Gewinnen Sie Karten für das Musical „Robin Hood“ im Admiralspalast
und die Show „FALLING | IN LOVE“ im Friedrichstadtpalast: 2

EXKLUSIVES BERLIN

WWW.EXKLUSIVESBERLIN.DE DIE ZEITUNG FÜR DEN GEHOBENEN ANSPRUCH NR. 235 / FRÜHLING 2024

ESSEN & TRINKEN

Foto: Karel2820/pixabay

Beelitzer Spargel – Frühjahrsgenuss für Feinschmecker: 10

GESUNDES

Foto: StockSnap/pixabay

Calisthenics & Laufen – intensives Training für Freizeitsportler: 16

WOHNEN

Foto: Homeo Grapher/pixabay

Stilvolle Interiors - aktuelle Trends für drinnen: 18

Kunst und Kultur

Veranstaltungen, Events und Ausstellungen in der Haupstadt

Der Einzug des Frühlings geht einher mit spannenden Momenten in Sachen Kunst und Kultur, beginnend mit dem Filmfestival für neues deutsches Kino - „Achtung Berlin - New Berlin Film Award“. Es präsentiert eine Woche lang, vom 10. bis 17. April, in mehreren Berliner Kinos aktuelle Werke von lokalen Filmschaffenden. Insgesamt werden etwa 70 Spiel- und Dokumentarfilme sowie Mittellange und Kurzfilme, darunter eine Welt- und eine Deutschlandpremiere gezeigt. Zu sehen u.a. im Colosseum, Babylon, Neue Kammerspiele, Deplhi Lux und anderen Spielorten.

Mit rund 50 teilnehmenden Galerien und etwa 80 internationalen Künstlern, ist „Das Gallery Weekend Berlin“ eine der führenden Veranstaltungen für zeitgenössische Kunst in Deutschland und lädt vom 26. bis 28. April an verschiedenen Locations zu einem Rundgang durch die Berliner Kreativszene ein.

Bis 28. April ist auch noch „Icon in Motion“ - Josephine Baker (1906-1975) - in der Nationalgalerie zu sehen. Sie ist eine Ikone und ein mediales Phänomen: In Filmen, Tonaufnahmen und Fotomaterial wirkt ihre Präsenz als Tänzerin, Sängerin und Schauspielerin bis heute nach.

Am 4. und 5. Mai erwecken die „CLASSIC DAYS BERLIN“ die Geschichte des Automobils zu neuem Leben. Chrom und Lack glänzen in der Sonne und im Metallkleid der klassischen Fahrzeuge spiegeln sich die edlen Boutiquen des berühmten Kurfürstendamm. Dieses Wochenende bietet ein unvergessliches Erlebnis für jede Generation.

Das Frühjahr verspricht spannende Momente, unter anderem ein Konzert mit der gefeierten Geigenvirtuosin Anne Sophie Mutter Foto: ASM.de / Peter Adamik

Apropos Kurfürstendamm: Die Schöllack-Schwestern kommen zurück auf die Bühne. Das neue Musical „Ku'damm 59“ erzählt die Geschichte von vier furchtlosen Frauen, die in Berlin, Ende der 50er, um Emanzipation und für ihre Selbstfindung kämpfen. Basierend auf der von UFA Fiction produzierten ZDF-Reihe „Ku'damm“, ist das von einem Millionenpublikum und der Kritik gefeierte Werk die Quelle des Musicals. Zu sehen ab 7. Mai bis Ende Dezember im Stage Theater des Westens.

Musikalischen Hochgenuss verspricht der 9. Mai: Dann sind die Wiener Philharmoniker erstmals in der Geschichte der Berliner Waldbühne zu erleben! Unter dem Titel „Eine europäische Nacht“ wird das weltberühmte Orchester anlässlich des Europajahrs 2024 ausgewählte Werke europäischer Komponisten interpretieren.

Die Open Air-Ausstellung „Blockierte Sieger - geteiltes Berlin: 75 Jahre Luftbrücke“ vor der Abflughalle des ehemaligen Flughafens Tempelhof, widmet sich noch bis zum 12. Mai der Berlin-Blockade vor 75 Jahren und zeigt unvergessliche Retrospektiven.

Von einer bunteren Seite könnte sich Berlin kaum zeigen: Zahlreiche Gruppen unterschiedlichster Nationalitäten bieten beim „Karneval der Kulturen“ vom 17. bis 20. Mai auf fahrenden Wagen Musik, Tanz, Performance, bildende Künste und Akrobatik dar. Über 500.000 Menschen feiern seit 1995 jedes Jahr zu Pfingsten die bunte Mischung der Metropole, ohne die die Hauptstadt nicht denkbar wäre.

Er ist wohl einer der bekanntesten und meistdiskutierten Künstler des 20. Jahrhunderts: Andy Warhol. Während seine Abbildungen von Konsumgütern und berühmten Persönlichkeiten weite Verbreitung fanden, gibt es einen roten Faden, der sich durch seine Karriere zieht. Daher visualisierte und verewigte er dieses anhaltende Streben nach idealer Schönheit. Die Ausstellung „Velvet Rage and Beauty” wird vom 9. Juni bis 6. Oktober in der Neuen Nationalgalerie zu sehen sein.

2019 war sie anlässlich des 20-jährigen Jubiläums des West-Eastern Divan Orchestra unter der Leitung von Daniel Barenboim, zuletzt beim Waldbühnenkonzert präsent: Anne-Sophie Mutter. Inzwischen ist die gefeierte Geigerin zum Ehrenmitglied des Orchesters ernannt worden und am 15. Juni im Pierre Boulez Saal in Berlin Mitte zu hören und sehen sein. Es wird spannend! OH

www.berlin.de

Britzer Garten startet in den Frühling

Schritt für Schritt hält der Frühling Einzug in den Britzer Garten. Frühblüher setzten kräftige Farbtupfer und auch die ersten Tulpen sind schon zu sehen.

Bunt wird es auch bei den Parkfesten. Los geht es am 24. März 2024 mit der Saisoneröffnung auf der Festplatzbühne am See. Das beliebte Osterfeuer mit Live-Musik wird am Ostersamstag, 30. März entzündet und am Ostersonntag, 31. März können sich Familien auf Mitmachaktionen am Umweltbildungszentrum freuen.

Berlins größte Tulpenschau blüht

Foto: Heiko Richard

ab April in den schönsten Formen und Farben. Bei einer neuen Themenführung erfahren Besucher*innen nicht nur Spannendes über Kultur, Geschichte und Pflege der Tulpe, sondern auch wie die Bundesgartenschau nach Britz kam, wie es dort vor der Gründung des Britzer Gartens dort aussah und wie der große See entstand.

Etwas später als die Tulpen erwachen auch die Rhododendren und Azaleen zu ihrem Blütenleben. Ein Höhepunkt der Blütenschau ist das Feenfest am 26. Mai.

Und für das Klassik Open Air 2024 am 31. August mit dem Deutschen Filmorchester Babelsberg sollte man sich am besten schon jetzt Karten sichern.

www.britzergarten.de

Anzeigen

EXKLUSIVES VERLOSUNG

Exklusives Berlin verlost Freikarten für „FALLING | IN LOVE“ und „ROBIN HOOD“. Schicken Sie eine E-Mail mit dem Namen der Show sowie der Angabe Ihrer Telefon-Nummer und Adresse zur Kontaktaufnahme an: verlosung@exklusivesberlin.de oder per Post an Access Verlag, Ringstr. 104, 12203 Berlin. Einsendeschluss ist der 7. April 2024. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Robin Hood

Das Musical

Foto: Christian Tech

Er nimmt von den Reichen und gibt es den Armen: Die Legende von Robin Hood verbreitete sich seit dem Spätmittelalter in Europa. Zunächst noch als gefährlicher Wegelagerer beschrieben, entwickelte sich Robin Hood im Laufe der Jahre zum Helden der Entrechteten. Das ROBIN HOOD Musical nimmt sich der Geschichte an und bringt eine eigene Interpretation auf die Bühne.

Die packende Musical-Inszenierung verbindet Action, Spannung und Romantik zu einem mitreißenden Mittelalter-Abenteuer. Nachdem die Premiere Coronabedingt einige Male verschoben werden musste, feierte das Musical 2022 seine Weltpremiere beim Musical Sommer Fulda und ist nun im weiteren deutschsprachigen Raum unterwegs. ROBIN HOOD ist ein Musical der großen Emotionen. Neben einer packenden Geschichte können sich die Zuschauer auf eine namhafte Besetzung freuen und auf Musik, die ebenso ins Ohr wie zu Herzen geht. Der aus Irland stammende Weltstar Chris de Burgh verleiht mit seinen Kompositionen für das Musical seiner eigenen Faszination für die Legende um Robin Hood Ausdruck. Dennis Martin, der sich bereits für die Songs in DIE PÄPSTIN und DER MEDICUS verantwortlich zeigte, lieferte ebenfalls musikalische Beiträge. Seine eigene Familiengeschichte kann Chris de Burgh bis ins Zeitalter von Richard Löwenherz zurückverfolgen. Genau in diese Ära entführt auch ROBIN HOOD – Das Musical sein Publikum. Zu sehen vom 10. bis 20. April 2024 im Berliner Admiralspalast.

www.bb-promotion.com

Simply The Best

Foto: Stars in Concert

Erleben Sie die unvergesslichen Hits von Tina Turner live in Berlin! „Simply The Best“ entführt Sie in die faszinierende Welt der Ausnahmekünstlerin, präsentiert in beeindruckenden Szenen und begleitet von fantastischer Live-Musik. Diese einzigartige Show erzählt die bewegende Lebensgeschichte der Rock-Ikone, von ihren Erfolgen mit „We Don‘t Need Another Hero“ und „Nutbush City Limits“ über ihre turbulente Zeit mit dem drogenabhängigen und gewalttätigen Ehemann, Ike Turner, bis hin zu Tinas beeindruckendem Neuanfang als Solokünstlerin und ihrem gigantischen Aufstieg in den 80er- und 90er-Jahren. „Simply The Best“ stammt aus der Erfolgsschmiede von Bernhard Kurz, dem Produzenten von „Stars in Concert“. Die Show bringt den einzigartigen Sound der Queen of Rock live auf die Bühne. Es ist eine fesselnde musikalische Biographie, die das Publikum auf eine Reise durch Tinas erstaunliche Karriere mitnimmt. Dorothea „Coco“ Fletcher verkörpert mit ihrer beeindruckenden Stimme und energiegeladenen Performance die Rolle der Tina Turner. Gemeinsam mit talentierten Tänzerinnen wird das Publikum in eine visuelle und akustische Welt voller Emotionen entführt.

Tauchen Sie ein in die Musik und die unvergesslichen Momente von Tina Turner bei „Simply The Best“! Zu erleben vom 3. Mai bis 9. Juni.

www.stars-in-concert.de

BERLIN'S No1 GRAND SHOW

NEUANFANG (The Mixed Colour Garden) Foto: Nady El-Tounsy

KALEIDOSCOPE, Solist: Olivier St. Louis Foto: Nady El-Tounsy

Berlin-Mitte ist nicht nur das Zentrum der deutschen Politik, sondern glänzt im Karree zwischen Friedrichstraße, Unter den Linden und Hackescher Markt auch mit einer Dichte an Theatern, die in Deutschland einzigartig ist. Mittendrin befindet sich – ein wahrlich beeindruckender Superlativ – die größte Theaterbühne der Welt, der Friedrichstadt-Palast. Die Bühnengeschichte des Friedrichstadt-Palastes reicht bis 1919. Seine Anfänge gehen zurück auf das Große Schauspielhaus unter Max Reinhardt. Seit 1984, also genau 40 Jahre, steht der Neubau an der Friedrichstraße 107 im Herzen der Hauptstadt. Heute ist der Palast im 21. Jahrhundert angekommen: Seine Grand Shows sind hochmodern in ihrer Ästhetik und mit den allerneuesten Hightech-Effekten ausgestattet. Der Friedrichstadt-Palast ist unter allen Bühnen Deutschlands die meistbesuchte mit jährlich über 700.000 Gästen. Seine Größendimensionen sind unerreicht. Über 100 Künstlerinnen und Künstler aus 28 Nationen zeigen auf einer einzigen Bühne ihr Können und die Gäste sind begeistert. Die 60-köpfige Ballettcompagnie am Palast ist erstklassig und weltweit einzigartig. Ein Highlight jeder Grand Show ist die atemberaubende Kickline. Die Show-Band des Palastes ist mit 18 Musiker:innen im Ensuite-Betrieb eine der größten der Welt. Und die Musik kommt aus 160 Lautsprechern – das ist im Theaterbereich das größte immersive Soundsystem in Europa.

Für die New York Times sind die Grand Shows ein absolutes „Must-see"! Hochmodern und unvergesslich.

Die aktuelle Grand Show FALLING | IN LOVE ist hinreißende Schönheit, inspiriert vom Gedicht „The Garden of Love" von William Blake. Eine Explosion der Farben – kuratiert vom genialen Pariser Stardesigner Jean Paul GAULTIER. Schon 2016 entwarf er für die gefeierte THE ONE Grand Show die Kostüme. Diesmal ist sein kreatives Schaffen tiefer und umfassender: Als Visuell Design Direktor verleiht er dem Ganzen seinen unverkennbaren visionären Style & Touch. Als Kurator holt er zudem mit Fecal Matter sowie Sasha Frolova aufstrebende Fashion Designer:innen an seine Seite, deren Arbeiten er liebt.

Who are You? You ist jung, voller Leidenschaft und Sehnsucht. In Diamond City passt er in keine Schablonen. In den versteinerten Gesichtern um ihn herum findet er keine Liebe. Ohne Hoffnung wünscht sich You, nur noch im Boden zu versinken. Da zerbricht unter seinen Füßen der Asphalt – und You stürzt in eine andere Wirklichkeit. Dort unten, im versunkenen Garten der Liebe sieht er, was er niemals zuvor gesehen hat. Der ewige Menschheitstraum von einer besseren Welt, er lebt. Doch eingemauert unter althergebrachten Normen hat er all seine Farbenpracht verloren. Findet ein junger, gehörloser Poet am Ende die Worte, um Schönheit und Liebe in all ihren Farben neu erblühen zu lassen?

FALLING | IN LOVE ist eine blühende Fantasie. So traumhaft wie sie wahr sein könnte.

Das Wort FALLING (zu Deutsch: fallen, stürzen) im Showtitel greift ein Gefühl dieser Zeit auf. Der sicher geglaubte Boden unter uns scheint bisweilen zu schwanken. Am Palast glaubt man – trotz allem – an die Schönheit dieser Welt und an das Gute im Menschen. Daher fallen die Gäste nicht ins Bodenlose, sondern in ein Meer aus Farben – und Liebe.

Fünf Komponist:innen und ein Kompositionsteam schufen den Soundtrack der Grand Show. Neben anderen renommierten Gesichtern schrieb auch die Hamburger Künstlerin Zoe Wees zwei emotionale Balladen für die mit annähernd 14 Millionen Euro Produktionsbudget teuerste Grand Show aller Zeiten. Die mitreißenden Songs sind auf den gängigen Streamingplattformen verfügbar.

