. Der Ankergreifer ist zum Lösen eines Ankerstabs des Schalungsankers aus dem Beton sowie zum Entfernen des Ankerstabs aus der Betonwandschalung



ausgelegt. Zudem ist er auf den Schalungsanker aufschraubbar und mit diesem drehfest verbindbar. Weiterhin betrifft die Idee ein Verfahren zum Entfernen eines zwischen Schalungselementen einer Betonwandschalung angeordneten Schalungsankers.

Der Entwicklungsprozess dauerte einige Zeit an und beinhaltete zahlreiche Höhen und Tiefen. Das Ergebnis: das „Ohne Röhrchen System“. „Die Kolonne hat hier von Sekunde Eins an einem Strang gezogen. Fest steht aber auch, dass die Umsetzung ohne das Vertrauen und die Unterstützung unserer Oberbauleiter Oliver Schwenk und Moritz Gruber, aber auch unseres Vorstandes nicht möglich gewesen wäre. Sie hatten den Mut, das System auf unserer Baustelle in Mainz Kisselberg zu testen, was durchaus ein gewisses Risiko mit sich brachte. Parallel haben auch die Kollegen um Polier Julian Zsebe das ‚Ohne Röhrchen System‘ (englisch: A Without Pipe System) im Rahmen einer Maßnahme in Höchst getestet. Heute können wir sagen, dass sich das Risiko gelohnt hat“, betont Alexander Ulrich.

Aber auch weitere Kollegen brachten sich ein und sorgten dafür, dass aus der Idee ein Erfolgsmodell wurde. „Insbesondere unser Team aus der Werkstatt rund um Ingo Obel hat sich enorm reingearbeitet und gemeinsam mit uns das System optimiert. Ohne sie wäre das heutige Ergebnis nicht denkbar gewesen.“

Insgesamt drei Patente wurden bis heute beantragt. 2021 erfolgte die erste Patentgenehmigung, die mittlerweile sogar europaweite Gültigkeit hat und als erstes Patent der Bauunternehmung Albert Weil AG in die Historie eingegangen ist. 2023 folgte das zweite Patent, welches derzeit eine deutschlandweite Gültigkeit hat. Nun, im Jahr 2026, der nächste große Meilenstein: das dritte Patent wurde erteilt. Dabei handelt es sich um eine Verschluss-hülse mit Klemmelement zum Abdichten einer Ankerspannstelle an einer Betonschalung.

„Die drei Erfindungen bauen aufeinander auf und bilden am Ende ein geschlossenes System. Es war ein weiter Weg bis hierhin – und er ist noch nicht zu Ende. Ich bin sehr dankbar für die große Unterstützung seitens der Geschäftsleitung und auch aller Kollegen, die in den Prozess involviert waren und sind. Am Ende ist es eine Teamleistung, auf die ich persönlich sehr stolz bin“, so Alexander Ulrich.

Was lehrt uns die Geschichte: Es lohnt sich zu träumen; es lohnt sich, Risiken für seine Träume einzugehen; und es lohnt sich, gemeinsam an Träumen zu arbeiten. Denn so können diese zur Realität werden. ■



**ALBERT WEIL
BENEFIZCUP
2026**

Freitag, 19. Juni 2026

ab 17:00 Uhr

Samstag, 20. Juni 2026

ab 10:00 Uhr

📍 Sportanlage des SC Offheim

**Der Erlös geht zu
100% an die**

**LIMBURGER
AKADEMIE
FÜR**
„Beruf Sprache Kultur“

CLEVER VORKOCHEN, LECKER genießen

MIT HÄHNCHEN, PUTE & CO.
WIRD MEAL-PREP ZUM KINDERSPIEL



Vorkochen statt Kantine, ausgewogene Gerichte statt Fast Food? Dann ist Geflügel die perfekte Wahl. Denn Hähnchen, Pute und Co. lassen sich unkompliziert und je nach Teilstück in kurzer Zeit zubereiten. Das Geflügel hält sich bis zu drei Tage im Kühlschrank und punktet mit viel Eiweiß sowie wichtigen Vitaminen und Nährstoffen. Darüber hinaus gibt es viele leckere Zubereitungsmöglichkeiten.

All das macht Geflügel so gut geeignet für das sogenannte MealPrep. Dabei werden Mahlzeiten bereits vorbereitet, portioniert und in geeigneten Behältern aufbewahrt, um sie dann schnell und einfach aufzuwärmen oder mitzunehmen zu können. Beim Meal-Prep nimmt man gesunde und ausgewogene Mahlzeiten zu sich, auch wenn man wenig Zeit hat.

Beim Einkauf von Geflügelfleisch sollte man auf die deutsche Herkunft achten, zu erkennen an dem

Buchstaben D auf der Verpackung. Diese stehen für eine streng kontrollierte heimische Erzeugung nach hohen Standards für den Tier-, Umwelt- und Verbraucherschutz. Weitere Informationen rund um Geflügelfleisch aus Deutschland sowie viele leckere Rezepte gibt es auf www.deutsches-gefluegel.de.

1 | DRUMSTICKS AUF LINSENGEMÜSE

ZUTATEN FÜR VIER PERSONEN

| | |
|-----------|-----------------------|
| 1,2 kg | Hähnchenunterschenkel |
| 2 EL | Öl |
| 2 Stangen | Lauch |
| 150 g | Bacon |
| 2 Dosen | Linzen |
| 250 ml | Geflügelbrühe |
| 250 g | Cocktailtomaten |
| 2 Zweige | Rosmarin |
| | Salz und Pfeffer |

ZUBEREITUNG

Hähnchenunterschenkel im Öl von allen Seiten scharf anbraten, bis sie schön goldbraun sind. Kurz zur Seite stellen. Lauch klein schneiden und mit dem Bacon im Bratfett anbraten. Mit Linzen, Geflügelbrühe und halbierten Tomaten aufkochen. Drumsticks obenauf legen und alles bei 180 °C circa 25 Minuten im Ofen garen. Nach Belieben mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Rosmarin garnieren und genießen.

2 | PUTENUNTERKEULE MIT KICHERERBSEN

ZUTATEN FÜR VIER PERSONEN

| | |
|---------|-----------------|
| 1 | Putenunterkeule |
| 3 EL | Öl |
| 2 TL | Ras el Hanout |
| 2 Dosen | Kichererbsen |
| 500 g | Cocktailtomaten |

| | |
|--------|------------------|
| 500 ml | Gemüsebrühe |
| 1 | Zitrone |
| 200 g | Joghurt |
| 2 EL | Tahini |
| 3 | Lauchzwiebeln |
| | Salz und Pfeffer |

ZUBEREITUNG

Öl und Ras el Hanout mischen. Putenunterkeule rundherum damit bestreichen. Kichererbsen, halbierte Tomaten, Brühe und Zitronenabrieb in eine Auflaufform geben, Putenunterkeule daraufsetzen und 120 Minuten bei 180 °C im Ofen garen. Joghurt, Tahini und Zitronensaft mit etwas Salz und Pfeffer mischen. Putenunterkeule aus dem Ofen holen, ein paar Minuten ruhen lassen, aufschneiden, mit Kichererbsen und Tomaten anrichten und mit Lauchzwiebelringen genießen. ■



EINE Biografie

IN Bildern

BOMBOLO – zwischen Leinwand, Kochtopf und Meditation

Text: Jasmin Rumpf | Fotos: Tino Balle, privat

Bombolo – ein Name, den man sich merkt. Ein Name, der nicht nur Künstlername, sondern Identität ist. Ein Künstler, dessen Bilder so abwechslungsreich sind wie sein Leben. Ein Leben voller Talent, Etappen, Brüche und Zufälle.

Von der Heimat an den Herd

Geboren wird Bombolo 1947 als Norbert Graubner. Der Vater: Bergmann, Kriegsinvalid, arbeitslos. Die Mutter: Hausfrau. Vier Kinder müssen versorgt werden. Die Nachkriegszeit ist hart und ohne Einkommen erst recht. „Ich bin in Armut groß geworden“, sagt Bombolo.

Mit 15 beginnt er eine Ausbildung zum Koch. „Das war eher ein Zufall. Ich sah im Fernseher einen Koch und wusste: Das möchte ich machen.“ Der Vater ist skeptisch, die Mutter jedoch unterstützt ihn. Bombolo findet sofort eine Lehrstelle – im renommierten Spitzenrestaurant „Heidekrug“ in Oberursel – und verlässt seinen Heimatort Weinbach.

„Die Ausbildung war eine sehr harte Zeit“, erinnert er sich. „Der Chef war streng und ungerecht. Wenn ihm etwas missfiel, begann man von vorn. Solange, bis es ihm recht war.“ Es gibt Demütigungen, Strafarbeiten, sogar Schläge. Zwölf Stunden Arbeit am Stück sind normal. Nicht nur einmal überlegt Bombolo, die Lehre abzubrechen. „Das hätte ich jedoch vor meinem Vater nie zugegeben“, schmunzelt er. „Also habe ich mich durchgebissen.“ Von fünf Lehrlingen bleibt am Ende nur er. Es sind Jahre, die ihn bis heute beschäftigen und prägen. Denn gelernt hat er in dieser Zeit viel. Nicht nur über das Kochen, sondern fürs ganze Leben.

Von der Spitzenküche zu großen Zweifeln

Nach der Ausbildung arbeitet er in verschiedenen Restaurants, bildet sich weiter und ist zwei Jahre als Koch auf den Schiffen der Holland America Line unterwegs. Er sammelt innerhalb weniger Jahre sehr viel Berufserfahrung und eröffnet schließlich mit nur 22 Jahren sein eigenes Restaurant – die „La Bonne Auberge“ in Königstein. Das Geld dafür leiht er sich von einem Freund. Das Restaurant etabliert sich schnell, zählt nach kürzester Zeit zur Spitzengastronomie der Region. Doch wirklich glücklich ist Bombolo nicht.

Er geht nach Frankfurt, führt das Hard Rock Café und die Waikiki Bar. Auch diese Restaurants laufen bestens. Doch er spürt, dass der Erfolg nicht alles ist. Der Stress, die Verantwortung und der Druck tun ihm auf Dauer nicht gut. Ebenso wenig das protzige Leben der Menschen in seinem Umfeld: teure Autos, exzessive Partys, das Um-sich-Werfen mit Geld, stoßen ihn ab. „Das ist nicht mein Leben“, stellt Bombolo für sich fest.

Ein Schild, das alles verändert

Es folgt ein Zufall, der alles auf den Kopf stellt: Er trifft nach Jahren einen alten Freund, der ihm von seiner Pension auf Mallorca erzählt und ihn einlädt: „Komm mich doch mal besuchen!“ Das macht der damals 35-Jährige, mietet sich ein Auto und erkundet die Insel auf eigene Faust. Plötzlich entdeckt er im Südwesten der Insel eine verfallene Finca.

„Se vende“ steht auf einem Schild: zu Deutsch: „zu verkaufen“. „Es war unglaublich heiß an diesem Tag“, erinnert er sich. „Die Grillen zirpten und ich hatte einen großartigen Blick auf das Tramuntana-Gebirge. Ich war sofort verliebt in diesen Ort und wusste, hier will ich bleiben.“

Noch am gleichen Tag unterschreibt er den Kaufvertrag. Das Geld für die Finca hat er da noch nicht. Er fliegt zurück nach Deutschland, verkauft die Restaurants, seine Wohnung und beinahe alles, was er besitzt. Er zieht nach Mallorca, spricht kein Wort



ICH HABE IMMER NUR EIN one-way TICKET GEKAUFT

”

Spanisch, kennt niemanden und restauriert die Finca selbst. „Man muss sich einfach auf die Dinge einlassen und darf keine Angst davor haben, was passiert“, sagt er. Dieses Motto begleitet ihn durch sein ganzes Leben.

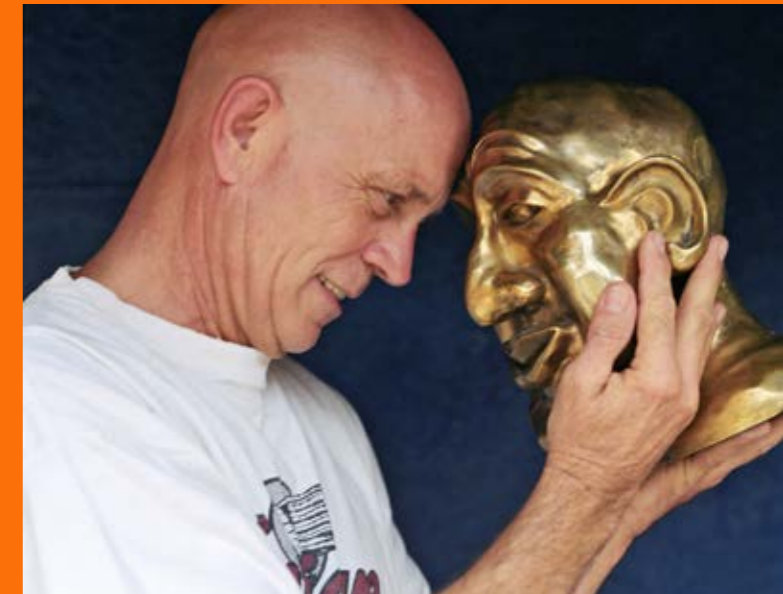
Zwischen Abenteuer und Zuhause

Von Mallorca aus reist er kreuz und quer durch die Welt. Zunächst nach Aspen im US-Bundesstaat Colorado. Zwei Jahre lang lebt er dort und arbeitet mit einem Freund in einem Restaurant. Seine Freizeit verbringt er mit den Native Americans. Die Kultur der indigenen Völker fasziniert ihn bis heute und bringt ihn damals zur Malerei. „Ich habe in diesen Jahren viele Fotos gemacht“, erzählt er. „Aber die konnten nicht das transportieren, was ich gefühlt und mit den Menschen verbunden habe.“

Zurück auf Mallorca sucht er eine Möglichkeit, seine Eindrücke festzuhalten – und findet sie in der Malerei. „Für Kunst habe ich mich schon immer interessiert. Dass ich aber selbst einmal malen würde, hätte ich nicht gedacht.“ Doch Bombolo macht es. Für sich. Weil es ihm Spaß macht und er seine Erinnerungen dadurch bewahren kann. Gerade die Portraits der Native Americans sind ein großer Bestandteil seiner ersten Bilder und letztendlich sogar die, die ihn bekannt machen.

Bombolo reist weiter durch die Welt. Er paddelt mit dem Kanu durch den Amazonas, wandert durch Alaska, reitet auf Yaks durch Indien, taucht in Französisch-Polynesien. „Ich habe immer nur ein One-Way Ticket gekauft. Ich wusste ja nicht, wie lange es mir gefällt.“

Vier bis sechs Wochen ist er jedes Jahr unterwegs und hat nur das Nötigste im Gepäck: Zahnbürste, Wechselkleidung, Geld. Sonst nichts. Die Finca auf Mallorca bleibt dabei 29 Jahre lang sein Zuhause, sein Zentrum, zu dem er nach seinen Abenteuern voller Erinnerungen und Inspiration immer wieder zurückkehrt – und malt.



