

[www.diessenhofen.ch/museum](http://www.diessenhofen.ch/museum)

Museum kunst + wissen  
Noch bis 23. August 2026

# „Melancholie zwischen Traum und Wirklichkeit“

Abb. Marianne Chiu „Mondlichtzauber“



MAGAZIN 05/26  
**KULTUR & EVENTS**  
SOWIE TIPPS, TRENDS  
UND AKTUELLES

# uferZEIT



# Sauschwänzle

FAHREN ERLEBEN GENIESSEN

BAHN

NOSTALGIE & NATUR PUR  
IM SÜDSCHWARZWALD

MEHR INFOS



IMPRESSUM

Die Ausgabe  
06/26  
erscheint am  
02.06.2026

Anzeigenschluss  
26.05.2026

**Herausgeber**  
apfelX GmbH  
Visuelle Kommunikation  
Zur Halde 16a  
78476 Allensbach  
HRB 705144  
Amtsgericht Freiburg i. Br.  
USt.-IdNr. DE271020478

**Herz und Kopf,**  
Eines ohne das andere,  
halbes Glück.

Das Magazin **uferZEIT**  
erscheint alle vier Wochen  
im Einzugsgebiet von:

Hegau, Singen, Engen, Radolfzell,  
Höri, Stockach, Tuttlingen, Konstanz  
und Bodanrück, Insel Reichenau,  
Bodman-Ludwigshafen, Sipplingen,  
Überlingen, Markdorf, Salem,  
Meersburg, Friedrichshafen und  
in der seenahen Schweiz, Kreuzlingen  
bis Schaffhausen.

**V.i.S.d.P.**  
Ulrike Forner, apfelX GmbH  
Fon 07533.99 60 710  
forner@apfelX.de

**Druck**  
Druckerei Konstanz GmbH  
78467 Konstanz

Für Veranstaltungstermine  
übernehmen wir keine Gewähr.



# Inhalt

- Auszeit und Einkehr **6**
- Kultur **7-21**
- Bildung **23**
- Ausflugsideen **26-29**
- Radolfzell  
im Frühling **33**
- Bauen Wohnen  
Renovieren **40-41**



Foto: DJD/Kollaxo Markt und Medien/  
PEFC Deutschland



Foto: DJD/Verband der  
Deutschen Biokraftstoffindustrie/  
Getty Images/Peter Cade



Foto: Marco Borggreve



## Kulturbüro Friedrichs- hafen

Ausgewählte Veranstaltungen:

Eröffnungskonzert  
des 38. Bodenseefestivals   
**Freiburger Barockorchester**  
**Nicolas Altstaedt** Violoncello  
**Gottfried von der Goltz** Leitung  
*Koželuh, Haydn, Boccherini, Mozart*  
**SA • 02.05. • 19:30 • Graf-Zeppelin-Haus**



**Kebyart Saxophonquartett**   
**DI • 05.05. • 19:30 • Bahnhof Fischbach**

**TOXIC. Britney über Spears**   
Vorarlberger Landestheater  
**FR • 08.05. • 19:30 • Kiesel im k42**

**New English Ballet Theatre**   
**SA • 09.05. • 19:30 • Graf-Zeppelin-Haus**

**Trombone Unit Hannover**   
Posaunenoktett  
**DO • 14.05. • 19:30 • Graf-Zeppelin-Haus**

**Bosnia my Love** Eine Balkanoper  
**The Grey Stories e. V.** **Uraufführung**  
In Koproduktion mit dem  
Kulturbüro Friedrichshafen  
**SA • 13.06. • 19:30 • Kiesel im k42**

**Hildegard Knef –  
Der Teufel und die Diva**  
Landestheater Schwaben  
**FR • 19.06. • 19:30 • Kiesel im k42**



**Flow – Wasser in Wort und Klang**  
**Nikolai Geršak** Orgel  
**Johannes Maria Gerlitz** Lesung  
**So • 28.06. • 17:00 • Nikolauskirche, FN**

### KARTENSERVICE



QR-Code scannen  
oder Kulturbüro:  
T +49 7541 203-53333  
MO, MI, FR 8:00-12:00  
DO 8-13:00/14-16:00



01



02



03

## Der Wald als Lernort

# Mit Kindern und Jugendlichen die Vielfalt des Waldes entdecken

(DJD). Gerade an warmen Tagen ist der Wald ein beliebtes Ziel. Er bietet Schatten, Ruhe und vieles zum Entdecken. Für Kinder und Jugendliche ist er mehr als ein Ausflugsziel: Er ist ein lebendiges Klassenzimmer, in dem sich Natur, Artenvielfalt und die Nutzung des Rohstoffs Holz unmittelbar erfahren lassen. Zugleich lernen sie ein empfindliches Ökosystem kennen, das sich zu erhalten lohnt.

### Für den Wald begeistern

„Viele Zusammenhänge aus dem Wald können auf das Alltagsleben der Kinder und Jugendlichen übertragen werden, deshalb ist der Wald auch ein guter Lernort fürs Leben“, sagt Bernd Schindler, Waldpädagoge vom Kreisverband Hameln-Pyrmont der Schutzgemeinschaft Deutscher Wald. Auch die Waldschutzorganisation PEFC betont das Entdeckungspotenzial, das der Wald durch seine Vielfalt bietet. Diese Vielfalt zu erhalten, ist das Ziel der von ihr festgelegten Standards für nachhaltige Waldbewirtschaftung, die viele Forstleute und Waldbesitzer beachten.

### Beobachten und entdecken

Ein guter Einstieg beginnt mit genauem Hinsehen und Hinhören. So lassen sich etwa Biotopbäume entdecken, die als Lebensraum für Vögel, Insekten oder Fledermäuse eine wichtige Rolle spielen. Pflanzen, Pilze und Flechten finden dort geeignete Bedingungen. In PEFC-zertifizierten Wäldern sind sie mit einer speziellen Plakette gekennzeichnet. Aufschlussreich ist auch die Baumartenvielfalt: Wo Laub- und Nadelbäume gemischt wachsen, entstehen vielfältige Lebensräume. Dies fördert die Biodiversität und erhöht die Stabilität des Waldes gegenüber Klimaveränderungen und dadurch entstehender Schäden. Vogelstimmen lassen sich mit Apps oder Bestimmungsbüchern erkennen. Auch das Fotografieren und Teilen von Bildern in den sozialen Medien gehört für Jugendliche dazu. Solche „Insta-Walks“ können den Blick für den Wald und seine Nutzung schärfen.

### Verstehen, wie der Wald genutzt wird

Der Wald ist nicht nur Lebensraum, sondern auch Lieferant eines wichtigen Rohstoffs. Hier lässt sich gut erklären, wie Holz genutzt und verarbeitet wird – und wie daraus Alltagsprodukte wie Schreibblöcke oder Toilettenpapier entstehen.

### Rücksichtsvoll unterwegs

Wer den Wald als Lern-, Natur- und Erlebnisraum schätzt, versteht den Sinn der Regeln, die seinem Schutz dienen. Radfahren ist nur auf geeigneten oder markierten Wegen erlaubt. Sogenannte „Trails“ sollten Aktive nicht nur wegen der Waldtiere und der Vegetation, sondern auch wegen der Rücksichtnahme auf andere Erholungssuchende nie verlassen. Wer aufmerksam durch den Wald geht, findet schmackhafte Leckereien, die für den eigenen Gebrauch gesammelt werden können: zum Beispiel Löwenzahn, Giersch oder Walderdbeeren und Brombeeren.

Mehr Infos unter [www.pefc.de](http://www.pefc.de)

01: Für Kinder und Jugendliche ist der Wald gleichermaßen ein großer Abenteuer-spielplatz wie ein Ort zum Entdecken und Lernen.

Foto: DJD/Kollaxo Markt und Medien/PEFC Deutschland

02: Für Heranwachsende ist der Wald ein Freizeitparadies und ein vielfältiger Entdeckungsort. In manchen Wäldern sensibilisieren Barfußpfade die Wahrnehmung.

Foto: DJD/Kollaxo Markt und Medien/PEFC Deutschland

03: Radfahren im Wald macht besonders viel Spaß, ist aber nur auf geeigneten oder markierten Waldwegen erlaubt.

Foto: DJD/Kollaxo Markt und Medien/PEFC Deutschland



klima-druck.de/ID

# Nachhaltig + ressourcenschonend: Eingesetztes Papier // 57 % Recyclinganteil



© iStock

Im Rahmen der Herstellung dieses Druckproduktes wurde ein finanzieller Beitrag an das Klimaschutzprojekt „Instandsetzung von Brunnensystemen, Eritrea“ zertifiziert nach GoldStandard geleistet.

## Für Mensch und Natur.





01

02

# Auszeit und Einkehr

## Die Benediktinerabtei Ottobeuren bietet frischen Glanz und viel Musik



03

04

(DJD). Kultur und Geschichte entdecken, den Geist zur Ruhe kommen lassen und den Körper in Bewegung bringen – diese Kombination schätzen viele Kurzurlauber. Ein ideales Ziel für eine kleine Auszeit vom Alltag liegt mitten in der sanft-hügeligen Voralpenlandschaft des Unterallgäus. Der 8.700-Einwohner-Ort Ottobeuren ist bekannt als Heimat von Pfarrer und „Wasserdoktor“ Sebastian Kneipp und für die über 1.260 Jahre alte Benediktinerabtei. Sie ist Deutschlands größte barocke Klosteranlage mit einer prächtigen Basilika, in der seit über 70 Jahren jeden Sommer hochkarätige Konzerte stattfinden. Vor genau 100 Jahren erhielt die Kirche den Ehrentitel „Basilica Minor“ durch Papst Pius XI. Mehr Wissenswertes über das spätbarocke Bauwerk und das klösterliche Leben erfahren Besucherinnen und Besucher immer samstags bei einer Führung mit einem der Mönche.

### Vom Staub der Jahrhunderte befreit

Ein Besuch der Ottobeurer Abtei lohnt sich 2026 besonders, weil der Kaisersaal mit seiner prächtigen Rokokoausstattung nach fünfjähriger Restaurierungszeit wieder für Besucher geöffnet ist. Neben den nicht sichtbaren Reparaturen an der Bausubstanz erstrahlen auch Skulpturen, Stuck, Malereien wieder in voller Farben- und Goldpracht. Auch die 16 Statuen der Habsburger Kaiser, denen der größte Repräsentationsraum des Reichsstifts seinen Namen verdankt, sind vom Staub der Jahrhunderte befreit. Der Kaisersaal liegt eingebettet in den Rundgang durch das Klostermuseum. Es ist das zweitälteste Museum im Allgäu – und seit seiner Neueröffnung im Jahr 2023 auch eines der modernsten. Interaktive und multimediale Stationen verbinden Geschichte und Gegenwart – und machen den Rundgang zu einem Erlebnis für alle Generationen. Der Klosterladen und das neue Klostercafé, in dem großer Wert auf regionale oder direkt aus dem Klostergarten stammende Lebensmittel gelegt wird, laden danach zum Besuch ein. Unter [www.ottobeuren.de](http://www.ottobeuren.de) gibt es alle Informationen zum Kloster, zu Konzertterminen und zu vielen weiteren Aktivitäten rund um Kultur und Natur.

### Übernachten im Kloster

Ob für ein verlängertes Wochenende allein oder mit der Familie – das Gäste- und Tagungshaus des Klosters ist gleichzeitig ein Ort der Stille und der Begegnung. Mit dem Angebot „Vier Nächte bleiben, drei zahlen“ eröffnet sich Gästen die Möglichkeit, das Kloster und den Ort Ottobeuren und seine Umgebung intensiv und in aller Ruhe kennenzulernen. Schließlich gibt es nebenan noch das Museum für zeitgenössische Kunst Diether Kunerth – und im Sommer viel Musik. Neben den großen Basilikakonzerten mit international bekannten Ensembles und den samstäglichen Orgelkonzerten finden auch im Kaisersaal regelmäßig musikalische Ereignisse statt.

01: Die spätbarocke Basilika ist seit über 70 Jahren Schauplatz sommerlicher Musikereignisse von Weltrang.

Foto: DJD/Touristikamt Kur & Kultur Ottobeuren/Ralf Lienert

02: Die Benediktinerabtei Ottobeuren mit der imposanten Basilika ist die größte barocke Klosteranlage Deutschlands.

Foto: DJD/Touristikamt Kur & Kultur Ottobeuren/Stefan Reichel

03: Barocke Pracht und moderne Ausstattung: Das Gästehaus der Benediktinerabtei bietet Zimmer für Einzelpersonen und Familien.

Foto: DJD/Touristikamt Kur & Kultur Ottobeuren/Stefanie Vögele

04: Geschichte hautnah erleben – das Klostermuseum in Ottobeuren bietet spannende Erlebnisse für alle Generationen.

Foto: DJD/Touristikamt Kur & Kultur Ottobeuren/Stefanie Vögele

[www.bodenseefestival.de](http://www.bodenseefestival.de)  
02. bis 25. Mai 2026

# 38. Bodenseefestival „in Bewegung“

Artist in Residence  
Nicolas Altstaedt

Violoncello

KULTUR





## „Melancholie zwischen Traum und Wirklichkeit“

Ausstellung bis 23. August 2026  
Museum kunst + wissen, Diessenhofen

**Michael Albisser** ist ein Winterthurer Maler, dessen Schaffen von einer tiefgründigen Auseinandersetzung mit der Geschichte und einer kritischen Betrachtung der Gegenwart geprägt ist. Die Jahre 2017 bis 2020 verbrachte er in Diessenhofen, bevor er nach Winterthur zog. Seine Werke thematisieren existenzielle Fragen und gesellschaftliche Spannungsfelder: Suizid, Trauma, Einsamkeit, Depression, sozialer Druck und die Heuchelei westlicher Wohlstandsgesellschaften. Viele seiner Bilder tragen eine bewusst düstere, melancholische Handschrift, inspiriert von den Schattenseiten des Lebens, die sonst oft verborgen bleiben. Für Albisser ist Kunst ein Dialog, der berühren, aufrütteln und zum Nachdenken anregen soll. Stilistisch verbindet er klassische Maltechniken mit modernen Ausdrucksformen: Acrylfarben, Lasuren und Airbrush treffen auf digitale Studien mit 3D-Programmen wie Blender. Inspiriert von Renaissance, Romantik und Realismus schafft er Werke, die zwischen Tradition und Zeitkritik oszillieren und die Dunkelheit des Inneren in zeitlose Bildwelten überführen.

**Marianne Chiu** alias Mali, ebenfalls in Winterthur lebend, ist eine späberufene, weitgereiste Künstlerin. Ihre Heirat mit einem Chinesen ermöglichte ihr einen tiefen Einblick in die chinesische Kultur. Um die chinesische Sprache zu lernen, reiste sie 2009 nach Nordwestchina. Zurück in der Schweiz entdeckte sie durch eine Freundin ihre Leidenschaft für die Malerei. Ihre künstlerische Entwicklung ist vorwiegend autodidaktisch und wird ergänzt durch eine einjährige Ausbildung an einem Kunstinstitut in den USA. Mali arbeitet vor allem in den Techniken Mixed Media, Ölmalerei. Die farbenreichen Bilder von Mali sprechen eine kraftvolle und zugleich sanfte Sprache. Sie sind Resultat einer seelenvollen Innenschau, welche das Tor zu einem zauberhaften Kosmos voller Tiere, Blumen und Fabelwesen aufstösst. Ihre Werke bringen eine mystische Verbindung aller Lebewesen zum Ausdruck. Es sind Bilder einer zarten Hoffnung, einen Ort zu finden, an dem das Subtile, das Fragile und das Sensible einen Platz haben.

**Museum kunst + wissen**  
Museumsgasse 11  
CH-8253 Diessenhofen  
Telefon +41 (0)52 533 11 67  
[www.diessenhofen.ch/museum](http://www.diessenhofen.ch/museum)



## Ballettabend 2026

Mittwoch, 13. Mai 19.00 Uhr (Premiere)  
Basilika Singen

Vom 13. bis 17. Mai präsentiert die Singener Ballettschule „Die Färbe“ einen zweiteiligen Ballettabend in der besonderen Atmosphäre der Basilika. Mehr als 100 Schülerinnen verschiedener Altersstufen bringen die Vielfalt und Ausdruckskraft des Tanzes auf die Bühne.

Der erste Teil widmet sich der weltberühmten Erzählung „Der kleine Prinz“ von Antoine de Saint-Exupéry. Die Choreografie von Schulleiterin Ines Kuhlicke interpretiert die Begegnungen des kleinen Prinzen auf seiner Reise aus Sicht des Piloten und übersetzt die bekannten Figuren und Situationen der Geschichte in Bewegung – eine Performance voller Leidenschaft für Tanz, Sprache und Musik in altbekannter Weise als Koproduktion des Theaters und der Ballettschule „Die Färbe“ zusammen mit der Färbe-Schauspielerin Dina Roos und ihrer Tochter Penelope Kühling.

Im zweiten Teil steht die Musik des Klavierkonzerts Nr. 2 von Sergei Rachmaninov im Mittelpunkt. Die dramatische Kraft und die bewegenden Phrasen dieses bedeutenden Werkes bilden die Grundlage für eine vielschichtige choreografische Gestaltung mit wechselnden Ensembles, dynamischen Gruppenszenen, wie auch ruhigen, konzentrierten Momenten.

**Die weiteren vier Vorstellungen finden am 14., 15. und 16. Mai, jeweils um 19.00 Uhr statt.**

**Die Sonntags-Vorstellung am 17. Mai beginnt bereits um 17.00 Uhr.**

Die Abendkasse sowie der Ausschankbereich in der Basilika öffnen jeweils 90 Minuten vor Vorstellungsbeginn.

**Theater „Die Färbe“**  
Schlachthausstraße 24  
78224 Singen  
Telefon 07731 64646  
[www.ballettschule-faerbe.de](http://www.ballettschule-faerbe.de)

New English Ballet Theatre  
© John RossTrombone Unit Hannover  
© Nikolaj Lund

# New English Ballet Theatre

„The Four Seasons“

**Samstag, 09. Mai 2026, 19.30 Uhr**  
Graf-Zeppelin-Haus, Friedrichshafen

Das New English Ballet Theatre (NEBT) gehört zu den spannendsten Adressen für zeitgenössisches Ballett aus Großbritannien. Gegründet 2010 von Karen Pilkington-Miksa, versteht sich die Kompanie als kreative Talentschmiede – und als Antwort auf den Mangel an Chancen für junge Talente aus den Bereichen Tanz und Choreografie. Doch längst ist das NEBT weit mehr als das: Es ist ein hochprofessionelles Ensemble mit internationalem Anspruch und der Mission, neue Stimmen sichtbar zu machen und frische Zugänge zum klassischen Tanz zu schaffen.