FALLING | IN LOVE Berlins Show-Juwel mit der Magie von unglaublichen 100 Millionen (!) Swarovski Kristallen. Ein neuer Weltrekord. Die Hälfte des Kostümbildes ist über und über mit Kristallen besetzt und allein im Bühnenbild werden über 650 Kilogramm Kristalle verarbeitet. So einen Kristallrausch gab es bisher weder im Film noch auf einer Bühne. Die Krönung dieses Kristallrausches auf der größten Theaterbühne der Welt ist der größte Swarovski Kristall – der Welt.

Beim Ticketkauf sind die Gäste auf der sicheren Seite. Falls etwas dazwischenkommt, kann das am Palast gekaufte Ticket bis zwei Stunden vor Vorstellungsbeginn auf einen anderen Termin umgebucht oder in einen Gutschein umgetauscht werden. Das Angebot gilt nur für Tickets, die direkt über den Palast gekauft wurden.

Für Gäste mit Sehbehinderung bietet der Palast jeden ersten Freitag im Monat die Möglichkeit der Audiodeskription. Dabei wird die Handlung mit einem akustischen Kommentar versehen, um sie für das Publikum erfassbar zu machen. Die Gäste erhalten dazu spezielle Kopfhörer, um auf einem Ohr die Liveerzählung der Geschehnisse auf der Bühne zu hören und mit dem anderen Ohr die Musik und Akustik des Saals wahrnehmen zu können.

Erleben Sie die funkelndste Grand Show aller Zeiten.

Nur im Palast Berlin – der Nummer 1 für strahlendes Live-Entertainment.

HUMANS OF OUR TIME Foto: Chris Moylan

Tickets und Show Info:
www.PALAST.BERLIN
Friedrichstraße 107 I 10117
Berlin-Mitte

Showtrailer

FREE FALLING, Solist:innen: Callum Webdale und Laura Panzeri Foto: Nady El-Tounsy

LIVE IT UP (Disco Szene) Foto: Nady El-Tounsy

Weitere Bilder und Informationen auf www.auto-tips.de

Stylischer Stadt-Flitzer

Der neue Mitsubishi Colt – moderne Kleinwagen-Ikone

Aufregendes Design, moderne Antriebe sowie smarte Technologien und eine umfangreiche Ausstattung: mit diesen Attributen präsentiert sich das Comeback der Kleinwagen-Ikone. Ihr Name: Colt - aus dem Hause Mitsubishi. Er verbindet die kompakte Dimension eines Kleinwagens mit einem modernen, dynamischen Auftritt. Sein selbstbewusstes Design, überschaubare Abmessungen, bis zu 17 Zoll große LM-Felgen und die ausgewogenen Proportionen mit kurzen Überhängen prädestinieren ihn zum perfekten Begleiter im urbanen Umfeld. Besonders markant ist die markentypische Dynamic Shield Front in neuer Interpretation, geprägt von Voll-LED-Scheinwerfern die eine einzigartige Lichtsignatur projizieren. Im Kühlergrill springt das ikonische Dreiamanten-Logo ins Auge, die hinteren Türgriffe sind nahezu unsichtbar in den Türrahmen integriert. Der Heckpartie verleihen LED-Rückleuchten im C-Design sowie ein Unterfahrschutz in Schwarz glänzend mit Chromstreifen eine eigenständige Optik. Fünf verschiedene Außenfarben stehen zur Wahl, Außenspiegel, Fensterzierleisten und Unterfahrschutz sind je nach Ausstattungslinie in Schwarz oder Silber/Chrom ausgeführt. Der Dachspoiler ist bei der Ausstattung BASIS oder PLUS in Wagenfarbe, bei den Linien Intro Edition und TOP in Onyx Schwarz lackiert. Abhängig von der Ausstattungsvariante setzen schwarz glänzende Designdetails an Außenspiegeln, Dachspoiler oder Stoßfängern zusätzliche, dezente Akzente.

Interieurseitig setzt sich das attraktive Erscheinungsbild des Fahrzeugs harmonisch fort: Mit hochwertigen Materialien, vielen Innovationen und einem starken Fokus auf Konnektivität ist der Innenraum perfekt auf moderne Bedürfnisse zugeschnitten. Per Smart-Key-System lässt sich der stylische City-Flitzer komfortabel öffnen und schließen. Er begrüßt den Fahrer direkt mit seinem modern designten Cockpit, hohem Sitzkomfort und ausreichend Kopf- wie Beinfreiheit auf allen fünf Plätzen. Zudem besticht der Innenraum mit Sitzen in unterschiedlichen Designs. Je nach Ausstattungsvariante sind diese und die dazu passenden Dekorelemente im Cockpit haptisch und farblich aufeinander abgestimmt. Zahlreiche Komfortdetails, wie beispielsweise die leistungsstarke Klimaautomatik, Sitz- und Lenkradheizung, Ambientebeleuchtung uvm. unterstützen Fahrer und Insassen dabei, entspannt ans Ziel zu kommen. Das Premium Sound-System von Bose mit seinen neun Lautsprechern inklusive kraftvollem Subwoofer sorgt für einen beeindruckenden Sound.

Effizienter Stilist. Dank seiner fortschrittlichen Antriebspalette, überzeugt der bis zu 180 km/h schnelle Mitsubishi Colt mit niedrigem Verbrauch sowie einer maximalen Reichweite von 900 Kilometern (Hybrid) Fotos: Access

Flexibler Alltagsfreund. Der knapp 4,05 Meter lange Kleinwagen offeriert viel Platz für entspannte Fahrerlebnisse und eine Ladekapazität von 301 bis 1.069 Litern

Die Auswahl an Materialien und Farben verleiht dem Interieur einen hochwertigen Charakter und passt zum gesamten Look & Feel des neuen Colt. Die vielfältigen Konnektivitätsfunktionen sind über einen kapazitiven Multi-Touch-Farb-Bildschirm - abhängig von der Ausstattung im 7-Zoll- oder 9,3-Zoll-Format steuerbar. Auch eine Bedienung per Sprachsteuerung ist möglich: Sowohl Siri® von Apple als auch der Google Assistant™ sind verfügbar, wenn das Smartphone des Nutzers entweder kabellos oder kabelgebunden über Apple CarPlay® oder Android Auto™ mit dem Infotainmentsystem verbunden ist. Wichtige Fahrinformationen ins direkte Blickfeld des Fahrers liefert zudem das bis zu 10,25 Zoll große Digital-Farbdisplay der digitalen Instrumentierung hinter dem Lenkrad. Apropos Smartphone: Wenn man über ein Gerät verfügt, das kabelloses Laden unterstützt, so lässt sich dieses mit Hilfe der Ladeschale in der Mittelkonsole einfach aufladen. Mittels umklappbarer Rücksitze, lässt sich das Gepäckraumvolumen des Kleinwagens mit wenigen Handgriffen von 391 auf 1.069 Liter bzw. beim Hybrid von 301 auf 979 Liter erweitern, was einen hohen Nutzwert impliziert. Die fortschrittlichen Antriebe des Colt bieten eine ideale Mischung aus Leistung und Effizienz. Den Einstieg markiert ein innovativer 1,0-Liter-Dreizylinder-Benziner mit Multi-Point-Einspritzung und einer Leistung von 49 kW/67 PS. Das Triebwerk ist auch in einer leistungsstärkeren Version mit Turboaufladung und 67 kW/91 PS erhältlich. Hier erfolgt die Kraftübertragung über ein Sechsgang-Schaltgetriebe. Highlight der Motorenpalette ist der effiziente Vollhybridantrieb (HEV) mit automatischem Multi-Mode-Getriebe und Multi-Sense-Fahrprofilauswahl, der eine Systemleistung von 105 kW/143 PS entwickelt. Das Hybridsystem kombiniert einen 1,6-Liter-Benzinmotor mit einem 36-kW-Elektro-Aggregat und einem Hochspannungs-Starter-Generator, die alle unter der Motorhaube untergebracht sind, sowie eine im Fahrzeugheck integrierte 1,2-kWh-Lithium-Ionen-Batterie, in der zurückgewonnene Bremsenergie (Rekuperation) gespeichert wird. Seine Stärken spielt das System speziell im Stadtverkehr aus, wo der Elektromotor bis zu 80 Prozent der Fahrzeit aktiv ist. Durch die Nutzung der elektrischen Energie verbessert sich die Effizienz des Antriebs - und damit auch die Reichweite, die pro Tankfüllung auf bis zu 900 km steigt. Hiermit realisiert der effiziente Kleinwagen den Sprint von 0 auf 100 km/h in 9,3 Sekunden und ist auf der Autobahn bis zu 180 km/h schnell unterwegs.

Innovative Sicherheits- und Assistenzsysteme, wie beispielsweise 360-Grad-Umgebungskameras, ein Ausparkassistent, sowie als erstes Modell der Marke einen halbautomatischen Parkassistenten, der das freihändige Einparken in Längs-, Quer- und Schrägparklücken ermöglicht. Ein aktiver Spurhalteassistent und eine Verkehrszeichenerkennung, sowie das Auffahrwarnsystem mit Fußgänger- , Fahrradfahrererkennung und Notbremsassistent sorgen im urbanen Alltag für protektive Professionalität.

Fazit: Die bewährte Zuverlässigkeit des Mitsubishi Colt trifft in der siebten Generation auf ein völlig neues, modernes Gewand, dessen dynamisches Design, die modernen Komfort- und Konnektivität-Highlights sowie smarte Fahrassistenz- und Sicherheitssysteme rundum, bei niedrigstem Verbrauch begeistern. Absolut gelungen! OH

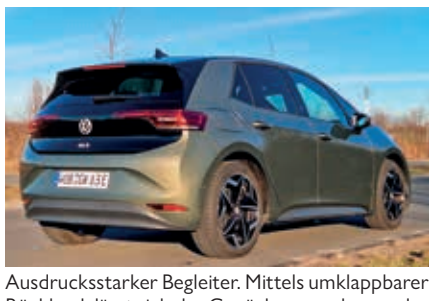
Kraftstoffverbrauch in l/100 km: Kurzstrecke 6,3-3,6; Stadtrand 4,8-3,8; Landstraße 4,4-3,7; Autobahn 4,8-4,4; Kombiniert 5,5-5,1. CO2-Emissionen in g/km kombiniert: 117-92. Effizienzklasse: k.A. Werte ermittelt nach dem derzeit gesetzlich gültigen Messverfahren WLTP.

Innovativer Großstädter. Mittels vieler moderner Assistenz- und Kommunikationssysteme, bietet der Kleinwagen optimale Fahrerunterstützung in allen Situationen

Elektrifizierter Protagonist

Der VW ID.3 Pro – innovativer Kompaktwagen im futuristischen Design

Mit der zweiten Generation des ID.3 schreibt VW die Erfolgsgeschichte seiner ID. Familie fort: Sein Gesicht erscheint mit konzentriertem Ausdruck, optimierten Kühlluft-Öffnungen und großen lackierten Flächen aus jeder Perspektive eigenständig, selbstbewusst und freundlich. Ein Grund dafür ist das neue Stoßfänger-Design. Die Motorhaube wirkt jetzt länger, weil auf die schwarze Leiste unter der Windschutzscheibe verzichtet wird und Vertiefungen an den Seiten eine optische Streckung erzeugen. Große serienmäßige LED-Scheinwerfer und Rücklichter unterstreichen das moderne Fahrzeug-Design und garantieren eine verbesserte Sichtbarkeit auf der Straße. Optional erhältlich sind die IQ-LIGHT-LED-Matrixscheinwerfer, deren Module mit der seitlichen Ambientebeleuchtung an das menschliche Auge erinnern. Nähert sich der Fahrer mit dem Schlüssel, wacht das Fahrzeug mit einer Art Augenaufschlag auf. Dieser Eindruck entsteht durch einen vertikalen Modulschwenk. Das optional erhältliche Zugangssystem Keyless Access bietet ein zusätzliches Highlight: Das Fahrzeug sucht den Blickkontakt zum Fahrer, indem es seine Augen seitlich bewegt. Zum Ende des Begrüßungsszenarios projizieren die Außenspiegel den „Fingerabdruck" der ID. Familie auf den Boden. Am Heck strahlen die neuen zweigeteilten und rot durchleuchteten Schluss-Blink-Brems-Rückfahrleuchten. Hier leuchtet auch der Teil der Rücklichter, der in der Heckklappe liegt. Wie sein Vorgänger überzeugt auch die zweite Generation mit einem langen Radstand und kurzen Überhängen. Zudem verleihen die optimierten und vergrößerten Lufteinlässe in der Front dem Fahrzeug ein kraftvolles, sportliches Erscheinungsbild. Durch einen besseren Luftstrom um die Vorderräder („Air Curtain") wird die Aerodynamik verbessert. Das spielt nicht zuletzt bei der Reichweite (max. 426 km) eine zentrale Rolle. Der wichtigste Faktor dafür ist der Karosseriekörper mit den stark geneigten A-Säulen, der fließenden Dachlinie und den eingezogenen C-Säulen. Diverse Detaillösungen optimieren ebenfalls die Aerodynamik. Zu ihnen gehört z.B. die elektrische Kühlerjalousie im Vorderwagen. Sie öffnet sich nur, wenn die Aggregate Kühlluft benötigen. Auch die Felgen mit ihren flächigen Designs sind auf verlustarme Umströmung abgestimmt.


Ausdrucksstarker Begleiter. Mittels umklappbarer Rückbank lässt sich das Gepäckraumvolumen des Fünfsitzers mit wenigen Handgriffen von 385 auf 1.267 Liter flexibel erweitern

Interieurseitig überzeugt die zweite Generation mit vielen Innovationen und Nachhaltigkeit. So ist die Innenausstattung durchgängig frei von tierischen Materialien. Für die Türverkleidungen und Sitzbezüge wird das Microfasermaterial Artvelours Eco verwendet, das zu 71 Prozent aus Rezyklat besteht. Weiche unterschäumte Oberflächen im Cockpit führen zu einem neuen haptischen Erlebnis.

Spannender Technologe. Das 150 kW/204 PS starke PSM-Elektroaggregat des VW ID.3 Pro realisiert eine maximale Reichweite von 426 Kilometern und kurze Ladezeiten Fotos: Access

Präzise, farblich abgesetzte CNC-Nähte erhöhen die Wertigkeit zusätzlich und verschaffen dem Innenraum eine gelungene Kombination aus futuristischem und traditionellem Design. Durch die erhöhte Materialqualität sowie das Zusammenspiel von Funktionalität, Optik, Haptik und Struktur ist ein Innenraum mit Wohlfühlcharakter entstanden. Das Design unterstreicht den großzügigen Raumeindruck: Die große Instrumententafel wirkt leicht und vermittelt den Eindruck von Schwerelosigkeit. Eine weiche Oberfläche bedeckt den unteren Bereich der Instrumententafel, eine Ziernaht unterteilt ihn. Bei Dunkelheit zeichnet die bis zu 30-farbige Ambiente-Beleuchtung die Linienführung im Innenraum nach und verleiht ihm, als integraler Bestandteil des Designs, eine zusätzliche Dimension. Das Bedienkonzept des ID.3 ist modern clean, schlank und intuitiv. Zwei frei im Raum stehende Displays bilden das Herzstück. Das kompakte 5,3 Zoll-Fahrer-Display wird über Touchflächen auf dem Multifunktionslenkrad gesteuert. An seinem rechten Rand befindet sich eine Wippe für die Wahl der Fahrstufen. In der Konsolenmitte ist das 12 Zoll-Touch-Display für Navigation, Telefonie, Medien, Assistenzsysteme und Fahrzeug-Setup positioniert. Das Lademenü befindet sich auf der ersten Ebene und wirkt informativ, aufgeräumt und strukturiert. Die natürliche, lernfähige Sprachsteuerung „Hallo ID." bildet eine weitere Bedienebene. Sie kann viele alltägliche Formulierungen verarbeiten, ihre Online-Anbindung verschafft ihr Zugriff auf das geballte Wissen der Cloud. Das Augmented-Reality-Head-up-Display bietet zusätzlich zu den Informationen über Geschwindigkeit und weiteren Fahrzeug-Funktionen auch aktive und dynamische Navigationsanweisungen, die in die Windschutzscheibe eingespiegelt werden. Sie erscheinen dem Fahrer in scheinbar zehn Metern Entfernung vor dem Fahrzeug - perspektivisch korrekt und eindeutig. Zudem verfügt der ID.3 Pro über die neueste Software-Generation, die die Systemperformance verbessert und in der Lage ist, Updates Over-the-Air zu empfangen. Funktionen wie Plug & Charge und der intelligente e-Routenplaner sorgen für ein noch einfacheres und komfortableres Ladeerlebnis, während der optionale Travel Assist mit Schwarmdaten einen elementaren Baustein der Systeme zum assistierten Fahren darstellt.