KONTAKT
INSTAGRAM: @BOMBOLO_ART
FACEBOOK: @BOMBOLO PICTURES

Der Galerist an der Tür

Was ihn plötzlich zum gefragten Künstler werden lässt, ist ein weiterer Zufall, der die größte Veränderung in seinem Leben auslöst. Er bekommt Besuch von einem Freund, der spontan einen Galeristen mitbringt. Dieser ist begeistert von Bombolos Arbeiten, möchte sechs Stück mit in seine Galerie nehmen. „Wie viel möchtest du für ein Bild haben?“, fragt er. Bombolo ist überrascht und antwortet mehr im Scherz: „1.000 Mark.“ „Ich habe das gar nicht ernst genommen“, erzählt er. Kurze Zeit später steht der Galerist wieder vor der Tür – mit 6.000 Mark. Bombolos Bilder hat er alle verkauft.

Noch heute kann Bombolo kaum fassen, was damals passiert ist. „Das kam einfach alles auf mich zu. Ich habe ja nur gemalt, weil es mir Spaß gemacht hat. Ich hätte nie gedacht, dass jemand ein Bild von mir kaufen will.“ Seine Karriere als gefragter Künstler beginnt. Galeristen stehen geradezu Schlange. Aber es bleibt nicht nur bei der Malerei. Er fertigt Skulpturen aus Holz und Keramik, kreierte aufwendige Holzschnitte und baut surrealistische Objekte aus Wellpappe. Es folgen zahlreiche Ausstellungen – weltweit. Renommiertere Galerien zeigen bis heute seine Gemälde. Seine Werke finden sich nicht nur in privaten Haushalten, sondern auch in Museen und Hotels.

Aufstehen und weitermachen

Was klingt wie ein Film, ist ein real gelebtes Leben. Mit glücklichen Zufällen, vielen Höhen, aber auch Tiefen. Seine Bilder und Skulpturen spiegeln seine unterschiedlichen Lebensphasen wider. „Meine Bilder sind meine Biografie“, sagt er. So ist die Bandbreite seiner Arbeiten groß und reicht von abstrakt bis gegenständlich, von realistisch bis surrealistisch.

„Es war in meinem Leben nicht immer alles Sonnenschein. Bei all dem, was ich gemacht habe, bin ich auch oft gescheitert.“ Bombolo nutzt mutig die Gelegenheiten, die sich ihm bieten. Doch nicht jede entpuppt sich als sinnvoll oder erfolgreich. So gab es auch Zeiten, in denen er bankrott und verschuldet war. Aufgeben ist jedoch nie eine Option. Wie bereits als Lehrling, beißt er sich durch schwierige Phasen.

Von der Angst zum Zen

Was sich aber, geprägt durch die Armut in der Kindheit, durch solche Erfahrungen verstärkt, sind Existenzängste. Selbst heute noch gibt es Momente, in denen er damit zu kämpfen hat. Aber auch hier ist es eine schicksalhafte Begegnung, die ihm neue Wege aufzeigt.

Er lernt eine an Depressionen erkrankte Frau kennen, die in der Meditation Hilfe findet. Bombolo ist inspiriert und beginnt selbst zu meditieren. Er besucht zahlreiche Workshops, liest Dutzende Bücher und befasst sich intensiv mit Achtsamkeit und mentalem Training. Doch das reicht ihm nicht. Mit 39 Jahren geht er für viele Monate in ein Zen-Kloster nach Japan, wo er unter anderem lernt, mit seinen Ängsten umzugehen.

Lange Zeit begleitet ihn die Meditation durchs Leben, verhilft ihm zu Ruhe und Klarheit. Doch seit Jahrzehnten findet er diese vor allem in seiner Kunst. Es geht ihm bei der Malerei nicht um das Ergebnis. Es ist der Prozess des Schaffens und das Verschwinden von Raum und Zeit, das für ihn wichtig ist. „Auch das ist Meditation“, sagt er. „Genauso wie das Kochen“, das nach wie vor ein fester Bestandteil seines Lebens ist.

Ein Haus voller Geschichten

Seit 15 Jahren lebt und arbeitet er nun in einem alten Spaltschieferhaus in Langhecke. Sein Atelier gleicht einem Wimmelbild. Pinsel, Farben, Schnitzwerkzeuge. Bilder an den Wänden und zu Dutzenden hintereinander gereiht auf dem Boden. Schallplatten, Skulpturen, Bücher, Gitarren, ein Holzofen. Ein zehn Meter langer Holztisch dominiert den Raum, umgeben von unterschiedlichen Stühlen.

In seinem Garten gibt es eine große Küche, Tische und Stühle für rund 20 Personen, eine Außenterrasse und eine Bühne. Immer wieder veranstaltet er kleine Events, lädt Freunde zu sich ein. Es ist wie ein kleines Restaurant. Nur ohne Druck.

Bombolo ist angekommen und hat alles, was er liebt, an einem Ort vereint. Dankbar und glücklich blickt er auf fast acht Jahrzehnte. „Ich hatte wirklich ein tolles Leben“, sagt er. Und wenn er seine Bilder betrachtet, reist er an die Orte, die er besucht hat, gedanklich zurück. Das reicht ihm. Der Weltenbummler hat innere Ruhe und seine Heimat gefunden. Doch nicht nur in Langhecke, sondern mit dem Beginn der Malerei vor allem in sich selbst. ■

INFO

Für September dieses Jahres ist im Bergbau- und Stadtmuseum Weilburg eine Ausstellung unter dem Motto „Alle meine Farben“ geplant.





VOM Digestif ZUM DESSERTMOMENT



ALTE HASELNUSS AUS DEM COGNACFASS

Text Birkenhof-Brennerei | Fotos: J. Willwacher

Wenn das Dinner seinen Abschluss findet und der letzte Teller abgeräumt ist, kommt der Moment, der einen gelungenen Abend abrundet: Jetzt ist die Zeit für einen besonderen Digestif, der angenehme Wärme schenkt und gute Gespräche weiterträgt; ein „Dessert im Glas“ als feiner Nachklang – ein Duft, ein Geschmack, ein Genuss.

Im Glas zeigt sich ein komplexes Aromenbild aus gerösteter Haselnuss, feiner Vanille und einer Nougatnote, die an edle Pralinées erinnert. Am Gaumen wirkt sie mild, rund und samtig, mit einer eleganten, präsenten Tiefe. Röstaromen geben Struktur, eine sanfte Süße sorgt für die richtige Balance und im Abgang bleibt ein warmes, harmonisches Echo.

Serviert im Edelbrandglas bei moderater Temperatur öffnet sich das Aroma der ALTEN HASELNUSS besonders schön. Ein kurzer Moment in der Hand genügt, damit Duft und Tiefe sich zeigen. Die Begleiter dürfen klein bleiben und trotzdem wirken: Eine dunkle Schokolade, auch geröstete Nüsse

oder ein Keks mit etwas Fleur de Sel funktionieren als feine Ergänzung. Ideal ist auch ein guter Espresso, dessen Bitterkeit Nougat- und Vanilleanklänge noch klarer zeichnet. So wird aus einem Digestif ein echter Dessertmoment.

GENUSS IN SERIE

Die Linie der „Feinen Spirituosen“ der Birkenhof-Brennerei denkt den Digestif konsequent weiter. Alte Haselnuss, Alte Williams-Birne, Alte Marille, Alte Quetsch, Alte Kirsche und Alte Himbeere basieren auf harmonisch abgestimmten Destillaten, die in ausgewählten Cognacfassern im Warehouse der Brennerei reifen. Erst danach kommen hochwertige Fruchtsäfte hinzu, die eine feine, natürliche Süße und ein klares Fruchtprofil zeichnen. So entstehen milde, harmonische Spirituosen mit sanften Holznoten, die weniger auf Schärfe setzen als auf Balance und Länge im Glas – und eine Brennerei zeigen, die Tradition als Grundlage für zeitgemäße Genussmomente nutzt.

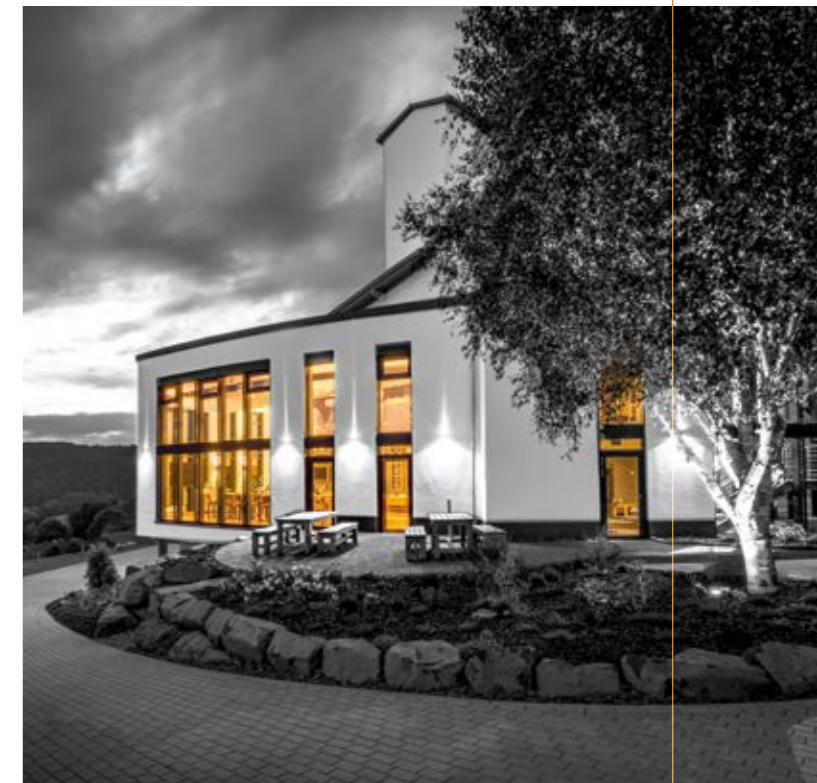
DAS HANDWERK HINTER DEM GENUSS

Ausgezeichnet als eine der Top-Destillieren Deutschlands – „Destillerie des Jahres national“ (Meiningers ISW), „Best Whisky Distillery national 2025“ (Der Whisky Botschafter) und viermal in Folge „Beste

Destillerie Deutschlands“ (Frankfurt Int. Trophy 2022–2025) – steht der Name Birkenhof für eine Destillerie, die ihren außergewöhnlichen Erfolg über eine seit Jahrzehnten erstklassige Qualität und eine klar definierte Handschrift erreicht.

1848 in Erbach/Nistertal gegründet und heute in siebter Generation von Stefanie und Peter Klöckner geleitet, kombiniert das Unternehmen traditionelles (Kunst-)Handwerk mit moderner Technologie und bringt als Genuss-Manufaktur überaus erfolgreich „neue Traditionen in alte Fässer.“ Auch die achte Generation der Gründerfamilie ist mit Lukas Klöckner (M.Sc. Bioprozesstechnologie, Business- und General Management) und Jonas Klöckner (Master-Distiller) bereits im Unternehmen tätig.

Das Herzstück der Brennerei ist das Besucherforum und die 1400-Liter-Destille, in der ihre preisgekrönten FADING HILLWhiskys entstehen. Die vielfach prämierte Brennerei verbindet Tradition und High-Tech, bietet Führungen mit Verkostungen und macht Besuchern das Handwerk des Destillierens authentisch erlebbar.



DETAILS & INFOS

www.birkenhof-brennerei.de



ERLEBNISSE
BUCHEN!

Fon 02661 98204-0



DAS AUSFLUGSZIEL

ERLEBNIS

DESTILLERIE & MANUFAKTUR

ERLEBNIS
BRENNEREI

FÜHRUNGEN & TASTINGS

GENUSS
EINKAUFEN

ERLEBNIS-SHOPPING IM
STORE UND ONLINE

GOLDPRÄMIERT

AUSGEZEICHNETE BRÄNDE,
WHISKYS & LIKÖRE

Birkenhof
Brennerei

Auf dem Birkenhof · 57647 Nistertal

AUF DER *matte* ZUR ENTSPANNUNG



HATHA, VINYASA, YIN: WELCHER YOGASTIL PASST ZU MIR?

Text: dpa-mag | Fotos: stock.adobe.com

Den eigenen Körper spüren, Stress loslassen, ganz bei sich selbst sein: Wer regelmäßig Yoga macht, kennt das gute Gefühl währenddessen – und auch danach, wenn die Matte längst wieder zusammengerollt ist.

Viele, die Yoga neu ausprobieren wollen, fühlen sich beim Blick in den Kursplan des Studios oder der Volkshochschule aber womöglich etwas überfordert. Es gibt verschiedenste Stile – längst nicht immer weiß man, was sich hinter dem Namen verbirgt.

Zeit, drei häufige Yoga-Stile im Detail anzuschauen – und zu klären, für wen sie sich eignen.

1 | Hatha Yoga – für alle, die einen sanften Yoga-Einstieg wollen

„Hatha-Yoga ist die Basis für alle modernen Yoga-Stile“, so Uschi Moriabadi. Sie ist Dozentin an der Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (DHfPG).

Neben den Körperübungen, die sich Asanas nennen, gehören auch Atemübungen (Pranayama) und Meditation zu einer Kursstunde dazu. Meist baut die Yogalehrerin oder der Yogalehrer diese ruhigeren Elemente am Ende einer Stunde ein.

Und davor? Los geht eine Hatha-Stunde typischerweise mit leichten, einführenden Übungen, dann geht es in die Asanas, die oft eine Weile gehalten und mit dem Atem verbunden werden. Ideal für Neueinsteiger, wie Uschi Moriabadi findet. Schließlich bleibt genügend Zeit, um in die einzelnen Positionen zu finden und zu entdecken: Wie fühlt sich das eigentlich an?

2 | Vinyasa Yoga – für alle, die in den Flow kommen wollen

Yoga ist sanft, da gerät niemand ins Schwitzen? Wer Vinyasa Yoga ausprobiert, wird womöglich merken: Das ist Quatsch. „Das ist ein sehr aktiver Yoga-Stil“, sagt Uschi Moriabadi. Verschiedene Asanas werden dabei zu einer Abfolge, im Yoga-Vokabular Flow genannt, kombiniert.

Es wird also dynamisch auf der Matte – und damit auch anstrengend. „Für Menschen mit wenig Bewegungserfahrung können diese Stunden sehr herausfordernd sein“, so die Expertin. Vor allem dann, wenn man mit der Ausführung der einzelnen Asanas noch nicht so gut vertraut ist.

Dranbleiben kann sich aber auszahlen: Fans des Vinyasa Yoga lieben an diesem Stil, dass beim Fließen durch die Bewegungen der Kopf Ruhe gibt und man ganz im Moment ankommen kann.



3 | Yin Yoga – für alle, die sich pure Entspannung wünschen

Wer es sich auf der Matte gern kuschelig und gemütlich machen möchte, ist beim Yin Yoga genau richtig. „Das ist ein sehr entspannender, eher passiver Yoga-Stil“, sagt Moriabadi. Die Asanas werden sehr langsam eingenommen und lange gehalten – in aller Regel drei bis sechs Minuten. Hilfsmittel wie Kissen, Blöcke, Decken oder Gurte helfen dabei, die Positionen möglichst komfortabel zu gestalten.