# Trombone Unit Hannover

„Around the World“

**Donnerstag, 14. Mai 2026, 19.30 Uhr**  
Graf-Zeppelin-Haus, Friedrichshafen

Die Posaune ist ein vernachlässigtes Instrument: oft unterschätzt, oder aufs Effektvolle reduziert. Nicht so bei der Trombone Unit Hannover. Das Ensemble ist die überzeugende Kombination aus individueller Exzellenz und herausragendem Zusammenspiel. Jeder der acht Musiker ist ein Solist auf Topniveau, vielfach ausgezeichnet und in renommierten Orchestern zu Hause. Gemeinsam erforschen sie die Posaune in ihrer ganzen Ausdrucksbreite.

**Kulturbüro Friedrichshafen**  
Olgastraße 21  
88045 Friedrichshafen  
Telefon 07541 203-53300  
[kulturbuero.friedrichshafen.de](http://kulturbuero.friedrichshafen.de)



## „Ratoldescella – Radolfzell“

**17. Mai 2026 bis 28. November 2027**  
Stadtmuseum Radolfzell

**Eine Sonderausstellung über das verschwundene Radolfzell**

Ratoldescella, „Zelle des Ratold“ – dieser Begriff wird erstmals um 930 in einem in Latein abgefassten Bericht erwähnt. Und so beginnt die Sonderausstellung „Ratoldescella – Radolfzell“, die ab dem 17. Mai 2026 im Stadtmuseum zu sehen ist, mit dem Ortsgründer Ratold, Bischof von Verona. Die Ausstellung zeichnet seinen Lebensweg im frühmittelalterlichen Europa nach. Heute erinnert nichts mehr an das Radolfzell der Gründungszeit – außer einem kleinen Fragment, das selber ein Rätsel der Geschichte ist ...

Verschwunden sind auch die Weinberge und Bierbrauereien Radolfzells. Einst war Wein eines der wichtigsten Exportgüter. Doch Rebkrankheiten und bessere Verdienstmöglichkeiten in der Industrie ließen den Weinbau eingehen. Auch die Bierbrauereien verschwanden. In der Ausstellung erinnert nun ein eigener Raum an die alte Bedeutung von Wein und Bier für Radolfzell.

Ein ähnliches Schicksal teilten auch früher prägende Gebäude, deren letzte materiellen Zeugnisse das Museum bewahrt, wie z. B. der 1870 abgebrochene Obertorturm, das Gefängnis, oder die alte evangelische Kirche. Und schließlich haben auch viele Menschen aus Radolfzell ihr Glück in der Fremde gesucht. Stellvertretend für die „Auswanderer“ präsentiert die Ausstellung einzelne Biografien aus verschiedenen Zeiten, darunter berühmte Persönlichkeiten, aber auch einfache und unbekanntere Menschen.

**Zur Eröffnung der Sonderausstellung „Ratoldescella – Radolfzell“ am 17. Mai 2026 ab 11 Uhr lädt das Stadtmuseum alle Interessierten ein, mitzufeiern.**

Abb. oben: Kolorierte Skizze von Radolfzell aus dem Jahr 1831. Noch ist die Stadt nicht über den mittelalterlichen Mauerring hinausgewachsen.  
Original: Stadtarchiv Radolfzell

**Stadtmuseum**  
Seetorstraße 3  
78315 Radolfzell  
Telefon 07732 81-530  
[www.stadtmuseum-radolfzell.de](http://www.stadtmuseum-radolfzell.de)



# ZellAKKORDE

Mit 1200 Jahren,  
da fängt's erst richtig an ...

Szenischer Liederabend. Die Jubiläumsausgabe!

Regie: Anny de Silva & Waltraud Rasch  
Musikalische Leitung / Akkordeon: Gerhard A. Schiewe / Berlin

PREMIERE:  
**15. Mai 2026**, 20 Uhr  
Weitere Aufführungen: 16.5. (20 Uhr) | 17.5. (17 Uhr)

Reservierungen / Karten:  
www.zellerkultur.de  
eventim-Vorverkaufsstellen  
07732 89 02 48 5

Adresse:  
Theater Zeller KulturZentrum  
Fürstenbergstraße 7a  
78315 Radolfzell

THEATER  
ZELLER  
KULTUR  
ZENTRUM

Facebook, Instagram, QR code

Ausstellungsansicht Karl Hofer  
© Anja Koehler

Notos Quartett, © Kaupo Kikkas

## Karl Hofer und Bodenseefestival in Schloss Achberg

Karl Hofer zählt zu den eigenständigsten Malern der deutschen Moderne. Zwischen Neuer Sachlichkeit und Magischem Realismus entwickelte er eine unverwechselbare Bildsprache. Schloss Achberg zeigt die ästhetische Kraft und das Menschenbild in Hofers Malerei anhand von über 60 Gemälden aus allen Schaffensphasen.

Jeden Sonntag findet um 14.30 Uhr eine **allgemeine Ausstellungsführung** statt. Am 14. Mai lädt Kurator Michael C. Maurer zur Führung „Zwischen Mut und Anpassung“, die sich mit Karl Hofer in der NS-Zeit beschäftigt.

Raus aus dem Schloss und rein in den **Lebensraum Wald** heißt es am **10. Mai**. Gemeinsam mit Förster Christian Reich begeben sich kleine und große Naturforscher auf die Pirsch nach Waldtieren und ihren Spuren. Dabei lernen die Kinder auf spielerische Weise Bäume und Pflanzen kennen.

Schloss Achberg ist auch in diesem Jahr wieder beim **Bodenseefestival** dabei. Das grenzüberschreitende Kulturfestival steht im Jahr 2026 unter dem Motto „In Bewegung“. Im historischen Rittersaal führt Susanne Weckerle vom Landestheater Tübingen das Stück „Earhart Theater für Kinder“ auf. Außerdem konzertieren **Gitarist Wuttke und Bandoneonspieler Donoso (13. Mai)**, das spanische Saxophoquartett **Kebyart (16. Mai)**, Studierende der **Klavierklasse von Anna Adamik der Stella Musikhochschule (22. Mai)** sowie das **Notos Quartett (23. Mai)**.

**Schloss Achberg**  
88147 Achberg  
Telefon 0751 859510  
[www.schloss-achberg.de](http://www.schloss-achberg.de)

# Allensbach Hat's

Live in Allensbach

**38. Bodenseefestivals „In Bewegung“**

11.05.26 | 20 Uhr | Gnadenkirche  
**OBRADOVIC TIXIER DUO „Jiggled Juggler“**  
Lada Obradovic (Cro) - dr, perc, voc | David Tixier (F) p, kb  
Spannung und Bewegung - ein phänomenales Duo.

17.05.26 | Internationaler Museumstag | Im Bahnhof  
**MÜHLENWEGMUSEUM Allensbach**  
Offenes Museum (11-19 Uhr), Führung (14 Uhr) und  
ZeitzeugInnendokumentation (18 Uhr)

25.05.26 | 11 Uhr | Gnadenkirche | YOUNG & NEXT  
**PFINGSTMATINÉE „Klavierkonzert“**  
mit Jakob Büschking  
in Kooperation mit der Hochschule für Musik | *kostenfrei*

**umsonst & draußen**  
open-air Konzerte auf der KULTUR am SEE-Bühne

02.06.26 | 19.30 Uhr | Seegarten  
**BLOSSBLUEZ „Blues vom Besten“**  
Die „soulful funky rocking jazz blues fusion“

10.06.26 | 19.30 Uhr | Seegarten | YOUNG & NEXT  
**ANDREAS LANGSCH „Der Liebesalgorithmus“**  
Preisgekröntes Klavierkabarett

www.allensbach.de

Kultur- & Tourismusbüro Allensbach | Konstanzer Str. 12  
78476 Allensbach | +49 (0)7533 801 35

ALLENSBACH



## Hanna Fearn

### „Are you Alright?“

Mittwoch, 27. Mai 2026, 20.30 Uhr  
Kulturbar im Kulturhaus Apollo, Kreuzlingen

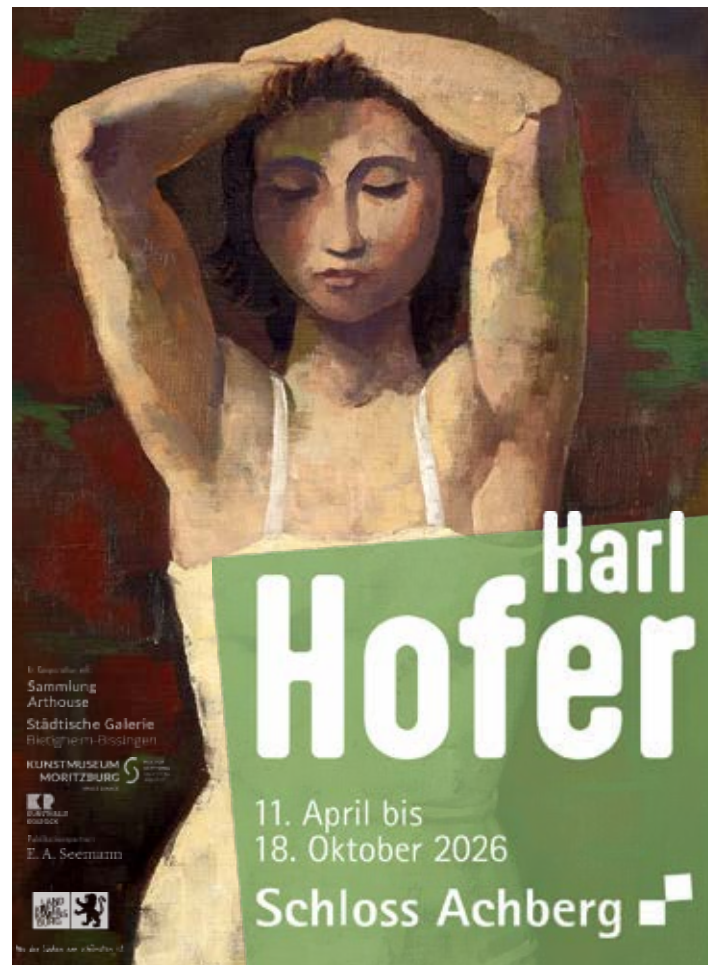
Immer inspirierend – die Kulturbar im Kreuzlinger Apollo ist eine regelmäßige Veranstaltung mit spannenden Gästen. So wird am 27.05. ab 20.30 Uhr die großartige Hanna Fearn erwartet. Sie gehört zu den stillen Konstanten der deutschen Indie-Szene – und genau darin liegt ihre besondere Stärke. Seit Jahrzehnten entwickelt die von Konstanz nach Köln gezogene Songwriterin ihren Sound konsequent weiter: zwischen Folk, Americana, Country und experimentellem Pop entsteht eine eigenständige musikalische Sprache, die sich jeder schnellen Einordnung entzieht.

Ihre rauchig-warme, tiefe Stimme ist dabei das Zentrum – klar, getragen und voller Präsenz. Eine Stimme, die gleichermaßen Nähe schafft und Weite öffnet, irgendwo zwischen intimer Club-Atmosphäre und cineastischer Klangwelt.

Mit ihrem neuen Album „Are You Alright?“ führt Hanna Fearn diesen Weg konsequent fort. Große, unmittelbare Melodien treffen auf Country-Einflüsse, Drones, Feedback und feine Klangverschiebungen. Es ist ein Album über Empathie, Unsicherheit und die Suche nach Halt – und zugleich eines, das Trost spendet, ohne sich aufzudrängen.

Im Apollo bringt sie diese Songs erstmals live auf die Bühne – begleitet von einer kleinen Band der Kölner Indie-Szene. Ein Konzert für alle, die Musik nicht nur hören, sondern fühlen wollen.

Kulturbar im Kulturhaus Apollo  
Konstanzerstraße 32  
CH-8280 Kreuzlingen  
[www.apollokreuzlingen.ch](http://www.apollokreuzlingen.ch)



MAI 2026  
FÄRBE & BASILIKA



Michael McKeever

## STARS UND STERNCHEN

### Komödie

Mi, Do, Fr, Sa • 20:30 Uhr  
in der Färbe, Theaterrestaurant ab 18 Uhr

### BALLETTABEND 2026 IN DER BASILIKA

„Der kleine Prinz“ nach A. de Saint-Exupéry  
Sergei Rachmaninow, Klavierkonzert Nr. 2

13. – 16. Mai • 19 Uhr, 17. Mai • 17 Uhr

### KARTEN

(07731) 64646 • [www.diefaerbe.de](http://www.diefaerbe.de)  
Schlachthausstraße 24 • D-78224 Singen



Sinfonieorchester der Staatl. Hochschule für Musik Trossingen  
Solistin: Shen-Chieh Liu (Klarinette), © privat

## Sinfonieorchester der Staatl. Hochschule für Musik Trossingen

**Donnerstag, 21. Mai 2026, 20.00 Uhr**  
Stadhalle Tuttlingen

Das hochkarätige Ensemble junger Künstlerinnen und Künstler aus über 20 Nationen präsentiert unter der Leitung von Prof. Sebastian Tewinkel rund um Debussys impressionistisches Meisterwerk „La Mer“ ein farbenreiches französisches Programm mit populären Kompositionen von Fauré und Chabrier sowie dem grandiosen Klarinettenkonzert von Françaix.

Mit der bekannten, temperamentvollen Rhapsodie „España“ von Emmanuel Chabrier bieten die Young Professionals des Trossinger Hochschulorchesters ihrem Publikum einen furiosen Konzertauftritt. Das folgende Klarinettenkonzert von Jean Françaix gilt als eines der schwierigsten seiner Gattung und so steht hier die Solistin Shen-Chieh Liu aus Taiwan im Mittelpunkt, die sich nach Studien in Taipeh und Köln nun bei Prof. Chen Halevi an der HfM Trossingen auf ihr Konzertexamen vorbereitet. Die vertraute tänzerische „Pavane“ von Gabriel Fauré, eine unbeschwerter Gesellschaftsskizze der Belle Époque, bildet den Auftakt der zweiten Konzerthälfte. Claude Debussys klingende Meereslandschaft „La Mer“ gehört zu den bedeutendsten Klanggemälden des Impressionismus überhaupt. Von geheimnisvoll verschatteten Melodien des Morgengrauens über kraftvoll-intensive Klänge der gleißenden Mittagshitze und dem feinen Spiel der Lichtreflexionen auf dem Wasser bis zum urgewaltigen Kampf von Wind und Wellen entsteht ein ganzes Universum hochvirtuoser Orchesterkunst.

**Tuttlinger Hallen**  
Am Europaplatz  
78532 Tuttlingen  
Telefon 07461 910 996  
[www.tuttlinger-hallen.de](http://www.tuttlinger-hallen.de)



Andreas Langsch, © Martin Ruppel

Tridiculous, © Rostyslav Hubayduljin

## Andreas Langsch „Der Liebesalgorhythmus“

**Mittwoch, 10. Juni 2026, 19.30 Uhr**  
KULTUR am SEE-Bühne, Allensbach

„umsonst  
und draußen“

Der studierte Musicalsänger und virtuose Klavierkabarettist gehört der Generation Y an. Das sind die Leute, die vermeintlich nichts mit ihrem Leben anfangen können und den ganzen Tag an ihrem Handy hängen. Nach der Schule geht es erstmal ein Jahr nach... richtig: Australien. Und dann? Studieren, Startup gründen, arbeiten und rein ins Sabbatical oder in den Burnout. Mit Piano, Gesang und überraschenden Einlagen kreierte er mit feinem Gespür für Zwischentöne ein Bild seiner Generation und versucht zu vermitteln: zwischen Alt und Jung, zwischen Liebe und Liebesalgorhythmus, charmant, humorvoll, augenzwinkernd, nachdenklich und höchst unterhaltsam zugleich.

## Tridiculous „3DCLS“

**Donnerstag, 30. Juli 2026, 19.30 Uhr**  
KULTUR am SEE-Bühne, Allensbach

„umsonst  
und draußen“

Geballte Kraft, Dynamik und viel Humor. Die drei modernen Clowns und internationale Multitalente verbinden spektakuläre Artistik und Tanz, Beatbox und Gesang, Slapstick und Comedy. Mit Wurzeln in der Berliner Break-Dance-Szene erzählen sie mit intelligenter Komik und Musikalität von Zusammenarbeit und Vertrauen. Mit spitzbübischem Spieltrieb brechen sie Sehgewohnheiten auf, wenn der Schwung eines Saltos zum Rhythmus oder Artistik selbst live musikalisch begleitet und Bewegung zu Musik und umgekehrt wird. Ein schneller, sprunggewaltiger und preisgekrönter Abend, der rockt, berührt, begeistert, lange nachhallt und seinesgleichen sucht.

**Kultur- und Tourismusbüro**  
Konstanzer Straße 12  
78476 Allensbach  
Telefon 07533 80135  
[www.allensbach.de](http://www.allensbach.de)



„In Your Hands“  
© Leon Hendrickx, Studio Minks

Goldberg-Variationen  
Jean Rondeau, © Mathias Benguigui

## „In Your Hands“ Johannespassion trifft auf Akrobatik

Donnerstag, 14. Mai 2026, 16.00 & 19.00 Uhr  
Gaswerkareal Schaffhausen

Im Rahmen des 31. Internationalen Bachfests Schaffhausen

„In Your Hands“ ist eine Ode an 300 Jahre Johannespassion: Bachs wohl dramatischstes Werk kommt am 31. Internationalen Bachfest Schaffhausen – in der Grossen Halle des Gaswerkareals direkt am Rhein – in einer Kammerversion mit vier Sängern, Streichern, Flöte, Synthesizer und E-Gitarre zur Aufführung. Gleichzeitig werden die Essenzen ausgewählter Arien und Chöre von den vier Akrobaten der Tall Tales Company aus Rotterdam in einer emotionalen Bewegungssprache visualisiert. Bach am Puls der Zeit und in schwindelerregender Höhe!