Der effiziente, über der Hinterachse positionierte Elektromotor des bis zu 160 km/h schnellen Kompaktwagens sitzt im Heck, erzeugt 150 kW/204 PS Leistung respektive 310 Nm Drehmoment und schickt sein Drehmoment auf ein zweistufiges 1-Gang-Getriebe samt Differenzial. Der bewährte Heckantrieb sorgt für agiles Handling, gute Traktion und beschleunigt den ID.3 Pro in 7,3 Sekunden von 0 auf 100 km/h. Zudem ermöglicht er einen kleinen Wendekreis von 10,3 Meter. Der Wirkungsgrad liegt in den allermeisten Fahrsituationen deutlich über 90 Prozent. An einer Schnellladestation lässt sich die Batterie bei einer Ladeleistung von bis zu 120 kW innerhalb von 35 Minuten von fünf auf 80 Prozent laden. Ausgestattet mit vielen modernen Sicherheits- und Assistenzsystemen, wie z.B. Lane- und Travel-Assist, Verkehrszeichenerkennung, Fernlichtassistent, Car2X-Kommunikation uvm., hebt VW die Sicherheit auf ein neues Niveau.

Fazit: Mit Vorstellung der zweiten Generation des ID.3 Pro bietet VW einen voll elektrifizierten, praktischen Kompaktwagen, der mit futuristischem Design, sportlichem Statement und modernem Knowhow überzeugt. Spannend! OH

Stromverbrauch in kW/100 km: kombiniert 16,0-15,3; CO2-Emission kombiniert in g/km: 0; Effizienzklasse: k.A. Werte ermittelt nach dem derzeit gesetzlich gültigen Messverfahren WLTP.

Nachhaltiger Alltagspartner. Viele moderne Assistenzsysteme und Materialien heben die Sicherheit und den Komfort des ID.3 Pro auf ein neues Niveau

Anzeige

Statt 13.590,- EUR[1] bei uns ab **11.990,–** EUR[2]

Space Star BASIS 1.2 Benziner 52 kW (71 PS) 5-Gang

Abbildungen zeigen mögliche Sonderausstattungen gegen Mehrpreis.

*** 5 Jahre Herstellergarantie** bis 100.000 km, Details unter www.mitsubishi-motors.de/herstellergarantie. **Kraftstoffverbrauch** (l/100 km) Space Star BASIS 1.2 Benziner 52 kW (71 PS) 5-Gang Kurzstrecke 5,9; Stadtrand 4,6; Landstraße 4,4; Autobahn 5,4; kombiniert 5,0; CO2-Emission (g/km) kombiniert 113. **Werte nach WLTP.**** ** Alle Angaben wurden nach den gesetzlich vorgeschriebenen Messverfahren VO (EG) 715/2007, VO (EU) 2018/1832 ermittelt. Der WLTP-Prüfzyklus hat den NEFZ-Prüfzyklus vollständig ersetzt, sodass für dieses Fahrzeug keine NEFZ-Werte und keine CO_2-Effizienzklasse vorliegen. Die tatsächlichen Werte hängen ab von individueller Fahrweise, Straßen- und Verkehrsbedingungen, Außentemperatur, Klimaanlageneinsatz etc.; dadurch kann sich der Verbrauch erhöhen und die Reichweite reduzieren. Weitere Informationen unter mitsubishi-motors.de/space-star **1** | Unverbindliche Preisempfehlung der MMD Automobile GmbH, ab Importlager, zzgl. Überführungskosten.
2 | Unser Hauspreis Space Star BASIS 1.2 Benziner 52 kW (71 PS) 5-Gang, solange Vorrat reicht.

5 JAHRE HERSTELLER GARANTIE*

AUTOHAUS AIDA
IMMER WIEDER ZU AIDA

AIDA Autohaus GmbH
www.autohaus-aida.de
info@aida-autohaus.de

Unternehmenssitz
Johannisthaler Ch. 403
12351 Berlin-Buckow
nahe den Gropiuspassagen
Tel.: 030/670 666 040

Filiale
Tempelhofer Weg 44-48
12347 Berlin-Britz
nahe Gradestraße
Tel.: 030/60 90 20 15

MITSUBISHI MOTORS

Weitere Bilder und Informationen auf www.auto-tips.de

Moderner Stilist

Der Lexus UX 250h – selbstladener Crossover mit herausragender Ausstattung

Seit mehr als 15 Jahren ist die Marke Pionier und einer der führenden Hersteller im Bereich der Elektrifizierung von Premiumfahrzeugen: Lexus. Eines von ihnen: der UX 250h. Akribisch und unermüdlich entwickelten die Designer einen in jeder Hinsicht elektrisierenden Premiumcrossover. Sein Charakter zeigt sich in Details wie der unverwechselbaren LED-Heckleuchte, deren aerodynamische Form Handling und Leistung optimiert und einer Anziehungskraft, die von sportlichen 18-Zoll LM-Rädern und in Wagenfarbe lackierten Radläufen verstärkt wird. Noch mehr Dynamik vermittelt das Design des F SPORT-Modells mit einem markanten Kühlergrill und attraktiver Zweifarblackierung, die den sportlichen Anspruch eindrucksvoll zum Ausdruck bringen.

Die Exklusivität des Fünfsitzers ist auch interieurseitig auf Anhieb erfahrbar. Das „Engawa"-Design-Konzept ist inspiriert von der Gestaltung traditioneller japanischer Häuser, in denen Innen- und Außenbereich fließend ineinander übergehen. Im UX 250h schafft diese fast nahtlose Verbindung ein Gefühl großzügiger Geräumigkeit. So fließt die Instrumententafel optisch scheinbar über die Windschutzscheibe hinaus. Das ermöglicht dem Fahrer, die Dimensionen des Fahrzeugs besser einzuschätzen und erleichtert das Manövrieren auf engem Raum, im dichten Stadtverkehr oder in schmalen Parkbuchten. Komfort bedeutet insbesondere auch Handwerkskunst, die man spüren kann: das satte wie sanfte Geräusch beim Schließen der Türen oder das auf den Fahrer fokussierte Cockpit, das ein Gefühl entspannter Kontrolle vermittelt. Von der Haptik der „Washi"-Textur der Instrumententafel, bis zum handgenähten, beheizbaren Lederlenkrad oder den achtfach elektrisch verstellbaren, ergonomischen F SPORT-Sitzen mit Lendenwirbelstützen: Jedes Detail trägt die Handschrift der Takumi Meister und ihrer geschulten Sinne für höchste Verarbeitungsqualität. Erst durch sie entsteht eine luxuriöse Ausstattung, die sich anfühlt, als wäre sie für den Eigner persönlich von Hand gefertigt. Die wichtigsten Fahrinformationen werden über das 7-Zoll-Optikron-Display angezeigt, ebenso wie Animationen beim Einsteigen und Starten. Attraktive Ausstattungshighlights und hochwertige Materialien unterstreichen eindrucksvoll das Premiumlevel des Crossover: vom Mark Levinson®- Premium-Sound-System mit 13 Lautsprechern bis zur intelligenten S-Flow-Klimaautomatik, die per NanoE®- Ionen-Technologie die Innenraumluft von Viren und Bakterien reinigt, Gerüche reduziert und die Luft mit Feuchtigkeit anreichert. Das optionale, elektrische Glas-Schiebe-Hebedach ermöglicht ein Gefühl von Weite und Freiheit und sorgt für mehr Licht im Interieur. Mühelos und entspannt lassen sich neue Orte mit dem benutzerfreundlichen Lexus Link-Multimediasystem entdecken, das per Cloudnavigation Straßen- und Verkehrsinformationen in Echtzeit bietet. Über den 12,3 Zoll großen Touchscreen lässt sich der Zugriff auf Smartphone-Apps genießen, während das farbige Head-up-Display relevante Fahrinformationen, wie die aktuelle Geschwindigkeit, Tempolimits oder Navigationsanweisungen im Format 260 x 97,5 Millimeter direkt auf die Windschutzscheibe projiziert. Die Connected Services der Lexus Link-App unterstützen den Fahrer dabei mit praktischen Funktionen wie der Routenplanung oder der Suche nach einem Parkplatz.

Facettenreicher Futurist. Mittels selbstladendem Hybrid mit 135 kW/184 PS lässt sich der bis zu 177 km/h schnelle Lexus UX 250h in 8,5 Sekunden von null auf 100 km/h sprinten Fotos: Access

Der selbstladende UX 250h Vollhybrid wird von einem 2.0-Liter- Vierzylinder-Benzinmotor angetrieben und generiert eine Leistung von 135 kW/184 PS. Er ist mit Frontantrieb oder Allradantrieb E-FOUR erhältlich und verfügt über ein ultraleichtes, stufenloses Automatikgetriebe, das den Energieverlust durch Wärme und Reibung auf ein Minimum reduziert. Damit lässt sich eine Geschwindigkeit von 177 km/h realisieren und das Fahrzeug in 8,5 Sekunden zügig von 0 auf 100 km/h treiben. Die Nickel-Metallhydrid-Hybridbatterie wurde überarbeitet und verfügt nun über ein kompakteres Kühlsystem. Sie ist unter den Rücksitzen platziert - für mehr Stauraum (283 bis 438 Liter) und einen niedrigeren Fahrzeugschwerpunkt. Beim Anfahren und bei niedrigen Geschwindigkeiten nutzt der UX 250h, je nach Ladezustand, seinen leistungsstarken, von der Hybridbatterie gespeisten Elektromotor zum Vortrieb. Dabei fährt er fast geräuschlos, verbraucht kein Benzin und produziert null Emissionen. Bei kraftvoller Beschleunigung wird der Benzinmotor automatisch vom Elektromotor unterstützt. Diese Kombination sorgt für ein hohes Drehmoment (max. 190 Nm) und eine unmittelbare Beschleunigung ohne jede Zugkraftunterbrechung. Bei höheren Geschwindigkeiten bzw. höheren Leistungsanforderungen schaltet sich der Benziner automatisch und fast unmerklich zu. Durch die nahezu perfekte Verteilung seiner beiden Kraftquellen vermittelt der UX 250h ein außergewöhnlich faszinierendes Fahrerlebnis mit beeindruckend geringem Kraftstoffverbrauch. Ob man in der Stadt oder auf dem Land unterwegs ist: Dank seiner umfassenden Sicherheits- und Assistenzsysteme gehört der Crossover zu den sichersten Fahrzeugen seiner Klasse und erzielt erstklassige Ergebnisse beim EURO-NCAP-Crashtest. Zu den innovativen Systemen zählen u.a. Pre-Crash-Safety-System, Adaptive Geschwindigkeitsregelung, Verkehrszeichenerkennung, Spurführungs-, adaptiver Fernlicht- und Totwinkel-Assistent, intelligente Einparkhilfe mit 360°-Kamera, Notlenk- und Kreuzungsassistent, uvm.

Eleganter Perfektionist. Das edle Design des innovativen Fünfsitzers perfektioniert seinen urbanen Charakter mit exklusivem Komfort und hochwertigen Materialien

Fazit: Mit Vorstellung des UX 250h präsentiert Lexus einen Crossover, der mit höchster Qualität, innovativem Antrieb, überragender Zuverlässigkeit und exklusivem Komfort begeistert und eine neue Art von Fahrspaß definiert. Brillant! OH

Kraftstoffverbrauch in l/100 km: Kurzstrecke 5,8-5,0; Stadtrand 5,2-4,4; Landstraße 5,3-4,7; Autobahn 7,2-6,5; kombiniert 6,0-5,3 l/100 km. Co2-Emission, kombiniert in g/km: 136-120. CO2-Effizienzklasse: k.A. Werte ermittelt nach dem derzeit gesetzlich gültigen Messverfahren WLTP.

Wegweisender Verkehrsprofi. Dank vieler moderner Sicherheits- und Assistenzsysteme zählt der Lexus UX 250h zu den sichersten Fahrzeugen seiner Klasse und erzielt erstklassige Ergebnisse beim EURO-NCAP-Crashtest

Dynamischer Alltagsprofi

Der Toyota Corolla Touring Sports – sportiver Kombi mit effizienter Hybridtechnologie

Er überzeugt mit hoher Dynamik, modernen Technologien und attraktivem Layout: Der Corolla Touring Sports aus dem Hause Toyota. Auf 18 Zoll messenden LM-Felgen kommt er beeindruckend vorgefahren. Die flache Motorhaube und die geschwungene, aerodynamische Dachlinie betonen seinen sportlichen Charakter. Das moderne Design der Heckleuchten sowie die elegante Karosserieform sind gleichermaßen funktional wie stilvoll - in der Front- und Heckansicht zeigt sich die ausgeprägte Linienführung mit dem breiten, markanten Kühlergrill und den charakteristischen Bi-LED-Scheinwerfern. Abgerundet wird der elegante Auftritt durch eine große Auswahl an Karosseriefarben und Leichtmetallfelgen. Wer noch sportlicher unterwegs sein möchte, für den bietet die Marke die neue Ausstattungsvariante GR SPORT, in der sich viele einzigartige Designdetails - eine Hommage an die Motorsportexpertise und die Erfolge im Motorsport von Toyota - finden.