Yin Yoga eignet sich der Expertin zufolge übrigens gut für Neueinsteigerinnen und Neueinsteiger. Und vor allem für alle, die ein großes Bedürfnis nach Ruhe und Entspannung verspüren. „Gerade bei stressgeplagten Menschen kann Yin Yoga heilsam wirken“, so Moriabadi. In der Stunde liegt ein großer Fokus auf dem Loslassen – nicht nur auf körperlicher, auch auf mentaler Ebene.

Darauf achten nach der Probestunde

Daneben gibt es noch viele weitere Yoga-Stile: Kundalini Yoga beispielsweise legt einen starken Fokus auf die Spiritualität, im Kurs werden etwa gemeinsam Mantras gesungen. Und beim Aerial Yoga führt man die Asanas in einem großen Tuch durch, das an der Decke befestigt ist. Vorsicht: Wer zu Seekrankheit neigt, dem könnte dabei etwas flau werden.

Was einem gefällt und mit welchem Stil man sich wohlfühlt, lässt sich durch Probestunden herausfinden. Im Anschluss ist es ratsam, sich kurz Zeit zu nehmen, um in sich hineinzuhorchen. „Wie fühle ich mich nach dem Training? Was ist mir während der Yoga-Stunde durch den Kopf gegangen und wie sympathisch ist mir der Lehrer oder die Lehrerin? Wurden die Übungen verständlich erklärt? Wurde korrigiert?“, schlägt Uschi Moriabadi mögliche Fragen vor, die man dabei abklopfen kann.

Wenn sich die Yoga-Stunde gut angefühlt und Freude geschenkt hat, ist das ein gutes Zeichen. „Nur dann können Körper, Geist und Seele eins werden“, so die Expertin. ■



HACHENBURGER COLA & COLA ZERO



DER PERSÖNLICHSTE KRONKORKEN DEUTSCHLANDS

Text und Fotos: Westerwald-Brauerei

Cola ist Cola? Von wegen! In Hachenburg wird jetzt nicht nur gebraut, sondern auch geschraubt – und zwar am Kronkorken. Denn hier entsteht die persönlichste Cola Deutschlands. Die Westerwald-Brauerei hat die neue Hachenburger Cola und Hachenburger Cola Zero auf den Markt gebracht – mit einer Besonderheit: Sie ist nicht einfach von „der Brauerei gemacht“, sondern von „den Menschen, die sie auch am Ende kaufen“, sagt Brauerei-Chef Jens Geimer mit einem Augenzwinkern. „Denn seit jeher gilt in Hachenburg: Nicht dem Brauer muss es schmecken, sondern den Menschen.“

Dabei ist das Thema für die Traditionsbrauerei kein komplettes Neuland: Bereits Ende der 90er-Jahre wurde mit dem Cola-Bier „Frischling“ ein koffeinhaltiges Produkt auf den Markt gebracht. Doch einfach eine bestehende Rezeptur übernehmen und abfüllen? „Nein, absolut nicht“, sagt Braumeister Mike Grün. „Eine reine Cola muss, im Gegensatz zum Frischling, ganz anders komponiert werden. Das hatten wir uns am Anfang deutlich einfacher vorgestellt.“ Es folgten viele Versuche, Verkostungen und Anpassungen der Rezeptur.

Mit einem Pro-Kopf-Konsum von rund 34 Litern pro Jahr gehört Cola zu den beliebtesten Getränken in Deutschland. Geschmacklich orientierte man sich am Marktführer, aber dennoch auch am Geschmack der Heimat – oder besser gesagt, am Geschmack der Menschen aus dem Westerwald und den angrenzenden Regionen. „Wir haben uns dann ganz bewusst dazu entschieden, keine Cola zu kopieren, sondern eine zu entwickeln, die unseren Kunden, die hier leben, schmeckt“, so Maik Grün, Leiter der Brautechnik.

Über 1.000 Kundinnen und Kunden waren an Verkostungen und Entwicklungsaktionen beteiligt und haben den Geschmack der Hachenburger Cola & Cola Zero mitkreiert. Das Ergebnis kann man im wahrsten Sinne des Wortes sehen: Alle Helfer der sogenannten „Cola-Crew“ hatten die Möglichkeit, sich mit ihrem Namen, Gesicht und Wohnort auf den Kronkorken der neuen Colas verewigen zu lassen. Jeder Kronkorken erzählt damit eine ganz eigene Geschichte und steht für Beteiligung, Heimat und Identifikation. So wird aus einer Cola ein persönliches Statement – und aus jedem Öffnen ein Wiedererkennen.

Die Hachenburger Cola & Cola Zero sind im 20 x 0,33-Liter-Kasten sowie im 6er-Pack in der Drittel-Flasche ab sofort erhältlich. Ob für Feste, Treffen mit Freunden oder den Alltag – die Westerwald-Brauerei zeigt mit ihrer Cola, dass alkoholfrei nicht beliebig sein muss, sondern gemeinsam entwickelt, regional verwurzelt und besonders schmeckt – und dass Hachenburger Cola zu allen Tageszeiten eine gute Wahl ist. Die Botschaft ist klar: Das ist eure Cola – aus der Heimat, für die Heimat. ■

Über den



Wolken

VOM SEGELFLUGPLATZ ZUM KAPITÄN AUF DER LANGSTRECKE

Text: Klaus-Peter Kreß | Fotos: Helge Lahrmann, stock.adobe.com

Viele Kinder haben schon in jungen Jahren eine klare Vorstellung, was sie einmal werden wollen. Mal ist der Berufswunsch Feuerwehrmann, Arzt oder Polizist, für ganz Ambitionierte auch schon mal der des Bundeskanzlers. Doch nicht bei allen wird dieser Wunsch Realität oder bleibt dauerhaft dasselbe Ziel.

Ein früher Traum hebt ab

Für Helge Lahrmann steht schon sehr früh fest, wohin ihn sein beruflicher Weg führen soll. 1979 wird er in Koblenz geboren und wächst in Braunfels auf, wo er viel Zeit auf dem Segelflugplatz verbringt. Mit 13 Jahren beginnt er die Ausbildung für den Segelflugschein. Fliegen ist seine erste Liebe und sein Berufsziel steht fest: Er möchte Pilot werden. Womit und wohin er einmal fliegen wird, ist zu diesem Zeitpunkt noch nicht ganz klar. Vielleicht sogar ganz hoch hinaus.

Nach dem Abitur in Weilburg möchte er Luft- und Raumfahrttechnik studieren. Damals erzählt ihm ein Freund von seiner Pilotenausbildung bei der Lufthansa. Das könnte auch für den jungen Helge der richtige Weg sein, sich 10.000 bis 11.000 Meter über der Erde zu bewegen.

Mit 20 Jahren besteht er den Einstellungstest bei der Lufthansa, der fünf Tage lang in Hamburg beim Deutschen Zentrum für Luft- und Raumfahrt stattfindet. Getestet werden vor allem Konzentrations- und Teamfähigkeit sowie logisches Denken, wie er sich auch heute noch gut erinnert. Danach schließt sich eine dreijährige Ausbildung in Bremen und Phoenix/Arizona in den USA an. Einen Teil der Kosten für diese Ausbildung muss er selbst übernehmen und nach Erhalt des Arbeitsvertrags abzahlen.

Schritt für Schritt nach vorne links

Nach der Ausbildung kann man natürlich nicht sofort als Kapitän eines Jumbojets oder eines Airbus A 380 arbeiten. Auch in anderen Wirtschaftszweigen wird man nach der Lehre nicht direkt Vorstandsvorsitzender eines DAX-Konzerns. So wird Helge Lahrmann zunächst Copilot auf der Kurzstrecke. Das bedeutet, dass ausschließlich Ziele innerhalb Europas angefliegen werden. Meist ist man bis zu fünf Tage unterwegs und führt pro Tag bis zu fünf Flüge durch. Dadurch ist die „Ereignisdichte“ traditionell sehr hoch – ideal, um Erfahrungen zu sammeln. Es folgt die Zeit als Copilot auf der Langstrecke. Diese Tätigkeit führt ihn nun fast wöchentlich zu Zielen, von denen die meisten Menschen höchstens einmal im Jahr bei der Urlaubsplanung träumen.

Für jede neue Aufgabe und Funktion gibt es ein umfangreiches Trainingsprogramm, um den neuen Tätigkeitsbereich auch qualifiziert übernehmen zu können. Als nächster Schritt auf der Karriereleiter folgt für den jungen Copiloten die Position als Senior First Officer (SFO). Seine Aufgabe ist es, den Kapitän zu vertreten, solange dieser in der Pause ist. Bei sehr langen Flügen besteht die Cockpitbesatzung aus drei Piloten, sodass während des Reisefluges stets einer Pause machen kann. So sind alle vor der anspruchsvollen Phase des Anfluges fit und ausgeruht.

Nach 18 Jahren kommt Helge Lahrman am Ziel seiner beruflichen Ambitionen an. Bei der Lufthansa wird er Kapitän auf der Langstrecke und sitzt ab sofort vorne links im Cockpit.

Zwischen Digitalisierung und Weltpolitik

An der eigentlichen Aufgabe, ein Flugzeug von A nach B zu fliegen, hat sich für Helge Lahrman im Laufe der Jahre nicht viel verändert. An die Verantwortung für die Menschen und die Maschine hat er sich schnell gewöhnt. Doch vieles ist inzwischen technisch komplexer und vor allem digitaler geworden.

Hatten ein Kapitän und sein Copilot vor Jahren noch zahlreiche Papiere in der Hand, wie zum Beispiel den Flugplan oder ausgedruckte Wetterkarten für den gesamten Flug, haben sie heute alles digital auf dem Laptop. „Das hat für unsere Arbeit sehr große Vorteile“, berichtet er. So steht ihm beispielsweise jederzeit ein aktueller Wetterbericht für seine Flugstrecke zur Verfügung. „Früher“, so erinnert er sich, „waren die Wetterkarten meist nach ein paar Flugstunden schon veraltet.“ Er weiß aus eigener Erfahrung, wie schnell sich das Wetter in großer Höhe ändern kann.

Auch wenn sich die für die Fluggäste unangenehmen Turbulenzen nicht immer vermeiden lassen, werden Gewitter doch grundsätzlich umflogen. Eine kleine Verspätung oder ein umwegbedingt etwas höherer Kerosinverbrauch werden hierfür immer in Kauf genommen. Die Sicherheit der Fluggäste, so Helge Lahrman, geht immer vor.

Dramatisch verändert hat sich die politische Lage auf der Welt. So gibt es zahlreiche Krisenherde, die auch den Luftraum betreffen. Viele Länder dürfen gar nicht oder nur sehr beschränkt, also zum Beispiel in einigen wenigen Flughöhen, überflogen werden. Diese Vorgaben können sich teils schnell ändern und schränken Optionen unterwegs stark ein, wie beispielsweise für eine Ausweichlandung. Eine gründliche Vorbereitung und Planung vor jedem Flug sind deshalb heute noch wichtiger.

Gewartet werden die Flugzeuge sehr gut, so hat das Alter eines Flugzeuges keine Auswirkungen auf die Sicherheit. Trotz der vielen Jahre im Cockpit und tausender Flüge hat Helge Lahrman deshalb auch zum Beispiel noch nie einen Triebwerksausfall während eines Fluges erlebt. „Wenn wir einmal außerplanmäßig zwischenlanden müssen“, berichtet er aus seinem Berufsleben, „ist der häufigste Grund ein kranker Passagier, der dringend ärztliche Hilfe benötigt“.

Arbeiten gegen die innere Uhr

Für ihn als Flugkapitän ist die Zeitumstellung eine große Herausforderung. Ein Zeitunterschied von bis zu neun Stunden ist keine Seltenheit. Gerade deshalb nutzt die Cockpitbesatzung die ruhige Zeit eines langen Fluges abwechselnd für ein Powernap von 15 bis 20 Minuten. Die Lufthansa empfiehlt dies sogar: kontrollierte Ruhephasen in einer Zeit der geringen Arbeitsbelastung, damit die Piloten vor Beginn des Anfluges konzentriert und leistungsfähig sind.

Helge Lahrman ist schon viele verschiedene Flugzeugtypen geflogen, bisher ausschließlich des Herstellers Airbus. Da die Maschinen sehr komplex sind und es insbesondere bei den beiden Herstellern Boeing und Airbus viele technische Unterschiede gibt, fliegen Piloten immer nur ein Muster. Ein Wechsel auf einen anderen Typ bedingt eine neue Schulung – und den Verlust der Erlaubnis, das vorherige Modell weiterzufliegen. So wird sichergestellt, dass man „sein“ Flugzeugmuster genauestens kennt. Der für den Passagier augenfälligste Unterschied, so erzählt es Helge Lahrman mit einem Schmunzeln, ist, dass man eine Boeing mit einem Steuerhorn „lenkt“, bei Airbus ist es ein Joystick.

Traumjob mit Verantwortung

Als Kapitän trägt man fast täglich Verantwortung für ein Flugzeug im Wert von vielen Millionen Euro. Vor allem aber für das Leben oft mehrerer hundert Passagiere. Dieser Verantwortung, so Helge Lahrman, sei man sich in jedem Moment eines Fluges bewusst. Hierfür werde man umfassend ausgebildet und während des gesamten Werdegangs bis zum Kapitän fortwährend gefördert.

Für ihn ist sein Beruf als Kapitän bei der Lufthansa dennoch ein wahr gewordener Traum. Ein Beruf mit sehr viel Verantwortung, aber auch mit zahllosen schönen Momenten und vielen Freiheiten. Und ganz nebenbei lernt man dabei auch noch die schönsten Plätze der Welt kennen. Kein Wunder also, dass er nicht nur seine Berufswahl nie bereut hat, sondern sich immer wieder für diesen Beruf entscheiden würde. Für einen Arbeitsplatz über den Wolken. ■



Foto oben links | Als Flugkapitän hat man den besten Blick auf die schönsten Plätze der Welt – hier auf den Tafelberg und den Lions Head der südafrikanischen Metropole Kapstadt.

Foto oben rechts | Vor dem Start gilt der Blick des Kapitäns nicht der Schönheit der Abendstimmung, sondern der Sicherheit des Flugzeugs. Ein optischer Technikcheck ist obligatorisch.

Foto links | Als Kapitän hat Helge Lahrman sein Berufsziel erreicht. Durch seine umfassende Ausbildung beherrscht er auch die komplexe Technik eines modernen Verkehrsflugzeugs.



TIERISCHE Abkühlung IM SOMMER

Text: djd | Fotos: stock.adobe.com



Sonnenschein, Strand, saftig grüne Wiesen und bunt blühende Sträucher: Für viele ist der Sommer die schönste Jahreszeit. Doch heiße Sommertage können sowohl uns Menschen als auch unsere Vierbeiner belasten. Die Haustierversicherung Agila gibt Tipps für die heißen Tage mit Hund und Katze.