## „Euro-Baroque Song Contest“

mit  
Publikumsvoting

Samstag, 16. Mai 2026, 20.00 Uhr  
Stadtheater Schaffhausen

Im Rahmen des 31. Internationalen Bachfests Schaffhausen

Am „Euro-Baroque Song Contest“ werden die schönsten Arien des europäischen Barock vorgetragen – interpretiert von neun vielsprechenden Solistinnen und Solisten und begleitet von der renommierten Lautten Compagny Berlin. Die neue Konzertshow ist ein fulminantes musikalisches Feuerwerk voller funkelnder Koloraturen, leidenschaftlicher Affekte und theatralem Glanz. Virtuose Stimmen steigen empor wie Leuchtraketen, Instrumente entfesseln klangprächtige Sturmfluten – und Tänzerinnen begleiten die Show mit verführerischer Eleganz, geschmeidiger Sinnlichkeit und glamouröser Attitüde. In schillernden Auftritten zwischen barocker Pracht und modernem Bühnenzauber feiern sie die Lust am Spektakel – bis schließlich das Publikum selbst den „Grand Prix“ vergibt. „Europe: Twelve Points!“



Johannespassion trifft auf Akrobatik  
© Leon Hendrickx, Studio Minks

## 3x Goldberg-Variationen

Freitag, 15. bis Sonntag, 17. Mai 2026

Im Rahmen des 31. Internationalen Bachfests Schaffhausen

Seit er 2016 begann, sich mit Bachs Goldberg-Variationen zu beschäftigen, hat der französische Cembalist Jean Rondeau – Artist in Residence am diesjährigen Bachfest Schaffhausen – die Partitur unermüdlich erforscht, um sowohl ihre Geheimnisse als auch ihre Spontaneität zu verstehen. So zeigt Rondeau die Goldberg-Variationen am Bachfest gleich dreimal: einmal historisch getreu, als zeitgenössische Interpretation mit Schlagzeug und als barockes Kammermusikwerk. Drei Versionen, eine Partitur!

Rondeau I „UNDR“: Mit Schlagzeug und Synthesizer,  
Fr. 15. Mai 2026, 20.30 Uhr, Kammgarn

Rondeau II „Goldberg“: Das Original,  
Sa. 16. Mai 2026, 11.00 Uhr Stadtkirche Diessenhofen

Rondeau III „Quartett“: Kammermusikalisch,  
So. 17. Mai 2026, 11.30 Uhr, Rathauslaube

**Internationale Bachfeste Schaffhausen**  
Herrenacker 23  
CH-8200 Schaffhausen  
[www.bachfest.ch](http://www.bachfest.ch)



„Nathan der Weise“  
mit Oliver Nolte, © Noltes Theater

„Ich brauche Euch! –  
LG Eure Demokratie!“  
mit Oliver Nolte, © Noltes Theater

## „Nathan der Weise“

Freitag, 08. Mai 2026, 20.00 Uhr  
G1 Raum für Kultur, Überlingen

„Nathan der Weise“ ist kein verstaubter Klassiker – es ist die Antwort auf die Fragen unserer Zeit. Ein Meisterwerk von Gotthold Ephraim Lessing über die Kraft der Empathie und Menschlichkeit und das Wunder der Toleranz und Versöhnung als Performance Lesung. Oliver Nolte hat dieses Format entwickelt und macht es mit seiner Stimme und seiner Schauspielkunst zu einem intensiven und beeindruckenden Erlebnis.

## „Ich brauche Euch! – LG Eure Demokratie!“

Freitag, 22. Mai 2026, 20.00 Uhr  
G1 Raum für Kultur, Überlingen

Mit der Performance-Lesung „Ich brauche Euch! – LG Eure Demokratie!“ bringt das Noltes Theater ein hochaktuelles Stück auf die Bühne, das unsere Gesellschaft und den Zustand der Demokratie eindrucksvoll reflektiert. Zwischen persönlicher Ansprache und politischem Appell entsteht ein Theaterabend, der berührt, aufrüttelt und zum Nachdenken anregt. In einer fiktiven Talkshow treffen die großen Denker der Geschichte aufeinander und geraten in einen pointierten, teils humorvollen Schlagabtausch.

G1 Raum für Kultur  
Gunzoweg 1  
88662 Überlingen  
Telefon 07551 8310222  
[www.g1-raumfuerkultur.de](http://www.g1-raumfuerkultur.de)



Kristin Schnell „Anthropology“ (2024)

Kristin Schnell „Birds on stage“ (2023)

## „Vogelfrei?“ Kristin Schnell

16. Mai bis 12. Juli 2026  
Kunstverein Konstanz

**Eröffnung: Freitag, 15. Mai 2026, 19.00 Uhr**

Der Kunstverein Konstanz zeigt in Kooperation mit dem Bodensee-Naturmuseum Fotografien der Künstlerin Kristin Schnell. Im Zentrum der Schau steht ihre jüngste Werkgruppe VOGELFREI?, in der sie sich intensiv mit domestizierten Vögeln auseinandersetzt, die in Volieren leben und in der freien Natur kaum überleben könnten. Ihre Beobachtungen im Vogelkäfig werfen zugleich Fragen nach Freiheit, Verantwortung und den Bedingungen auf, unter denen Tiere heute leben.

Die Beschäftigung mit Vögeln ist ein Sujet, das die Kunstgeschichte seit ihren Anfängen begleitet. Schnell knüpft an die Tradition der Vogeldarstellungen an und entwickelt daraus einen eigenständigen, zeitgenössischen Blick: Sie setzt lebendige Tiere in bewusst konstruierte Bildräume. Schnell, die schon zeitlebens Tiere fotografierte, erhielt einen entscheidenden Impuls für die Serie durch ihren Umzug von Berlin an die Ostseeküste. Dort fand die Fotografin keine unberührte Natur, sondern eine intensiv betriebene Agrarlandschaft vor. Die Vögel – wie die Feldlerchen ihrer Kindheit – waren weitgehend verschwunden. Ihr eigenes Grundstück mit alten Bäumen und wilden Blumen wurde zu einer rettenden Insel; eine dortige 400 Quadratmeter große Voliere entwickelte sich bald zum Asyl für vernachlässigte Vögel.

Diesen geschützten Raum nutzt Schnell als Atelier. Hier baut sie aus Holz, Papier und Stoff farbintensive, geometrische Kulissen, verwendet Utensilien wie Acrylglas, Spiegel, Folien und Blumen und schafft ein künstliches Ambiente, das einer reduzierten Bühnenkulisse ähnelt. In diesen Bildräumen lässt sie ihre Vögel wie Schauspieler agieren. Die Künstlerin stellt das Setting, doch die entscheidenden Momente ergeben sich aus den Bewegungen der Tiere; Steuerung und Kontrolle bleiben dabei weitgehend unmöglich.

Kunstverein Konstanz  
Wessenbergstraße 39/41  
78462 Konstanz  
Telefon 07531 22341  
[www.kunstverein-konstanz.de](http://www.kunstverein-konstanz.de)



## Wilder Ritt durch Metaphern und unvorhergesehene Begegnungen im Theater Konstanz

Noch bis 21. Mai ist die Uraufführung **„Schimmel! Ohne Pferd und ohne Reiter“**, eigens für das Theater Konstanz entwickelt, im Stadttheater zu sehen. Hannes Weiler, Regisseur und Autor des Stücks, hat mit seinem Team Theodor Storms „Schimmelreiter“ neu gedeutet und zu etwas ganz Eigenem weiterentwickelt. Florian Dietrich gestaltete die Bühne in zwei Ebenen: einen bespielten Bereich oben und eine mit Livevideo projizierte Fläche unten. Weiler nutzt als Autor die gespenstische Stimmung der Vorlage und entfaltet in Storms Sprachwelt voller Naturgewalten, Matsch und Schimmel ein wahres Assoziationsgewitter. Mit Ironie und einem rasanten Durchqueren von Metaphern und Widersprüchen fordert er das Publikum heraus – und lädt gleichzeitig ein, die eigenen Überzeugungen zu überprüfen.

Die Videoinstallation bei **„Schimmel! Ohne Pferd und ohne Reiter“** zeigt eindrucksvoll, was modernes Theater technisch möglich macht. Aus diesem Grund bietet das Theater Konstanz an ausgewählten Terminen Führungen vor der Vorstellung an, die Einblicke in die Unterbühne gewähren. Die 15-minütige Tour ist aus Platzgründen auf maximal zehn Personen begrenzt. Kostenlose Zählkarten gibt es zusammen mit einer Eintrittskarte zur jeweiligen Vorstellung an der Theaterkasse im KulturKiosk.

In **„Haus Blaues Wunder“** von Ingeborg von Zadow treffen Herr Goldbeutel und Herr Pfefferkorn auf der Werkstattbühne aufeinander – beide haben unwissentlich dasselbe Haus gekauft. Herr Pfefferkorn zieht mit nur einer Tasche und einem Eichhörnchen namens Badesalz ein, während Herr Goldbeutel sich hinter Bergen von Gepäck verschanzt. Milan Gather inszeniert diese absurden Begegnungen voller Humor, Einfühlungsvermögen und spielerischer Reflexion über Besitz, Neid und Solidarität – komplett in verspieltem Kostüm- und Bühnenbild von ihm selbst.

Wer schon immer wissen wollte, wie Stücke für das Theater ausgewählt werden, ist am 29. Mai bei **„Torten und Stücke“** richtig. In gemütlicher Atmosphäre des Café Wessenberg lesen Ensemblemitglieder und Dramaturg\*innen drei zeitgenössische Theatertexte vor und diskutieren sie gemeinsam bei Tee und Kuchen. Das Publikum ist gefragt: Welcher Text spricht Sie an, welcher weniger?

Ab Samstag, 30. Mai, verlässt das Projekt „Rollenwandel“ den Hafen und bringt **„Schiff der Träume“** auf die Bühne der Spiegelhalle. Nach dem Drehbuch von Federico Fellinis Filmklassiker entsteht eine opulente Reise durch Träume und Trauer, in der Sehnsüchte, die Liebe zur Kunst und die Opfer, die das Künstlerleben erfordert, spielerisch und musikalisch erkundet werden. Das Projekt „Rollenwandel“ entstand aus der Frage: Was passiert, wenn sich die Rollen im Theater vertauschen und die Mitarbeiter\*innen, die normalerweise für Finanzen, Organisation oder Marketing zuständig sind, ein eigenes Stück kuratieren? Abteilungsübergreifend haben sich Angestellte des Theaters Konstanz als Kollektiv zusammengefunden, um den Theaterstoff, die Regie sowie das Bühnen- und Kostümbild selbst zu gestalten.

**Schon mal vormerken:** Am 13. Juni feiert **„Leonce und Lena“** auf dem Konstanzer Münsterplatz Premiere. Nach dem fulminanten „Sommernachtstraum“ im Sommer 2024 erzählen Regisseur Ekart Cordes und sein Team dieses Jahr Büchners märchenhaftes Lustspiel „Leonce und Lena“ als Liebesgeschichte wider Willen mit viel Herzschmerz, italienischem Flair und Musik. Sichern Sie schnell Karten. Die Hälfte aller Tickets ist bereits weg!

Theaterkasse im KulturKiosk  
Wessenbergstraße 41  
78462 Konstanz

Telefon 07531 900 2150  
[www.theaterkonstanz.de](http://www.theaterkonstanz.de)



**STADT  
MUSEUM  
RADOLFZELL**

**17.  
MAI  
20  
26**  
|  
**28.  
NOV  
20  
27**

**KULTUR**  
Radolfzell  
STADTMUSEUM

radoldescella Radolfzell  
Sonderausstellung zur Stadtgeschichte

stadtmuseum-radolfzell.de



## „Über die Jahre“

### Rose Marie Schnorrenberg zum 100. Geburtstag

Ausstellung bis 12. Juli 2026  
Hesse Museum Gaienhofen

Sie war die jüngste der sogenannten Höri-Künstler\*innen, die sich auf der idyllischen Halbinsel am Bodensee seit den 1930er Jahren niedergelassen hatten. Mit Rose Marie Schnorrenberg verstarb 2021 eine Zeitzeugin, eine charismatische Malerin und eine christlich-sozial engagierte Frau, die bis ins hohe Alter voll lebendiger Schaffenskraft war.

Rose Marie Schnorrenberg wurde vor 100 Jahren am 22. Februar 1926 in Düsseldorf geboren. Nach dem Abitur studierte sie an der Landeskunstschule in Hamburg und war Stipendiatin an der Düsseldorfer Kunstakademie. Als Meisterschülerin von Ferdinand Macketanz kam sie 1952 erstmals auf die Höri und ließ sich 1954 in Wangen am Untersee nieder. 1962 war Rose Marie Schnorrenberg Mitbegründer der Künstlergruppe „Der kleine Kreis“ in Konstanz. Sie heiratete 1967 den Maler Rudolf Stückert und betrieb mit ihm bis Ende der 1970er Jahre eine Galerie in Konstanz. Das Paar zog 1974 in ein denkmalgeschütztes Haus nach Bettwang auf die vordere Höri. Von 1972 bis 1992 unterrichtete Rose Marie Schnorrenberg Kunst an der Evangelischen Internatsschule Schloss Gaienhofen. Eine Tätigkeit, die ihr sehr am Herzen lag. Auch nach dem Tod ihres Mannes 2002 blieb Rose Marie Schnorrenberg künstlerisch aktiv.

Die Ausstellung im Hesse Museum Gaienhofen zeigt bis zum 12. Juli Bilder aus dem Privatbesitz der Malerin und vermittelt einen repräsentativen Einblick in ihr Œuvre „Über die Jahre“.

**Hesse Museum Gaienhofen**  
Kapellenstraße 8  
78343 Gaienhofen  
Telefon 07735 440949  
[www.hesse-museum-gaienhofen.de](http://www.hesse-museum-gaienhofen.de)

**75 JAHRE  
HEGAU MUSEUM**

**Öffnungszeiten**  
Dienstag bis Samstag:  
14.00 – 18.00 Uhr  
Sonn- und Feiertag:  
14.00 – 17.00 Uhr  
Montag: geschlossen

Am Schlossgarten 2, 78224 Singen | [hegau-museum.de](http://hegau-museum.de)

SINGEN  
KulturPur

**Eintritt frei!**

75 Jahre  
**HEGAU  
MUSEUM**



„ZellAkkorde“, © Alexander Binder



© „Total Tonal“

# „ZellAkkorde“

„Szenischer Liederabend“

Freitag, 15. Mai 2026, 20.00 Uhr (Premiere)  
Theater Zeller Kultur Zentrum, Radolfzell

Die Cella Ratoldi wird 1200 Jahre alt. Ein Grund zu feiern – da will das ZellAkkorde-Ensemble natürlich mitmischen! Doch die Radolfzeller Geschichte hat so viel zu bieten, dass man während des Brainstormings in leichten Stress kommt: Worauf soll man bloß das Augenmerk richten? Man könnte Szenen vom Heilig-Geist-Spital bis hin zur Mettnau-Kur spielen. Oder doch lieber Victor von Scheffel besingen? Was ist mit den Weinbergen, der Kneipenkultur oder dem Ratoldusbrunnen? Und Schiesser? Schiesser muss auf jeden Fall rein! Deshalb erzählen die ZellAkkorde diesmal viele kleine Stadt-Geschicht(ch)en. Der Fokus liegt auf eher unbekanntem Frauen, deren Schicksal mit Radolfzell verknüpft ist.

# „Total Tonal“

Mettnau Jazz Open

Sonntag, 31. Mai 2026, 11.00 Uhr  
Alte Konzertmuschel Mettnau, Radolfzell

„Total Tonal“ ist ein Sextett um den Pianisten Markus Springfeld in der Besetzung Schlagzeug, Bass, Trompete/Flügelhorn, Piano, Vibraphon und Gitarre. Die Band wendet sich den etwas moderneren Stilrichtungen des Jazz und Funk zu. Sie bringt eine innovative, energiegeladene Mischung von Sounds und Atmosphäre gepaart mit Improvisationsleidenschaft auf die Bühne. Auch eigene Kompositionen gelangen zur (Ur)-Aufführung.

Theater Zeller Kultur Zentrum  
Fürstenbergstraße 7a  
78315 Radolfzell  
Telefon 07732 8902485  
[www.zellerkultur.de](http://www.zellerkultur.de)

# JAZZCLUB SINGEN

[www.jazzclub-singen.de](http://www.jazzclub-singen.de)

## PROGRAMMVORSCHAU 2026

### DANIEL ERDMANN'S SEXTETT „Thérapie de Couple“

Tenorsax / Clarinet / Violin / Cello /  
Bass / Drums  
Do. 28. Mai

### JAN KLARE SEXTETT

Great Jazz Made in Germany  
Sax / Klarinette / Posaune / Cello /  
Bass / Drums  
Fr. 19. Juni

### JOEL FRAHM TRIO

Live from Downtown New York  
Tenorsax / Bass / Drums  
Do. 4. Juni

### PHILIPP SCHIEPEK / LORENZ

WIDAUER QUARTETT  
Gitarre / Trompete / Bass / Schlagzeug  
Mi. 8. Juli

### Reservierung:

[karten@jazzclub-singen.de](mailto:karten@jazzclub-singen.de)

### Vorverkauf:

· Buchhandlung LeseFutter Singen  
· Kulturzentrum GEMS

### Spielort:

Kulturzentrum GEMS  
Mühlenstr. 13, Singen  
Beginn: 20:30 Uhr

### Eintrittspreis:

für Schüler / Lehrlinge &  
Studenten: € 10,-

ALLE KONZERTE IM KULTURZENTRUM GEMS

# Über die Jahre



## Rose Marie Schnorrenberg zum 100. Geburtstag

Ausstellung vom 15.03. bis 12.07.26

In der Menage, o.J. © Melli Steimer



HESSE MUSEUM GAIENHOFEN  
[www.hesse-museum-gaienhofen.de](http://www.hesse-museum-gaienhofen.de)





Nicolas Altstaedt, © Marco Borggreve



Kebyart, © Igor Studio

## 38. Bodenseefestival „in Bewegung“

02. bis 25. Mai 2026

Vom 02. bis 25. Mai sind in rund 20 Orten der gesamten Bodenseeregion über 60 Veranstaltungen aus den Bereichen Musik, Theater, Tanz und Literatur zu erleben. Artist in Residence ist der Cellist Nicolas Altstaedt, Ensemble in Residence das Saxophonquartett Kebyart. Das 38. Bodenseefestival steht unter dem Motto „in Bewegung“. Eröffnet wird das Festival mit dem Eröffnungskonzert von Nicolas Altstaedt und dem Freiburger Barockorchester in Friedrichshafen.