Das hochwertige Interieur steht dem in nichts nach: Im Innenraum treffen modernste Technologien auf ein stilvolles und angenehmes Ambiente. Neben den praktischen Ablagemöglichkeiten offeriert der Corolla Touring Sports mit seiner Zwei-Zonen-Klimaautomatik und den beheizbaren Sitzen vorbildlichen Komfort bei jedem Wetter. Das souveräne, aufgeräumte Design wird durch die Ambientebeleuchtung und eine Reihe attraktiver Ausstattungselemente ideal in Szene gesetzt. Ob tiefe, satte Farbtöne mit auffälligen 3D-Efffekten oder hellere Töne, die die Eleganz des Kombis zur Geltung bringen - er lässt sich hinreichend und individuell konfigurieren. Gerade im Hinblick auf einen aktiven Lebensstil verspricht er ein Höchstmaß an Geräumigkeit und Vielseitigkeit. Selbst wenn die ganze Familie mit an Bord ist, bietet der Fünfsitzer ausreichenden und flexiblen Laderaum (313 bis 1.606 Liter), um alle Herausforderungen des Alltags perfekt zu meistern. Mit einem einfachen Handgriff lässt sich der Kofferraumboden in die untere Position bringen oder die Rücksitze umlegen, zum Beispiel bei größeren Einkäufen. Praktisch: Möchte man nicht, dass der Teppich im Kofferraum nass oder schmutzig wird, dann lässt er sich einfach umdrehen und und die robuste, beschichtete Oberfläche auf der Rückseite nutzen, beispielsweise wenn man mit einem Hund unterwegs ist. Mittels einfacher Fußbewegung unter dem Fahrzeugheck lässt sich der Kofferraum automatisch öffnen, was das Handling im Alltag enorm erleichtert. Das harmonische Fahrverhalten macht jede Fahrt zum Vergnügen und vermittelt dem Fahrer stets ein Gefühl von Sicherheit und Kontrolle. Ein besonderer Schwerpunkt liegt dabei auf dem Fahrkomfort. Die multimedialen Funktionen des digitalen Cockpits sind intuitiv zu bedienen und dank „Over-the-Air-Updates" immer auf dem neuesten Stand. Mittels Toyota Smart Connect hat man stets schnellen Zugriff auf cloudbasierte Navigation und Verkehrsinformationen in Echtzeit, lässt sich das Smartphone aufladen und über Apple CarPlay und Android Auto® verbinden. Ein hochauflösender und entspiegelter Touchscreen bringt digitales Leben ins Auto. Dass man alles im Blick hat, dafür sorgt ein innovativer, digitaler 12,3-Zoll-Kombimeter. Er ist fahrerorientiert und lässt sich zudem auch optisch ganz nach Gusto individualisieren. Dank zahlreicher innovativer Sicherheits- und Komfortfunktionen macht die Smartphone App jede Fahrt noch angenehmer. So lässt sich beispielsweise mithilfe des Parkpositionsfinders das Auto ganz einfach wiederfinden und der Standort mit anderen teilen. Auch wenn es um den Kraftstoffverbrauch geht, bietet die App Unterstützung: Im Hybridtraining werden die Fahrdaten analysiert, so dass man in Zukunft noch effizienter unterwegs ist. Per App lässt sich das Fahrzeug zudem auch ver- und entriegeln und die Klimaautomatik zum Vorkühlen oder -heizen einschalten.

Moderner Umweltfreund. Mit einer Systemleistung von 144 kW/196 PS lässt sich der Toyota Corolla 2.0-Liter-Hybrid in 7,5 Sekunden von 0 auf 100 km/h beschleunigen und bis zu 50 Prozent der Fahrzeit rein elektrisch zurücklegen Fotos: Access

Die Innovationskraft und technische Expertise der Marke kommt auch hinsichtlich seiner innovativen Motorisierung zum Tragen. So lässt sich noch mehr Fahrvergnügen in Verbindung mit höchster Effizienz erfahren. Die leistungsstarken Antriebe basieren auf der fünften Hybrid-Generation, agieren jetzt noch leiser und reaktionsfreudiger und verfügen über ein höheres Drehmoment (142/190 Nm), mit dem man jederzeit zügig und emissionsarm unterwegs ist. Zur Wahl stehen ein 1.8-Liter- sowie 2.0-Liter-Aggregat mit 103 kW/140 PS respektive 144 kW/196 PS, die den Kombi auf 180 km/h bringen und den Sprint von 0 auf 100 km/h (2.0) in 7,5 Sekunden quittieren. Ein stufenloses Automatikgetriebe synchronisiert die Kraft auf die Vorderräder. Je nach Fahrsituation und persönlichen Bedürfnissen, hat der Fahrer die Wahl zwischen den Fahrmodi Normal, Eco und Power. Hierbei profitiert er von der kraftvollen Leistung des Benzinmotors und einem drehmomentstarken und effizienten Elektromotor. Der selbstladende Hybridantrieb lädt die Lithium-Ionen-Batterie während der Fahrt automatisch auf, sobald er den Fuß vom Gaspedal nimmt. Mit geladener Batterie lässt sich ohne externes Laden bis zu 50 Prozent der Fahrzeit rein elektrisch zurücklegen. Weil das Leben oft hektisch sein kann und voller Ablenkungen steckt, fährt der Corolla Touring Sports mit vielen vorbildlichen Sicherheits- und Assistenzsystemen auf. So z.B. dem neuen Ausstiegs-Assistent „Safe Exit Assist", der zur Vermeidung sogenannter „Dooring-Unfälle" beiträgt, indem er vor von hinten herannahenden Verkehrsteilnehmern warnt. Weitere innovative Funktionen: ein Toter-Winkel-Warner, das neue Insassenerinnerungssystem, Pre-Collisions-System, adaptive Geschwindigkeitsregelung, proaktiver Fahr-Assistent uvm.

Harmonischer Reisepartner. Das moderne Interieur des Fünfsitzers offeriert Sportlichkeit, Flexibilität, hohen Komfort und viele praktische Features für den Alltag

Fazit: Mit dem Corolla Touring Sports offeriert Toyota einen dynamisch-effizienten Alltagspartner mit modernsten, digitalen Technologien, der Fahrerlebnisse stetig optimiert, jederzeit bereit steht für flexible Einsätze und besondere Momente im Leben verspricht. Gelungen! OH

Kraftstoffverbrauch in l/100 km: Kurzstrecke 4,1-3,8; Stadtrand 3,7-3,4; Landstraße 4,2-3,9; Autobahn 6,0-5,6; kombiniert 5,1-4,4 l/100 km. Co2-Emission kombiniert in g/km: 106-100. CO2-Effizienzklasse: k.A. Werte ermittelt nach dem derzeit gesetzlich gültigen Messverfahren WLTP.

Sicherer Fahrprofi. Viele innovative Hightech-Systeme sowie multimediale Funktionen garantieren fortschrittlichen Fahrspaß auf hohem Niveau

Weitere Bilder und Informationen auf www.auto-tips.de

Umweltbewusster Technologe

Der Nissan Townstar EV Kombi – funktionales Raumwunder auf vielen Wegen

Ausdrucksstarkes japanisches Design, kraftvolle Linien und ein kompaktes Layout markieren seinen eigenständigen Auftritt: den des Townstar EV Kombi der Marke Nissan. Mit seinem auffälligen Look und perfekten Proportionen eignet er sich ideal fürs Parkhaus und enge Straßen in der Stadt. Sein frisches, progressiv-modernes Design fügt sich perfekt in die aktuelle Modellpalette von Nissan ein. Die maßgeschneiderte Frontschürze ist mit einem aufwendigen Kumiko-Muster versehen, das die DNA des Modells widerspiegelt und dem Fahrzeug einen hochwertigen Charakter verleiht. Hinter dem stilisierten Muster steckt eine traditionelle japanische Technik aus der Holzbearbeitung: in sich verschlungene Formen ergeben ein fesselndes kleines Kunstwerk. Der markante Kühlergrill brilliert mit einer signifikanten Lichtsignatur, die mittels LED-Scheinwerfern mit Kurvenlicht-Technologie, Nebelscheinwerfern und LED-Tagfahrlicht choreografiert wird. Hier ist auch der Ladeanschluss zum Aufladen der Lithium-Ionen-Batterie positioniert. Heckseitig überzeugt er mit einer großen, bei Annäherung selbst öffnenden Gepäckraumklappe und auffälligen LED-Rückleuchten. Auch eine stylische Dachreling gehört mit zum Fahrzeugkonzept. Auf stilvollen 16-Zoll LM-Felgen kommt er mit Leichtigkeit vorgefahren und ist der perfekte Begleiter für alle, die Familienabenteuer lieben. Unter der Woche ist er mit großzügigem Raumangebot für fünf ideal dafür geeignet, die Kinder von A nach B zu bringen und am Wochenende oder auf Reisen bietet er den Platz und die Praktikabilität für größere Abenteuer. Der stylische Innenraum des praktischen Familienfahrzeugs offeriert Premium-Materialien, ergonomisches Design und Technologien, die den mobilen Alltag erleichtern. Fünf Sitze, verschiedene Sitz-Konfigurationen und viel Platz in alle Richtungen garantieren überdies ein hohes Maß an Flexibilität und Freiheit. Die 60:40 geteilten Rücksitze lassen sich verschieben respektive umklappen, so das sich das Ladevolumen von 819 auf stolze 1.730 Liter erweitern lässt, was beispielsweise auch den Transport von Fahrrädern ermöglicht. Die hinteren Schiebetüren erleichtern hierbei den Einstieg bzw. das Beladen. Für noch mehr Vielseitigkeit ist die feste Laderaumabdeckung stabil genug, um Sachen drauflegen zu können, wodurch ein Kofferraum mit zwei nutzbaren Flächen entsteht. Wenn sie nicht benutzt wird, kann die Abdeckung hinter dem Rücksitz verstaut werden, so dass wieder ein offener Raum für höhere Gegenstände zur Verfügung steht. Das elektrische Ladekabel hat seinen praktischen eigenen Platz im Kofferraum. So ist der Townstar EV Kombi für jede Herausforderung perfekt aufgestellt. Für eine saubere und aufgeräumte Atmosphäre sorgen zudem innovative Verstaufächer vorne und hinten, die bis zu 49 Liter fassen.

Flexibles Familienfahrzeug. Der große Innenraum des Fünfsitzers offeriert variable Sitzkonfigurationen und eine maximale Ladekapazität von 1.730 Litern

Urbaner Elektriker. Mittels 90 kW/122 PS leistendem Elektro-Antrieb, realisiert der Nissan Townstar EV Kombi eine Reichweite von bis zu 285 Kilometern

Fotos: Access

Fahrerseitig bündelt ein digitales 10-Zoll-Instrumentendisplay alle relevanten Informationen. Der 8-Zoll-Touchscreen ist das Portal zu NissanConnect: mit intuitiver Navigation, fortschrittlicher Technologie und vielem mehr. Die NissanConnect Services Smartphone-App bietet eine wachsende Palette von Services, darunter Tür-zu-Tür-Navigation und die Möglichkeit, die Klimaautomatik aus der Ferne zu steuern. So ist es beispielsweise möglich, schon vor Fahrtantritt den Innenraum zu kühlen oder zu heizen. Mit dem Smartphone lassen sich bevorzugte Apps via Apple CarPlay® oder Android AutoTM verwenden. Und wo immer man sich gerade aufhalten mag, informiert die App über den Fahrzeugstatus. Neben einer induktiven Lademöglichkeit für Smartphones, bietet das Fahrzeug u.a. Highlights wie beheizbare Vordersitze, ein optionales Winter-Paket mit beheizbarer Windschutzscheibe und einem beheizbaren Lenkrad.

Sauberer, ruhiger und günstiger im Unterhalt, mit bis zu 285 km Reichweite: das verspricht das fortschrittliche, voll elektrische Leistungskonzept des Townstar EV Kombi. Antriebsseitig kommt eine 45-kWh-Batterie in Kombination mit einem Elektromotor zum Einsatz, der 90 kW/122 PS leistet und ein sofortiges Drehmoment von 245 Nm entwickelt, erhältlich mit Wärmepumpe und Batterie-Wasserkühlung, für mehr Innenraumkomfort sowie optimale Effizienz beim Laden. Damit lässt sich das bis zu 132 km/h schnelle Fahrzeug in 12,6 Sekunden moderat von 0 auf 100 km/h beschleunigen. Apropos Laden: An öffentlichen AC-Ladestationen oder AC-Wallboxen mit 11 bzw. 22 kW beträgt die Ladezeit von 15 auf 80 Prozent, zwei Stunden und 40 Minuten bzw. eine Stunde und 30 Minuten, via DC-Schnellladung mit integriertem Kabel 37 Minuten, an einer Haushaltssteckdose mit einer Kapazität von 2,3 kW 22,5 Stunden.

Wie ein zusätzliches Augenpaar, das auf die Straße gerichtet ist, sorgen fortschrittlichste Sicherheitstechnologien dafür, dass Fahrer und Insassen mit maximaler Gelassenheit unterwegs sind. Mit dem Nissan ProPILOT Assistenten ist man niemals auf sich allein gestellt. Er arbeitet nach Aktivierung immer im Hintergrund, hält Ausschau, bereit beim Bremsen, Lenken oder Beschleunigen zu helfen, um das Fahrzeug sicher in der Spur und in Kontrolle zu halten, wenn es darauf ankommt. Systeme wie der Intelligente autonome Notbrems-Assistent können potenzielle Gefahren erkennen, egal ob es sich um ein Auto, einen Fußgänger oder Radfahrer handelt, und akustisch und optisch warnen, um eine Kollision zu verhindern. Wenn nötig, kann das System sogar die Bremsen betätigen, um das Risiko einer Kollision zu minimieren. Zu den weiteren Assistenzsystemen zählen u.a. ein Berganfahrassistent, e-pedal/e-pedal Step, intelligenter Around View Monitor für 360° Rundumsicht, Totwinkel-Assistent, Verkehrszeichenerkennung uvm.

Fazit: Der zu 100 Prozent elektrisch angetriebene Townstar EV Kombi aus dem Hause Nissan, begeistert mit progressiv-modernem Design, einem variablen Platzangebot, vielen technischen Innovationen und ist der perfekte Begleiter für alle, die das Abenteuer lieben und Flexibilität schätzen. Fortschrittlich! OH

Stromverbrauch kombiniert kW/100 km: 20,0-19,2. Co2-Emission, kombiniert in g/km: 0. CO2-Effizienzklasse: k.A. Werte ermittelt nach dem derzeit gesetzlich gültigen Messverfahren WLTP.

Fortschrittlicher Verkehrsfreund. Viele moderne Sicherheits- und Assistenz-Systeme ermöglichen entspannte Mobilität in allen Fahrsituationen

Anzeige

WLTP CO2-Emissionen kombiniert in g/km: Mustang 0
WLTP-Stromverbrauch in kWh/100 km: Mustang 17,8, WLTP-Reichweite in KM**: Mustang 470

KADEA ja klar
AUTOMOBILFORUM KADEA GMBH
Sitz der Gesellschaft Buschkrugallee 43 · 12359 Berlin

FORD STORE NEUKÖLLN
Buschkrugallee 43
12359 Berlin
Tel.: 030/682 85-0

FORD STORE ZEHLENDORF
Goerzallee 327
14167 Berlin
Tel.: 030/847 82-3

Ford

www.ford-kadea.de Faire Bewertung Ihres Gebrauchtwagens von TÜV Rheinland® Abbildungen zeigen Wunschausstattung gegen Mehrpreis.