1 | ÜBERHITZUNG ERKENNEN

Zu den größten Gefahren gehört der Hitzschlag. Er kann bei Tieren innerhalb kurzer Zeit lebensbedrohlich werden, besonders wenn sie sich in geschlossenen oder schlecht belüfteten Räumen aufhalten oder direkter Sonneneinstrahlung ausgesetzt sind. Tiere sollten daher nicht in einem geschlossenen Auto zurückgelassen werden, auch nicht bei geöffnetem Fenster oder wenn das Auto im Schatten steht.

Häufige Symptome einer Überhitzung bei Hunden sind starkes Hecheln, Unruhe, übermäßiger Speichelfluss, Erbrechen, Durchfall und im Extremfall Bewusstlosigkeit oder Krampfanfälle. Tierärztin Melanie Müller von Agila rät: „Wenn an heißen Tagen eines oder mehrere dieser Symptome auftreten, sollte das Tier so schnell wie möglich in eine Tierarztpraxis.“ Katzen zeigten bei Überhitzung eher subtilere Anzeichen wie reduzierte Aktivität, schnelle Atmung, Hecheln – was bei Katzen unüblich ist – sowie Appetitlosigkeit oder Erbrechen.

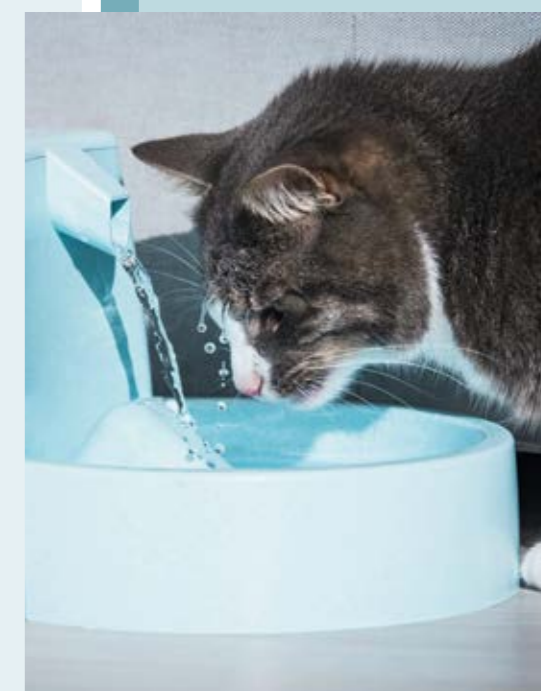
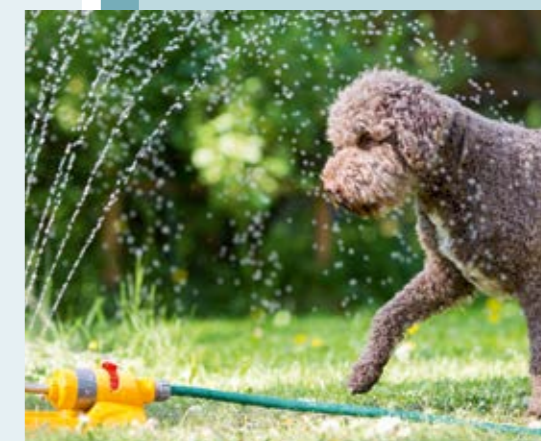
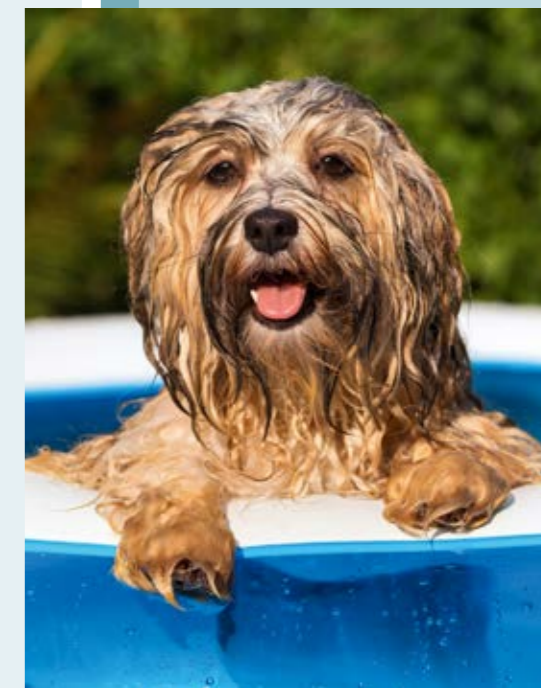
2 | TIERE VOR ÜBERHITZUNG SCHÜTZEN

Um Hunde und Katzen vor den Auswirkungen der Hitze zu schützen, ist es wichtig, dass sie sich vor allem in kühlen, schattigen Bereichen aufhalten. Für Hunde bietet es sich an, Spaziergänge auf die frühen Morgen- oder späten Abendstunden zu verlegen. Zusätzlich – oder wenn der Gang nur in der Hitze möglich ist – können Kühlwesten oder -halstücher die Hunde beim Gassigang kühlen. Ebenfalls hilfreich sind Hundepools für den Balkon oder Garten aus besonders robustem Material und mit rutschfesten Innenwänden. Katzen, die in der Wohnung leben, profitieren von heruntergelassenen Rollläden, geöffneten Fenstern mit Schutzgittern und kühlen Fliesen.

3 | GENÜGEND WASSER BEREITSTELLEN

Tierärztin Melanie Müller betont, dass darüber hinaus eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr wichtig ist: „Frisches Wasser sollte jederzeit zur Verfügung stehen. Auch über Nassfutter können die Tiere Flüssigkeit aufnehmen.“ Eventuelle Reste des Nassfutters sollten jedoch schnell zurück in den Kühlschrank, da sich bei Hitze Krankheitserreger schnell vermehren können und Wespen angelockt werden.

Für Katzen, die häufig zu wenig trinken, empfiehlt die Expertin Trinkbrunnen: „Das fließende Wasser animiert sie, Wasser aufzunehmen.“ Insgesamt gilt: Ein bewusster Umgang mit Hitze, ein angepasster Tagesablauf sowie gezielte Kühlmaßnahmen sind entscheidend, um Hunde und Katzen sicher durch den Sommer zu bringen. ■



GEIN Gefühl

TIEFER
GELASSENHEIT



Cloud Dancer
11-4201

„Cloud Dancer“ ist die Pantone Farbe des Jahres 2026

Text: Pantone Color Institute | Fotos: The Development

Ein zarter Weißton, der ein Gefühl tiefer Gelassenheit vermittelt, und der Ruhe in einer hektischen Welt symbolisiert, die den Wert von Achtsamkeit und stiller Reflexion neu entdeckt: Das Pantone-Farbinstitut hat „Cloud Dancer“ zur Farbe des Jahres 2026 gewählt.

Wie eine unbeschriebene Leinwand verkörpert „Cloud Dancer“ den Wunsch nach einem Neubeginn. Wenn wir alte Denkweisen abstreifen, öffnen wir uns für neue Perspektiven. „Cloud Dancer“ besänftigt den Geist, sorgt für echte Entspannung und Fokus und schenkt Raum für gedankliche Weite, damit Kreativität atmen kann und Innovation entstehen darf.

„In einer Zeit des Wandels, in der wir unsere Zukunft und unseren Platz in der Welt neu definieren, bietet ‚Cloud Dancer‘ als dezenter Weißton ein Versprechen von Klarheit“, so Leatrice Eiseman, Executive Director des Pantone Color Institute.

„Der Lärm um uns herum ist mittlerweile so überwältigend, dass es immer schwieriger wird, die Stimme unseres inneren Selbst zu hören. ‚Cloud Dancer‘ wirkt wie ein bewusstes Bekenntnis zur Simplizität, schärft unsere Aufmerksamkeit und befreit uns von ablenkenden äußeren Einflüssen.“

Bewusst zur Ruhe zu kommen und sich für einen Moment von ständigen Anforderungen zurückzuziehen bedeutet, die innere Stärke des Seins anzuerkennen und nicht nur des Tuns. „Cloud Dancer“ spiegelt unser Streben nach einer Zukunft ohne Überfluss wider und lässt den Wunsch nach Zufriedenheit, Frieden, Verbundenheit und Harmonie wachsen. ■

„MAN DARF ALSO

Mut haben“

WINDKRAFTPIONIER JOACHIM FUHLÄNDER BRINGT VOM WESTERWALD AUS ENERGIE IN DIE WELT

Text: Anne Herrig | Fotos: privat, stock.adobe.com

Es gibt Lebenswege, die sich nicht geradlinig erzählen lassen. Und vielleicht sind gerade sie die interessanteren. Der von Joachim Fuhländer beginnt nicht in den großen Industriezentren, nicht in den gläsernen Bürotürmen internationaler Konzerne, sondern in einer Landschaft, die für Bodenständigkeit, Wetterfestigkeit und Beharrlichkeit steht: im Westerwald, genauer gesagt in Waigandshain.

Wer mit Fuhländer spricht, merkt schnell, dass diese Herkunft für ihn keine folkloristische Beigabe ist, sondern ein Fundament: „Der Westerwald ist und bleibt meine Heimat, meine Wurzeln, die man nicht rausreißen kann“, gesteht er. Und setzt nach: „Der Westerwald hat mich geprägt und stark gemacht – mit Wind, Wetter und Westerwälder Plattdeutsch –, als Schmied, als Helfer in der Landwirtschaft, als Unternehmer.“ Diese Sätze erklären viel. Sie erzählen von einer Region, in der Arbeit nie bloß abstrakt ist, sondern greifbar. Von einer Prägung, in der Anpacken, Durchhalten und Improvisieren selbstverständlich dazugehören.

Vielleicht aus eben dieser Haltung heraus entstand auch seine unternehmerische Geschichte. Joachim Fuhländer gehört zu den frühen prägenden Figuren der deutschen Windkraftentwicklung. Mit seinem Unternehmen machte er seinen Namen weit über die Region hinaus bekannt. In den starken Jahren der Windkraftbranche arbeiteten zeitweise bis zu 700 Menschen im Westerwald für die Fuhländer AG. Das war für die Region mehr als nur ein wirtschaftlicher Erfolg. Es war ein Signal: dass auch aus einer ländlich geprägten Gegend heraus Industrie, Innovation und internationale Strahlkraft entstehen können. Windkraftanlagen aus dem Westerwald gingen in zahlreiche Länder, die Projekte erstreckten sich weit über Deutschland hinaus.

Auf die Frage, was ihn antreibe, antwortet er mit einem Satz, der fast wie ein Lebensmotto klingt: „Es ist schwer anzusehen, wie Dinge falsch laufen. Man muss also Spuren hinterlassen. Denn sonst bleibt ja alles spurlos und farblos.“ Das ist keine betriebswirtschaftliche Formel. Es ist ein persönliches Statement. Und vielleicht erklärt gerade das, warum Fuhländer bis heute nicht aufgehört hat, neue Wege zu suchen.

DER WESTERWALD IST UND BLEIBT MEINE Heimat.

”

Auch schwierige Phasen gehören zu seiner Biografie. Die Insolvenz der Fuhrländer AG im Jahr 2012 war ein solcher tiefer Einschnitt – menschlich wie unternehmerisch. „Diese Zeit war einfach sehr schwer. Nie, bis heute, gab es klare politische Ansagen, auf die man hätte bauen können. Ich hatte immer Existenzangst.“ Doch in Fuhrländers Leben wirkt das rückblickend alles nicht wie ein Endpunkt, sondern eher wie eine Zäsur, nach der sich der Blick noch einmal verändert hat: weg vom reinen Industriegeschäft, hin zu Projekten, die technisches Wissen, Energieversorgung, Bildung und konkrete Hilfe enger zusammenbringen.

Energy & Education

Heute steht über Fuhrländers Arbeit eine Idee, die ebenso einfach wie programmatisch formuliert ist: Energy & Education. Energie und Bildung also – für ihn zwei entscheidende Grundlagen, wenn Entwicklung gelingen soll. „Schon seit längerer Zeit sind die wichtigsten Dinge auf der Welt Energie und Bildung – nicht nur in Afrika“, wiederholt er. Und darin steckt viel von dem, was seine jetzigen Projekte ausmacht.

Denn Fuhrländer denkt Energie nicht isoliert: Es geht ihm nicht nur darum, Solar-systeme oder Batteriespeicher zu liefern. Es geht um das, was mit verlässlicher Energie überhaupt erst möglich wird: medizinische Versorgung zum Beispiel, Landwirtschaft, Kühlung, Wasseraufbereitung, Ausbildung, letztlich: Selbstständigkeit. In Kamerun wurde so etwa ein intelligentes

Solar-Batterie-System aufgebaut, zur Versorgung eines Waisenhauses, eines Medical Centers und weiterer Anwendungen. In Ghana arbeitet Fuhrländer an großen solarbetriebenen Bewässerungsanlagen für den Maisanbau, außerdem an Projekten zur Trinkwasserabfüllung und an Konzepten für medizinische Einrichtungen. Denn überall dort, wo Stromausfälle zum Alltag gehören, wird Energie nicht zum Komfortthema, sondern zur elementaren Voraussetzung für Versorgung und Stabilität.

Gerade im medizinischen Bereich zeigt sich, wie konkret Fuhrländers Ansatz ist. Wenn Krankenhäuser und Gesundheitszentren nicht zuverlässig versorgt werden, geraten selbst grundlegende Untersuchungen und Behandlungen ins Wanken. Deshalb entwickelt er mit Partnern Lösungen, mit denen auch anspruchsvolle medizinische Geräte unabhängig vom Stromnetz betrieben werden können. Das reicht bis zu Systemen für MRT-Technik oder Dialyse.

Dabei setzt Fuhrländer auf etwas, was er selbst „vertikale Komplettlösungen“ nennt. Auch das ist typisch für seine Denkweise: nicht nur ein einzelnes Produkt liefern, sondern vom Bedarf her denken. „Wenn ein Krankenhaus ein MRT benötigt, stellen wir mit unserem Team den Behandlungsbereich fest, ermitteln das beste Gerät und liefern wieder alles – auch mit der Energie. Dazu gibt es befreundete Ärzte und Ingenieure im Team. Es entstehen somit keine undefinierten Schnittstellen mehr.“

Bemerkenswert ist dabei, wie klar Fuhrländer Hilfe und Entwicklung voneinander unterscheidet. Spenden, erklärt er, seien dort wichtig, wo akute Not herrscht – bei Hunger, Krankheiten oder Kinderheimen. Für dauerhafte Entwicklung aber



setzt er auf Arbeit, Ausbildung und Eigenverantwortung. „Spenden machen ansonsten abhängig und nehmen den Stolz auf eigene Leistung. Daher muss man ausbilden und zu Eigenständigkeit verhelfen.“

In diesem Geiste denkt Fuhrländer an seinen Traum, den er gerne noch verwirklichen will: „Eine Akademie für Erneuerbare Energien und Medizintechnik, irgendwo in Afrika, zunächst in zwölf Berufen.“ Dieser Traum fügt sich nahtlos in seinen Lebensweg ein. Denn Ausbildung war für ihn nie Nebensache, sondern immer Teil seines unternehmerischen Denkens: Junge Menschen fit machen für Technik, Verantwortung und Zukunft.