„in Bewegung“ – so lautet das Motto des Bodenseefestivals 2026. Bewegung steht dabei nicht nur für körperliche Dynamik, sondern auch für Aufbruch, Wandel und den Dialog zwischen Kunstformen, Kulturen und Menschen. „Mit dem Motto ‚in Bewegung‘ möchten wir unser Publikum einladen, sich von Kunst und Kultur auf vielfältige Art bewegen zu lassen – körperlich, emotional und geistig“, sagt Festivalleiterin Sarah Baltes.

Im Zentrum stehen Artist und Ensemble in Residence: der Cellist Nicolas Altstaedt, dessen Spiel für emotionale Tiefe und stilistische Vielfalt bekannt ist, sowie das Saxophonquartett Kebyart, das mit seinem frischen, rhythmisch präzisen Saxophonklang neue Formen des Ensemblespiels präsentiert. Beide Residenzen prägen das Festival mit mehreren Konzerten sowie Workshops und Begegnungen mit dem Publikum. „Ich freue mich sehr, mit so herausragenden Künstlern wie dem Freiburger Barockorchester, Barnabás Kelemen und Alexander Lonquich Musik neu zu erleben“ sagt Nicolas Altstaedt, der mit seinen wechselnden musikalischen Partnern in Friedrichshafen, Weingarten, Dornbirn, Münsterlingen, Ravensburg und Meersburg zu hören ist.

Das Saxophonquartett Kebyart spielt in Friedrichshafen, Tettngang, Ravensburg, Münsterlingen, Diessenhofen, Achberg, Konstanz und Feldkirch und freut sich darauf, „einige versteckte Schätze aus ihrem Repertoire“ zu präsentieren und die Energie der Bewegung auf die Bühne zu bringen. Mit ihnen zu hören sind unter anderem die Bodensee Philharmonie, das Ensemble cantissimo und Studierende der Stella Musikhochschule. Die genauen Termine zu den einzelnen Konzerten sind auf der Homepage des Bodenseefestivals einsehbar.

Passend zum diesjährigen Festivalthema finden sich im Programm zahlreiche partizipative und niedrigschwellige Angebote im Freien. Die Gäste werden so eingeladen, sich selbst in Bewegung zu bringen und beispielsweise bei den drei Wanderkonzerten gemeinsam mit Musikerinnen und Musikern die einzigartige Landschaft der Region neu zu entdecken. Beim Format „Mit-Tanzen“ kann das Publikum nicht nur tanzen, sondern auch eigene Instrumente mitbringen und gemeinsam mit professionellen Musikerinnen und Musikern musizieren. Auch ein Yoga-Konzert ist im Programm zu finden.

Neben den beiden Residenzen präsentiert das Festival zahlreiche weitere internationale Gäste aus Musik, Theater, Tanz und Literatur. Im musikalischen Bereich gastieren so unter anderem Quatuor Agate, das Trio Concept, das Obradovic-Tixier Duo, die Trombone Unit Hannover, das Vokalensemble amarcord, Violinistin Ragnhild Hemsing mit den Trondheim Soloists, das Notos Quartett und das Münchner Kammerorchester mit Violinist Sebastian Bohren. Freunde des Schauspiels dürfen sich auf die Produktionen „Der Kirschgarten“ des Theater Konstanz, „Toxic. Britney über Spears“ des Vorarlberger Landestheater und „Feste“ der Familie Flöz freuen. Tänzerisch stellen die Gastspiele des New English Ballet Theatre und der performing:group Köln Highlights im Programm dar. Literarisch runden die szenische Lesung „Brautbriefe und Widerstand“ des teatro caprile und das traditionelle Literaturschiff mit Safia Al Bagdadi, Thomas Hettche und Felicitas Hoppe an Bord das Programm ab.

Auch für Kinder und Familien bietet das diesjährige Bodenseefestival ein spannendes und vielfältiges Programm. Neben den neuen Formaten wie „Mit-Tanzen“ oder den Wanderkonzerten sind auf Schloss Achberg und in Überlingen verschiedene Veranstaltungsformate zu erleben. Den krönenden Abschluss des Festivals bildet traditionell an Pfingstmontag das Picknickkonzert im Park von Schloss Salem.

**Weitere Informationen:**

[www.bodenseefestival.de](http://www.bodenseefestival.de)



Joel Frahm „Trio Lumination“  
© Joel Frahm

Jan Klare Sextett „Kind“  
© Frank Schindelbeck

## Joel Frahm „Trio Lumination“

Donnerstag, 04. Juni 2026, 20.30 Uhr  
Kulturzentrum GEMS, Singen

Joel Frahm ist eine moderne Ikone des Tenorsaxophons. Eine unübertroffene emotionale Projektion und technisches Können kennzeichnen stets sein Spiel, das aus der ganzen Breite der amerikanischen Musiktraditionen wie Jazz, Funk, Blues und Rock schöpft. Nach Singen kommt er mit seinem aktuellen Trio „Lumination“. Mit dabei sind der Bassist Dan Loomis und der Schlagzeuger Ernesto Cervini, mit denen er schon seit ewigen Zeiten zusammenspielt.

## Jan Klare Sextett „Kind“

Freitag, 19. Juni 2026, 20.30 Uhr  
Kulturzentrum GEMS, Singen

Das Sextett „Kind“ des Saxophonisten Jan Klare bewegt sich auf dem schmalen Grad zwischen struktureller Komposition und freier Improvisation und liefert einen Sound, der sowohl intellektuell anregend als auch emotional mitreissend ist. Die Band, bestehend aus der Posaunistin Shannon Barnett, der Cellistin Emily Wittbrodt, der Klarinetistin Shabnam Parvaresh, dem Bassisten David Helm, der Schlagzeugerin Bruna Cabral und dem Saxophonisten Jan Klare, schafft eine Klanglandschaft, die ebenso komplex wie einladend ist. „Kind“ ist höchst unterhaltsam und beschreibt seine Musik als „Controlled Deranged ProChamber“.

Kulturzentrum GEMS  
Mühlenstraße 13  
78224 Singen  
Reservierung unter:  
karten@jazzclub-singen.de  
[www.jazzclub-singen.de](http://www.jazzclub-singen.de)

### KULTUR IN DER BERGKIRCHE



... der besondere Termin  
... an einem besonderen Ort

### Nacht der Lichter

mit Taizé-Liturgie

in der über 1000 Jahre alten

### Bergkirche St. Michael zu Büsingen

Freitag, den 29.05. | 31.07.2026

(der letzte Freitag jedes ungeraden Monats)

um 21:00 Uhr

Einsingen und Üben der Lieder ab 20.30 Uhr

...mal was anderes:

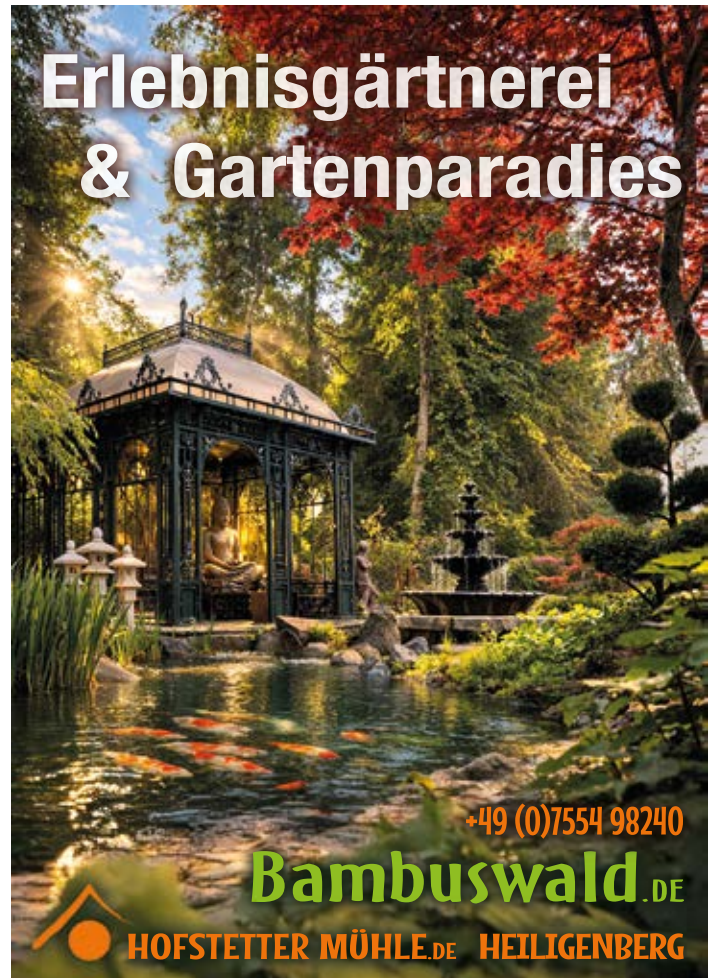
**Gemeinsames Singen  
Gemeinsames Beten  
Gemeinsame Stille**

*„Nichts führt in innigere Gemeinschaft mit dem lebendigen Gott als ein ruhiges gemeinsames Gebet, das seine höchste Entfaltung in lang anhaltenden Gesängen findet, die danach, wenn man wieder allein ist, in der Stille des Herzens weiterklingen“ (Frère Roger).*



Wichtiger Hinweis: Die Kirche ist dem natürlichen Klima überlassen!  
[www.bergkirche-buesingen.de](http://www.bergkirche-buesingen.de)

## Erlebnispflege & Gartenparadies



+49 (0)7554 98240

**Bambuswald**.DE



HOFSTETTER MÜHLE.DE HEILIGENBERG



## Litarisch-musikalische Sonntags-Matinée

Sonntag, 10. Mai 2026, 11.00 Uhr  
Theater „Die Färbe“, Singen

**Urs Fabian Winiger liest Krimis  
von Johannes Stürner und Gerhard Zahner,  
musikalisch begleitet von Haro Eden**

Die Juristen Johannes Stürner (Stuttgart) und Gerhard Zahner (Konstanz) sorgten als Autoren-Duo zuletzt in den Jahren 2023/24 mit ihrem spektakulären Theaterstück „Mosers Schweigen“ für eine Sensation auf dem Spielplan des Theaters „Die Färbe“. Demnächst am 10. Mai 2026 sind sie um 11.00 Uhr zu Gast im Singener Kneipentheater.



Urs Fabian Winiger



Haro Eden

Und kein geringerer als der namhafte, mehrfach preisgekrönte Bühnen- und TV-Schauspieler Urs Fabian Winiger liest im Rahmen einer Sonntags-Matinée auf der Färbebühne aus ihrer Krimiserie „Der wahre Fall“. Musikalisch begleitet wird er dabei auf der Klarinette von dem renommierten Konstanzer Jazzmusiker Haro Eden.

**Theater „Die Färbe“**  
**Schlachthausstraße 24**  
**78224 Singen**  
**Telefon 07731 64646**  
[www.diefaerbe.de](http://www.diefaerbe.de)



## SPIELPLAN

MAI | JUNI | JULI | SEPTEMBER 2026



**JACK IS BACK**  
Die Komplizen des Augenblicks  
feiern das Leben

„... großartig,  
beeindruckend,  
tief bewegend ...“  
(Zuschauer)

„originell ...  
mit kraftvoller Sprache ...“ (Südkurier)

### KOMÖDIE & MUSIKTHEATER

**Perle kocht | 9.5.**  
Musikalische Komödie über die Kunst, den Mann fürs Leben zu bekochen.

**Jack is back | 25.7., 26.7., 26.9.**  
Die Komplizen des Augenblicks feiern das Leben. Eine leidenschaftliche, poetische, musikalische Theatershow über Freiheit, Liebe, Lebenslust und die Magie des unbekümmerten Augenblicks.

### NEU! PERFORMANCE LESUNGEN

Eine Komposition aus Sprache, Schauspiel, Table Top Theater und multimedialen Elementen.

**Nathan der Weise | 8.5., 20.9.**

„Nathan“ ist kein verstaubter Klassiker, es ist die Antwort auf die Fragen unserer Zeit. Ein Meisterwerk über die Kraft der Empathie und das Wunder der Versöhnung.

**Ich brauche Euch! LG Eure Demokratie | 22.5., 18.9.**

Eine fiktive Talkshow gigantischer Teilnehmer: Aristoteles, Kant, Mann, Whitman, u.v.m. diskutieren, wie wir das bewahren können, was uns als freie Bürger verbindet.

**Ein Sommernachtstraum | 20.6., 21.6., 26.6., 27.6.**

Eine Komödie über den Rausch der Liebe in einer Nacht jenseits der Vernunft.  
Be careful, it's hot!

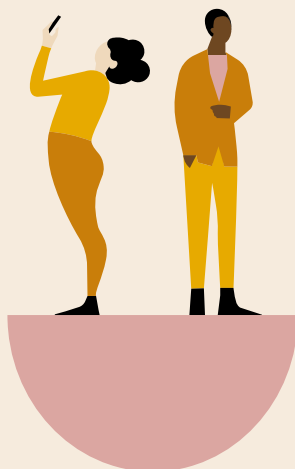
[www.noltestheater.de](http://www.noltestheater.de)

Alle Veranstaltungen im G1 RAUM FÜR KULTUR | Gunzoweg 1 | 88662 Überlingen - eine Marke der SPI-Digital GmbH



# INTERNATIONALER MUSEUMSTAG

17. Mai 2026



## SINGEN

### Programm – Internationaler Museumstag 2026

**11.00 Uhr: Eröffnung** im Schlossgarten des Hegau-Museums  
Begrüßung Catharina Scheufele (Fachbereichsleiterin Kultur & Tourismus) mit musikalischer Begleitung (Jugendmusikschule Singen) und anschließendem Apéro

#### Galerie Vayhinger

**Galerie Vayhinger** **11.00 – 18.00 Uhr:**  
Ausstellungsprojekt »Bild & Wort« mit individuellen Führungen  
»Rilkes Bildbetrachtungen umgekehrt – Künstler der Gegenwart betrachten Rilke«

#### 75 Jahr Hegau-Museum – Jubiläumsjahr



**11.00 – 18.00 Uhr:** Schlossrallye für Kinder  
**11.30 – 12.30 Uhr:** Führung mit Wolfgang Trautwein über das Leben der Grafen Enzenberg im Singener Schloss  
**14.00–15.00 Uhr:** Führung mit Ralph Stephan über die Entstehungszeit des Singener Schlosses  
**16.00–17.00 Uhr:** Führung mit Nuria Schäfer über die archäologischen Spuren des Singener Schlosses

Freier Eintritt in allen Einrichtungen  
und zu allen Angeboten

Internationaler Museumstag 17. Mai 2026  
Eine Initiative der Museen und Museumsorganisationen in Deutschland [www.museumstag.de](http://www.museumstag.de)

### Kunstmuseum Singen

**11.00 – 18.00 Uhr:** Ausstellung SINGENKUNST 2026 »grenzenlos«

Positionen zeitgenössischer Kunst aus dem westlichen Bodenseeraum. Eine Ausstellung des Kunstvereins Singen.

**12.30 Uhr:** Führung mit Viktoria Tiedeke durch die Ausstellung (ca. 30 Min.)

**15.30 Uhr:** Führung mit Viktoria Tiedeke durch die Ausstellung (ca. 30 Min.)

**14.00 – 17.00 Uhr:** Offenes Museumsatelier



### Kunstverein im Foyer des Kunstmuseums

**12.00 – 17.00 Uhr:** Informationen rund um den Kunstverein & Mitmachaktion



### MAC Museum Art & Cars



**11.00 – 18.00 Uhr:** Ausstellung geöffnet (MAC1)

**14.00 Uhr:** Offene Führung im MAC1 (max. 25 Personen, ohne Anmeldung, ca. 50 Min.)

### Stadtgartengalerie (hinter der Stadthalle)



**13.00 / 15.00 Uhr:** Führung durch die Stadtgartengalerie (ca. 30 Min.)

Weitere Informationen unter: [erlebe.singen.de](http://erlebe.singen.de)

Stadt Singen - Kulturbüro, Hohgarten 2, 78224 Singen, 07731 85125, [kulturbuero@singen.de](mailto:kulturbuero@singen.de)



01



02

## Ein Tag für das Engagement

# Der „Ehrentag“ am 23. Mai 2026 soll Verantwortung und Beteiligung sichtbar machen

(DJD). Am 23. Mai 2026 findet zum 77. Geburtstag des Grundgesetzes auf Initiative des Bundespräsidenten Frank-Walter Steinmeier erstmals ein bundesweiter „Ehrentag“ statt. Dieser Tag ist als Mitmachaktion für ganz Deutschland angelegt. Ziel ist es, bürgerschaftliches Engagement sichtbar zu machen und Verantwortung, Zusammenhalt sowie demokratische Teilhabe zu würdigen, mehr Informationen dazu sind unter [www.ehrentag.de](http://www.ehrentag.de) zu finden.

Unternehmen, Vereine, Verbände und Privatpersonen beteiligen sich mit Aktionen, Veranstaltungen oder digitalen Beiträgen. Auch die Volksbanken und Raiffeisenbanken sind mit regionalen Aktionen dabei, um genossenschaftliche Werte öffentlich sichtbar zu machen. Einen Überblick über das Engagement der Institute bietet die Seite [www.vielefuerviele.de](http://www.vielefuerviele.de).

### Genossenschaftliche Prinzipien im Mittelpunkt

Über 30 Millionen Kunden zählen die Genossenschaftsbanken in Deutschland, knapp 18 Millionen davon sind zugleich Mitglieder, also Teilhaber ihrer Bank. „Die Kreditgenossenschaften in Deutschland sind lokal verankert, überregional vernetzt, ihren Mitgliedern verpflichtet und demokratisch organisiert“, erklärt Steffen Steudel, Pressesprecher des Bundesverbandes der Deutschen Volksbanken und Raiffeisenbanken (BVR). „Und sie haben einen klaren Auftrag: die Förderung ihrer Mitglieder.“ Demokratische Mitbestimmung und regionale Verantwortung gehören damit zum Selbstverständnis dieser Institute.

### Mitgliedschaft und regionale Bindung

Was Genossenschaftsbanken von anderen Instituten unterscheidet, ist ihre Mitgliedschaft: Wer Mitglied wird, kann über die Ausrichtung der Bank mitentscheiden – und profitiert häufig von besonderen Angeboten oder Dividenden auf die eigenen Anteile. Das Miteinander ist hier keine Worthülse, sondern gelebte Praxis. Am Ehrentag wollen die Institute den genossenschaftlichen Gedanken öffentlich sichtbar machen.