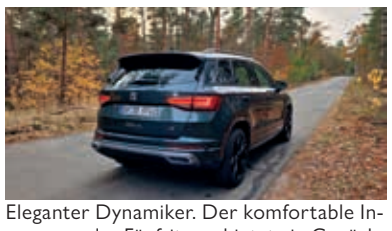
1) Ein Leasingangebot der Ford Bank AG, Henry-Ford-Straße 1, 50735 Köln, für Privatkunden, für die der Angebotsleistende als ungebundener Vermittler tätig ist. Einmalige Leasingsonderzahlung Mustang 3.000 €, Laufzeit 48 Monate, Laufleistung 10.000 km p.a.; zzgl. Bereitstellungs- und Frachtkosten Mustang 1.590 €, effektiver Jahreszins 0,99%, voraussichtlicher Gesamtbetrag 22.152,00 € ist die Summe aus Leasingsonderzahlung und mtl. Leasingraten. Der Fahrzeugpreis ist inkl. 19% MwSt. Für Mehrkilometer werden EUR 0,112 pro Kilometer berechnet (inkl. MwSt.). Für Minderkilometer werden EUR 0,067 pro Kilometer vergütet (inkl. MwSt.).
Maßgebend sind die Preise und Konditionen bei Vertragsabschluss. Das Angebot stellt das repräsentative Beispiel nach § 17 Preisangabenverordnung dar. Ist der Leasingnehmer Verbraucher, besteht nach Vertragsschluss ein Widerrufsrecht.
*Ohne Aufpreis: 8 Jahre oder bis zu 160.000 km Garantie für die Hochvolt-Batterie, je nachdem, was zuerst eintritt (2 Jahre für die Starter-Batterie ohne Kilometerlimit). Maßgeblich für den Beginn der Laufzeit ist das Datum der Erstzulassung bzw. das Fahrzeug-Auslieferungsdatum gemäß Serviceheft. ** Die tatsächliche Reichweite kann unter Alltagsbedingungen abweichen und ist von verschiedenen Faktoren abhängig, insbesondere von persönlicher Fahrweise, Streckenbeschaffenheit, Außentemperatur, Nutzung von Heizung und Klimaanlage sowie thermischer Vorkonditionierung. Weitere Details erfragen Sie bitte bei uns im Autohaus.

Weitere Bilder und Informationen auf www.auto-tips.de

Vielseitiger Ästhet

Der SEAT Ateca – robustes Kompakt-SUV mit emotionalem Design

Schon bei seiner Einführung im Frühling 2016 brachte er Bewegung in das Segment der Kompakt-SUVs: der Ateca aus dem Hause SEAT. Geräumig, praktisch und vielseitig, passte er mit seinem einzigartigen Stil von Anfang an perfekt in das Leben der Großstadt. In der aktuellen Version enthüllt er neue Facetten seines geradlinigen Charakters. Auch sein emotionales Design und seine dynamische Persönlichkeit treten nun stärker zutage. Auf bis zu 19 Zoll großen LM-Felgen kommt er unverkennbar und selbstbewusst vorgefahren. Das Fahrzeugdesign verbindet von jeher Dynamik mit Funktionalität. Auch das Update bleibt dieser Vision treu, mit noch raffinierteren Details und optimierten Abmessungen, die seine emotionale Seite widerspiegeln. Der neue Stoßfänger und die Voll-LED- Scheinwerfer reflektieren die aufgefrischte Designsprache der Marke. Wer seinen Blick seitlich am Fahrzeug entlangschweifen lässt, findet weitere typische Designelemente. Präzise Linien und fließende Formen bringen das Selbstvertrauen und die Dynamik des Kompakt-SUVs ideal zur Geltung. Das markante Heck betont seine kräftige Schulterpartie und wirkt trotz des üppigen Gepäckraumvolumens von 510 bis 1.541 Litern elegant und kompakt. Der neue Stoßfänger und die Voll-LED-Heckleuchten mit dynamischen Blinkern runden das überarbeitete, attraktive Layout stilsicher ab. Kraftvoll erscheinen auch die Auspuffblenden, die das markant kantige Design des Hecks unterstreichen. Das i-Tüpfelchen ist der Ateca Schriftzug am Heck.



Eleganter Dynamiker. Der komfortable Innenraum des Fünfsitzers bietet ein Gepäckraumvolumenvolumen von 510 bis 1.541 Litern

Das raffinierte Außendesign des Fünfsitzers setzt sich im stimmungsvollen Interieur nahtlos fort. Wer hinter dem Steuer Platz nimmt, erkennt sofort die elegante und qualitativ hochwertig anmutende Innenausstattung, die Dynamik, Sicherheit und Zuverlässigkeit ausstrahlt. Das Herzstück des Innenraums ist das SEAT Virtual Cockpit mit seinem volldigitalen, mehrfarbigen 10,25-Zoll-Display und einer verbesserten Schnittstelle. Gepaart mit dem Infotainment-System, welches wahlweise mit 8,25- oder 9,2-Zoll-Display erhältlich ist, wird der Innenraum zur digitalen Kommandozentrale, mit Bluetooth-Schnittstelle, integrierter Freisprechanlage, Audio-Streaming, mobilen Online-Diensten (SEAT CONNECT) uvm. Auch die Auswahl der verwendeten Materialien hebt das SUV auf die nächste Evolutionsstufe. Dazu zählen unter anderem neu gestaltete Verkleidungen der Türen durch ansprechende Ziernähte, eine neue Sitzpolsterung und ein neu designtes, griffigeres und beheizbares Multifunktions-Leder-Lenkrad. Für ein wohliges Gefühl an kalten Tagen sorgt zudem eine Allwetter-Windschutzscheibe mit unsichtbarer ClimaCoat- Beschichtung. Durch diese Beschichtung lässt sich die Windschutzscheibe bei minimalem Verbrauch in nur zwei bis drei Minuten enteisen. Sie ist unsichtbar und reflektiert nicht. So hat der Fahrer selbst bei schlechten Sichtverhältnissen immer eine klare Sicht. Der elektrisch verstellbare Fahrersitz verfügt über acht verschiedene Einstellmöglichkeiten und eine Memory-Funktion für die Sitz-Position und die Außenspiegel. Hierbei kann der Fahrer auf Knopfdruck die von ihm bevorzugte Konfiguration hinter dem Lenkrad einstellen. Das hochwertigere Interieur-Design kommt auch in den matten Einfassungen der Luftauslässe, des Schalthebels und des Infotainment-Systems, sowie dem elektrischen Panorama-Glasschiebedach zur Geltung. Die neue LED- Ambientebeleuchtung im Innenraum des Fahrzeugs lässt sich je nach Stimmung in der gewünschten Farbe einstellen. Die sportliche „FR-Version" begeistert mit beleuchteten Einstiegsleisten und Pedalerie in Aluminium-Optik, Schaltwippen am Lenkrad, Dachreling, schlüssellosem Schließ- und Startsystem, getönten Seitenscheiben in der zweiten Sitzreihe, uvm.

Effizienter Großstadtfreund. Mittels 110 kW/150 PS starkem 1.5-Liter-Benziner bzw. 2.0-Liter-Diesel, lässt sich der SEAT Ateca in 9,0 Sekunden von 0 auf 100 km/h treiben Fotos: Access

Antriebsseitig stehen drei leistungsstarke, effiziente Motoren zur Wahl - zwei Benziner (1.0/1.5-Liter), sowie ein 2,0-Liter-Diesel - die 81 kW/110 PS respektive 110 kW/150 PS generieren. Mittels 1.5-Liter-Benziner sowie der Dieselversion, realisiert der Ateca eine Höchstgeschwindigkeit von 202 km/h und lässt sich in 9,0 Sekunden von 0 auf 100 km/h beschleunigen. Die Synchronisation erfolgt per manuellem 6-Ganggetriebe bzw. 7-Gang-DSG. Über die verschiedenen Fahrprofile (Eco, Normal, Sport und Individual), kann der Fahrer die Performance noch individueller regeln.

Dank einer Vielzahl hochmoderner Fahrerassistenz- und Sicherheitssysteme, gehört das Kompakt-SUV zu einem der sichersten und fortschrittlichsten Fahrzeuge seiner Klasse. Zu ihnen zählen u.a. Pre-Crash-Assistent, automatische Distanzregelung (ACC) mit vorausschauender Geschwindigkeitsregelung, Travel- und Side- Assist, Notfallassistent sowie Trailer-Assist. Überdies: Fernlichtassistent, Spurhalteassistent, Emergency Assist, City-Notbremsfunktion, Pre-Crash-Assist, Verkehrszeichen- und Müdigkeitserkennung, adaptive Fahrwerksregelung, Parklenkassistent mit Einparkhilfe vorn und hinten uvm. Last not least bietet der Ateca die Möglichkeit des überwachten autonomen Fahrens in bestimmten Fahrsituationen.

Hochmoderner Fahrprofi. Innovative Assistenz- und Konnektivitätssysteme garantieren Protektion und mobilen Fortschritt auf allen Wegen

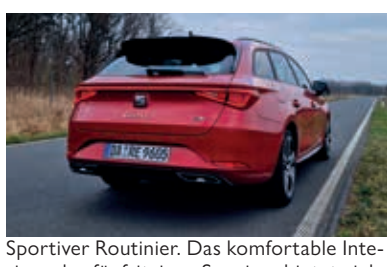
Fazit: SEAT hat seinem Erfolgsmodell ein umfangreiches Update spendiert, das sich noch stärker auf seine Kernkompetenz als Kompakt-SUV fokussiert, mit einem frischeren und emotionaleren Erscheinungsbild glänzt und durch umfassende Konnektivitätslösungen, verbesserte Sicherheits- und Komfortfunktionen sowie eine spürbare Effizienz- und Fahrspaßsteigerung überzeugt. Muy bien! OH

Kraftstoffverbrauch in l/100 km: Kurzstrecke 8,5-6,6; Stadtrand 6,7-4,7; Landstraße 6,0-4,1; Autobahn 7,3-5,1; kombiniert 6,9-4,9 l/100 km. Co2-Emission, kombiniert in g/km: 169-141. CO2-Effizienzklasse: k.A. Werte ermittelt nach dem derzeit gesetzlich gültigen Messverfahren WLTP.

Inspirierender Spanier

Der SEAT Leon Sportstourer FR – selbstbewusster Kompakt-Kombi mit Schliff

Er baut auf der Ästhetik seines Vorgängers auf und präsentiert sich mit markantem Charakter, der durch seine glatten, fließenden Oberflächen und dem perfekten Mix aus Kanten und Rundungen an den richtigen Stellen unterstrichen wird: der Leon Sportstourer FR der Marke Seat. Die verbesserte Aerodynamik seines Designs sorgt für eine höhere Effizienz und einen um acht Prozent verbesserten Luftwiderstandsbeiwert. Frontseitig projiziert das Layout eine ausdrucksstarke Persönlichkeit, mit einer starken dreidimensionalen Verbindung zwischen Kühlergrill und Scheinwerfern. Durch die zurückgesetzten LED-Scheinwerfer entsteht ein Augenbrauen-Effekt, der einen stärkeren Fokus erzeugt und das Fahrzeug für andere Verkehrsteilnehmer sofort erkennbar macht. Auch die im Vergleich zur Vorgängergeneration etwas längere Motorhaube trägt zur selbstbewussten Haltung des Fahrzeugs bei. Sie verleiht der Front eine größere Vertikalität, die den entschlossenen Charakter zusätzlich unterstreicht. Für ein aktives Fahrgefühl sorgen sportliche FR-Schürzen und Auspuffblenden sowie 17 bis 18 Zoll große LM-Felgen. Seine markante Persönlichkeit spiegelt sich zudem in den weiter hinten platzierten A-Säulen wider, die die Frontproportionen zusätzlich strecken. Die prägnanten Formen verleihen dem Modell eine besondere Eleganz und sorgen für ein facettenreiches Spiel von Farbveränderungen und -nuancen, wenn Licht auf die Lackierung der Karosserie trifft. Das Fahrzeug erhält dadurch nicht nur eine besondere Dreidimensionalität, sondern zugleich eine sich ständig verändernde Ästhetik. Die in den Scheinwerfern eingesetzte Voll-LED-Technologie bietet bessere Sicht und sorgt selbst auf dunkelsten Straßen für eine klare Ausleuchtung. Durch die Integration des für SEAT charakteristischen Lichtdesigns erhält der Spanier ein ganz eigenes Gesicht, ist aber dennoch sofort als markentypisch erkennbar. Das markante Heck besticht durch ein durchgängiges LED-Lichtband zwischen den Rücklichtern, während die Formgebung der Heckpartie den sportlichen Stil des Modells betont. Selbst im Stand vermitteln das Lichtsystem und der dezente Spoiler ein Gefühl von Dynamik.



Sportiver Routinier. Das komfortable Interieur des fünfsitzigen Spaniers bietet viele Extras und dank eines Ladevolumens von max. 1.600 Litern hohe Flexibilität

Im Innenraum setzt sich das sportive Fahrzeug-Design nahtlos fort und stellt dabei Fahrer und Insassen in den Mittelpunkt. Wer sich ans Steuer setzt, merkt augenblicklich: Das Interieur ist nicht nur auf Funktionalität, sondern gleichzeitig auf funktionellen Minimalismus und Wohlbefinden ausgelegt. Die in Stoff-Leder-Optik gehaltenen Sitze und das Multifunktionslenkrad sind optimal auf das Exterieur des Fahrzeugs abgestimmt. Das glattflächige, schlanke und dennoch breite Armaturenbrett vermittelt ein Gefühl von Leichtigkeit und scheint im Innenraum zu schweben. Dieser Effekt wird durch die edlen Zierleisten erzeugt, die das Armaturenbrett umgeben und sich bis in die Türen fortsetzen. Alles ist ergonomisch präzise gestaltet, um den Fahrkomfort zu erhöhen. Ob als Fahrer, Beifahrer oder im Fond - der Innenraum vermittelt ein Gefühl von Behaglichkeit und Sicherheit. Auch interieurseitig kommt LED-Technik zum Einsatz: Die Ambientebeleuchtung taucht die Kabine in ein Wohlfühllicht und durchzieht dabei die vorderen Türen und das Armaturenbrett. Auf diese Weise entsteht ein ansprechender Lichtbogen, der das Innere zum Leben erweckt. Ein besonderes Highlight ist das SEAT Digital Cockpit, über dessen hochauflösendes 10,25-Zoll-Display die vielseitig konfigurier- und personalisierbaren Anzeigeninstrumente sowie das umfangreiche Infotainment-System bedient werden können. Das Media System verfügt über einen 10-Zoll-Touchscreen mit onlinegestützter 3D-Navigation, breiter Smartphone-Kompatibilität, ausgesprochen fein auflösendem Display und natürlicher Sprach- und Gestensteuerung, die die Bedienung zum Kinderspiel macht. Der Leon Sportstourer FR steht für ansprechendes Design gepaart mit praktischer Funktionalität, denn er bietet u.a. ganze 620 Liter Gepäckraumvolumen, die sich leicht auf 1.600 Liter erweitern lassen.