Zwischen Aufbruch, Antrieb und Leidenschaft

Was an Joachim Fuhrländer immer wieder auffällt, ist die Mischung aus regionaler Verwurzelung und weltweiter Beweglichkeit. Sein Netzwerk spannt sich, wie er selbst schreibt, „von Kanada bis China und Japan – und von Schweden bis Südafrika“. Sein Verhältnis zu Afrika ist dabei nicht von Distanz geprägt, sondern von großer Nähe und Interesse. „Afrika ist ein junger Kontinent mit einem sehr niedrigen Durchschnittsalter“, erzählt er. „Diese jungen Menschen sind hochmotiviert und kennen keine Work-Life-Balance.“ In einem Bonmot: „We need people who love Monday.“

Auch sein Rat an junge Menschen hierzulande passt dazu. Statt Abwarten empfiehlt er: „Raus aus dem Work-Life-Balance-Trend und, am besten in Afrika, ein halbes oder ganzes freiwilliges soziales Jahr machen.“

Neben Energie und Bildung spielt für Fuhrländer noch etwas anderes eine auffallend große Rolle: die Musik. „Musik war und ist ein sehr wichtiger Bestandteil“, sagt er über sein Leben. Seine Frau Anna ist Geigerin und leitet das Kurorchester in Bad Füssing. Durch sie, erzählt er, habe sich sein Zugang zur klassischen Musik noch einmal erweitert. „Und wenn ich bei irgendeiner Arbeit auch mal feststecke, gehe ich einfach in eines der zehn Konzerte pro Woche und genieße Musik.“

Möglicherweise ist es genau diese Mischung aus Technikbegeisterung, Weltoffenheit und persönlicher, kreativer Leidenschaft, die Fuhrländers Lebensweg bis heute prägt. Vom Schmied im Westerwald zum Windkraftpionier, vom Industrieunternehmer – sogar Bundesverdienstkreuzträger – zum Initiator internationaler Energie-, Medizin- und Bildungsprojekte. Seine Geschichte ist eine, die weit hinaus in die Welt führt. Und doch gibt es einen Ort, der für ihn immer wieder zum inneren Bezugspunkt wird, „Heimweh“ weckt: Der höchste Punkt des Westerwaldes. „Mein Lieblingsplatz ist die Fuchskaute“, schwärmt Fuhrländer. „Dort durfte ich einige meiner vielen Ideen umsetzen und den Menschen dienen. Pure Freude.“

Vielleicht ist es genau dieses Bild, das am besten zu ihm passt: oben auf dem Westerwaldkamm, wo der Wind über die Höhen zieht und der Blick weit reicht. Ein Ort, an dem Herkunft und Aufbruch zusammenkommen – ein Ort mit Weitblick, Naturkraft und Raum für Vernetzung. Genau die Dinge, die Fuhrländer immer wieder neu tatkräftig nutzt. „Man darf also Mut haben.“



BUCHTIPP

JOACHIM FUHRLÄNDER
Erneuerbar –
Wenn Energie Zukunft
gestaltet – Mein Leben
als Windkraftpionier
BONIFATIUS VERLAG
ISBN: 978-3-9879002-3-5



OPAS SEELE LEBT

Wenn Liebe bleibt, ist niemand wirklich gegangen.

Die bewegende Fortsetzung von Manuela Lewentz Erfolgsbuch Opas Seele bleibt. **JETZT IM HANDEL!**

Tauchen Sie erneut ein in die liebevolle Verbindung zwischen Anne und ihrem Opa – eine Beziehung, die selbst der Tod nicht trennen kann. Ein Buch voller Hoffnung, Erinnerungen und der Kraft, das Leben zu genießen.

Erhältlich online bei **rz-forum.de** sowie überall, wo es Bücher gibt.
14,90 Euro · ISBN 978-3-92-518053-8 · **Auch als E-Book erhältlich.**

manuela-lewentz.de

Quelle: amazon.de

Leserstimmen

- ★★★★★ Eine Geschichte, die direkt ins Herz trifft
- ★★★★★ Ein zutiefst berührender Roman voller Hoffnung und Wärme
- ★★★★★ Der Tod muss nicht das Ende sein

KOLUMNE



DIE SACHE MIT DEM ERWACHSENSEIN

Es gibt Momente, da bin ich kurz davor, mich wie ein Kind auf den Boden zu schmeißen und ganz laut zu schreien. Aber wahrscheinlich komme ich dann nicht mehr hoch. Im Kopf bin ich zwar Berufsjugendliche, aber körperlich klopft gefühlt schon das Seniorenheim an die Tür. Warum genau wollten wir nochmal erwachsen werden? Ich nehme jedenfalls alles zurück. Ich möchte bitte nicht aus dem Bällebad abgeholt werden.

Erwachsen sein: Alle spielen eine Rolle, aber keiner hat das Drehbuch. Mein Film trägt den Titel „Mit der Gesamtsituation überfordert“. Arbeit, Termine, Formulare, Versicherungen, Haushalt und diese verdammte Steuererklärung – alles Dinge, über die man in der Schule nichts lernt. Wenn ich für jede von mir umgebrachte Pflanze ein Kreuz aufstellen würde, sähe mein Garten wie ein Friedhof aus. Adulthood als Unterrichtsfach wäre also wirklich sinnvoll. Lektion 1: Wie man seine Telefon-Angst überwindet. Lektion 2: Wie diese Work-Life-Balance funktioniert, von der wir ja alle angeblich viel zu viel haben.

Für mich lassen sich Erwachsene in drei Kategorien einteilen: Es gibt normale Erwachsene, die auch nicht perfekt sind, aber immerhin ein Ei aufschlagen können, ohne dass Schale im Teig landet. Dann gibt es Premiererwachsene, die Google in menschlicher Form sind und scheinbar für alles eine Lösung haben. Und dann gibt es da mich, die sicherheitshalber nochmal nachliest, wie man Kartoffeln kocht. Man weiß ja nie.

„Du hast dein Leben nicht im Griff!“, schreit meine innere Stimme mich oft an. Aber wisst ihr was? Erwachsen sein ist keine Persönlichkeit! Man darf sich selbst einfach nicht zu ernst nehmen und Perfektion ist sowieso langweilig. Immerhin kann mir jetzt niemand mehr verbieten, mitten in der Nacht ein Nutellabrot zu essen. Und mein Zimmer muss ich auch nicht mehr aufräumen, wenn ich dazu keine Lust habe. So sieht meine Wohnung allerdings manchmal auch aus. Ich weigere mich jedenfalls, mein inneres Kind gehen zu lassen. Am Ende tun doch sowieso alle nur so, als hätten sie das Erwachsensein verstanden.

EUER GESCHMACK - EURE COLA.



Erschaffen von über 1.000 Cola-Verkostern.



hachsenburger.de

„EIN Selterswasser BITTE!“

WIE AUS EINER REGIONALEN QUELLE EIN GLOBALER BEGRIFF WURDE

Text: Klaus-Peter Kreß | Fotos: Gemeinde Selters, Baumann Fotostudio

Nur wenigen Produkten gelingt es, mit ihrem Namen zu einem Gattungsbegriff, zu einem Synonym zu werden. Doch es gibt Beispiele, die wir alle kennen. Statt Papiertaschentuch sagen wir „Tempo“, statt Klebeband „Tesa“. Nach der Dusche nutzt niemand einen Haartrockner, sondern einen „Fön“ und die Internetrecherche wird als „googeln“ bezeichnet.

Für Mineralwasser – ob ohne, mit wenig oder viel Kohlensäure versetzt – kennen wir alle den Begriff „Selterswasser“. Wer im Restaurant eins bestellt, bekommt ohne Nachfrage zuverlässig ein Mineralwasser serviert. Doch wer kennt schon den Ursprung dieses mehr als 500 Jahre alten Gattungsbegriffs? Er stammt aus unserer Region – genauer aus Niederselters.

GESCHICHTE ERLEBEN IM SELTERSWASSERMUSEUM

Die erste urkundliche Erwähnung der Ansiedlungen Ober- und Niederselters stammt aus dem Jahr 772 und wird dort „Saltrissa“ genannt. Bereits zu der Zeit Karl des Großen gab es dort wohl eine salzhaltige aufsteigende Mineralquelle, die erstmals 1536 dokumentarisch belegt wurde. Jahrhunderte später wurde ihr Name weltweit zum Gattungsbegriff für Mineralwasser und birgt eine spannende sowie abwechslungsreiche Geschichte, die bis zum Beginn des 21. Jahrhunderts reicht.

Diese kann im Brunnengebäude in Selters – dem Wahrzeichen der Gemeinde – verfolgt und erlebt werden. Nach umfangreichen Renovierungs- und Umbauarbeiten wurde 2011 in den Räumlichkeiten ein Mineralwassermuseum eröffnet – das zentrale Museum für Mineralwassergeschichte. Es bietet interessante Einblicke in die Geologie

Foto links | Fast schon parkähnlich zeigt sich heute das rund 20.000 Quadratmeter große Brunnengelände mit Brunnenanlage, restauriertem Krugmagazin, Bürogebäude und Blick auf den Nussberg.

Foto rechts | Dieser Krug stammt aus der Zeit, in der der Brunnen zum Herzogtum Nassau gehörte, was an dem Zeichen HN zu erkennen ist.



und Entstehung des Mineralwassers und unterstreicht dessen historische Bedeutung. Besichtigt werden können dort außerdem der historische Brunnentempel – die ehemalige Abfüllanlage – sowie die Haustrunk-Anlage. Gleichzeitig spiegelt die Ausstellung ein Stück Wirtschaftsgeschichte wider. Besichtigungstermine sind in Absprache mit der Gemeinde Selters möglich.

SELTERSWASSER – EIN GETRÄNK FÜR DIE ELITE

Das Interesse an diesem mit natürlicher Kohlensäure versetztem Wasser stieg seit Mitte des 16. Jahrhunderts kontinuierlich an. Laut einer Limburger Chronik hatte man 1606 durch Baumaßnahmen an der Quelle das „süße Wasser“ vom „sauren Wasser“ getrennt. Wenige Jahre später – während des 30-jährigen Krieges – gab es bereits erste Formen eines Kurbetriebs in Niederselters.

Hinweise auf erste Händler des Selterswassers gibt es aus dem 17. Jahrhundert. 1681 waren Niederselters und damit auch die Quelle in den Besitz des Kurfürstentums Trier übergegangen. Dort hatte man schnell die finanziellen Möglichkeiten durch die Quelle erkannt. Der Brunnenpächter zahlte 1708 26 Reichstaler Pacht, 1712 200 Reichstaler und 1720 bereits mehr als 2.000 Reichstaler.

Das Selterswasser war keineswegs ein Getränk für jedermann, sondern eher ein Luxusgut. 1753 kostete ein Krug mit 1,5 Liter Wasser neun Kreuzer. Ein Abendessen mit Bier kostete zu dieser Zeit zwei Kreuzer – also nichts für Bauern und Handwerker. Daher ist es nicht verwunderlich, welche Bedeutung der Haustrunk für die Menschen in Niederselters und teilweise den Nachbargemeinden hatte.

Auch Johann Wolfgang von Goethe war ein großer Freund des Selterswassers. Da er bei einem Aufenthalt in Jena keins hatte, schrieb er an seine Frau: „Schicke mir doch vier Krüge frisches Seltzer Wasser, es ist mir dieser Tage recht ein Bedürfnis geworden.“ Dem Ort der Quelle stattete er 1815 sogar einen Besuch ab.

VON KRÜGEN ZU GLASFLASCHEN

Offiziell wurde das Quellwasser bis 1870 in Keramikkrügen abgefüllt, die aus dem Kannenbäckerland geliefert wurden. In der ersten Hälfte des 18. Jahrhunderts waren es etwa 200.000 bis 300.000 Stück pro Jahr. Es folgte sukzessiv die Umstellung auf Glasflaschen.

Baumaßnahmen an der Quelle sowie technische Entwicklungen bei der Abfüllung und dem Transport machten eine permanente Steigerung des Absatzes möglich. 1753 wurden bereits rund 600.000 Krüge mit Selterswasser verkauft. Die Einnahmen aus Niederselters waren zu dieser Zeit der größte Einzelposten der trierischen Hofkammer.

Diese Prozesse können detailreich im Museum nachverfolgt werden. Mit alten Füllmaschinen, Krügen, Flaschen und zahlreichen Fotografien wird dort Geschichte lebendig. Das Museum verfügt über die weltweit größte Mineralwasserflaschen-Sammlung mit mehr als 2.500 Flaschen aus 119 Ländern.

SELTERSWASSER EROBERT DIE WELT

Seit Mitte des 19. Jahrhunderts beschäftigten sich zahlreiche Schriften, Bücher und wissenschaftliche Arbeiten mit dem Selterswasser und steigerten damit noch einmal den Absatz und machten die Quelle zum ersten und bekanntesten Mineralwasser in Europa. Somit befand sich in Niederselters bis 1871 der umsatzstärkste Brunnen Deutschlands – aber auch darüber hinaus. Lieferungen nach Indonesien, Lima, Rio de Janeiro, Mittelamerika, Kolumbien und seit 1854 auch nach New York sind dokumentiert. Nicht nur in Deutschland, sondern in vielen Ländern der Welt wurde „Selterswasser“ so zu einem Begriff.

Foto oben | Weibliche Beschäftigte, sogenannte „Brunnenmädchen“, waren über viele Jahrzehnte hinweg für das Befüllen der Krüge und Flaschen sowie die Verpackung verantwortlich.

Foto unten | Dank der Automatisierung beim Abfüllen und Verpacken konnte der Vertrieb von bis zu 100.000 Flaschen pro Tag realisiert werden.



Auch heute noch löschen viele Menschen ihren Durst mit Mineralwasser. Gleichzeitig hat es sich aber auch zu einem sehr exklusiven Produkt entwickelt. Flaschenpreise von 20 bis 30 Euro für seltenes Quellwasser sind keine Seltenheit. Für eine Flasche mit fast 100.000 Jahre altem Gletscherwasser werden teilweise mehrere hundert Euro gezahlt. Kein Wunder also, dass es neben den bekannten Weinsommeliers inzwischen auch Wassersommeliers in Edelrestaurants gibt.

EINE BEWEGTE GESCHICHTE – BIS HEUTE

Im Laufe der Jahrhunderte hatte der Mineralwasserbrunnen in Niederselters zahlreiche Eigentümer – von kirchlichen Bistümern über verschiedene Landesherren, bis zu Privatunternehmen und großen Brauereien.

Auch die NS-Zeit ging nicht spurlos an der Gemeinde vorbei. Das Wasser wurde zu „Volkswasser zu Volkspreisen“. 1942 ging der Brunnen in den Besitz der SS über, wie auch Apollinaris. Nach der Übernahme durch die Nationalsozialisten wurden rund 30 russische und ukrainische Zwangsarbeiterinnen im Brunnen beschäftigt. Eine Gedenktafel erinnert seit 1998 an ihre in Niederselters verstorbenen Kinder.