01: Handschuhe an, Tüte raus, losgehen – gemeinsames Aufräumen in der Natur ist gelebtes Engagement. Der bundesweite „Ehrentag“ am 23. Mai 2026 macht solche Aktionen sichtbar.

Foto: DJD/BVR/Getty Images/HappyKids

02: Genossenschaften stehen für ein Miteinander und damit für Werte, die heute wichtiger sind denn je.

Foto: DJD/BVR/Getty Images/franckreporter



Foto: DJD/www.klischee-frei.de/PX Media - stock.adobe.com



Foto: DJD/www.klischee-frei.de/zakalinka - stock.adobe.com

## Zwischen Ausbildung, Studium und Talent

(DJD). Bei der Frage, wie es nach der Schule weitergeht, stehen Jugendliche vor einer schwierigen Entscheidung: Sie können eine der etwa 460 betrieblichen oder schulischen Ausbildungen machen. Oder einen der rund 22.000 Studiengänge in Deutschland wählen. Bei der Wahl können Eltern helfen.

### Drei Wege führen zum Ziel

Um das eigene Kind bei der Berufswahl zu unterstützen, hilft es, das deutsche Ausbildungssystem zu kennen. Nach dem Schulabschluss haben Jugendliche drei Möglichkeiten, die jeweils gute Perspektiven bieten:

1. In einer betrieblichen Ausbildung arbeiten sie in einem Betrieb und lernen in der Berufsschule.
2. In einer schulischen Ausbildung lernen sie in der Schule und machen daneben Praktika.
3. In einem Studium lernen sie an einer Universität oder Fachhochschule. Für manche Studiengänge ist nicht zwingend ein Abitur nötig. Auch ein Meistertitel oder viele Jahre Praxiserfahrung können oft ein Studium ermöglichen.

### Nach den Stärken schauen

Ob eine Ausbildung oder ein Studium der richtige Weg ist, hängt davon ab, welchen Beruf ein Jugendlicher später ausüben möchte. Doch welcher Beruf passt? Um das herauszufinden, denken Jugendliche und Eltern häufig zuerst daran, welche Berufe typisch weiblich oder männlich sind. „Dadurch schließen sie manche Berufe unbewusst aus“, sagt Miguel Diaz, Leiter der Servicestelle der Initiative Klischeefrei. Wichtiger als geschlechtliche Zuschreibungen sei der Blick auf individuelle Stärken und Fähigkeiten, ergänzt Diaz.

### Konkret unterstützen

Jugendliche, die in ihrer Berufsentscheidung unsicher sind, brauchen meist Hilfe von ihren Eltern. Tipps, wie das gelingt, gibt es unter [klischeefrei.de/eltern](http://klischeefrei.de/eltern). Dort finden Eltern auch Workshops und weitere Informationen über das deutsche Ausbildungssystem. Diaz empfiehlt, zunächst mit dem Kind über dessen Interessen und Stärken zu sprechen. Mit diesen Infos kann man als nächstes etwa zum Berufsinformationszentrum der Bundesagentur für Arbeit gehen und sich dort kostenlos über Ausbildungen und Studiengänge informieren.

Um die Auswahl einzugrenzen, hilft es, Erfahrungen in Praktika oder Nebenjobs zu sammeln. Auch auf Berufsmessen und bei Schnuppertagen sowie dem Girls' Day und Boys' Day bekommen Jugendliche einen ersten Eindruck von möglichen Berufswegen. Miguel Diaz von der Initiative Klischeefrei ist sicher: „Junge Menschen, die Spaß in ihrem Beruf haben, sind langfristig erfolgreich – unabhängig von Geschlechterklischees.“

## Spezialisten in der Schweißtechnik



### Ausbildung zum DVS-Schweißwerkmeister am BTZ in Friedrichshafen

**Block 1: Teil 2+3 12.10. - 23.10.26**

**Block 2: Teil 2+3 09.11. - 19.11.26**

*Abschluss am 08.12.26 an der SLV Fellbach*

Der Lehrgang findet in Zusammenarbeit mit der SL Ulm statt. Ausreichende TN-Zahl vorausgesetzt



**GSI mbH Niederlassung SLV Fellbach**  
**Lise-Meitner-Straße 13**  
**70736 Fellbach**  
**Telefon 0711 / 575 44 - 0**  
**Telefax 0711 / 575 44 - 33**  
**eMail: [anmeldung@slv-fellbach.de](mailto:anmeldung@slv-fellbach.de)**



01

02

# Power für die Abwehr Machen Sie Ihr Immunsystem beerenstark

(akz-o) Was wir umgangssprachlich als Abwehrkräfte bezeichnen, ist ein komplexes System aus vielen ausgeklügelten Prozessen. Diese dienen unter anderem dazu, Krankheitserreger abzuwehren. Dabei können wir sie unterstützen. Das Immunsystem ist laufend im Einsatz, deshalb ist der Schutz Ihrer Abwehrkräfte ein Projekt für das ganze Jahr. Wer sich regelmäßig mit wichtigen Vitalstoffen versorgt, rüstet sich damit schon im Sommer für die kältere Jahreszeit.

## Schutz von innen – mit der Kraft der Beeren

Eine ausgewogene Ernährung liefert viele Inhaltsstoffe, die unsere Abwehrkräfte unterstützen. Ihre gesundheitsfördernde Wirkung entfalten sie am besten, wenn sie in ihrer natürlichen Form aufgenommen werden und sogenannte Synergien bilden, sich also gegenseitig in ihrer Wirkung verstärken. Wussten Sie, dass sich insbesondere in Beeren viele wertvolle Stoffe finden, die sie zu Boostern für Ihr Immunsystem machen? Ballaststoffe (Polysaccharide) sowie die sekundären Pflanzenstoffe Polyphenole und Anthocyane machen die kleinen Früchte zu echten Nährstoffbomben. Anthocyane sind natürliche Farbstoffe, die vielen Früchten ihre tiefrote bis schwarze Farbe verleihen. Man findet sie in besonders hoher Konzentration in Sauerkirschen, Schwarzen Holunderbeeren und Wildheidelbeeren. Gleichzeitig besitzen diese Stoffe auch eine Schutzwirkung und bewahren Pflanzen zum Beispiel vor Schäden durch UV-Strahlung. Auch wir können profitieren: Anthocyane schützen unsere Zellen, indem sie im Körper freie Radikale unschädlich machen.

Polysaccharide können laut einer Studie die Aktivität bestimmter Immunzellen anregen, die für die Abwehr von Krankheitserregern zuständig sind. Während frische Beeren nur im Sommer Saison haben, können hochwertige Extrakte als Nahrungsergänzungsmittel eine ganzjährige Versorgung mit den wertvollen Inhaltsstoffen bieten. (z.B. Edelholunder von rubyni, mehr Infos unter [www.rubyni.com](http://www.rubyni.com)).

## Erreger vom Körper fernhalten

Damit krankmachende Viren gar nicht erst in Ihren Körper gelangen, können Sie Maßnahmen ergreifen, um sie fernzuhalten. Waschen Sie mehrmals täglich Ihre Hände gründlich mit Wasser und Seife. Lüften Sie mehrmals pro Tag bei weit geöffneten Fenstern, um umherfliegende Erreger nach draußen zu befördern. Außerdem wichtig: Ausreichende Erholung und Nachtruhe. Denn chronischer Stress und Schlafmangel belasten das Immunsystem.

01: In Beeren sind viele wertvolle Stoffe enthalten, die sie zu Boostern für Ihr Immunsystem machen.  
Foto: Sarsmis/istockphoto.com/akz-o

02: Foto: Madeleine Steinbach/istockphoto.com/akz-o

# Eiskalt zu neuer Energie\*

Was passiert bei  $-85^{\circ}\text{C}$ ?



## Körper & Leistung

- Regeneration & Leistungssteigerung
- Stoffwechsel-Aktivierung: Verbrenne bis zu 500kcal pro Sitzung
- Schmerz- & Entzündungshemmend



## Geist & Wohlbefinden

- Stressreduktion & bessere Schlafqualität
- Glückshormone & Energie-Boost



## Haut & Anti-Aging

- Straffere Haut durch Kollagenbildung
- Zellregeneration & Anti-Aging-Effekt

Für wen ist die Kryotherapie ideal?



## Sportler

Regeneration & Leistungssteigerung



## Berufstätige

Stress, Schlaf, Erschöpfung



## Schmerzpatienten

Rücken, Gelenke, Rheuma



## Beauty-Fans

Haut, Figur, Vitalität

Jetzt neu im  
**fitwellPARK**

Sichere dir jetzt deinen Probetermin!



Tel. 07731/51659 · [www.fitwellpark.de](http://www.fitwellpark.de)



Scheffelstraße Singen, © Stadt Singen, Büro Klare



Foto: epr/visitbregenz/© Christiane Setz

## Stadtführung Singen: „Hinter den Türen der Scheffelstraße“

Was und wer verbirgt sich hinter den Kulissen eines der charakteristischen Straßenzüge Singens? Diese Führung eröffnet besondere Geschichten rund um inhabergeführte Geschäfte. Dazu können besondere Produkte, schöne Gebäude und Erzählungen zu der jeweiligen Historie gehören. Zu Läden, Leute und Leben in der Scheffelstraße zählen HACO Kaffeerösterei & Tabakwaren, das Bettenhaus Diehl im historischen Gebäude, Bäckerei Künz mit ihrer Manufaktur, Juwelier Stein, individuell optic – dort kann nach einer Kanonenkugel gesucht werden und das Zwölfe – Café und Weinbar. Die jeweiligen Geschäftsführer geben einen Blick hinter und vor die Kulissen und zeigen damit die Scheffelstraße von einer ganz neuen Seite. Unterwegs und zum Abschluss erwarten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer kulinarische Genussmomente.

Stadtführer: Peter Adrian Gäng

**Termine: 09.07., 06.08., 10.09., 15.10.2026**

Jeweils Donnerstag von 16.00 bis ca. 18.00 Uhr

### Tickets und Anmeldung:

Tourist-Information Singen, Marktpassage, August-Ruf-Straße 13, 78224 Singen oder online unter [www.singen-tourismus.de](http://www.singen-tourismus.de)

## Die Bodenseeperle Bregenz: Wo Urlaub unvergesslich wird

(epr) Die Vorarlberger Landeshauptstadt Bregenz ist der perfekte Ort für einen Tapetenwechsel mit Traumkulisse. Zwischen dem idyllischen Bodensee und 240 imposanten Alpengipfeln entfaltet sich eine spektakuläre Naturkulisse mit nahezu grenzenlosem Aktivitäten-Spektrum. Ebenfalls beeindruckend ist das reiche Kulturangebot der Bodenseeperle – allem voran die Bregenzer Festspiele, die alljährlich tausende Besucher mit kunstvollen Klängen, beeindruckenden Bühnenbildern und großen Emotionen unter freiem Himmel verzaubern. In 2026 feiert Giuseppe Verdis tragische Liebesgeschichte „La Traviata“ Premiere auf der weltweit größten Seebühne. Ein weiteres musikalisches Highlight ist das dreitägige kostenlose Open-Air-Event BREGENZ LIFE, das den Kornmarktplatz in einen einmaligen Mix aus urbanem Festival-Flair und erstklassiger Live-Musik verwandelt. Hier, im kulturellen Zentrum der Stadt, warten mit dem Kunsthaus Bregenz und dem vorarlberg museum zudem zwei absolute Hotspots für Kulturliebhaber. Für kulinarische Exkurse bieten zahlreiche Restaurants, Cafés, Patisseries und Bars beste Bedingungen, während die feinen Boutiquen, trendigen Concept Stores und große Kaufhäuser der Bregenzer Innenstadt Shoppingherzen höherschlagen lassen. Mehr unter [www.visitbregenz.com](http://www.visitbregenz.com).



**Dennis Olfemann**

📍 Höllturmpassage 1  
78315 Radolfzell

🌐 [www.zweirad-mees.de](http://www.zweirad-mees.de)

✉ [info@zweirad-mees.de](mailto:info@zweirad-mees.de)

☎ +49 77 32 - 28 28

📠 +49 77 32 - 570 42



**Wir suchen Fachkräfte (m/w/d)  
für den Landschafts- und Gartenbau**

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung:  
Tel.: +(49)7735 938 844, Email: [info@hoerigartenbau.de](mailto:info@hoerigartenbau.de)



Papi's Pumpels



Fotos: Gemeinde Uhldingen-Mühlhofen

## SeeferienFestival – Festivalfeeling in Uhldingen-Mühlhofen

Vom **02. bis 05. Juni 2026** verwandelt das SeeferienFestival die Uferpromenade in Uhldingen-Mühlhofen in eine stimmungsvolle Festivalmeile für die ganze Familie. Vor der traumhaften Seekulisse erwartet die Besucher ein abwechslungsreiches Programm: Der Dienstagabend steht ganz im Zeichen des Open-Air-Kinos mit Popcorn und gleich drei familienfreundlichen Filmen. Am Donnerstag begeistert die offene Bühne mit aufstrebenden Künstlerinnen und Künstlern. Den krönenden Abschluss bildet am 05. Juni die Schlagerband Papi's Pumpels, die mit den größten Hits der 70er-Jahre zum Singen, Tanzen und Feiern einlädt.

Infos unter [www.seeferien.com](http://www.seeferien.com)

### Programm

- 02. Juni Open Air Kino ab 16.00 Uhr
- 03. Juni Judith Mutschler und Band ab 19.30 Uhr
- 04. Juni Open Stage ab 11.00 Uhr
- 05. Juni Papi's Pumpels ab 19.30 Uhr

Tourist-Information  
Ehbachstraße 1  
88690 Uhldingen-Mühlhofen  
Telefon +49 (0)7556 9216-0  
[www.seeferien.com](http://www.seeferien.com)

**seeferien.com**  
uhldingen-mühlhofen



Foto: Stadtverwaltung Hüfingen

## Antike Badekultur nördlich der Alpen: Römische Badruine Hüfingen

Sie gilt als eines der ältesten römischen Kastellbäder seiner Art nördlich der Alpen: die Römische Badruine Hüfingen. Vor 2.000 Jahren pflegten hier römische Soldaten ihre Gesundheit. Die Saison in der Badruine ist am 01. Mai 2026 gestartet – eine gute Gelegenheit für Erwachsene und Kinder, um römische Badekultur und antiken Alltag ganz in der Nähe zu erleben.

In der Badruine Hüfingen können sich die Besucher nach der Winterschließung wieder auf eine Zeitreise begeben und erleben, wie die Römer etwa im Jahr 70 nach Christus gelebt haben. Badeanlagen wie das Römerbad in Hüfingen, gehörten bei den Römern zur Grundausrüstung der Siedlungen. Sie waren ein wesentlicher Teil ihrer Kultur – und sogar im Limeskastell brauchte man ein ziemlich luxuriöses Bad. Wie in den Vorjahren bietet die Hüfinger Einrichtung auch dieses Jahr museumspädagogische Angebote für Schulklassen, Kindergärten oder Kindergeburtstagen mit Spielen und Informationen rund um die römische Geschichte. Seit diesem Jahr begleitet neben Martina Schulz auch Andreas Fanelli die Kinder und Jugendlichen durch das Museum und erklärt Einzelheiten der römischen Badeanlage.

Ebenfalls auf dem Programm stehen archäologische und handlungsorientierte Führungen für Gruppen, abendliche Kurzführungen mit Kulinarik sowie Kostümführungen durch die drei Gästeführer Martina Schulz, Helmut Vogel und Andreas Fanelli.

Weitere Informationen sind unter [www.huefingen.de](http://www.huefingen.de) zu finden.



### Römische Badruine Hüfingen

Sonn- und Feiertags von  
14 - 17 Uhr  
(In den Sommerferien BW täglich)

#### Wir freuen uns auf Sie!

Auskünfte und Buchungen für individuelle Führungen erhalten Sie hier:

#### Stadtverwaltung Hüfingen

Tourismus & Kultur  
Hauptstraße 16-18  
D-78183 Hüfingen

**WIR STEHEN AUF  
GESCHICHTE(N)**

+49 771 6009-208  
[tourismus-kultur@huefingen.de](mailto:tourismus-kultur@huefingen.de)  
[www.huefingen.de](http://www.huefingen.de)

STADT  
**HÜFINGEN**



Fotos: Klaus Hansen

## FerienWelt Südschwarzwald Erlebniswelten von den Höhen bis zum Rhein

Die FerienWelt Südschwarzwald vereint 17 charmante Gemeinden im südlichen Schwarzwald zu einer einzigartigen Urlaubsregion voller Vielfalt und Erholung. Eingebettet in eine beeindruckende Naturkulisse aus dichten Wäldern, sanften Bergen und idyllischen Flusstälern eröffnet sich Gästen ein wahres Paradies für Aktivurlaub und Entspannung. Ob abwechslungsreiche Wanderwege, aussichtsreiche Radtouren oder wohltuende Wellnessangebote – hier findet jeder sein persönliches Urlaubserlebnis.

Besonders reizvoll ist die Kombination aus ursprünglicher Natur, regionaler Kultur und herzlicher Gastfreundschaft. Die enge Zusammenarbeit der Orte sorgt für ein harmonisches Gesamtbild und macht die Region zu einem authentischen Reiseziel mit hohem Erlebniswert. Die FerienWelt Südschwarzwald steht damit für nachhaltigen Tourismus und unvergessliche Momente in einer der schönsten Landschaften Deutschlands.

Weitere Informationen:

[www.ferienwelt-suedschwarzwald.de](http://www.ferienwelt-suedschwarzwald.de)



## KULINARIK OPEN AIR SA 13.6. / SO 14.6.2026

Kurpark Bernau im Schwarzwald / SA 12-23 Uhr / SO 13-16 Uhr

Sommer-Vibes im Kurpark!

Genussmeile mit regionalen und internationalen Street-Food Spezialitäten.

Erlebe dazu Live-Musik und das Wettmähen (SO) bei sommerlicher Atmosphäre.

**Tourist-Information Bernau im Schwarzwald**

Innerlehen, Rathausstraße 18, 79872 Bernau im Schwarzwald

Tel. 07675-16 00 30, [bernau-schwarzwald.de](http://bernau-schwarzwald.de)





Wandern in Damüls, © Michael Kreyer, Bregenzerwald Tourismus



Biken in Mellau, © Niklas Kirchner

## Bregenzerwald Aus Freude am Schönen

Schön ist es im Bregenzerwald. In den 23 Dörfern verbindet sich Natur mit aktiver Bewegung. Gleichzeitig zeigt sich, wie bewusst die Menschen ihren Lebensraum gestalten. Traditionelle und moderne Holzarchitektur gehen eine besondere Verbindung ein, Handwerk präsentiert sich innovativ, das Kulturleben vielseitig.