Kraftvoller Charaktertyp. Mittels 110 kW/150 PS starkem 1.4-Plug-in-Hybrid, lässt sich der bis zu 220 km/h schnelle SEAT Leon Sportstourer FR in 7,7 Sekunden von 0 auf 100 km/h sprinten Fotos: Access

Als Antriebe fungieren zwei TSI-Benziner, zwei TSI-Mildhybrid (1.0/1.5), zwei TDI-Diesel (2.0), sowie ein Plug-in-Hybrid in 1.4-Liter-Ausführung. Sie decken eine Leistungsbandbreite von 81 kW/110 PS bis 150 kW/204 PS ab. Mit letztgenanntem lässt sich der Fünfsitzer in 7,7 Sekunden von 0 auf 100 km/h treiben und ist bis zu 220 km/h schnell unterwegs. Je nach Motorisierung wird das Drehmoment via 6-Ganggetriebe, 6-Gang-DSG bzw. 7-Gang-DSG auf die Vorderräder synchronisiert. Mit dem 1.4-Liter Plug-in-Hybrid lässt sich eine rein elektrische, kombinierte Reichweite von max. 62 Kilometern realisieren, die Ladedauer von null auf 100 Prozent, beträgt an einem 2,3 oder 3,6 kW/h-Anschluss 5,0 bzw. 3,3 Stunden. Innovativ: Durch Shift-by-wire lassen sich die Gänge ganz ohne physischen Schaltvorgang einlegen. Nützlich ist diese Funktion beispielsweise für die automatischen Parkassistenzsysteme, bei denen die mechanische Parksperre durch eine elektronische ersetzt wurde. Neben den voreingestellten Fahrmodi - Eco, Normal und Sport - bietet das Antriebskonzept dem Fahrer eine große Auswahl an fließend ineinander übergehenden Einstellungen, durch die er sein Fahrzeug optimal auf seine persönlichen Bedürfnisse einstellen kann. Moderne Sicherheits- und Assistenzsysteme, beispielsweise Spurhalte- und Totwinkelassistent, automatische Distanzregelung, Travel-Assist-Funktion, Side- und Exit-Assist uvm., garantieren überdies beste Protektion in allen Situationen.

Konnektiver Sportfreund. Innovative Hightech- und Online-Systeme garantieren sichere Mobilität auf hohem Niveau

Fazit: Mit Vorstellung des Leon Sportstourer FR, offeriert SEAT einen stylischen Kompakt-Kombi der mit vielen Innovationen, einem hohen Maß an Funktionalität und Ästhetik vorfährt respektive sportivem Fahrspaß begeistert. Hola! OH

Kraftstoffverbrauch in l/100 km: Kurzstrecke 8,3-5,9; Stadtrand 6,3-4,2; Landstraße 5,4-3,7; Autobahn 6,4-4,4; kombiniert 6,3-4,4 (1,2-1,1*) l/100 km. Co2-Emission, kombiniert in g/km: 142-114 (28-26*). Stromverbrauch kombiniert* kW/100 km: 15,1-14,7.CO2-Effizienzklasse: k.A. (*Plug-in-Hybrid). Werte ermittelt nach dem derzeit gesetzlich gültigen Messverfahren WLTP.

Die 3. PREUSSEN KLASSIK RALLYE

Mit Start und Ziel in Bad Saarow am Scharmützelsee

Die Vorbereitungen für die dritte Auflage der Rallye laufen auf Hochtouren. Mit der „Preußen“, vom 25. bis 27. April, beginnt der Saisonstart in die Oldtimersaison 2024.

Dann werden sich circa 70 Old- und Youngtimer - bis Baujahr 2004 - an den Start begeben und in drei Etappen über 600 Kilometer durch das Brandenburger Seengebiet fahren. Schon jetzt befinden sich auch 10 Vorkriegsfahrzeuge auf der Nennliste.

Die 3. Preußen Klassik Rallye wird wieder hunderte Zuschauer an den Bad Saarower Hafen und an die Strecke locken, wenn die Teilnehmer auf die 3-Tages-Tour auf Brandenburgs Straßen gehen. Das bunt gemischte Starterfeld reicht jetzt schon von Baureihen aus dem Jahre 1922 bis 2004. Dreh- und Angelpunkt für die Abnahmen sowie Start und Ziel wird der Erich-Weinert-Platz in Bad Saarow sein. Nach der Abnahmeprozedur am Donnerstag, 25. April, starten die Teilnehmer der Rallye pünktlich um 17 Uhr zu einem kurzen Prolog. Ein erstes Highlight wartet bereits auf dem Markplatz in Storkow (Moderation durch Ulf Schulz), bevor es dann gegen 18 Uhr wieder zurück zum Ausgangspunkt geht und mit dem Get together-Abend für die Teilnehmer seinen Abschluss findet.

Die 2. Etappe am Freitag, 26. April, startet um 8 Uhr und führt die Teams in nord-östliche Richtung über Müncheberg, Buckow, Niederfinow und Oderberg entlang der Oder zum Mittagsstopp nach Schloss Neuhardenberg. Zuvor wartet noch eine spektakuläre Sonderprüfung auf dem Flugfeld des Airports Neuhardenberg. Die Nachmittagsroute führt die Teams auf wundervollen Strecken zurück in die Oderauen zum Kulturhafen Groß Neuendorf, entlang der Oder, weiter über Mallnow, Falkenhagen, Alt Madlitz und zurück nach Bad Saarow auf die Seestraße. Die Zieleinfahrt ist für 16 Uhr geplant.

Fotos: Christian Witt & PRK

Am Samstag, 27. April, startet die finale 3. Etappe wiederum um 8 Uhr und führt die Teilnehmer dieses Mal in südliche Richtung über die kleine Hafenstadt Wendisch Rietz, den malerischen Spreewald, Peitz (Hütten- und Fischereimuseum) nach Forst direkt in den Rosengarten. Von dort verlässt die „Preußen“ zum ersten Mal deutsche Gefilde. Der Mittagsstopp wird nämlich jenseits der Grenze im polnischen Plac Brody abgehalten. Am Nachmittag warten noch mehrere Highlights auf die Teilnehmer: Die doppelte Ortsdurchfahrt in Gubin/Guben (mit Grenzübergang nach Deutschland), das wild romantische Schlaubetal und die malerische Innenstadt von Beeskow (Mäuseturm und Marktplatz), heißen die Teams herzlich willkommen.

Die „Preußen“ - sehenswerte Strecken, spannende Wertungsprüfungen, viel Kultur und kulinarische Highlights nach dem Motto: „Klassik Rallye unter Freunden“.

Mehr Informationen unter:
www.preussen-klassik-rallye.de

2024 3. PREUßEN KLASSIK RALLYE 25.-27. APRIL DIE KLASSIK-RALLYE FÜR OLDTIMER UND YOUNGTIMER

25 Jahre Jubiläum - Hotel Victoria Suites - Bad Saarow

Ostern 1999 als Apartmenthaus eröffnet, heute das bestbewertete 4-Sterne Hotel in Bad Saarow.

Freuen Sie sich auf den See, den Kurpark, die SaarowTherme, die individuellen Suiten und das Restaurant Seaside.

Freuen Sie sich auf maritimes Flair am See – jetzt mit Jubiläums-Rabatt.

Das sagen Gäste:

Piroddi – booking: *„Es ist immer wieder wunderbar, eine kleine Auszeit im Victoria Suites. Ich kann es immer empfehlen!“*

Cornelia – holidaycheck: *„Ein kleines feines Boutique Hotel. Top Lage im Ort. Zimmer sehr geräumig, stilvoll und hochwertig eingerichtet und super gepflegt und sehr sauber. Aufmerksamer Service.“*

Kerstin – google: *„Tolles Apartment (es fehlt an nichts), top Lage (nur ein paar Schritte bis zur Saarow-Therme), super freundliches und aufmerksames Personal. Wir sind bereits das zweite Mal dort Gäste gewesen und auch ganz bestimmt nicht das letzte Mal.“*

Thomas – booking: *„Alle super nett und das Ambiente, das Essen, die Lage war außerordentlich schön und außergewöhnlich. Wir kommen definitiv wieder.“*

Sandra – holidaycheck: *„Excellence Lage direkt am See und neben der Therme. Das Hotel ist für eine Auszeit ideal. Familiär, gemütlich, hochwertig ausgestattet. Für Gäste mit Anspruch einwandfrei. Das Restaurant im EG mit kleiner Bar war exzellent. Wer mit Haustier kommt, wird super aufgenommen, sogar der Hund wird mit Knöchelchen und Snacktüte willkommen geheißen. Ein großer Garten grenzt direkt an die Parkanlage zum See, ideal um sich außerhalb der Hotels aufzuhalten. Alles rundum perfekt!“*

Tom – google: *„Einfach klasse!! Super Essen, super freundliches Personal. Wir waren im Rahmen eines Thermenbesuches hier im Restaurant essen. Einfach Spitze.“*

Melanie – holidaycheck: *„Die Victoria Suites sind ein märchenhafter Rückzugsort am Scharmützelsee. Dieser Ort war für unseren geplanten romantischen Kurzurlaub wie gemacht. Dazu beigetragen haben neben dem gepflegten, modernen und hellen Ambiente vor allem die Mitarbeiter. Wir haben uns sehr wohl gefühlt.“*

Buchtipp - Spargel

Frühlingszeit ist Spargelzeit
40 klassische und ausgefallene Spargelrezepte: von frischen Salaten, über köstliche Hauptgerichte bis hin zu verführerischen Dessertvariationen. Mit Informationen zu Warenkunde, Lagerung und Zubereitung. Für alle Spargelliebhaber und Fans der saisonalen Küche. Ob weißer oder grüner Spargel, ob zu Fleisch, Fisch oder Meeresfrüchten, ob gekocht, gebacken oder gegrillt, mit Sauce oder ohne - Spargel ist immer ein Genuss. Dass er lediglich wenige Wochen im Jahr zur Verfügung steht, macht Spargel umso interessanter. Dieses Buch vereint die leckersten Rezepte: von frischen Salaten, über ausgefallene Hauptgerichte bis hin zu verführerischen Dessertvariationen.
Herausgeber: Delphin (16. März 2017)
ISBN-10: 3961280827
ISBN-13: 978-3961280827

Königliches Gemüse

Feinster Beelitzer Spargel

Es ist ein langwieriges und mühsames Geschäft und erfordert einiges an Vorbereitung und Bodenkenntnis: der Spargelanbau. Das Edelgemüse lässt sich am besten auf leichten, sandigen Böden, wie dem sogenannten Beelitzer Sander, südwestlich, unweit unserer Hauptstadt gelegen, kultivieren. Sie erwärmen sich im Frühjahr schneller und der Arbeitsaufwand ist bei leichten Böden geringer als bei schweren. Spargel aus Deutschland ist nun im Angebot. Die traditionelle Saison endet nach dem Motto „Kirschen rot, Spargel tot“ Ende Juni. Danach herrscht konsequenter Erntestopp, denn die Spargelpflanzen müssen sich bis zur nächsten Saison erholen und neue Sprossen ausbilden.

Schon der mittelalterliche Maler Hieronymus Bosch soll gesagt haben, dass Spargel eine „liebliche Speis für Leckermäuler“ sei und der Dichter Carl Zuckmayer meinte: „Wenn Du Kartoffeln oder Spargel isst, schmeckst Du den Sand der Felder und den Wurzelsegen, des Himmels Hitze und den kühlen Regen (...)“. So, oder so ähnlich, sehen es wohl die meisten von uns auch und der Start in die Spargel-Saison ist für nicht wenige Genießer ein Freudenfest, das durch die Tatsache, dass zeitgleich die jungen Kartoffeln aus der Erde kommen, noch bedeutsamer wird. Beides zusammen gilt nicht erst seit gestern als Gipfel der kulinarischen Frühjahrslust.

Was wir so gerne essen, ist der junge Spross der eigentlichen Pflanze, bekannt als weißer Spargel. Die unterirdisch wachsende Variante - auch Bleichspargel genannt - ist in Deutschland wegen ihres feinen Aromas besonders beliebt. Da er die gesamte Zeit unter der Erde wächst, bleiben die Stangen weiß. Kurz bevor sie die Erde durchbrechen, wird gestochen und geerntet.

Der Start in die Spargel-Saison ist für viele Genießer ein Freudenfest, das durch die Tatsache, dass zeitgleich die jungen Kartoffeln aus der Erde kommen, noch bedeutsamer wird Foto: Innviertlerin/pixabay

Sein Pendant - der grüne Spargel - auch Grünspargel genannt, bildet mithilfe der Sonne den Pflanzenfarbstoff Chlorophyll, der das Gemüse grün färbt und und ihm seinen typisch nussigen Geschmack verleiht. Zudem enthält er viel Vitamin C und Provitamin A.

Eines steht fest und ist nicht verhandelbar: Für das große Spargelvergnügen muss die Stangenware frisch sein! Und dies lässt sich anhand folgender Kriterien leicht feststellen: Die Enden sollten nicht verfärbt oder vertrocknet, sondern fest und saftig sein. Zudem sollte der Spargel sich nicht biegen lassen, sondern dazu tendieren leicht zu brechen. Die Stangen vorsichtig aneinander reiben. Quietschen sie, haben sie den Frischetest bestanden. Bei leichtem Druck saftet frische Ware durch seinen hohen Wassergehalt und der Spargelkopf ist fest und geschlossen.

Tipp: Für ein leckeres Essen mit Spargel als Hauptzutat sollte man 500 Gramm pro Person einplanen, ist das Edelgemüse reine Beilage, reichen auch 300 Gramm. Allgemein gilt: Frisch aufgetischt schmeckt Spargel einfach am besten. Zu lange Lagerung schadet ihm. Wenn man ihn auf Vorrat kaufen möchte, lässt er sich für drei bis vier Tage im Kühlschrank aufbewahren, idealerweise ungeschält und in ein feuchtes Tuch gewickelt, damit er nicht austrocknet. Um ihn auch außerhalb der Saison genießen zu können, waschen und schälen Sie den Spargel und schneiden die Enden ab. Die geschälten Stangen auf einem Tablett vorfrosten und dann erst in einen Gefrierbeutel packen, so kleben sie nicht aneinander. Zur Zubereitung den Spargel unaufgetaut in kochendes Wasser geben und eventuell etwas kürzer garen als normal. Apropos garen: eine Prise Zucker im Garwasser mildert die Bitterstoffe des Gemüses. Beliebt ist außerdem die Zugabe einer Zitronenscheibe.

Spargel punktet nicht nur geschmacklich, sondern ist auch ein absolutes Powerpaket! Obwohl die Stangen überwiegend aus Wasser bestehen, steckt in ihm allerlei Gutes, wie: Kalzium, Kalium, Jod, Zink, Vitamin C und viele Ballaststoffe. Zudem eignet sich Spargel hervorragend für eine kalorienarme Ernährung und die leichte Küche: 500 Gramm (egal ob weiß oder grün) beinhaltet lediglich circa 20 kcal.

Weißer Spargel schmeckt leicht süßlich und verliert in gegartem Zustand seine Knackigkeit. Im Gegensatz zu grünem Spargel muss er vor dem Kochen gründlich geschält und die Enden abgeschnitten werden, um die faserigen und holzigen Teile zu entfernen. Die weißen Stangen eignen sich besonders gut zum Backen, Blanchieren, Grillen, Einlegen, Garen und Kochen. Zu den beliebtesten Beilagen zählen Salzkartoffeln, Schinken, Schnitzel, Sauce Hollandaise und Lachs. Geschmacklich passen sie außerdem besonders gut zu pochierten Eiern, Rührei, Gemüse wie Mais, Erbsen, Pilze sowie Tomaten, Zwiebeln und Käse, wie Parmesan, Comté oder Manchego, Nudeln, Reis und Getreide. Doch ebenso gut harmoniert weißer Spargel auch mit Zitrusfrüchten und Obst wie Zitronen, Erdbeeren, Maracuja sowie Fleisch und Fisch, wie Hühnerfleisch, Rumpsteak, Frikadellen und Lachs,Thunfisch oder auch Garnelen. Ein frischer Spargelsalat, beispielsweise mit Erdbeeren und Brunnenkresse ist eine Offenbarung. Passende Kräuter wie Basilikum, Dill, Estragon, Kerbel und Petersilie toppen den Genuss.