Trotz der erfolgreichen Entwicklung in der Zeit nach dem 2. Weltkrieg wurde die Quelle in Niederselters 1999 stillgelegt. Strategische Überlegungen zur Entwicklung des Mineralwassermarktes in Deutschland waren dabei sicher von Bedeutung. Die Gemeinde kaufte das gesamte Areal (rund 20.000 qm) mit allen Gebäuden und Einrichtungen 2001 für eine Million Euro. Die Renovierung und die Umbauarbeiten begannen 2003 und wurden Mitte 2011 abgeschlossen. Insgesamt wurden 6,7 Millionen Euro investiert. Der größte Teil wurde durch Zuschüsse des Landkreises, des Landes Hessen, der Bundesrepublik und der Europäischen Union finanziert.

Das Hauptgebäude beherbergt heute verschiedene Veranstaltungsräume, eine Kindertagesstätte und das Selterswassermuseum, das mit Bildern, Texten und Dokumenten die bewegte Geschichte der rund 500 Jahre alten Mineralwasserquelle erzählt.

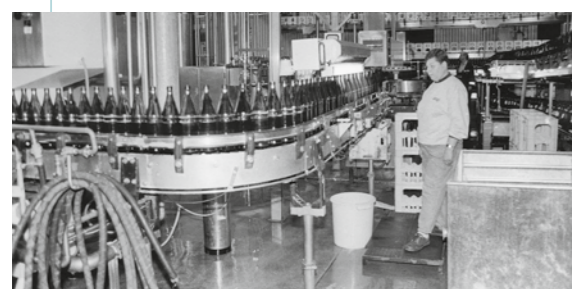
Ausführlich und detailreich beschreiben Dr. Norbert Zabel, Eugen Caspary und Willi Hamm die rund 500-jährige Geschichte des Mineralwasserbrunnens Niederselters in ihrem Buch „Geschichte des Mineralwasserbrunnens in Niederselters“

Foto oben | Bevor die Abfüllung automatisiert wurde, wurden an dieser Anlage über viele Jahre die Wasserkrüge befüllt.

Foto Mitte | Halbmechanisch wurden mit diesem Abfüller um das Jahr 1900 die Wasserflaschen gefüllt. Sie ersetzen damit die Abfüllung aus Zapfhähnen.

Foto unten | Dieser Krug stammt aus der Zeit, in der der Brunnen zum Herzogtum Nassau gehörte, was an dem Zeichen HN zu erkennen ist.

WWW.SELTERS-TAUNUS.DE



SOMMER, SONNE, social anxiety?



SOZIALE ÄNGSTE ERKENNEN UND ÜBERWINDEN

Text: dpa-mag | Foto: stock.adobe.com

Sommerzeit ist Feierzeit: Straßenfeste, Hochzeiten, Grillabende, draußen Menschen treffen. Für viele klingt das nach Spaß und Geselligkeit. Doch für Menschen mit sozialer Angststörung beginnt mit dem Sommer eine besonders schwierige Phase. „Gerade in den Sommermonaten, wenn spontane Treffen und größere Veranstaltungen zunehmen, spitzt sich die Situation für viele zu“, erklärt Steffen Häfner, Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie.

NICHT BLOSS SCHÜCHTERN

„Eine soziale Angststörung ist mehr als bloße Schüchternheit“, so Häfner. Sie äußert sich durch intensive Furcht davor, im Mittelpunkt zu stehen, bewertet oder gar abgelehnt zu werden. Schon alltägliche Situationen wie ein kurzes Gespräch mit Nachbarn können Betroffene stark belasten, so der Mediziner. Symptome wie Herzrasen, Zittern, Erröten oder sogar Panikattacken sind keine Seltenheit.

„Betroffene vermeiden häufig Situationen mit solchem Stresspotenzial ganz. Oftmals entwickelt sich daraus ein Teufelskreis, denn die Vermeidung schützt kurzfristig, verstärkt aber langfristig die Furcht und führt zu Einsamkeit und sozialem Rückzug“, so der Facharzt.

WOHER KOMMEN SOZIALE ÄNGSTE?

Oft entwickeln sich die Ängste schleichend im Jugendalter. Auslöser können negative Erfahrungen wie Mobbing oder hoher Leistungsdruck sein. Auch familiäre Einflüsse spielen eine Rolle – etwa, wenn Konfliktvermeidung vorgelebt wurde oder übermäßige Kritik prägend war.

Die permanente Bewertung über soziale Medien könne die Angst zusätzlich verschärfen, sagt Häfner. „In unserer Gesellschaft herrscht ein hoher sozialer Erwartungsdruck.“ Und das sorgt für noch mehr Stress.

WIE BEKOMMT MAN DIE ANGST IN DEN GRIFF?

Wer sich durch soziale Ängste belastet fühlt, muss sich nicht damit abfinden. Damit sich das Leben mit Sozialphobie leichter bewältigen lässt, gibt es viele alltagstaugliche Möglichkeiten und Schritte, die man selbst gehen kann. Ein erster Schritt ist, sich erreichbare Ziele zu setzen. „Statt sich direkt auf eine große Veranstaltung zu wagen, kann es helfen, zunächst kurze Kontakte in überschaubarem Rahmen zu suchen: etwa ein Spaziergang mit einer Vertrauten“, erklärt Steffen Häfner.

Auch Atemübungen und Achtsamkeitstechniken sind wirksame Mittel, um den Körper zu beruhigen. Zentral ist zudem der Umgang mit den eigenen Gedanken (auch negative Überzeugungen wie „Ich blamiere mich oder mache was falsch“). „Diese aufkommenden Gedanken zu erkennen und zu hinterfragen, ist ein zentraler Teil der Bewältigung“, so der Experte. Oft zeige sich dann, dass die innere kritische Stimme viel lauter ist als jede reale Rückmeldung von außen.

NICHT MIT DER ANGST ALLEIN BLEIBEN

Wenn die Angst das Leben aber stark einschränkt, ist psychotherapeutische Unterstützung sinnvoll. „Niemand muss mit seiner Angst allein bleiben. Soziale Ängste sind behandelbar – der erste Schritt ist, darüber zu sprechen“, betont Häfner. Besonders bewährt habe sich die kognitive Verhaltenstherapie: „Dabei lernen Patienten, wie sie angstauslösende Gedanken ausmachen, anzweifeln und schrittweise neue Verhaltensweisen ausprobieren können.“

Gruppentherapien bieten zudem die Chance, soziale Situationen in einem geschützten Rahmen zu üben und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu gewinnen. In schweren Fällen kann auch eine medikamentöse Unterstützung durch einen Psychiater nützlich sein. ■

BEREIT FÜR DEN Sommer



WIE FINDE ICH BADEMODE, IN DER ICH MICH WOHLFÜHLE?

Text: dpa-mag | Fotos: stock.adobe.com, pexels

Jede dritte Frau in Europa fühlt sich in Badebekleidung unwohl. Das ist das Ergebnis einer repräsentativen Umfrage des Marktforschungsinstituts YouGov im Auftrag des Onlinehändlers Galaxus. Befragt wurden 5.263 Menschen aus Deutschland, der Schweiz, Österreich, Italien und Frankreich.

Dabei kann ein gut gewählter Bikini oder Badeanzug nicht nur stützen, kaschieren oder betonen, sondern auch dabei helfen, sich selbst mit mehr Wohlwollen zu begegnen. Eine Expertin gibt Tipps, wie man das passende Modell für sich findet.

Die richtige Passform unterstützt den eigenen Wohlfühlfaktor

Nicht jede Bademode passt zu jeder Figur und das ist völlig normal. „Viele Frauen haben den Anspruch, sich in jedem Trend wohlfühlen zu müssen. Aber das ist nicht realistisch“, so Ingrid Angehrn, Personal Stylist aus Zürich. Viel wichtiger sei es, auf die eigene Körperform zu achten und Schnitte zu wählen, die Halt geben, Konturen schmeicheln und Bewegungsfreiheit bieten.

- Bikinis mit breiten Trägern und eingearbeiteten Cups bieten beispielsweise mehr Unterstützung für eine größere Oberweite.
- Bei kleineren Brüsten können Triangel-Modelle oder verspielte Details wie Raffungen und Knoten optisch mehr Volumen schaffen.
- Höschen mit hohem Bund umspielen sanft den Bauch, ein hoher Beinausschnitt streckt optisch die Beine.

Besonders hilfreich sind laut Ingrid Angehrn sogenannte „Mix & Match“-Kollektionen, bei denen Ober- und Unterteile getrennt ausgewählt werden können. So lassen sich unterschiedliche Größen und Stile flexibel kombinieren – etwa, wenn Oberweite und Hüfte nicht die gleiche Konfektionsgröße haben.

Materialien beeinflussen das Tragegefühl

Gute Bademode besteht meist aus einem Mix aus Polyamid, Polyester und Elastan, so die Expertin. Diese Stoffe sind elastisch, formstabil und trocknen schnell. Wichtig ist, dass sie sich auch im nassen Zustand noch angenehm anfühlen und Blickdichte garantieren.

Ein häufiger Störfaktor sind Gummibänder oder Nähte, die einschneiden oder scheuern. „Der Stoff darf nicht drücken oder rutschen. Besonders beim Schwimmen oder Sitzen merkt man schnell, ob das Modell wirklich passt“, so Angehrn.

Wer empfindliche Haut hat oder zu Irritationen neigt, sollte auf weichere, nahtarme Varianten achten.

Ein festes Innenfutter kann zusätzlich für besseren Halt sorgen, so bleibt alles an Ort und Stelle, ohne dass stark spannende Gummibänder nötig sind.

Anprobe mit Geduld und Gelassenheit

Bademode kauft man am besten nicht auf den letzten Drücker. Eine stressfreie Atmosphäre, gute Lichtverhältnisse und ausreichend Zeit helfen dabei, das passende Modell zu finden. Testen Sie mehrere Größen, rät die Stylistin. Denn Passformen fallen von Marke zu Marke häufig unterschiedlich aus.

Accessoires für mehr Selbstsicherheit

Auch Accessoires können laut Ingrid Angehrn helfen, sich wohler zu fühlen, etwa ein luftiger Pareo, ein langer Kaftan oder ein schicker Sonnenhut. Sie verdecken nicht nur, was man vielleicht nicht gleich zeigen möchte, sondern runden das Strandoutfit stilvoll ab.

Auch farbliche Akzente oder Muster können bewusst eingesetzt werden, um den Blick auf bestimmte Körperpartien zu lenken. ■



Figurbetonte BADEMODE



„SPEEDO“-BADEHOSEN: SO STYLST MAN(N) DAS KNAPPE HÖSCHEN

Text: dpa-mag | Fotos: stock.adobe.com

Sie sind klein, sie sind eng und sie polarisieren wie kaum ein anderes Kleidungsstück im Sommer: enge Badehosen, auch „Speedos“ genannt – nach einem bekannten Hersteller für Schwimmbekleidung.

Jahrzehntelang galten sie als unverzichtbar für Leistungsschwimmer, im Freizeitbereich jedoch eher als modisches No-Go. Doch nun feiern sie ein viel beachtetes Comeback. Warum das so ist und was Männer beim Tragen beachten sollten, erklärt Stilberaterin Dunja Heß.

Ein Klassiker kehrt zurück

In den 1970er- und 1980er-Jahren gehörten Speedos zum festen Bild an Stränden und in Freibädern, ehe sie ab den 2000er-Jahren von weit geschnittenen Boardshorts verdrängt wurden. Seit 2023 sind sie jedoch wieder verstärkt in Modeblogs, Tiktok-Videos und Modemagazinen zu sehen. Laut Stilberaterin Dunja Heß gelten sie mittlerweile wieder als Trendteil. „Zwar nicht als Massenphänomen im Schwimmbad, aber als modisches Statement für Selbstbewusstsein und Body Positivity.“

Die knappen Badehosen aus meist synthetischen Materialien gibt es in verschiedenen Ausführungen: vom klassischen Slip, der stark an eine Unterhose erinnert, über Modelle mit breiterem Steg bis hin zu retro-inspirierten Schnitten mit kurzem Bein. Allen gemein ist der körpernahe Sitz – und der sportliche Charakter.

Welche Farben und Muster sind angesagt?

Dunkle Unitöne wie Marineblau oder Schwarz bleiben laut Heß besonders beliebt. Sie wirken zurückhaltend und balancieren den auffälligen Schnitt der Hose aus. Wer modisch mutiger auftreten möchte, greift zu kräftigem Rot oder zu Retro-Designs mit weißem Bund.

Styling-Tipps für die kurze Badehose

Die Badehose betont den Körper stark und zieht unweigerlich Blicke auf sich. Deshalb sollte die Hose laut der Expertin zwar eng sein, aber nicht einschnüren oder zu tief auf der Hüfte sitzen.

Um mit der Speedo auch am Pool oder Strand stilvoll aufzutreten, kann man sie mit einem offen getragenen Leinenhemd kombinieren. Dazu lassen sich klassische Badelatschen tragen, die laut der Stilberaterin derzeit ebenfalls im Trend liegen. Eine Sonnenbrille mit markantem Rahmen rundet das Erscheinungsbild stilsicher ab. Der stylische Retro-Look ist so komplett.

Was sollte man lieber vermeiden?

Als No-Gos nennt Dunja Heß unter anderem zu enge oder zu weite Modelle sowie hautfarbene Töne, die nackt wirken können. Wichtig sei zudem ein hochwertiges, blickdichtes Material mit etwas Dicke und Elastizität. Noch wichtiger: Wer Speedo trägt, sollte die nötige Haltung mitbringen. Die Hose passt zu Männern, die selbstbewusst auftreten – unabhängig von Körperform oder Konfektionsgröße. ■



Motor world

MÜNCHEN



WO INDUSTRIEKULTUR AUF SUPERSPORTWAGEN TRIFFT – UND EIN RHEINLÄNDER DAS AREAL IN BEWEGUNG HÄLT

Text und Fotos: Roland Schäfges – www.myfoto24.eu

In München-Freimann steht ein Gebäudekomplex, der wirkt, als wäre er direkt aus der industriellen Vergangenheit in die Gegenwart katapultiert worden. Die Motorworld München ist keine moderne Hochglanzkulisse auf grüner Wiese, sondern ein echtes Industriedenkmal. Herzstück ist das umgebaute Ausbesserungswerk der Deutschen Reichsbahn, das zwischen 1939 und 1942 entstand. Heute ist daraus ein Erlebniszentrum geworden, in dem Mobilität, Lifestyle, Hotellerie und Eventbusiness ineinandergreifen. Dass ausgerechnet ein Koblenzer diese Anlage leitet, ist dabei mehr als eine biografische Randnotiz. Es ist eine Pointe, die durchaus passt: industrielles Erbe trifft zeitgenössische Inszenierung – und ein Rheinländer setzt den Münchner Maßstab.