Im Sommer lädt ein weitläufiges Netz an Wander- und Radwegen dazu ein, Bewegung und Genuss zu verbinden. Kulinarische Wanderungen und Radtouren führen Schritt für Schritt – oder Tritt für Tritt – von einem Gang zum nächsten, vom Frühstück bis zum Dessert.

Auch Kunst und Kultur haben ihren festen Platz: Festivals wie die Schubertiade Schwarzenberg sowie Museen wie das Frauenmuseum Hittisau, das Angelika Kauffmann Museum oder das Werkraum Haus zeigen die kreative Vielfalt der Region.

**Top von Mai bis Oktober:** Wer drei oder mehr Nächte im Bregenzerwald urlaubt, ist mit der kostenfreien Gäste-Card Bregenzerwald & Großes Walsertal vorteilhaft unterwegs. Sie gilt für umweltfreundliche Fahrten mit den Bussen, für Bergbahnfahrten und für Freibad-Besuche.

Bregenzerwald Tourismus GmbH  
Gerbe 1135 · A-6863 Egg (Vorarlberg)  
Telefon +43 (0)5512 2365-14  
[www.bregenzerwald.at](http://www.bregenzerwald.at)

**Kunstmarkt**  
**14.-17.**  
**Mai 2026**  
**Kressbronn**  
**Im Seegarten**  
Donnerstag 11-18 Uhr  
Freitag 10-18 Uhr  
Samstag 10-18 Uhr  
Sonntag 11-17 Uhr  
Veranstalter: Töpferei B. Gütinger + Iery • Tel.: 0177/7976301  
[www.toepferel-guettinger.de](http://www.toepferel-guettinger.de)  
**KRESSBRONN**

**Bienenkundemuseum Münstertal**  
In über 12 Räumen auf über 800 qm Ausstellungsfläche zeigt das Museum die Beziehung des Menschen zu diesem Nutztier von der Steinzeit bis zur Gegenwart. Sie werden überrascht sein von der Vielfalt unserer Exponate und von den einprägsamen künstlerischen Darstellungen. Integriert ist ferner eine „Kleine Kultur- und Heimatkunde des Tales in Miniaturausführung“.  
Ganzjährig Mi, Sa, So + Feiertage 14-17 Uhr  
Gruppenführungen außerhalb n. V.  
Normalpreis (Erw.): 2,50 €  
Ortsteil Spielweg · 79244 Münstertal · Tel. 07636/791105  
[www.bienenkundemuseum.de](http://www.bienenkundemuseum.de)

**Akustikgitarren aus dem Fachgeschäft**  
**DER GITARRENLADEN**  
manufaktur • Fachgeschäft  
Andreas Dill  
Gitarrenbaumeister  
Waldseerstr. 9  
88250 Weingarten  
[www.der-gitarrenladen.de](http://www.der-gitarrenladen.de)

**Total vernarrt ...**  
Der Ausflugs-tipp für Gruppen  
[www.narrenschoepf.de](http://www.narrenschoepf.de)  
Luisenstraße 41  
78073 Bad Dürkheim  
Tel. 07726 64 92  
info@narrenschoepf.de  
**museum narren-schoepf**  
Die Heimat der schwäbisch-alemannischen Fastnacht



Foto: DJD/Allianz/Pixel-Shot - stock.adobe.com



Foto: DJD/Allianz/zinkevych - stock.adobe.com

## Pflegebedürftigkeit betrifft uns alle: So sorgen Sie vor

(DJD). Pflegebedürftig kann jeder werden, in jedem Alter und zu jeder Zeit. Die Wahrscheinlichkeit für das Eintreten des Pflegefalls wird oft unterschätzt: Tatsächlich werden im statistischen Durchschnitt nach einer Erhebung der Allianz etwa drei von vier Personen in Deutschland im Laufe ihres Lebens pflegebedürftig. Der demografische Wandel wird die Zahl der Pflegefälle weiter drastisch wachsen lassen: Von derzeit etwa fünf Millionen erwartet das Bundesministerium für Gesundheit bis 2050 einen Anstieg auf 7,5 Millionen.

### Pflege findet zu Hause statt

Aktuell pflegen fast sechs Millionen Deutsche Familienmitglieder selbst. Die Mehrheit von ihnen geht parallel einem Beruf nach und muss Wege finden, beides zu vereinbaren. Jeder Zehnte – 2022 waren dies rund 400.000 Menschen – gibt wegen der Pflegetätigkeit sogar seine Anstellung auf, wie aus einer Studie des Instituts der deutschen Wirtschaft (IW) hervorgeht. Die Pflege eines geliebten Menschen kann für die Familien eine herausfordernde Aufgabe sein, die sowohl finanzielle und zeitliche wie auch emotionale Ressourcen beansprucht. Umso wichtiger ist es, auf schnelle und einfache Hilfe zurückgreifen zu können, die alle Themen rund um die Pflege abdeckt.

### Private Pflegevorsorge unterstützt betroffene Familien finanziell und organisatorisch

Mit einer privaten Pflegevorsorge kann man sich und seine Angehörigen vor finanziellen und organisatorischen Belastungen im Pflegefall schützen. Dabei gilt grundsätzlich: Je länger man damit wartet, eine private Pflegezusatzversicherung abzuschließen, desto höher fallen in der Regel die monatlichen Beiträge aus. Neben der finanziellen Unterstützung entlastet eine gute Pflegevorsorge betroffene Familien auch organisatorisch. Die Pflegezusatzversicherungen der Allianz etwa beinhalten zum Beispiel professionelle Pflege Assistance Services: Fachkräfte beraten dann innerhalb von 24 Stunden telefonisch – und kommen auf Wunsch nach Hause zu den Betroffenen. Ebenso organisieren sie Hilfe beim Einkauf und im Haushalt oder kümmern sich um psychologische Unterstützung.



## Ihre Physiotherapie-Praxis für Krankengymnastik und Massage auch Hausbesuche

Physiotherapie-Praxis  
**Detlef Vetter**

Stockacherstraße 2, 78357 Zoznegg-Mühlingen  
Tel: 07775 - 2099 837, Mobil: 0172 77 85 369



Tel. 07775 - 2099 837 • [www.vetter-physio.de](http://www.vetter-physio.de)

**Wir suchen für unser Team noch Mitarbeiter!**

### Kompetent beraten im Sozialrecht.

**Kleiner  
Beitrag,  
großer  
Gewinn!**

Wir stehen Ihnen in allen Fragen zum Sozialrecht zur Seite. Im Streitfall setzen sich erfahrene Juristen für Sie ein.

VdK Sozialrechtsschutz gGmbH  
Bleichwiesenstr. 1/1 | 78315 Radolfzell

Telefon: 07732 92 36-0

Fax: 07732 92 36-20

[srg-radolfzell@vdk.de](mailto:srg-radolfzell@vdk.de)

[www.vdk-bw.de](http://www.vdk-bw.de) 

SOZIALVERBAND

**VdK**

BADEN-WÜRTTEMBERG 



**Hotel Krone**  
RIELASINGEN · SEIT 1899

Das Haus mit Tradition und persönlicher Note

Genießen Sie deutschen Spargel  
in vielerlei Variationen  
immer frisch für Sie zubereitet!

A. Gnädinger · Hauptstraße 3 · 78239 Rielasingen  
Tel.: +49 7731 8785-0 · [www.kroneonline.de](http://www.kroneonline.de)

HOTEL  OCHSEN

Hotel | Restaurant | Gartenterrasse  
Münsterstraße 48 | 88662 Überlingen  
07551-919960 | [contact@hotel-ochsen-ueberlingen.de](mailto:contact@hotel-ochsen-ueberlingen.de)






**Ristorante La Pasta**

Seit 36 Jahren in Singen,  
100% italienisch

Traditionelle ital. Küche, Saisonale Gerichte u.v.m.  
(Im ehemaligen Gasthaus Sternen)

Schwarzwaldstr. 6, [info@lapasta-singen.de](mailto:info@lapasta-singen.de), Tel. 07731-66362

Donnerstag Ruhetag, Fr. u. Mo. nur abends geöffnet



**Landhotel Bodensee**

KN-Wallhausen  
Telefon 0 75 33 / 52 69  
[www.landhotel-bodensee.de](http://www.landhotel-bodensee.de)



**Wiischöpfle**  
*Lassen Sie sich inspirieren...*

- Weinhandlung
- Ferienhäuschen
- Sektempfänge

Kennen Sie schon unsere eigenen Kreationen?

**No 11 GUSTUS**

Familie Manuela und Bernd Griß  
Kapellenstraße 11 · D-78343 Gaienhofen · [www.wiischoeffle.de](http://www.wiischoeffle.de)  
Neben Hermann-Hesse-Höri-Museum · Tel. +49(0)7735/1061

**Aach Pavillon** | **Restaurant & Café**  
Griechische - Deutsche Spezialitäten

Unser Bestreben ist es, hier in Singen, die griechische Esskultur aus der guten alten Zeit wieder aufleben zu lassen.

**Öffnungszeiten:**  
Mo, Do, Fr & Sa: 11:30 - 15:00 & 17:00 - 23:00 Uhr  
Mi: 17:00 - 23:00 | So: 11:30 - 15:00 & 17:00 - 22:00 Uhr  
Dienstag: Ruhetag

**Warme Küche:**  
Mo, Do, Fr & Sa: 11:30 - 14:00 & 17:00 - 21:00 Uhr  
Mi: 17:00 - 21:00 | So: 11:30 - 14:00 & 17:00 - 20:00 Uhr

Schaffhauser Str. 35 · Singen (Hohentwiel) T: 07731 7952210  
eMail: [aach.pavillon@gmail.com](mailto:aach.pavillon@gmail.com) · [www.aach-pavillon-restaurant.de](http://www.aach-pavillon-restaurant.de)



01

## Pflanzenöl, Honig, Rapsschrot und Biodiesel

# Wie Raps Landwirtschaft, Klima und unseren Alltag bereichert

02

(DJD). Leuchtend gelbe Felder bis zum Horizont: Wenn der Raps blüht, bleiben Spaziergänger stehen, Radfahrer zücken das Smartphone, Hobbyfotografen suchen nach der besten Perspektive. Doch die Pflanze ist weit mehr als ein schöner Farbtupfer in der Landschaft: Raps zählt zu den wichtigsten Nutzpflanzen Deutschlands.

### Rapsöl: Nahrungsmittel und Rohstoff für Biodiesel

Aus den Samen der Pflanze wird Rapsöl gewonnen, das in der Küche für Dressings, zum Backen, Braten und Frittieren eingesetzt werden kann. Daneben dient Rapsöl auch als Rohstoff zur Produktion von Biodiesel. Dieser ist der wichtigste Biokraftstoff in Deutschland, er hilft, die Importe von Dieselkraftstoff zu verringern und die CO<sub>2</sub>-Emissionen im Verkehr zu senken. Wird Pflanzenöl knapp, bieten die für Biodiesel vorgesehenen Rapsölmengen eine Reserve als Nahrungsmittel – zuletzt zu Beginn des Ukraine-Krieges im Jahr 2022. Von der Biodieselproduktion in Deutschland profitieren also Landwirtschaft, Klima und Ernährungssicherheit. Auf Informationsportalen wie [www.biokraftstoffverband.de](http://www.biokraftstoffverband.de) gibt es dazu mehr Wissenswertes und Hintergrundinfos.

### Raps liefert auch Tierfutter und Glycerin

Aus Raps wird nicht nur Pflanzenöl gewonnen, denn bei der Verarbeitung entstehen sogenannte Koppelprodukte: eiweißreiches Rapsschrot, mit dem Rinder, Schweine und Hühner gefüttert werden.

Auch die Kuh, die unsere Milch liefert, frisst Rapsschrot. Bei der Biodieselproduktion fällt dann Glycerin an, das vielseitig eingesetzt wird, etwa in der Kosmetik- und Pharmaindustrie: in Zahnpasta und Cremes zum Beispiel.

### Raps als Multitalent

Raps bereichert also unsere Ernährung mit Pflanzenöl und hilft bei der Produktion von Milch, Eiern und Fleisch. Außerdem liefern uns Bienen, die die gelben Rapsblüten anfliegen, Honig. Lecithin, das bei der Raffination des Rapsöls anfällt, wird als natürliches Trennmittel in Lebensmitteln wie Schokolade, Backwaren oder Dressings verwendet. Für unseren Körper ist Lecithin unverzichtbar. So zeigt sich: Die gelben Felder bereichern unsere Ernährung und das Kraftstoffangebot. Und auf dem Feld sorgen sie für Abwechslung in der Fruchtfolge.

01: Blühende Rapsfelder begeistern Ausflügler mit leuchtendem Gelb und intensivem Duft. Vor allem aber liefern die Pflanzen wertvolle Rohstoffe für Biokraftstoff und Ernährung.

Foto: DJD/Verband der Deutschen Biokraftstoffindustrie/  
Getty Images/Peter Cade

02: Die gelbe Rapsblüte signalisiert, dass der Sommer nicht mehr aufzuhalten ist. Zugleich leisten Biokraftstoffe aus Raps einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz.

Foto: DJD/VDB/Hendrik Rauch



Fotos: TSR GmbH, Hanse Knödler Fotodesign

## Kräutermarkt Samstag, 09. Mai 2026

Das saftige Grün des Frühlings macht unbändige Lust auf frische Ideen. Lassen Sie sich beim 20. Radolfzeller Kräutermarkt am 9. Mai 2026 inspirieren! Am Konzertsegel vor herrlicher Seekulisse erwartet die Besucher von **9 bis 17 Uhr** an mehr als 40 Ständen eine duftende Kräuterpracht und eine große Auswahl an passenden Deko-Artikeln. Feinschmecker können sich auf eine Auswahl kulinarischer Kräuterköstlichkeiten, getrockneter und regionaler Heilkräuter, auf Kränze mit Naturmaterialien und auf ätherisch duftende Öle freuen. Zahlreiche Vorträge und Workshops runden das Angebot ab.



Fotos: TSR GmbH, Hanse Knödler Fotodesign

## Kinderfest Freitag, 22. Mai 2026

Am Freitag, den 22. Mai findet das Radolfzeller Kinderfest direkt am See beim Konzertsegel statt. Von **14 bis 18 Uhr** können Kinder auf der Wiese am See einen kniffligen Spieleparcours absolvieren: Unter dem Motto „Mittelalter“, werden bei Spielen wie „Schlossabenteuer“, „Hufeisen werfen“, oder „Königliche Angelprüfung“ das Glück und die Geschicklichkeit der jungen Teilnehmer auf die Probe gestellt. Zur Belohnung warten königliche Preise! Neben Walking Acts und einem Kinderkarussell stehen außerdem zwei Zaubershow mit Zauberer Piccolo auf dem Programm. Für das leibliche Wohl für Groß und Klein ist bestens gesorgt.

Radolfzeller  
**Kräutermarkt**  
Samstag, 9. Mai 2026  
9 - 17 Uhr, Konzertsegel

Radolfzeller  
**Kinderfest**  
Freitag, 22. Mai 2026  
14 - 18 Uhr, Konzertsegel

Weitere Infos: [www.radolfzell-tourismus.de](http://www.radolfzell-tourismus.de)

**Radolfzell**  
2026

**MODE-NEMETZ**  
Ihr Fachgeschäft für Damenmoden

- Wir setzen auf Marken- und Fachkompetenz zu fairen Preisen
- Stets freundlich und individuell
- Unsere Größen: 38-52

Wir bringen Sie modisch durch den Frühling und Sommer  
Mit RABE, SOMMERMANN, Toni Dress u.a.

Inhaberin: Dagmar Rettig

**Wir freuen uns auf Sie!**  
Ihr Team von Mode Nemetz

von Mo.-Fr. 9-18 Uhr und Samstag von 9-14 Uhr  
78315 Radolfzell · Seestraße 15 · Tel. 07732/2062



01

02

**Familienurlaub am Bodensee,  
wo das Abenteuer nicht endet,  
wenn der Park schließt**

## Morgens Lotti Karotti, abends Sternenhimmel

03

(DJD). Käpt'n Blaubär hat wieder eine Lügengeschichte im Gepäck, Lotti Karotti kann vor Aufregung kaum still sitzen, und Mr. Fox, der schlaue Fuchs, hat längst einen Plan. Im Ravensburger Spieleland mit seinen über 70 Attraktionen sind diese Figuren alte Bekannte – und machen den Urlaub zu etwas ganz Besonderem. Familien mit Kindern finden auf 30,5 Hektar Fläche, was selten zusammenkommt: echtes Abenteuer und echte Erholung. Und wer auf dem Weg in den Süden eine familienfreundliche Pause einlegen möchte, kann das Spieleland gut als Zwischenstopp in Richtung Italien einplanen. Viele Attraktionen im Spieleland richten sich vor allem auch an kleine Besucherinnen und Besucher zwischen zwei und zwölf Jahren.

### Übernachten im Käpt'n-Blaubär-Haus, stilecht wie in Schweden oder in einer Lok

Das direkt ans Spieleland angrenzende Feriendorf macht die Übernachtung zum Erlebnis. Die individuell gestalteten Holz-Ferienhäuser entführen in fantasievolle Themenwelten rund um Maus und Elefant oder Käpt'n Blaubär und seinen etwas begriffsstutzigen Begleiter Hein Blöd. Farbenfrohe Schwedenhäuser aus Holz sorgen für skandinavisches Flair. Ein besonderes Highlight für Kinder ist das Übernachten im Fass: In der Brio Lok oder einem der 19 liebevoll eingerichteten Schlafwaggons erleben bis zu vier Personen eine Nacht der Abenteuer. Dazu kommen Wohnmobilstellplätze und ein Zeltplatz. Alle Übernachtungsmöglichkeiten unter [spieleland.de/feriendorf](http://spieleland.de/feriendorf).

01: Alle einsteigen, bitte: Bei einem außergewöhnlichen Kurzurlaub kann man in der Brio Lok oder in einem der 19 Schlafwaggons übernachten.  
Foto: DJD/Ravensburger Spieleland/Marcel Alber

### Highlights des Spielelands

Hier eine Auswahl der vielen Attraktionen, die entdeckt werden wollen: Die Grüne Oase lädt zum Traktorfahren, Ponyreiten und zum Fahrzeug-Parcours ein. In der Brio World faszinieren rasante Fahrten mit dem Wellenreiter, eine Metrofahrt mit bis zu 40 km/h und echte Minibagger, die auf der Baustelle stehen.