Leckere Gerichteklassiker mit grünem Spargel sind zum Beispiel Spargel-Risotto, Pizza oder Flammkuchen, Omelett oder gefüllte Pfannkuchen, Gratins und Quiche sowie grüner Spargel als Suppeneinlage oder im Sommer in Grillsalaten, wie zum Beispiel Quinoa- oder Couscoussalat, Blattsalaten mit Kräuter- oder klassischer Vinaigrette und Bohnensalaten. Beliebte Beilagen zu grünem Spargel sind Kartoffeln in Form von Brat- oder Salzkartoffeln, Rösti, Kartoffelgratin, Blechkartoffeln, Kartoffelpüree und Gnocchi. Saucen und Dips wie leichte Mayonnaise, Sauce Hollandaise, Joghurt, Sojasauce, Weißwein-Soßen oder ein einfacher Klecks Butter, runden den Spargelgenuss harmonisch ab, ebenso ein adäquater guter Tropfen in Gestalt eines passenden Weißweins. Genießen Sie die Saison. OH

Gekochter Spargel

Für 2 Portionen:
1 kg Spargel, 2 TL Salz, 1/2 TL Zucker, 1 TL Öl 1-2 Zitronenscheiben

Foto: Mahdi Fleckner/pixabay

Einen großen Topf mit Wasser, ca. 2 TL Salz, 1/2 TL Zucker, Zitronenscheiben und 1 TL Öl zum Kochen bringen. Den Spargel schälen. Holzige Enden entfernen. Weißer Spargel wird direkt vom Kopf weg, grüner Spargel ca. eine Hand breit vom Kopf entfernt geschält. Sobald das Wasser heiß ist, den Spargel einlegen und das Wasser einmal kurz aufkochen lassen. Danach sofort die Hitze reduzieren. Niemals stark kochen, damit die zarten Spargelköpfe nicht verletzt werden. Je nach Dicke der Stangen, ca. 10 Min. ziehen lassen. Sehr gut eignen sich dafür Spargeltöpfe, in denen er stehend gekocht wird. Dazu passen Salzkartoffeln mit Sauce Hollandaise, paniertes Schnitzel, Lachs - gebraten oder geräuchert - sowie Rohschinken oder Rührei.

Paniertes Schnitzel

Für 4 Personen:
4 Schweine- oder Kalbschnitzel (Bio-Qualität), 50 g Weißmehl, 2 Bio-Eier (verrührt), 80 g Paniermehl, 80 g Bratbutter, Zitrone (halbiert), Salz, Pfeffer aus der Mühle

Foto: Alexander Fox/pixabay

Schnitzel 1 Std. vorher aus dem Kühlschrank nehmen. Schnitzel einzeln in einen Gefrierbeutel legen. Dann mit einer Pfanne klopfen und streichen, bis sie 2-3 mm dünn sind. Mehl, Eier und Paniermehl jeweils in einen Teller geben. Vor dem Panieren die Schnitzel mit Salz und Pfeffer würzen. Schnitzel einzeln panieren: Zuerst im Mehl wenden und abklopfen, dann komplett ins Eierbad tauchen und schliesslich mit dem Paniermehl gut zudecken und andrücken. Pfanne mit der Bratbutter auf mittlerer Stufe erhitzen. Wenn die Butter heiss ist, d.h. flüssig wie Wasser, Schnitzel hineingeben. Der Pfannenboden muss überall gut mit Butter bedeckt sein. Schnitzel nach ca. 2 Minuten wenden und weitere 2 Min. anbraten, bis sie rundum schön goldbraun sind. Fleisch aus der Pfanne nehmen, mit Zitronenschnitz garnieren und sofort servieren.

Sauce Hollandaise

250 g Butter, 3 Eigelb, 3 EL Wasser, 1 EL Zitronensaft, Salz, weißer Pfeffer, Cayennepfeffer

Foto: RitaE/pixabay

Butter in einem Topf zerlassen, aber nicht erhitzen! Eigelb mit Zitronensaft, Wasser und Salz in einen Topf geben und diesen ins heiße Wasserbad stellen. Mit einem Rührbesen (besser elektrischem Mixer) solange rühren, bis die Masse cremig ist. Den Topf aus dem Wasserbad nehmen (wichtig, sonst gerinnt die Soße) und jetzt nach und nach zuerst teelöffelweise dann esslöffelweise unter ständigem Rühren die flüssige Butter zugeben. Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken und sofort servieren.

Gratinierter Spargel mit Hüftsteak

1,5 kg grüner Spargel, 3 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, Zucker, 125 g Pecorino oder Parmesan, 1 Schalotte, 4 Hüftsteaks (à ca. 200 g), 2 EL Öl, 60 ml Rotweinessig, 100 g Wildpreiselbeeren (Glas), Alufolie

Foto: RitaE/pixabay

Ofen vorheizen (E-Herd: 180 °C/Umluft: 160 °C/Gas). Spargel waschen, schälen, holzige Enden abschneiden und auf ein Backblech legen. Mit Olivenöl beträufeln und Salz sowie Pfeffer und 1TL Zucker würzen. Im heißen Ofen ca. 15 Min. backen. Käse grob reiben. Blech aus dem Ofen nehmen, Spargel mit Käse bestreuen und bei gleicher Temperatur auf der oberen Einschubleiste ca. 15 Min. überbacken. Schalotte schälen, fein würfeln. Fleisch trocken tupfen, mit Salz würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Steaks darin nach gewünschtem Gargrad 2-3 Min. von jeder Seite braten. Aus der Pfanne nehmen, mit Pfeffer würzen, in Alufolie wickeln und ruhen lassen. Schalotte im Bratfett kurz andünsten. Mit Essig ablöschen, Wildpreiselbeeren unterrühren und aufkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Spargel und Steaks mit der Preiselbeersoße anrichten.

Spargelsalat

Ein sommerliches Rezept für einen Spargelsalat sehen Sie hier. Schmeckt an warmen Tagen besonders gut.

Foto: RitaE/pixabay

Für 4 Portionen:
800 g weißer Spargel, 1 Bund Basilikum, ½ EL Butter zum Schwenken, 1 Schalotte, 1 TL Salz, 1 TL Zucker, 500 g Erdbeeren (geviertelt), Brunnenkresse

Zutaten für die Marinade:
1 Prise Salz, 1 Prise Pfeffer, 1 Prise Zucker, 1 Schuss Essig, 1 TL Olivenöl

Für diesen einfachen Spargelsalat zuerst die Enden vom Spargel ca. 1 cm abschneiden, den Spargel schälen und waschen. Danach den Spargel in einem Topf mit Wasser, Salz und ein wenig Zucker für ca. 10 Min. bissfest garen und abseihen – das Kochwasser dabei auffangen. In der Zwischenzeit die Schalotten waschen und klein schneiden. Die Basilikumblätter waschen, trocken schütteln und grob hacken. Anschließend die Spargelstangen in ca. 3-4 cm lange Stücke schneiden und zusammen mit den Schalottenstücken in einer Pfanne mit Butter schwenken. Für die Marinade einen Schuss Spargelkochwasser, Essig, Öl, Salz, Zucker und Pfeffer gut verrühren. Zum Schluss den warmen Spargel mit der Marinade, den Erdbeeren, Basilikum und den Spargelstücken vermengen, mit Brunnenkresse garnieren und servieren.

Spargel mit Rohschinken

Der Spargel mit Rohschinken ist eine köstliche Vorspeise.

Foto: Mogens Petersen/pixabay

Für 2 Portionen:
500 g Spargel (grün und weiß), 2 EL Butter, 3 EL geriebenen Parmesan, 100 g Rohschinken (z.B. Serrano oder Prosciutto di Parma), 1 Prise Salz, 1 Prise Pfeffer

Für den Spargel mit Rohschinken zuerst den Spargel waschen und die harten Enden entfernen, den weißen Spargel schälen. In einer Pfanne mit Butter den Spargel rundum anbraten, bis er bissfest ist. Anschließend je nach Geschmack salzen und pfeffern. Den Spargel auf Tellern anrichten, den Rohschinken darauf verteilen und mit Parmesan bestreuen.

Anzeigen

Vinothek

Feine Bioweine aus Okzitanien

Der Malbec ist die berühmte Traube der Region Cahors im südfranzösischen Okzitanien. In den letzten 20 Jahren haben die Winzer dort die Rebsorte deutlich feiner und gerbstoffärmer produziert, so dass das Aroma und die Frucht des Weines viel besser zur Geltung kommen. Seit 1973 bewirtschaftet das Château de Cèdre seinen drei Parzellen umfassenden Weinberg, die über die beiden besten Bodentypen im Appellationsgebiet verfügen. Das spezifische Mikroklima im Château hat großen Einfluss auf sein Terroir. In gleicher Entfernung vom Atlantischen Ozean, den Pyrenäen und dem Mittelmeer herrscht bis Juni ozeanisches Klima, ab Juli dann mediterranes. Im September kühlt der Fluss Lot die Luft und der Herbstwind weht über die Weinreben. Eine der Parzellen liegt auf einem Kalksteinkegel an den Hängen von Bru. Die quartäre Eiszeit zerstörte die Kalksteinwände rund um dieses Grundstück. Diese Geröllhalden haben im Laufe der Jahrhunderte den Boden von heute geschaffen. Die Trauben dieses seltenen Terroirs zeichnen sich durch große Finesse und aromatische Komplexität aus. Die anderen beiden Parzellen liegen auf zwei unterschiedlichen, wenn auch geologisch identischen Bergrücken. Dieser Boden besteht aus gerollten Kieselsteinen, die an der Oberfläche mit rötlichem eisenhaltigem Sand vermischt sind, während in den tieferen Schichten Ton und Kieselsäure dominieren.

Foto: Château de Cèdre

Diese Früchte zeichnen sich durch eine große Fülle und Dichte aus.
Ziel der Winzerfamilie Verhaeghe ist es, das volle Potenzial der Trauben auszuschöpfen. Um dies zu erreichen, werden während der Weinbereitung keine önologischen Inputs verwendet. Sie erfolgt mit einheimischen Hefen, ohne Zusatz von Sulfiten, unter bestmöglichen Bedingungen und erfordert technisches Geschick. Als Ergebnis überzeugen die Weine mit feineren Tanninen und einer größeren aromatischen Komplexität. Wie bei der Weinbereitung erfolgt auch die Reifung ohne önologischen Aufwand. Kontrolle ist entscheidend, denn Malbec ist eine Rebsorte mit Charakter, die Zeit braucht. Er reift auf der Hefe in Großbehältern, 500-Liter-Fässern und Fudern und entwickeln sich unter idealen Temperatur- und Luftfeuchtigkeitsbedingungen frei. Erste Überlegungen zum ökologischen Landbau begannen Anfang der 1990er Jahre. 1992 wurde der Einsatz chemischer Unkrautvernichtungsmittel eingestellt und zehn Jahre später ganz auf synthetische Pflanzenschutzmittel verzichtet. Im Jahr 2012 wurden das Château als Bio zertifiziert. Es sind mit die besten Weine in Cahors! Drei Rotweine seien an dieser Stelle besonders empfohlen: 2020 Cèdre Héritage, ein sehr guter und milder Einstiegs-Cahor, produziert aus 95 Prozent Malbec und fünf Prozent Merlot, 2022 Château de Cèdre, kredenzt aus 90 Prozent Malbec, fünf Prozent Merlot und fünf Prozent Tannat, sowie 2019 Le Cèdre, zu 100 Prozent aus Malbec gekeltert. Der Ausbau im Holzfass schleift die kernigen Gerbstoffe des 2022-zigers und es entsteht ein wunderbarer, reifer Wein mit sehr gutem Preis-/Leistungsverhältnis. Der 2019-ziger ist ein großer Wein, mit einem Ausbund an Konzentration. Die Intensität und gleichzeitige Finesse an Aromen von Blaubeeren und schwarze Frucht ist verblüffend. Trotz dieser Konzentration und Intensität wirkt alles ganz zart und filigran. Diese Gegensätze bilden eine perfektes Ganzes. Der Wein eignet sich sowohl zum puren Genuß, als auch zu fast allen Gerichten mit dunklem Fleisch. Erhältlich und zu probieren in der Weinhandlung Hardy. Santé. OH

Kulinarisches Frühjahrserwachen

Auftakt - traditionelle Spezialitäten an Ostern

Der Ostersonntag ist der Festtag, an dem Jesus' Auferstehung gefeiert wird und auch für Frühlingserwachen steht Foto: ippikiOokami/pixabay

An Ostern feiern viele gläubige Christen den Tod und die Auferstehung von Jesus Christus. Aber Ostern ist auch Frühlingsanfang, Brauchtum und vor allem die Zeit traditionsreicher Speisen und ausgiebiger Festtagsessen. Natürlich ist der Lammbraten der ungeschlagene Klassiker, aber auch der Hefezopf und ein paar schöne Eierspeisen dürfen in dieser Zeit nicht fehlen.
Mit dem Osterfest endet auch die am Aschermittwoch beginnende Fastenzeit, während der man über 40 Tage lang freiwillig auf allen Luxus, wie zum Beispiel Alkohol und Süßes verzichtet. Während der Feiertage genießt man deswegen jetzt wieder üppige Spezialitäten und das gemeinsame Festmahl mit der Familie und Freunden.
Der Gründonnerstag symbolisiert den Tag des letzten Abendmahls von Jesus und seinen Jüngern, bevor er von Judas verraten und von den Römern gefangen genommen wurde. Ein alter Brauch besagt, dass am Gründonnerstag vor allem Grünes gegessen wurde, weshalb man an diesem Tag die ersten frischen Kräuter sammelte, um nach den langen Wintertagen, die ganze Energie des Frühlings zu sich zu nehmen. In den Gärten und Wäldern wächst jetzt schon der erste zarte Bärlauch, der Rosmarin beginnt bereits zaghaft zu blühen und Spinat, der so früh im Jahr Saison hat, wird am Gründonnerstag gerne gegessen. Der klassische Gründonnerstags-Spinat ist ein aus frischem Spinatblättern zubereitetes Essen, das mit Kartoffeln und einem Spiegelei serviert wird.
Der Karfreitag ist der Tag, an dem Jesus sein Kreuz auf den Ölberg trug und dort sein weltliches Ende fand. Es ist der Tag, an dem traditionell kein Fleisch sondern meistens nur Fisch gegessen wird. Einst stand vor allem Kabeljau auf dem Speisezettel, der in küstenfernen Gebieten aber hauptsächlich als Stockfisch (an der Luft getrocknet) oder als Klippfisch (durch starkes Einsalzen getrocknet) zu deftigen Eintöpfen verkocht wurde. Heute isst man gerne leichte Gerichte von einheimischen Fischen, wie Bärlauchpasta mit Tatar vom Saibling oder frische Forelle, Zander, Steinbutt oder Seezunge. Doch muss es heutzutage nicht unbedingt Fisch sein, um Fleischgerichte an diesem Tag zu umgehen. Leckere Gratins, Aufläufe, Omelettes oder Quiches - all das lässt sich auch fleischlos und nicht weniger köstlich zubereiten. Und: es steigert die Vorfreude auf Oppulenteres. Und die Vorfreude ist bekanntermaßen die schönste Freude.
Der Karsamstag ist der Tag der Grabesruhe und der Vorbereitung auf den Festtag. Traditionell werden an diesem Tag die Osterfladen, das Osterlamm aus Biskuitteig und der Osterzopf gebacken, die es am Ostersonntag allerorts gibt und insbesondere auch Kindern viel Vergnügen bereiten. Außerdem ist der Karsamstag der Tag der großen Osterfeuer, die in der Nacht zum Sonntag entzündet werden. Dieser schöne, romantische Brauch ist sehr alt und soll den Winter und seine bösen Geister vertreiben.
Der Ostersonntag ist der Festtag, an dem Jesus' Auferstehung gefeiert wird. Es ist ein fröhlicher Tag, verspricht er doch mehr, als ein trauriges Ende und steht auch für kulinarisches Frühlingserwachen. Traditionelles Osterlamm, zarter Hasenbraten, ofenfrische Kaninchenkeulen, feine Osterschinken und deftige Pasteten - am Ostersonntag darf endlich wieder Fleisch gegessen werden.
Nicht nur Kinder lieben die Tradition des Osterhasen und der bunt gefärbten, oft reich verzierten Ostereier. Schon im heidnischen Brauchtum waren sie ein Symbol für den Frühling und die Fruchtbarkeit. Laut christlicher Tradition wurden die Eier, die während der Fastenzeit nicht gegessen wurden, durch Kochen haltbar gemacht und an Ostern zur Eierweihe in die Kirche getragen. Wie dem auch sei - freuen wir uns auf Ostern, familiäres Beisammensein und herzhafte Genüsse. OH

Fleischerei Bachhuber GmbH
Artgerecht aus Tradition.