Rheinische Wurzeln und Münchner Bühne

Gerhard Kostka, 50 Jahre alt, geboren in Bad Neuenahr und aufgewachsen in Waldesch bei Koblenz, führt den Standort seit März 2023 als Center Manager. Nach dem Abitur 1996 am Gymnasium Karthause entschied er sich dagegen, in die Fußstapfen seines Vaters zu treten, der damals eine Zahnarztpraxis führte. Nach dem DRK-Zivildienst startete er in Frankfurt die Hotelfach-Ausbildung. Von da ging es über mehrere Stationen bis nach London, bevor er schließlich in München landete. Dort fand er sein neues Zuhause, heiratete 2005 eine Südtirolerin und gemeinsam bekamen sie drei Söhne.

Auf seinem Weg begleitete ihn stets das Tempo seiner „unbeschwerten Jugend“: Weiberfastnacht, Altstadt, Treffen „vor dem Mephisto“, dazu leistungsorientiertes Tennis beim TC Rheinanlagen Koblenz bis in die Rheinlandliga oder seine Zeit als passionierter „Auftrags-Drummer“. Er erinnert sich an eine kleine Konzertreise nach Frankreich und Auftritte, bei denen „ein paar tausend Leute“ vor der Bühne standen – etwa am Jesuitenplatz oder auf der Festung Ehrenbreitstein.

Seine rheinische Bodenhaftung und Herzlichkeit verbunden mit bayerischer „Mia san mia“-Mentalität bringt Kostka heute nach Freimann: selbstbewusste Gastgebermentalität, Disziplin, aber auch Mut zum Risiko. Er ist kein klassischer „Auto-Mann“, der aus dem Motorsport- oder Händlerumfeld kommt. Er ist ein Dienstleistungsprofi aus der Hotellerie mit klassischem Werdegang. Stationen wie Hoteldirektor, Sales-Chef oder Event-Manager bedeuten in der Branche vor allem eines: Prozesse, Qualität, Belastbarkeit. In Freimann ist das kein netter Zusatz, sondern Überlebensprinzip. Denn die Motorworld ist kein Museum, das man öffnet und dann verwaltet. Sie ist ein Ort, der jeden Tag neu läuft, sich neu füllt und sich täglich aufs Neue beweisen muss.

Ein Industriedenkmal wird Erlebniswelt

Wer die Dimensionen verstehen möchte, muss die Hallen sehen: Kernstück ist die denkmalgeschützte Lokhalle, die mit rund 185 Metern Länge, 90 Metern Breite und bis zu 18 Metern Höhe eine der größten freitragenden historischen Stahltragwerkshallen Europas ist. Nach rund zwölf Jahren Planung und Bauzeit wurde das Projekt im Mai 2021 eröffnet. Die Gesamtfläche beträgt rund 75.000 Quadratmeter. Gründer Andreas Dünkel investierte nach bekannten Angaben rund 200 Millionen Euro in den Umbau.

„Es ist ein geschichtsträchtiger Ort“, sagt Kostka, und man merkt, dass er diese Historie nicht übertüncht, sondern nutzt. Das Gebäude arbeitet mit seiner Vergangenheit. Sichtbare Stahlträger, industrielle Patina, bewusst belassene Spuren – selbst Graffiti aus Zeiten des Vandalismus werden nicht wegpoliert, sondern als Teil der Erzählung aufgenommen. „Wir haben hier so eine Mischung aus der alten Bestandsstruktur belassen, aber auch viel Neues hinzugebaut“, berichtet der Center Manager. Durch diese Mischung entsteht ein Sog, den viele Besucher sofort spüren.

„Wenn man hier reinkommt, diese Architektur sieht, diese Halle, dieses Feeling, dann sagt man einfach: wow“, schwärmt Kostka von seinem Arbeitsplatz. Das „Wow“ entsteht jedoch nicht nur durch Fahrzeuge, sondern durch die Wirkung, durch die Länge der Sichtachsen, die Kontraste, die Geschichte: Industriedenkmal und modernste Showrooms, historische Wände und gläserne Werkstätten, urbane Kulisse und automobiler Luxus. Unter dem Dach befinden sich mehr als 30 Automarken von Oldtimern bis Neuwagen, dazu Gastronomie, Bars und Cafés sowie Tagungsräume und ein Hotel mit 156 Zimmern. Die Motorworld ist 365 Tage im Jahr geöffnet und der Eintritt ist immer kostenfrei. So lockt sie täglich zwischen 2.000 und 20.000 Menschen an – abhängig von Eventlage und Saison. Die Besucher kommen nicht, um etwas kaufen zu müssen, sondern, um etwas zu erleben – und vielleicht auch einfach nur, um eine Tasse Kaffee zu trinken. „Der Ort soll es erlauben, zu träumen“, fasst es Kostka zusammen.

Zwischen Spontanität und Leidenschaft

Der Job, so Kostka, „verlangt eine Mischung von allem.“ Er sei ein Hybrid aus Hotelmanager, Museumsdirektor und Mädchen für alles. Ob Instandhaltung, Sauberkeit, Besucherführung, Ausschilderung, Prozessoptimierung die Betreuung von Kunden und Events – alles läuft über seinen Tisch. Es sind Aufgaben, die einen komplexen Ort wie diesen stabil halten. „Als jemand aus der Hotellerie setze ich sehr viel auf Qualität und Prozesse, die es immer zu optimieren gilt“, sagt der 50-Jährige. Vieles klinge banal, sei aber „essenziell für den täglichen Betrieb“.

Trotzdem ist der Alltag unberechenbar. „Ich kann mir einen Tag strukturieren und weiß dann eigentlich am Morgen schon, ob meine Pläne klappen oder nicht“, sagt der sympathische Rheinländer. Hier sei „Improvisationsfähigkeit nicht Kür, sondern Grundlage“. Und manchmal zeigt sich die

Praxis in einem Zufall: Als während des Interviews plötzlich der Strom ausfällt, muss umgehend eine Problemlösung her, um den Betrieb aufrechtzuerhalten. Denn ein Center Manager wird nicht an Worten gemessen, sondern an Reaktionsgeschwindigkeit und an der Fähigkeit, selbst unter Druck, Lösungen zu finden.

Wenn Motoren die Halle zum Schweigen bringen

Das Faszinierende ist, dass man hier nichts künstlich inszenieren muss: „Sobald ein Motor angeht, habe ich eine Traube drumherum“, sagt Kostka. Jugendliche mit Kameras, Carspotter, Besucher, die plötzlich stehenbleiben. Der Ort wird zur Bühne – nicht, weil jemand eine Show ankündigt, sondern weil der Klang, die Mechanik und die Präsenz eines Autos sofort eine soziale Situation erzeugen. „Wenn ein Motor angeht, beispielsweise der eines Zwölfzylinders, hält die ganze Halle inne und alle drehen sich um.“ So entsteht Begeisterung – nicht durch Infotafeln, sondern durch Erlebnisse.

Gleichzeitig hält Kostka den Blick offen für die Gegenwart: Elektromobilität sei willkommen, denn der Standort wolle nicht ausschließen, sondern abbilden. „Wir verstehen Mobilität als Kontinuum.“ Kostka spricht aus, was viele empfinden, ohne es abzuwerten: „Ein Elektrofahrzeug rauscht oft sehr leise vorbei, sodass man es kaum mitbekommt, während Verbrenner immer Emotionen auslösen.“ Das sei „etwas schade“, aber er bleibt konsequent: „Bei uns ist jedes Gefährt willkommen. Wir haben Benzin im Blut und Elektrizität in den Venen!“

Vom Rolls-Royce bis zum Schumacher-Benetton

Dabei sind einige Autos in Freimann gar kulturelle Ikonen. Kostka nennt als Highlight einen Rolls-Royce, gefahren von Muhammad Ali persönlich – inklusive Original-Boxhandschuhen und Gürtel. Das ist nicht nur Autokultur, sondern Popkultur. Noch stärker wirkt ein Exponat, das in Deutschland fast automatisch Emotion auslöst: das erste Weltmeisterauto von Michael Schumacher, der Benetton-Ford B194 von 1994. Der Wagen sei nicht nur im Besitz, sondern würde aufwendig „aufs kleinste Detail kontrolliert und geröntgt, damit nichts passiert“. Der Motor werde „am Leben gehalten“ und der Wagen sei nach mehrtägiger Inspektion startbereit, könne auf eigener Achse fahren. Die Motorworld zeigt eben nicht nur Objekte, sondern erhält Funktionsfähigkeit. Und genau das ist der Unterschied zwischen Ausstellen und Erlebarmachen.



Die Profi-Simulatoren von „Racing Unleashed“ entsprechen realistischen Formel-Cockpits.



Foto links oben | Dieser Bugatti Chiron Pur Sport hat 1.500 PS und kostet „nur“ 3,5 Millionen Euro.

Foto links unten | Dieses Rolls-Royce Silver Shadow Cabrio wurde am 1. Dezember 1970 von Muhammad Ali erworben und auch gefahren.



Foto rechts oben | Der legendäre Ford GT40 begrüßte die Besucher direkt am Haupteingang.



Foto rechts oben | Gerhard Kostka präsentiert den Hypercar Mercedes-AMG One. Der auf 275 Stück limitierte Wagen hat einen Wert von ca. 3.400.000 Millionen Euro.

Foto links unten | In Vitrinen finden sich viele historische Gegenstände, wie beispielweise der Helm von Niki Lauda aus dem Jahr 1984.



Dazu kommen Elemente, die den Standort besonders machen. Kostka spricht zum Beispiel von der „größten Glasboxenanlage der Welt“, die im Münchener Komplex 111 Mietbare Glasboxen umfasst. In der Praxis bedeutet das: Privatleute und Händler können Fahrzeuge sichtbar, aber geschützt präsentieren – als Garage, Ausstellungsraum oder Verkaufsfenster. Die „unglaubliche Varietät“, wie Kostka sie beschreibt, beeindruckt: vom Rolls-Royce mit Königshausbezug bis zu Supersportwagen mit prominentem Besitzer. Wichtig ist ihm jedoch Diskretion. Er weiß, dass viele Eigentümer bewusst im Hintergrund bleiben wollen. „Es geht einfach um das Fahrzeug, um diese Begehrlichkeit.“ So steht das Objekt im Mittelpunkt, nicht der Besitzer.

Konzerte, Events und Erlebniswelt

Die Motorworld ist nicht nur Bühne für Automobile, sondern auch Kulturstandort – und damit von großer Relevanz für München. Kostka bezeichnet die 1916 erbaute Zenith-Halle stolz als „Kulturort“. Heute dient sie als Konzertlocation für bis zu knapp 6.000 Personen. Internationale Namen, große Rap-, Rock-, Techno- oder House-Events sowie kleinere,

exklusivere Formate finden hier einen angemessenen Rahmen. Eine Ausrichtung, die kein Zufall ist: Wer wegen eines Konzerts kommt, bleibt vielleicht auch für eines der acht Restaurants oder das Hotel, geht durch die vielen Showrooms und Geschäfte oder nutzt die Action-Erlebnisse wie Flugsimulator oder professionelle Rennsimulatoren. Die Motorworld ist eben nicht bloß „Auto plus Event“, sondern ein zusammenhängendes Ökosystem.

Und das soll auch zukünftig so bleiben. Derzeit läuft der Umbau der Zenith-Halle. Weitere Modernisierungen und Vergrößerung stehen im Raum, Verwaltung und Gebäude sollen noch stärker an Gesamtkonzept angepasst werden. Man wolle „Place to be“ sein für „Automobil, Lifestyle, Kultur – und wertvolle Zeit“. Wer hierherkommt, soll nicht nur konsumieren, sondern gegebenenfalls auch mal einen regnerischen Tag gestalten. „Man könnte sich hier theoretisch ein ganzes Wochenende einschließen – es würde nicht langweilig werden“, versichert Kostka abschließend. ■

EINES DIE UMSCHREIBUNG LEBENS



Text: Münster-Verlag | Foto: Alexander Bley

Die wahre Geschichte eines Schriftstellers – und einer Berufung, die keine Ruhe gibt

Alles beginnt mit einem brennenden Traum: Schriftsteller werden. Doch was folgt, ist keine lineare Erfolgsgeschichte, sondern ein literarischer Roadtrip durch besondere Begabung, Scheitern, Verzweiflung und immer neue Anläufe.

Thomas A. Herrig begegnet Größen wie Bruno Ganz, Martin Walser, Doris Dörrie, kämpft mit einem Burnout, gründet fast eine Universität und taucht tief ein in die Welten von Literatur, Werbung und Medien.

Mal tragisch, mal komisch – immer authentisch – erzählt er in seinem Roman von einem Leben zwischen Notwendigkeit und Kreativität, voller ungewöhnlicher Wendungen und einer Berufung, die ihn nie loslässt.

Ein inspirierendes Buch für alle, die an ihren Traum glauben wollen. ■

KURZBIOGRAFIE

Thomas A. Herrig ist Autor, Kulturjournalist M. A. und Digital Creative. Bereits mit 19 Jahren veröffentlichte er eine international beachtete Monografie, gefolgt von einem Bestseller-Standardwerk über Theater. Herrig wurde vielfach ausgezeichnet, zuletzt als Preisträger der HORIZONT-Stiftung sowie als Kurd-Laßwitz Stipendiat der Residenzstadt Gotha. Seine Texte bewegen sich zwischen Essay, Roman, Lyrik und neuem kreativen Schreiben, aber immer mit Blick auf das Wesentliche: Wie Worte Welten verändern können.

„Doch dieser Schelmenroman zwischen literarischer Tradition und neuem kreativen Schreiben hat eine noch viel überraschendere Eigenschaft: Es ist eine wahre Geschichte.“ (aus dem Vorwort von John von Düffel)

www.thomas-a-herrig.com



THOMAS A. HERRIG
Die Umschreibung eines Lebens

MÜNSTER-VERLAG,
ZÜRICH

ISBN: 978-3-907301-87-6

BEYOND BLONDE

Die Trend-Looks Frühjahr/Sommer 2026

Text: Zentralverband des Deutschen Friseurhandwerks | Fotos: ZV/Erwin Wenzel

Blond steht im Fokus der H|MAG Trendkollektion Frühjahr/Sommer 2026 „Beyond Blonde“. Mit Platin, Honig, Karamell oder Vanille präsentiert das Modeteam des Zentralverbands des Deutschen Friseurhandwerks (ZV) eine der beliebtesten Haarfarben der Saison in all ihren Facetten. In Kombination mit texturierten, natürlichen Haarschnitten entstehen unkomplizierte Looks, die easy to wear sind – und damit perfekt für den Sommer.

Inspiriert von den 70er- und 80er-Jahren werden Styles und Vibes neu interpretiert und ins Hier und Jetzt übersetzt. Ziel ist es, Individualität auszudrücken und zu unterstreichen: Der Fokus liegt auf Persönlichkeit statt Perfektion. Die ruhige, gedeckte Farbpalette mit Beige, Creme, sanftem Weiß sowie Akzenten in Schwarz und Olivgrün bestimmen die Farbwelt der Kollektion. Lassen Sie uns Persönlichkeit und Individualität feiern – let's go „Beyond Blonde“! ■

Urban Chic

Glamouröser und mehr edgy wirkt der Mixie in der aus dem Gesicht frisierten Variante. Dafür die Ponypartie auf Volumen und die Seiten schmal an den Kopf föhnen. Anschließend wird der Look mit Gel und einem Haarspray fixiert. Der Go-to-Look für eine Sommerparty.