Die kunterbunte Spielwelt besitzt ein riesiges „verrücktes“ Labyrinth mit verschiebbaren Wänden und einer Wasserbahn, auf der lustige Nilperde die Richtung vorgeben. Im Entdeckerland geht es per Freifall-Rutsche in die Tiefe und in autonom fahrenden Autos wie im Brettspiel Scotland Yard auf Verfolgungsjagd durch London.

Die Future World begeistert mit der GraviTrax-Kugelbahn auf 90 Schienenmetern – für Mutige mit Überschlag. Fantastisch und ein bisschen verrückt wird es in Käpt'n Blaubärs Wunderland, wo Boxautos übers Wasser fahren und man den Spieleland-See mit dem Tretboot erkunden kann. In den FUNtastischen Erlebnisinseln schwingt man in der Kakerlakak-Riesen-Schaukel hoch hinaus. Im Mitmachland kann man sich beim Räderwechsel messen und in der Kinder-Verkehrsschule den ersten eigenen Führerschein machen. Beliebt sind auch Begegnungen mit den Maskottchen Käpt'n Blaubär, Lotti Karotti und Mr. Fox.

02: In der Future World sorgt die GraviTrax-Kugelbahn auf 90 Schienenmetern für rasanten Fahrspaß, Mutige erleben sogar Überschläge.  
Foto: DJD/Ravensburger Spieleland/Marcel Alber

03: Ein riesiges verrücktes Labyrinth mit verschiebbaren Wänden darf im Spieleland nicht fehlen.  
Foto: DJD/Ravensburger Spieleland



Foto: Lena Kessler Photography



Foto: Roof Tribe



Foto: Kehlbach-Express

# „Musik im Zug“ auf der Räuberbahn

Die Erfolgsreihe „Musik im Zug“ auf der Räuberbahn geht 2026 in die nächste Runde – und verwandelt die Strecke zwischen Pfullendorf und Aulendorf erneut in eine rollende Konzertbühne. An neun Terminen erwartet Fahrgäste Live-Musik von Volksklang bis Jazz, von Duo bis Großensemble. Auftakt ist am 10. Mai (Muttertag) mit dem Kehlbach-Express: Mitreißende Sounds, Alphorn-Highlights und beste Stimmung inklusive.

Neu: Bewirtung direkt im Zug mit Getränken und Snacks zu familienfreundlichen Preisen. Auch am 24. Mai sorgt die Band Roof Tribe mit Funk, Reggae und Rock für frischen Sound. Das Besondere: Alle Konzerte sind im regulären Fahrpreis enthalten – ein musikalisches Erlebnis für die ganze Familie.  
[www.raeuerbahn.de](http://www.raeuerbahn.de)



  
**Räuberbahn**  
zwischen Aulendorf und Pfullendorf

## Erlebnis Zugfahrt

Für Familien, Naturliebhaber  
und Kulturinteressierte  
[www.raeuerbahn.de](http://www.raeuerbahn.de)

**Saison 2026**  
An Wochenenden  
und Feiertagen  
vom 05.04.-15.11.

STADT PFULLENDORF





02

## Abba, Helge Schneider und Natur auf der Ostalb

01

# Landesgartenschau Ellwangen lockt Gäste mit Events und Abenteuer

(DJD). Manchmal braucht es nur einen guten Anlass für ein neues Ausflugsziel – Ellwangen liefert gleich mehrere. Denn die historische Stadt an der Jagst verwandelt sich 2026 in eine große Erlebnislandschaft: Von Ende April bis Anfang Oktober lädt die Landesgartenschau (LGS) Ellwangen zu 164 Tagen voller Natur, Kultur und spannender Events ein. Auf rund 20 Hektar entlang des Flussufers erwarten die Besucherinnen und Besucher naturnahe Parklandschaften, Spazierwege und Erlebnisbereiche für alle Altersgruppen. Das Gelände gliedert sich in Themenparks. Im Brückenpark steht mit Skateanlagen, Spielflächen und Treffpunkten Aktivität im Mittelpunkt. Der Stadtpark bildet das kulturelle Herz der Gartenschau mit Bühnen und Gastronomie. Im großen Pavillon des Ostalbkreises findet man moderne Kunst, touristische Attraktionen und viele Stationen zum Anschauen und Ausprobieren. Und im Auenpark gewähren ein Naturbeobachtungssteig und ein Aussichtsturm fantastische Ausblicke auf die renaturierte Flusslandschaft.

### Kulturprogramm mit bekannten Namen

Mehr als tausend Veranstaltungen bieten Besuchsansätze, vom spannenden Workshop bis zu großen Bühnenabenden. Zu den Highlights zählen Tribute-Shows, etwa „One Night With Abba“, eine rockige „Queen-Tribute-Night“ oder eine musikalische Hommage an Tina Turner. Fans des absurden Humors freuen sich auf einen Abend im August mit Entertainer und Komödianten Helge Schneider und seiner unverwechselbaren Mischung aus Jazz und Comedy. Unter [www.ellwangen2026.de](http://www.ellwangen2026.de) gibt es eine Kalenderübersicht, alle Infos und Tickets zur LGS. Für Kinder und Jugendliche bis 17 Jahren ist der Eintritt frei. Mit interaktivem Kindertheater, Führungen durch Heilpflanzengärten und Mitmachaktionen im „Grünen Klassenzimmer“ finden speziell Familien viele Angebote. So wird der Besuch schnell zum Ganztagesausflug für alle Altersgruppen.

### Aus dem Tagesausflug wird ein Kurzurlaub

Parallel zur Landesgartenschau sollte man gleich ein paar Tage mehr in der Ostalb, einer der abwechslungsreichsten Freizeitregionen Baden-Württembergs einplanen. Hier finden Familien zahlreiche Ausflugsziele, von Badeseen und Freibädern über Erlebnis- und Naturpfade bis zu einem Besucherbergwerk oder spannenden Mitmachmuseen. Auch Radfahrer und Wanderer kommen auf ihre Kosten – mit sportlichen Entdeckertouren oder gemütlichen Familienrunden entlang der Flüsse. Naturnahe Camping- und Wohnmobilplätze machen den Aufenthalt familienfreundlich. Unter [www.deine-ostalb.de](http://www.deine-ostalb.de) gibt es Einblicke in die facettenreiche Landschaft und kostenlose Broschüren. Im Internet sind die Attraktionen auf Instagram (@tourismus\_ostalb) und Facebook „Tourismus auf der Ostalb“ zu finden.

01: Die Gemeinde Ellwangen ist mit dem großen Landesgartenschau Gelände 2026 um eine lohnenswerte Attraktion reicher.  
Foto: DJD/Tourismus Ostalb/Christian Frumolt

02: Ellwangen ist eine echte Kleinstadtperle in Baden-Württemberg. Mit der Landesgartenschau 2026 bietet sich ein weiterer Grund an, die Gemeinde im Ostalbkreis kennenzulernen.  
Foto: DJD/Tourismus Ostalb/Christian Frumolt



01



02

## Paradies mit Alpenpanorama, Seeblick und Geschichte(n)

# Konstanz am Bodensee: entdecken, erleben und eintauchen

(DJD). In Konstanz verbinden sich südliches Flair und urbane Schönheit auf entspannte Art: Zu Füßen glitzert das Wasser des Bodensees, gleich hinter der Uferpromenade führen verwinkelte Gassen in die historische Altstadt, am Horizont erhebt sich die Silhouette der Alpen. Als größte Stadt am Bodensee ist Konstanz das pulsierende Zentrum der Vierländerregion Deutschland, Österreich, Schweiz und Fürstentum Liechtenstein. In der Altstadt laden Boutiquen, Cafés und lauschige Plätze zum Verweilen ein. Die kulinarische Bandbreite reicht von badischer Küche bis zu internationaler Gastro. Blühende Gärten und grüne Parks gehen direkt in die angrenzende Naturlandschaft über. In Konstanz sagen die Gastgeber zur Begrüßung: „Willkommen im Paradies!“ Und damit weisen sie auch auf einen gleichnamigen Stadtteil: Das idyllische Viertel ist aus einer Fischersiedlung entstanden und hat seinen Namen von einem früheren Nonnenkloster erhalten. Für True-Crime-Fans gibt es hier eine Stadtführung mit dem Titel „Mord im Paradies“ auf den Spuren historischer Verbrechen.

### Grenzüberschreitende Events und historisches Wimmelbild

Am Hafen zieht die haushohe Statue Imperia alle Blicke auf sich. Am Steg machen Ausflugsschiffe, Fähren und ein neuer Wasserbus fest, die zu Touren über den Bodensee, auf die Blumeninsel Mainau und zu vielen weiteren Ausflugszielen einladen. Das einzigartige Asisi-Panorama entführt ab Pfingsten auf eine Zeitreise ins Konstanz des 15. Jahrhunderts. Im Sommer wird das Seeufer auch zur Eventbühne: Am ersten Augustwochenende feiert ganz Konstanz das Stadtgartenfest mit dem grenzüberschreitenden Seenachtfest als Highlight: ein Abend mit Live-Musik, spektakulärem Höhenfeuerwerk, schwebenden Wasserwesen und Drohnenshow.

Für Familien ist auch das grenzüberschreitende Kinderfest am 12. September ein lohnendes Ziel, das den Stadtgarten in ein großes Abenteuerland verwandelt. Mehr Infos unter [www.konstanz-info.com](http://www.konstanz-info.com).

### Historisches Paradies und spektakuläres Naturwunder

Bodensee, Seerhein und romantische Uferwege prägen das Stadtbild. Die Natur beginnt direkt vor der Tür und lädt zu Aktivitäten in der Umgebung ein: So ist der Bodensee-Radweg einer der beliebtesten Fernradwege Europas. Dank der Fähren lassen sich von Konstanz aus Tages-touren unternehmen. Der Premiumwanderweg SeeGang wurde erneut vom „Wandermagazin“ für die Publikumswahl des schönsten deutschen Wanderwegs nominiert. Er führt in vier Etappen bis nach Überlingen, mal am Ufer des Bodensees und mal auf den angrenzenden Höhen. Besonders eindrucksvoll ist der Abschnitt in der spektakulären Marienschlucht, der soeben wiedereröffnet wurde: Ein neuer Panoramasteg macht das Naturwunder wieder sicher begehbar.

01: An der Hafeneinfahrt zieht die Statue Imperia vorm grünen Stadtgarten alle Blicke auf sich.

Foto: DJD/Marketing und Tourismus Konstanz/Achim Mende

02: Das Höhenfeuerwerk über dem Hafen und den unzähligen beleuchteten Booten ist der Höhepunkt des alljährlichen Seenachtfests.

Foto: DJD/Marketing und Tourismus Konstanz/Achim Mende



02



01



03

# Solide Grundausbildung unter Wasser

(akz-o) Nach über 40 Jahren bekommen Seepferdchen & Co. drei neue Geschwister. Sie heißen Schnorchelabzeichen Bronze (Basic), Silber (Challenge) und Gold (Master) und bilden den Schnorchelpass des Bundesverbandes zur Förderung der Schwimmbildung (BFS). Mit ihnen erobert man sich die Welt des Wassers vielseitig in drei Dimensionen. Für den Bereich Schnorcheln liefern die neuen Abzeichen erstmals eine solide Grundausbildung unter Wasser. „Kinder, Jugendliche und Erwachsene sind häufig große Wasserfans“, sagt Helmut Stöhr, Präsident des Bundesverbandes zur Förderung der Schwimmbildung (BFS). „Mit den Schnorchelabzeichen lernen sie Abtauchen, Bewegen und Orientieren unter Wasser unter hohen Qualitätsstandards.“ Dazu gehören auch Geschicklichkeits- und eine Kombi-Übung. Ab sofort können die Schnorchelabzeichen abgelegt werden.

## Dreistufiges System mit Pass und Aufnähern

Mitmachen können alle Schwimmer, kleine und große (Schwimmabzeichen Bronze/„Freischwimmer“). „Die Abzeichen werden für Kinder, Jugendliche und auch Erwachsene gleichermaßen attraktiv sein“, ist Helmut Stöhr sicher.

„Alter und Geschwindigkeit spielen bei den Schnorchelabzeichen keine Rolle“, fasst Tina Hellenkamp, die zwei Jahre lang die BFS-Arbeitsgruppe leitete, zusammen. „Wir bereichern die zertifizierte Ausbildung im Wasser im bekannten Dreiklang und machen so den Aufenthalt im und unter Wasser sicherer – eine runde Sache!“

Basic, Challenge und Master können ab sofort abgelegt werden. Der Erfolg soll für alle sichtbar sein: Natürlich gibt es wie bei den anderen Abzeichen-Systemen einen Pass und zu jedem Abzeichen einen Aufnäher für die Badekleidung.

## Leitfaden mit Theorie, Tipps und Hinweisen

Hintergrundwissen, z. B. zu ABC-Ausrüstung (Tauchmaske, Schnorchel, Flossen), Sicherheit, den Druckverhältnissen, den Sinnen unter Wasser, sowie Übungstipps und Ausführungshinweise hat der BFS übersichtlich in einem Leitfaden zusammengestellt.

## Abnahme durch BFS-Verbände und Lehrkräfte

Die Abzeichen stehen übergreifend allen Mitgliedsverbänden im BFS zur Verfügung. Abzeichen und Urkunden können auch direkt über den BDS e.V. (Bundesverband deutscher Schwimmmeister e.V.) angefordert werden. Hinweise auch unter dem Link [www.schwimmmeisterschule.com](http://www.schwimmmeisterschule.com)

01: Mitmachen können beim Schnorchelabzeichen kleine und große Schwimmer.  
Foto: [pixabay.com/akz-o](http://pixabay.com/akz-o)

02: Für den Bereich Schnorcheln liefern die neuen Abzeichen erstmals eine solide Grundausbildung unter Wasser.  
Foto: [pixabay.com/akz-o](http://pixabay.com/akz-o)

03: Mit den Schnorchelabzeichen lernt man Abtauchen, Bewegen und Orientieren unter Wasser.  
Foto: [pixabay.com/akz-o](http://pixabay.com/akz-o)



BADEPARADIES  
SCHWARZWALD

Titisee

# Sommer Events im BADEPARADIES

## POOL BEATS

12. Juni

3. Juli

6. und 27. August

1. und 18. September

## SOMMER- KONZERTE

19. – 20. Juli

12. – 13. September

## KONZERT- FESTIVAL

11. – 12. Juli



[www.badeparadies-schwarzwald.de](http://www.badeparadies-schwarzwald.de)



Foto: epr/markilux



Foto: DJD/REHAU

## Exklusive Markisentücher für lebendige Außenbereiche

(epr) Mit einer Markise wird die Terrasse zur Erweiterung des Innenbereichs: geschützt, gemütlich und einladend. Sie schirmt vor zu viel Sonne und neugierigen Blicken ab – und eröffnet zugleich neue Perspektiven für erholsame Stunden im Freien. Dabei kommt dem Markisentuch eine besondere Bedeutung zu, denn ausgefahren nimmt es eine große Fläche ein und prägt damit die Optik des Außenbereichs entscheidend mit. Hier kommt markilux ins Spiel: Der Spezialist für den schönsten Schatten der Welt hat sein mehr als 200 Tuchdessins umfassendes Sortiment um die Stoffkollektion markilux FineLine erweitert. Die exklusive Miniserie besteht aus zehn sorgfältig ausgewählten Markisenstoffen, die in vier harmonische Farbthemen unterteilt sind. Egal, wofür man sich entscheidet: Alle Markisentücher der markilux FineLine wirken elegant und zeitlos. Sie greifen langjährige Farbtrends auf und interpretieren diese frisch und neu. Mehr unter [www.markilux.com](http://www.markilux.com).

## Raumklima neu gedacht: Angenehme Temperaturen ohne Zugluft

(DJD). Deutschland erlebt zunehmend heiße Sommer und milde Winter. Für Bauherren, Planer und Sanierer stellt sich daher verstärkt die Frage, wie ein Gebäude sowohl energieeffizient beheizt als auch angenehm gekühlt werden kann. Besonders flexibel sind hier Komplettsysteme, die in die Zimmerdecke integriert werden. Sie können nicht nur heizen, sondern im Sommer auch für angenehme Kühle sorgen. Durch die großflächige Abgabe beziehungsweise Aufnahme von Wärme verteilt sich die Temperatur gleichmäßig im Raum. Das System Rautherm Neo Contact des Herstellers Rehau besteht aus vorgefertigten Modulen, die sich mit werkzeuglosen Rohrverbindungen schnell und sicher montieren lassen. Informationen: [gbaeudetechnik.rehau.de/rauthermneocontact](http://gbaeudetechnik.rehau.de/rauthermneocontact)

**Die Wichtelmänner**



- Umzüge
- Entrümpelungen
- Einlagerungen
- Transporte
- Sperrmüllentsorgung

☎ 075 31 Michael Hornstein  
929 300 Opelstraße  
78467 Konstanz

**TOP**  
BODENBELÄGE

DIE BODENBELAGS- UND  
**PARKETT**  
SPEZIALISTEN



Otto-Hahn-Strasse 26  
78224 Singen  
T: 0 77 31 - 18 23 35  
F: 0 77 31 - 18 23 37  
[www.topbodenbelag.de](http://www.topbodenbelag.de)  
[info@top-bodenbelag.de](mailto:info@top-bodenbelag.de)

**GWG IMMOBILIEN**



Ihr Makler mit Herz und(Sach)Verstand!

Seit nunmehr 41 Jahren ist die Firma GWG erfolgreich auf dem Immobilienmarkt tätig. Mit fachlicher Kompetenz, Seriosität, Erfahrung, Empathie und Fingerspitzengefühl unterstützt Frau Helmbrecht beim Verkauf und der Vermietung von Immobilien. Ein Verkauf ist nicht nur ein Geschäft, es ist eine Begegnung zwischen Menschen.

Maklerkosten die sich rentieren!