Rosewood Muse

Der Mixie – eine Mischung aus Mullet und Pixie – ist 2026 die Trendfrisur. Für die neue Saison kommt der Mullet deutlich softer daher. Es gibt keine extremen Längenunterschiede, sondern weiche Verbindungen vom kürzeren Oberkopf hin zu den längeren Konturen. So entsteht ein Look, der wie herausgewachsen wirkt. In einem irisierenden Rosenholz-Blond ist der Look rebellisch, cool und überraschend feminin und tragbar.

Foto links | Summer Rebel

Männer tragen wieder lang und lockig! Der Trend geht zurück zu mehr Struktur, Volumen und Individualität. Die lichtblonden Haare werden mit einem Lockenprodukt und einem Diffusor in die gewünschte Form auf Seitenscheitel geknetet. Mit einer Shinecreme und etwas Haarspray wird der Lockenstyle fixiert. Bei glatten Haaren kann eine leicht dauerhafte Umformung zum Einsatz kommen.





Peach Flavour

Der Shag in pastelligem Peach-Blond erinnert an die späten 70er Jahre. Für natürliche Bewegung sorgt das komplett durchgestufte und zu den Längen fedrig ausgearbeitete Haar. Mit dem Stylingeisen sanft nach außen frisiert eignet sich der Shag perfekt für alle, die einen unkomplizierten Cut mit Struktur und Volumen haben möchten.



Scandi Boy

Für einen androgynen Style wird die längere Ponypartie mit den Fingern in die gewünschte Form nach vorne geföhnt. Für die matte Textur dann ein Volumenpuder an die Ansätze geben und die Längen und Spitzen mit einem Mattwachs lässig ins Gesicht frisieren. In einem strahlenden, klaren Scandi-Blond ein überzeugender Sommerlook.

Effortless Cool

Persönlichkeit statt Perfektion. Für diese Stylingvariante werden die feuchten Haare mit einer Mischung aus Gel und Haaröl auf Mittelscheitel lässig nach hinten frisiert. Mit einem Haarspray kann der Wetlook zusätzlich fixiert werden. Schulterlange Wellen, lässig gestylt, geben echte Retro-Vibes.

Vanilla Sky

Ein sauberes Platinblond ist immer noch eine der beliebtesten Farben des Blondspektrums. Hier wurden viele feine Strähnen mit der Airtouch-Methode erarbeitet und mit einem Faceframing kombiniert. Geglöst wird mit einem kühlen Platinton. Der Haarschnitt ist schlicht und im vorderen Bereich sanft strukturiert, um dem Haar Leichtigkeit zu verleihen. Die Waves sind perfekt unperfekt und lassen das klare Blond strahlen.



KERAMIK painting

KREATIVITÄT,
DIE MAN ANFASSEN KANN

Text: Jacqueline Schlechtriem | Fotos: stock.adobe.com

Vergiss den Stress und sag hallo zu deinem neuen Kreativ-Flow! Keramik Painting ist der DIY-Trend, der gerade in den sozialen Netzwerken alle begeistert. Ob Tassen, Teller oder Vasen – du gestaltest dein eigenes kleines Kunstwerk und das Beste: Es gibt kein Richtig oder Falsch.

Dabei ist Keramik Painting mehr als ein Trend. Es ist eine Art, dem hektischen Alltag zu entkommen. Beim Bemalen von Keramik entstehen nicht nur schöne Dinge, sondern auch kleine Auszeiten für die Seele. Farben mischen, Muster ausprobieren, kleine Details hinzufügen und alles um dich herum vergessen. Gleichzeitig kannst du deiner Persönlichkeit Ausdruck verleihen. Pastellfarbene Designs, geometrische Muster oder freche Sprüche – alles ist erlaubt!

Das Schöne: Du brauchst keine Profi-Ausrüstung. Ein Starter-Set oder ein Besuch in einem Keramik- oder Kreativstudio reicht völlig. Dort bekommst du Rohkeramik, passende Farben und manchmal sogar

Tipps vom Profi. Oft werden auch Workshops angeboten – ideal für alle, die den Einstieg ohne großen Materialkauf wagen möchten. Nach dem Bemalen kommt dein Werk in den Ofen, und schon hältst du dein persönliches Meisterstück in den Händen.

Ob Teenager, junge Erwachsene oder Senioren: Keramik Painting begeistert Menschen jeden Alters. Es verbindet Kreativität, soziale Kontakte in Workshops und das Erfolgserlebnis, etwas Eigenes geschaffen zu haben. Handbemalte Keramik wirkt immer individuell, warm und einladend – ein echter Gegenentwurf zur Massenware.

Wer Lust hat, etwas Kreatives auszuprobieren, sich eine kleine Auszeit vom Alltag zu gönnen und dabei noch stylische Deko zu schaffen, sollte unbedingt den Pinsel in die Hand nehmen. Keramik Painting macht nicht nur Spaß, sondern ist auch eine Einladung, die eigene Kreativität auf ganz entspannte Weise auszuüben. ■

VIELFALT

HALTUNG UND NEUE



Modetrends Frühjahr/Sommer 2026

Text: Jacqueline Schlechtriem | Fotos: stock.adobe.com

Die Modetrends für Frühjahr/Sommer zeigen sich so vielseitig wie lange nicht. Starke Silhouetten, neue Proportionen, Farbe, Denim und auffällige Details stehen gleichberechtigt nebeneinander. Statt eines dominanten Looks prägt die Saison das Nebeneinander verschiedener Stilrichtungen – von entspannt bis expressiv, von alltagstauglich bis Statement. Trends funktionieren geschlechterübergreifend, lassen sich aber gezielt unterschiedlich interpretieren.

Pyjama-Styles & Soft Tailoring: Coziness mit Stil

Pyjama-inspirierte Looks gehören zu den stilprägenden Trends der Saison. In der Womenswear zeigen sich Slipdresses, Lingerie-Tops und gestreifte Sets aus Seide oder Satin, die Leichtigkeit und Sinnlichkeit ausstrahlen. In der Menswear übersetzt sich der Trend in Soft Tailoring: weich geschnittene, pyjamaähnliche Anzüge, locker fallende Hemden, fließende Jacken und entspannte Hosen mit weitem Bein. Details wie Pyjama-Kragen, Kordelzüge oder feine Streifen unterstreichen den lässigen Charakter. Der Look lebt von Bewegungsfreiheit, weichen Materialien und einem selbstverständlichen „Just rolled out of bed“-Vibe – getragen zu Sandalen, Loafers, Ballerinas oder minimalistischen Sneakern.

Cloud Dancer, Cool Blue & Neo-Pastels

Farblich bewegt sich die Saison zwischen Leichtigkeit und Erdung. Cloud Dancer, ein warmes Off-White, etabliert sich als neues Basic und ersetzt klassisches Weiß. Cool Blue bringt Frische in monochrome Looks, während Khaki als ruhiger, vielseitiger Anker funktioniert – lässig wie elegant. Ergänzt wird die Palette durch Neo-Pastels: erwachsene, leicht gedämpfte Pastelltöne mit cremigen oder grauen Untertönen. Beim Color Blocking gilt Feingefühl: Statt harter Kontraste dominieren harmonische Kombinationen und weiche Übergänge, die modern wirken und tragbar bleiben.



STATEMENTS



Materialien, Muster & Struktur

Materialien werden 2026 zu einem zentralen Stilfaktor. Glänzende Stoffe wie Satin, Seide und Glossy-Fabrics lassen Farben intensiv strahlen und prägen vor allem die fließenden, eleganten Looks der Womenswear. Prints setzen Akzente: grafische Muster, abstrakte Designs und modern interpretierte florale Elemente erscheinen auf Kleidern, Blusen oder Accessoires und erzählen Geschichten. Denim zeigt sich farblich vielfältiger denn je, von Olive über Peach bis Sky Blue.

Strukturierte Stoffe wie Fransen, Stickereien und Drapierungen bringen zusätzlich Spannung – opulent als Eyecatcher bei Frauen, subtil und textural bei Männern. In der Menswear kommen zudem Grandpa Knits zum Einsatz: grobe Strickstrukturen, Argyle-Muster, florale Stickereien, Pullunder oder Cardigans mit Zipper verleihen klassischen Looks eine bewusste Retro-Note und sorgen für Tiefe und Charakter.



Silhouetten & Shapes: Bold Bubbles trifft 80s Luxury

Die Silhouetten der Saison sind ausdrucksstark. Bold Bubbles – Puffärmel, ballonartige Röcke, Peplum-Details oder voluminöse Hosen – bringen Leichtigkeit und verspieltes Volumen in die Womenswear. Dem gegenüber steht 80s Luxury: markante Schultern, Oversize-Blazer, klare Linien und Power-Proportionen. Gleichzeitig gewinnen Shaping Styles an Bedeutung: taillierte Blazer, figurbetonte Hemden und definierender Denim setzen die Körpermitte in Szene. Stehkragen sorgen für markante Linien, geben Jacken, Mänteln und Hemden einen modernen, souveränen Charakter.

In der Menswear setzen Flared Jeans, Oversize-Sakkos und Soft Suits auf fließende Linien, während Bundfaltenhosen und Tailoring klare Strukturen schaffen. Layering mit Pullundern, Blousons oder V-Ausschnitt-Cardigans erzeugt Tiefe, und Zweireiher-Sakkos in lockerem Fit verleihen Outfits ein selbstbewusstes Statement. Die neuen Silhouetten verbinden klassische Formen mit entspannter Eleganz und modernen, gut proportionierten Looks.

lässig

MIT STIL

SO TRÄGT MAN JOGGINGHOSEN 2026



Text: dpa-mag | Foto: Juvia/dpa-mag

Die Jogginghose gehört heute, so formuliert es die Personal Shopperin Sonja Grau, in jeden Kleiderschrank – genauso wie eine Jeans. Und das nicht nur, um auf dem Sofa rumzuhängen. Die Jogginghose kann auch außer Haus getragen werden. Sie muss „eben nur stilvoll“ kombiniert werden. Doch wie geht das – und welche Modelle trägt man eigentlich 2026?

Laut der Expertin auf jeden Fall keine vom Sportplatz fernab des Trainingsgeländes. Dicke Baumwolle am Abend? Bitte nicht! Nach wie vor gilt der Personal-Shopperin zufolge „das ungeschriebene Gebot: Eine Jogginghose aus dem Sport gehört nicht auf die Straße, ins Büro oder auf das Abendevent“.

Mit Seide und Pailletten kombinieren

Stattdessen kann man ihr zufolge zwischen Modellen aus feinen, zarten Materialien oder aus gröberen Stoffen wählen – lang oder kürzer geschnitten. Wichtig vor allem: Der Rest sollte nicht nachlässig aussehen.

Das geht etwa, indem man zur Jogginghose Blusen, Hemden, Leder- oder Kaschmir-Oberteile kombiniert oder Oberteile mit Schmucksteinen, aus Seide oder mit Pailletten. „Super“ sehen Sonja Grau zufolge zur Jogginghose auch Leder-Blousons oder Blazer aus. Wählt man dann noch eine Statement-Kette, ein plakatives Armband oder einen Statement-Ring, „dann kommt der Schick auch nicht zu kurz.“

An den Füßen kann man ihr zufolge Sneakers tragen. Wer es eleganter mag, setzt zur Jogginghose auf High Heels oder auf hohe Stiefeletten. Ein klares No-Go bei Männern ist allerdings: „Der klassische Business-Schuh gehört nicht in die Jogginghosen-Kombination!“

Volumen ist angesagt

Die „Vogue“ setzt in einer Auswahl angesagter Jogginghosen für die Saison übrigens vor allem auf schlichte Modelle in unaufgeregten Farben, etwa meliertes Grau oder Weiß. Auf den Laufstegen sah man in den Kollektionen für Frühjahr und Sommer 2026 aber auch Jogginghosen mit flauschigen Einsätzen, mit gebundenen Elementen und in Braun zu auffälligen Cowboy-Boots mit Gold. „Der Trend geht heuer stärker in Richtung größerem Stoffvolumen und weitem Bein“, sagt Sonja Grau. „Aber auch Bündchen und eng geschnittenes Bein sind noch gut mit von der Partie.“



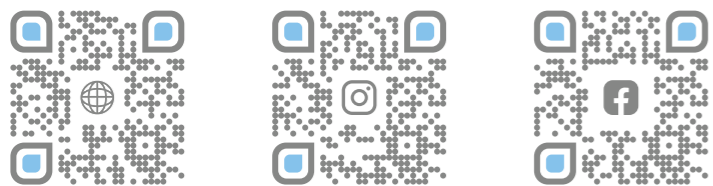
BE PART OF
LiMa360.

WERDEN SIE JETZT TEIL
DER NÄCHSTEN AUSGABE!

Die Trend-Magazine LiMa, WeMa, MyMa und MiMa in herausragender Papierqualität sind an circa 4.000 Auslagestellen in den Regionen als Sommer- und Winterausgabe verfügbar. Begeistern Sie Ihre Kundinnen und Kunden von Ihrem Unternehmen sowie Ihrem Engagement.

MÖCHTEN AUCH SIE ALS MEDIENPARTNER DABEI SEIN? DANN KONTAKTIEREN SIE UNS NOCH HEUTE:
360@der-lokalanzeiger.de | 06431 9133-21

FOLGEN SIE DEN
360-MAGAZINEN ONLINE!



LiMa360
Limburg

XXXLutz

Wohnen 2026



XXXL Markenvielfalt bei den XXXLutz Möbelhäusern



Diese Marken sind in einzelnen Filialen der XXXLutz Unternehmensgruppe erhältlich.

XXXLutz Görgeshausen | Unter der Issel | 56412 Görgeshausen | Tel. (030) 25549529-0 | Öffnungszeiten: Mo. - Sa. 10.00 - 19.00 Uhr | goergeshausen@xxxlutz.de

XXXLutz Hennef | Josef-Dietzgen-Str. 2 | 53773 Hennef | Tel. (030) 25549259-0 | Öffnungszeiten: Mo. - Sa. 10.00 - 19.00 Uhr | hennef@xxxlutz.de



Für Druckfehler keine Haftung. Die XXXLutz Möbelhäuser, Filialen der BDSK Handels GmbH & Co. KG, Mergentheimer Straße 59, 97084 Würzburg.

Mein Möbelhaus. Mein xxxlutz.de



Natürlich besser leben.



Mit dem **natürlich hohen Hydrogencarbonat-Gehalt von 1.846 mg/l** und einer einzigartigen Mineralisation. Fein perlend oder mild moussierend im Geschmack wird Staatl. Fachingen seit jeher von Menschen getrunken, die auf ihre Säure-Basen-Balance achten. Beste Voraussetzungen für unbeschwerter Lebenslust.

www.fachingen.de/hydrogencarbonat

**STAATL.
FACHINGEN**

Das Wasser. Seit 1742.