Andrea Helmbrecht GWG-Immobilien 78247 Hilzingen, Am Eglental 29  
Telefon: 07731 865213 • 01714745686 [andrea.helmbrecht@gmx.de](mailto:andrea.helmbrecht@gmx.de)

**Alles aus einer Hand**  
Aufmaß - Produktion - Montage - Service



**Deggelmann GmbH**  
Schreinerei & Fensterbau  
Tel: 07533 / 93110 Fax: 93 11 29

Wendelsbergstrasse 6  
78465 Konstanz-Dettingen

[www.deggelmann-fenster.de](http://www.deggelmann-fenster.de)  
[info@deggelmann-fenster.de](mailto:info@deggelmann-fenster.de)



Foto: epr/Saarpor



Foto: DJD/4 Seasons Outdoor

## Einfach und effektiv zur illuminierten Wohlfühloase

(epr) Wer sein Zuhause in eine stilvolle Wohlfühloase verwandeln möchte, für den ist indirekte Beleuchtung ein absolutes Muss. Sie schafft in jedem Raum eine einladende und warme Atmosphäre, sei es durch sanftes Licht unter Küchenschränken, hinter dem Fernseher im Wohnzimmer oder als eleganter Akzent am Arbeitsplatz. Eine einfache und effektive Lösung für solch vielseitige Beleuchtungswünsche bietet das Zierprofil KIRA von Decosa. Es eröffnet grenzenlose Möglichkeiten, um moderne Lichtkonzepte spielend leicht umzusetzen. Das Zierprofil KIRA ist aus hochwertigem, hartem und stoßfestem Polystyrol gefertigt und lässt sich mühelos auf die gewünschte Länge zuschneiden. Anschließend wird der blaue Schutzstreifen auf der Rückseite entfernt und das Profil kann direkt an Wand oder Decke befestigt werden. Für die Installation der Beleuchtung werden handelsübliche LEDs einfach in das U-Profil eingeklebt und durch ein Diffusor Profil ergänzt. Kreative Ideen und Informationen finden Interessierte auf [www.decosa.de](http://www.decosa.de).

## Mit hochwertigen Möbeln aus Bouclé oder Geflecht die Terrasse gestalten

(DJD). Vorbei sind die Zeiten praktischer, aber wenig attraktiver Stapelstühle: Beim Gartenmobiliar steigen die Ansprüche an hochwertige Materialien und das Design. Zu den Trends für die Outdoorsaison 2026 zählen organische Formen und natürliche, angenehme Farben. Beim Wunsch nach hoher Qualität rückt vor allem das haptische Erlebnis in den Fokus. Kratzige Kunststoffe weichen witterungsbeständigen Rope-Geflechtes und weichen Stoffen wie Bouclé, auf denen Regen einfach abperlt. Individuelle Wohnräume auf der Terrasse lassen sich mit modularen Systemen verwirklichen. Heute Lounge, morgen feine Tafel, die Möbel passen sich an. [www.4seasonsoutdoor.de](http://www.4seasonsoutdoor.de)

**SCHREINEREI FAHRNER**

**Schreinerei & Innenausbau**

- Altbausanierung
- Innen-, Dach- sowie Badausbau
- Küche nach Maß

**Individuelle Einbaumöbel & Küchen**

- Exkl. Türelemente
- Parkett- sowie Laminatböden
- Sonderangebote

Inh. ALEXANDER FAHRNER, Bohlinger Dorfstr. 22,  
78224 Singen, Tel. 0 77 31 / 2 39 50, [www.fahrner-schreinerei.de](http://www.fahrner-schreinerei.de)

SEIT 1987

# BLERSCH

DER INSEKTENSCHUTZ

## DAS ANTI-SUMM FÜR'S ZUHAUSE

Jetzt Termin vereinbaren.

Carl-Benz-Straße 15 | 88471 Laupheim  
T 07392.96 60-0 | [blersch-insektenschutz.de](http://blersch-insektenschutz.de)

**BETON-GARAGEN**

■ GARAGEN NACH MAß

Individuell gestaltete Wunschgaragen - typisch steidle.

**EMIL STEIDLE GMBH & CO. KG**  
Geschäftsbereich BETON-GARAGEN  
Alte Krauchenwieser Straße 1  
72488 Sigmaringen  
Tel. 07571 / 71-155  
[www.steidle-garagen.de](http://www.steidle-garagen.de)

**Werk + Ausstellung:**  
Sigmaringer Straße 40  
72505 Krauchenwies  
(Beratung während den Geschäftszeiten oder nach Terminvereinbarung.)

FORTSCHRITT MIT TRADITION - SEIT 1823.



01



02



03

# Die passende Jeans für jede Figur

## Von Slim Fit bis Bootcut: Wie der richtige Schnitt die Figur unterstützen kann

(DJD). Jeans gelten schon lange als echte Multitalente im Kleiderschrank. Je nach Schnitt können sie die Figur in Szene setzen, vorteilhafte Proportionen betonen und kleine Problemzönchen kaschieren. Eine Hose mit gut gewählter Passform kann strecken, ausgleichen und formen, ohne dass man sich verkleidet fühlt. Entscheidend ist, den eigenen Figurtyp zu kennen und zu wissen, welche Schnitte welche Wirkung erzielen.

### Länge, bitte!

Kleinere Menschen profitieren besonders von Modellen, die die Beine optisch verlängern. „Schmale Schnitte wie Slim Fit oder Straight Fit in dunkler Waschung strecken die Silhouette, ebenso High-Waist-Varianten, bei den Damen gern kombiniert mit Absatzschuhen“, empfiehlt Dagmar Thumel, Einkaufsleitung bei Jeans Fritz. Helle Used-Effekte auf den Oberschenkeln wirken zusätzlich streckend. Auch verkürzte Ankle- oder 7/8-Längen zaubern in Kombination mit Heels lange Beine. Wer es etwas weiter mag, kann zu Bootcut- oder Flared-Jeans greifen, die, leicht überlang getragen, die Beine zusätzlich länger und zugleich schlanker wirken lassen.

Verkürzte oder gekrempelte Varianten bleiben ein modisches Statement. Low-Waist-Modelle wirken besonders lässig, wenn Bauch und Hüfte eher schlank sind. Fehlt jedoch eine ausgeprägte Taille, können High-Waist-Jeans in Slim Fit, Straight oder Bootcut sanft Kurven formen. Relaxed- oder Wide-Leg-Silhouetten bieten zudem eine lässige Alternative, die je nach Styling sportlich oder feminin wirkt.

01: Locker sitzende Jeans sind bequeme Alltagsbegleiter.  
Foto: DJD/www.jeans-fritz.de

### Proportionen in Harmonie

Bei kurvigeren Figuren helfen Modelle mit mittlerer Bundhöhe, die Proportionen auszugleichen, während Bootcut-Schnitte durch das ausgestellte Bein eine harmonische Linie erzeugen. Wer ein kleines Bäuchlein kaschieren möchte, greift eher zu lockeren Formen von Wide Leg bis Boyfriend. Wer unsicher ist, welche Größe die richtige ist, findet unter [www.jeans-fritz.de/groessentabelle](http://www.jeans-fritz.de/groessentabelle) Hinweise zum richtigen Messen. In Bezug auf die Passform hilft gut geschultes Personal im Geschäft, wie bei Jeans Fritz, gern dabei, die perfekte Hose zu finden und objektiv zu beurteilen, was am besten zu einem passt – eventuell wird man auch dazu ermutigt, einmal neue Schnitte auszuprobieren.

### Auf die Gesäßtaschen kommt es an

Auch der Po lässt sich mit der richtigen Jeans je nach Wunsch betonen oder zurücknehmen. Kleine, eng stehende Gesäßtaschen lassen ihn kleiner wirken, während größere Taschen Volumen zaubern. High-Waist-Schnitte können einem flachen Po zusätzlich Form und Rundung verleihen. Und wenn die Wahl schwerfällt, bleibt eine Passform immer verlässlich: die Straight-Fit-Jeans. Mit ihrem geraden Verlauf ist sie ein zeitloser, vielseitiger Begleiter für Alltag, Büro und besondere Anlässe.

02: Die gekrempelten Cropped Jeans liegen weiterhin im Trend und sind ein passender Begleiter in allen Wetterlagen.  
Foto: DJD/www.jeans-fritz.de

03: Eine gute Jeans zaubert optisch lange Beine.  
Foto: DJD/www.jeans-fritz.de



01



02



03

## Geheimtipps abseits der bekannten Pfade

# Ein sanfter Frühsommer in Südtirol

(DJD). Südtirol ist bei vielen Reisenden beliebt, und das aus gutem Grund: Diese Einheit von alpiner Natur und mediterraner Lebensart ist wohl einzigartig in Europa. Doch gerade in der Randsaison versprechen viele Orte noch Ursprünglichkeit, Ruhe und Beschaulichkeit. Im Frühsommer, wenn die Natur erwacht und die Gärten erblühen, gelten sie als Geheimtipps für alle, die sich selbst und ihrer Umgebung mit Achtsamkeit begegnen möchten. Das gilt zum Beispiel für Südtirols Norden: In Freienfeld können Wandernde uralten Pilgerwegen wie der Via Romea folgen, dem Romweg eines norddeutschen Abts aus dem 13. Jahrhundert. Im oberen Eisacktal laden Themenwege zu besinnlichen Naturerlebnissen ein, etwa der fordernde Energie- und Kraftweg in Ladurns oder der für Familien geeignete Bienenweg bei Maria Trens. Am Wegesrand bieten Bauernhöfe ihre saisonalen Spezialitäten an, zum Übernachten stehen erstklassige Hotels, Landhäuser, historische Gastehäuser und Höfe bereit.

### Langsamkeit als Lifestyle

Auch in den Dolomiten wird die Langsamkeit als Lifestyle entdeckt: Unter dem Motto „Odles Slow Dolomites“ haben sich zum Beispiel die ursprünglichen Täler Villnöss und Lüsen dem sanften Tourismus im UNESCO-Weltkulturerbe verschrieben. Neben dem Dolorama-Weitwanderweg bieten sie Frühlingswanderungen, Waldbaden und Spaziergänge zur Obstblüte an. Bei den Mehrtageswanderungen „Dolomites Ronda“ stehen täglich verschiedene Schwierigkeitsgrade zur Auswahl, und das Gepäck wird transportiert. Bei den „Slow Bike Tours“ geht es für Mountain- und E-Biker nicht um Geschwindigkeit oder steile Abfahrten, sondern um sanftes Gleiten durch die Natur und kulinarischen Genuss, etwa in Slow-Food-Betrieben. Unter [www.suedtirol.info](http://www.suedtirol.info) sind Regionen und Betriebe zu finden, die mit dem Südtiroler Nachhaltigkeitslabel ausgezeichnet wurden.

### Nachhaltig unterwegs in klarer Höhenluft

Nicht nur umweltfreundlich, sondern auch bequem ist es in Südtirol, ohne Auto anzureisen oder es vor Ort stehen zu lassen. Denn Übernachtungsgäste bekommen bei fast allen Gastgebern den Südtirol Guest Pass, der die unbegrenzte Nutzung aller öffentlichen Verkehrsmittel enthält, von Regionalzügen über Busse bis hin zu Seilbahnen. Wer etwa die Natur rund um Sulden am Ortler mit allen Sinnen erleben möchte, kann in der Reinluftwoche Anfang Juli an Freiluft-Yoga und geführten Wanderungen teilnehmen. Im Vinschgau ist auch das abgeschiedene Bergsteigerdorf Matsch ein guter Tipp für Ruhesuchende: In einem urigen Seitental am Alpenhauptkamm liegt es zwischen Lärchenwäldern, Almen und steilen Gipfeln. Hier locken Wanderungen verschiedenster Schwierigkeitsgrade, etwa zur Matscher Alm und Obretteshütte oder an die Saldurseen.

01: Die Schönheit der Dolomiten hautnah erleben – zum Beispiel auf dem Dolorama-Weitwanderweg.  
Foto: DJD/Harald Wisthaler

02: In den Südtiroler Städten genießen Urlaubsgäste die mediterrane Lebensart.  
Foto: DJD/IDM Südtirol/Alex Moling

03: Bei den „Slow Bike Tours“ geht es nicht um Geschwindigkeit oder steile Abfahrten, sondern um Genuss und sanftes Gleiten durch die Natur.  
Foto: DJD/IDM Südtirol/Alex Moling



01



02

## Wasser zur richtigen Zeit am richtigen Ort

# Mit automatischer Bewässerung Verbrauch und Pflegeaufwand senken

(DJD). Die Begeisterung für das Gärtnern ist in Deutschland ungebrochen. Viele investieren regelmäßig Zeit und Herzblut, um sich einen grünen Rückzugsort zu schaffen. Doch alle Mühe kann vergebens sein, wenn die Sommersonne unerbittlich brennt und anhaltende Trockenheit den Rasen und die Kübelpflanzen buchstäblich verdursten lässt. Die trockenen Sommer der vergangenen Jahre haben gezeigt, dass man allein mit der Gießkanne oder dem Gartenschlauch die fehlenden Niederschläge kaum ausgleichen kann – allein schon aus zeitlichen Gründen.

### Automatisch richtig dosieren

Die Wasserversorgung birgt ihre Tücken. Oft neigen Hobbygärtnerinnen und -gärtner dazu, ihre Pflanzen gut gemeint zu stark zu gießen, was wiederum die Wurzelbildung beeinträchtigen kann. Auch das Timing sollte passen: Wer in der Mittagshitze gießt, verursacht oft unbeabsichtigte Schäden an den Pflanzen, da Wassertropfen auf den Blättern wie kleine Brenngläser wirken und zu Verbrennungen führen können. Zudem verdunstet ein beachtlicher Teil des Wassers in der Hitze, bevor er überhaupt die Wurzeln erreicht. Deutlich gleichmäßiger und oft auch wassersparender ist eine automatische Bewässerung. Lösungen wie automatische Steuergeräte, beispielsweise die Hydrowise-Serie von Hunter, übernehmen die Gartenarbeit fast vollständig im Hintergrund und steuern die Wasserzufuhr präzise und bedarfsgerecht. Die Systeme nutzen die kühlen späten Abendstunden oder den frühen Morgen, um die Vegetation zu versorgen. In diesen Zeitfenstern ist die Verdunstung vergleichsweise gering, sodass mehr Wasser dort ankommt, wo es gebraucht wird.

Die Integration von Wettersensoren können die Effizienz zusätzlich verbessern. Denn die Technik erkennt natürlichen Niederschlag und stoppt die künstliche Bewässerung automatisch, was unnötige Wassergaben verhindert.

### Effizient und sparsam wässern

Die Steuerung der Technologie ist meist per App möglich. Via Smartphone behalten Gartenbesitzer die Kontrolle über ihre Anlage, unabhängig davon, ob sie gerade auf der Terrasse sitzen oder sich im fernen Sommerurlaub befinden. Eine fachgerechte Planung, zugeschnitten auf das jeweilige Grundstück, schafft die Grundlage für eine effiziente Bewässerung. Unter [www.rainpro.de](http://www.rainpro.de) etwa finden sich Fachleute für eine individuelle Beratung. Eine automatische Bewässerung ist damit nicht nur eine Frage des Komforts. Die Systeme schützen Pflanzen vor Trockenstress und können zu einem sparsamen und nachhaltigen Umgang mit der Ressource Wasser verhelfen.

01: Die smarte Steuerung macht die automatische Gartenbewässerung komfortabel und nachhaltig.  
Foto: DJD/Rainpro

02: Bewässerungssystem gießen nur dann, wenn es notwendig ist. Das schont Ressourcen und spart bares Geld.  
Foto: DJD/Rainpro



klima-druck.de/ID

CO<sub>2</sub>  
↓ ↓ ↓ ↓

© iStock

Im Rahmen der Herstellung dieses Druckproduktes wurde ein finanzieller Beitrag an das Klimaschutzprojekt „Instandsetzung von Brunnensystemen, Eritrea“ zertifiziert nach GoldStandard geleistet.

**Für Mensch und Natur.**





Fotos: Belchen Seilbahn

# Belchen-Seilbahn Bequem zum schönsten Aussichtsberg im Schwarzwald

Die Landschaftsbeschreibungen durch Johann Wolfgang von Goethe und Johann Peter Hwwebel förderten lange vor der touristischen Erschließung des Schwarzwalds eine wahre Begeisterung für den 1.415 m hohen Belchengipfel. Seit dem 18. Jahrhundert wird der markante Höhenrücken von zahllosen Reiseführern als schönster Schwarzwaldberg gerühmt. Die Aussicht über die umliegenden Höhen auf Süd- und Hochschwarzwald, Vogesen, Schweizer Jura und Alpen ist einzigartig. Auf dem baumfreien Gipfel erstand im Jahr 1866 ein erstes Rasthaus für Wanderer. Das unter Denkmalschutz stehende, historische Belchenhaus von 1899 beherbergt heute die höchstgelegene Gaststätte Baden-Württembergs.

Seit Dezember 2001 schweben die sonnengelben Kabinen der Belchen-Seilbahn von Multen zur 1.357 m hoch gelegenen Gipfelstation. Die barrierefreie Seilbahn überwindet 262 Höhenmeter. Jede der 23 Gondeln bietet acht aussichtsreiche Sitzplätze. Die Seilbahn bündelt den Besucherstrom und ist Bestandteil eines naturschützenden Konzepts.

Es gelang, die Bergbahn in die Landschaft zu integrieren, ohne die markante Silhouette des Berges zu beeinträchtigen. Die Eingriffe in die Natur wurden auf ein Minimum beschränkt. Der Bau der Belchen-Seilbahn machte die ehemalige Bergstraße überflüssig. Sie dient heute im Sommer als Wanderweg und im Winter als Schlittelstrecke.





**Natur pur erleben**




## Beste Aussichten

**Belchen 1415 m – Panoramaberg des Schwarzwalds**



Mit der barrierefreien Belchen-Seilbahn ins autofreie Wander- und Naturschutzgebiet.

Naturerlebnispfad und kinderwagentaugliche Panoramawege bieten einzigartige Ausblicke auf Schwarzwald, Rheintal, Vogesen und Alpen.

Höchstgelegene Gaststätte Baden-Württembergs mit Panorama-Terrasse auf 1362 m.

Täglich 9.15–17.00 Uhr.



Tel. 0 76 73 / 88 82 80

[www.belchen-seilbahn.de](http://www.belchen-seilbahn.de)

# KONZERN- FREI.





*Maas.*

# DEIN SOMMER IN BESTFORM

ÖKOLOGISCHE MODE, FAIR PRODUZIERT SEIT 1985  
WESSENBERGSTRASSE 32, 78462 KONSTANZ,  
MO-FR: 10-18 UHR, SA: 10-16 UHR, 07531 - 916 47 03

**MAAS-NATUR.DE**

NACHHALTIGKEIT NACH ZERTIFIZIERTEN STANDARDS BELEGT. MEHR UNTER MAAS-NATUR.DE