Wilmersdorf
Firmensitz: Güntzelstr. 47
10717 Berlin
Tel.: 030/ 8 73 21 15

Schöneberg
Bayerischer Platz 5
10779 Berlin
Tel.: 030/ 23 62 25 37

Lichterfelde (West)
Baseler Straße 3
12205 Berlin
Tel.: 030/ 93 93 14 23

Zehlendorf Imbiss
Mexikoplatz 1
14163 Berlin
Tel.: 030/ 93 93 24 05

Zehlendorf
Mexikoplatz 1
14163 Berlin
Tel.: 030/ 93 93 24 05

Borgsdorf
Bahnhofstraße 4
16556 Borgsdorf
Tel.: 03303/ 50 83 15

www.fleischerei-bachhuber.de
Mo - Fr 8.00 - 18.00 Uhr, Sa 8.00 - 13.00 Uhr

Anzeige

1·2·3 KÜCHEN

1-2-3 Küchen

Ihr faires Küchenstudio mit Top-Konditionen!

Kochschule Potsdam

Geräte testen?

Klar, das geht!

Die Kochschule Potsdam macht es möglich und bietet unseren Kunden einen Geräte-Kochkurs an.

Testen Sie also selbst die Geräte und ermitteln Ihren individuellen Bedarf. Alle Funktionen der Geräte werden Ihnen in dem Kochkurs vermittelt.
Selbstverständlich auch nach dem Küchenkauf!

Melden Sie sich jetzt an!

Hier geht's zur Kochschule!

Seit 22 Jahren:

- ✔ zuverlässig
- ✔ fair
- ✔ kompetent

Jetzt schnell zugreifen!

Inventurabverkauf - Nur als Set

10 Mal verfügbar!

5 JAHRE GARANTIE* auf Elektro-einbaugeräte

Einbau-Dampfbackofen, HS858GXB6, Home Connect Multifunktion, schwarz, Edelstahl
20 Beheizungsarten: 4D Heißluft, Auftauen mit Dampf, Dampfgarstufe, Dörren, Gären mit Dampf, Großflächengrill, Heißluft-Eco, Intensivstufe, Kleinflächengrill, Ober-/Unterhitze, Ober-/Unterhitze ECO, Pizzastufe, Regenerieren, Sanftgaren, Sous-vide-Garen, Tiefkühl spezial, Umluftgrill, Unterhitze, Vorwärmen, Warmhalten, integriertes Reinigungssystem, Nutzinhalt 71 l,
Einbau-Maß: 595 x 594 x 548 mm

Einbau-Kaffeevollautomat, CT836LEB6, Schwarz
Milchsystem mit flexiblem Cappuccinatore, 11 Getränke offline/online, Cappuccino, Espresso, Heiße Milch, Kaffee, Latte Macchiato, Tee, TFT-Display, 1 Bohnenbehälter, Material des Mahlwerks Keramik,
Einbau-Maß: 449 x 658 x 356 mm

Wärmeschublade, BI830CNB1, 60 x 14 cm Schwarz, Edelstahl
Anzahl Teller maximal 12,
Fassungsvermögen: Espressotassen 64
Abmessungen des Gerätes: 140 x 594 x 548 mm
Min. Nischenmaße für Installation: 140 x 560 x 550 mm

* EEK = Energieeffizienzklasse. Spektrum: Backöfen, Herde und Dunstabzüge A+++ - D

Geräteaustausch

Entscheidend ist, dass am Ende auch alles 100 % passt. Anschlüsse, Fronten, Arbeitsplatten – wir liefern Ihnen gegen einen geringen Aufpreis nicht nur das neue Gerät ins Haus, sondern schließen es auch gleich an. Auf Wunsch übernehmen wir gerne auch die fachgerechte Entsorgung der Altgeräte für Sie.

5 Jahre Garantie

Gegen geringen Aufpreis übernehmen wir im Schadensfall 100 % der Kosten für An- und Abfahrt, Transport, Material und alle Arbeitskosten, für alle Marken-Elektrogeräte von vielen Herstellern. Wir informieren Sie gern ausführlich. Sprechen Sie uns einfach an. Es gelten die jeweiligen Garantiebestimmungen.

Riesenauswahl

3 x in Brandenburg

NEU: 14482 Potsdam, Wetzlarer Str. 80
14772 Brandenburg/Havel, Friedrichshafener Straße 28
14548 Geltow/Schwielowsee, Hauffstraße 78 (Sitz der 1-2-3 Küchen GmbH)

- Alles aus einer Hand
- Aufmaß vor Ort
- 3-D-Planung
- Eigener Montageservice

Wir freuen uns auf Sie.

www.1-2-3-kuechen.de

Effektiv abnehmen

Gesunde Ernährung für eine attraktive Figur

Geht es Ihnen auch so? Über den Winter hat man herzhaft geschlemmt und jetzt zeigt die Waage ein paar Pfunde mehr an? Bei vielen steht daher jetzt auf der Liste der guten Vorsätze eine Gewichtsabnahme ganz oben. Dass die meisten Menschen sich im neuen Jahr gesünder ernähren und auch mehr bewegen wollen, ist schon mal ein guter Anfang. Aber wie soll das in der Praxis aussehen, welche Möglichkeit ist die richtige und woran ist eine gute Diät überhaupt erkennbar? Antworten zu vielen Fragen rund um Ernährung seien im Folgenden gegeben.

Eine gute Diät erkennt man zu allererst daran, dass sie keine großen Versprechen macht. Aussagen wie: Sie verlieren 10 Kilogramm Gewicht in 5 Tagen sind vollkommen unrealistisch, auch wenn es toll klingt! Realistisch ist bei einer längerfristigen Ernährungsumstellung eine Gewichtsabnahme von etwa 0,5 bis ein Kilogramm pro Woche. Wichtig: Die Diät sollte nicht einseitig sein. Denn einseitige Maßnahmen, wie zum Beispiel nur Ananas oder nur Eier bringen nichts! Denn zum einen werden sie meist nicht durchgehalten, zum anderen besteht die Gefahr einer Unterversorgung mit wichtigen Nährstoffen. Darüber hinaus sollten Diäten keine Heilungen oder Wunder versprechen. Behauptungen wie „diese Diät schützt vor diesen oder jenen Krankheiten“ sollten die Alarmglocken läuten lassen. Zudem sollte eine sinnvolle Diät keine starren Vorschriften vorgeben.

Vor allem viel Obst und Gemüse,Vollkornprodukte und Hülsenfrüchte stehen auf dem Speiseplan einer ausgewogenen Ernährung

Foto: StockSnap/pixabay

Das Wort „Diät“ stammt aus dem Griechischen (diaita) und bedeutet „Lebensweise“. Es bezeichnet alle Einflüsse auf unser Leben, die der Gesundheit zugute kommen. Neben Ernährung zählen aber auch Bewegung und geistiges Training dazu. Es ist also auch eine „Kopfsache“.

Ob man zuviel auf die Waage bringt, lässt sich mit einer bekannten Methode ermitteln: dem sogenannten Body-Mass-Index (BMI): Dieser ermittelt sich aus dem Quadrat der Körperlänge in Meter geteilt durch das Gewicht in Kilogramm. Für eine 60 Kilogramm schwere und 1,65 Meter große Frau bedeutet das: BMI = 60 kg : (1,65 m x 1,65 m) = 22,0 kg/m2. Sie ist also normalgewichtig (18,5 bis 22 kg/m2).

Eine besonders fettarme Mischkost lässt sich perfekt mit Geflügel kombinieren

Foto: xxolaxx/pixabay

Optimal abnehmen lässt es sich beispielsweise mit der „Brigitte“-Diät, die eine abwechslungsreiche, fettarme Mischkost mit viel Obst und Gemüse beinhaltet. Pro Tag werden so etwa 1.200 bis maximal 1.400 kcal aufgenommen. Die Pläne für eine Person lassen sich leicht für die ganze Familie anpassen. Auch sehr geeignet: die Low-Fat-Diät. Sie basiert auf dem Einsparen von Fett. Da Fett doppelt so viele Kalorien enthält wie Kohlenhydrate oder Eiweiß, kann man so einiges an Kalorien sparen. Für Schwangere oder Stillende Mütter sowie Menschen mit schweren Erkrankungen sind Diäten jedoch gänzlich zu meiden.

Warum ist Abnehmen so schwer? Nur wenn unsere Energieabgabe (beispielsweise durch Bewegung) größer ist als unsere Energieaufnahme durch Essen und Trinken, verlieren wir überhaupt Gewicht. Während einer Diät schaltet der Körper „auf Sparflamme“ und drosselt seinen Energieverbrauch. Der Körper verteidigt dann sozusagen jedes Gramm, denn er hat gelernt für schlechte Zeiten Energie zu bewahren. Dieser Mechanismus war im Laufe der Evolution ein Vorteil, um in schlechten Zeiten das Überleben zu sichern. Wurde danach wieder ganz normal gegessen, speicherte der Körper diese neue Energie für die nächsten schlechten Zeiten. Heute besteht das Problem meist darin, dass wir eher zuviel als zuwenig essen und die schlechten Zeiten ausbleiben. Meist steigt daher unser Körpergewicht nach einer Diät über das Ausgangsgewicht hinaus. Man spricht in diesem Fall vom Jo-Jo-Effekt. Auf Dauer bedeutet das: Häufiges Diäthalten macht dick!

Doch gibt es hierfür eine einfache Lösung: dauerhaft weniger essen und mehr bewegen! Dadurch werden nicht nur Muskeln aufgebaut, sondern man wirkt dem Jo-Jo-Effekt entgegen und kann sein Gewicht auch langfristig halten. Um das zu erreichen, eignet sich daher eine Mischkost, die nicht zuviel Energie enthalten sollte. Vor allem Gemüse, Obst, Vollkornprodukte und Hülsenfrüchte stehen dabei auf dem Speiseplan. Diese werden ergänzt durch fettarme Milch und Milchprodukte sowie Fisch, Fleisch und Eier. Auch wenn der Weg zum Wunschgewicht nicht immer leicht ist: Man sollte daran denken, dass man auch nicht über Nacht zugenommen hat, sondern meist über eine längere Zeit. Diese Zeit sollten man auch zum Abnehmen einplanen. OH

Buchtipp

Der ultimative Schlankheitscode
Aus 30 Jahren Praxis: Die Erfolgsstrategien hinter meinen kniffligsten Fällen
Endlich Orientierung im Dschungel der Ernährungsprinzipien - von Bestsellerautor und Ernährungsdoc Matthias Riedl.

Verlag/Hersteller: Graefe und Unzer Verlag
ISBN: 9783833875687

Anzeige

Ab April wieder im Krankenhaus Waldfriede: Unsere Patientenvorträge „Medizin aktuell!“

Medizin aktuell!

Krankenhaus Waldfriede Berlin-Zehlendorf

Do., 11. April, 18:30 bis 19:30 Uhr

Im Großen Saal des Krankenhauses

Kinderfüße im Fokus - Gesunde Entwicklung von Anfang an (PD Dr. med. Holger Mellerowicz)

Do., 16. Mai, 18:30 bis 19:30 Uhr

Psychopharmaka - Nutzen und Schaden (CA Dr. med. Herald Hopf)

Do., 13. Juni, 18:30 bis 19:30 Uhr

Genitalkrebs früh erkennen - Was ist möglich? (Dr. med. Michaela Jacob)

Do., 11. Juli, 18:30 bis 20:00 Uhr

Moderne Handchirurgie bei Rheuma und Arthrose (CA PD Dr. med. habil. Martin Lautenbach)

Unsere beliebte Vortragsreihe ist zurück!

Kommen Sie vorbei, wir freuen uns auf Ihren Besuch.
Einlass ca. 20 Minuten vor Vortragsbeginn. Es ist keine vorherige Anmeldung erforderlich.

Krankenhaus Waldfriede | Argentinische Allee 40 | 14163 Berlin-Zehlendorf | www.waldfriede.de | /krankenhauswaldfriede

Stylische Kühlschränke

Effiziente Modelle für höchste Ansprüche

Das Kühlen und Gefrieren von Lebensmitteln ist heute schon fast so wichtig, wie das Kochen selbst. Ein guter Kühlschrank gehört darum zur Basisausstattung jeder Küche. Es gibt ihn in allen Formen und Größen, mit und ohne Gefrierfach oder als Kühl-Gefrier-Kombi, und er sollte natürlich auch optisch etwas hermachen. Um bei der Küchenplanung und der großen Auswahl den Überblick zu behalten, hier die wichtigsten Infos und Innovationen zum Thema Lebensmittelkühlung.

Vor der Anschaffung eines Kühlschranks sollte zuerst einmal festgestellt werden, wieviel Platz vorhanden ist. Was die Gerätegröße anbelangt, so haben die Hersteller bei freistehenden Kühl- oder Gefrierschränken grundsätzlich die Wahl und können nach jedem beliebigen Maß gestaltet werden. Eine besondere Form freistehender Lösungen sind sogenannte Side-by-Side Modelle mit zwei Flügeltüren, die aktuell sehr gefragt sind. Als Erfinder des amerikanischen Kühlschranks gilt General Electric. In den USA begann der Hersteller in den 1930er Jahren mit der Produktion. Zuerst mit einem Gefrierfach im Kühlfach, später mit einem Gefrierfach daneben. So entstand der typische Side-by-Side-Kühlschrank, der „amerikanische Kühlschrank“ schlechthin. Sie sind dank ihrer Robustheit und langen Lebensdauer weltweit ein Begriff. Der europäische Markt, insbesondere der deutsche, machte in den 1970er und 80er Jahren Bekanntschaft mit ihnen. Die Kühlschränke sind ihr Geld mehr als Wert und halten sehr lange, oft 20 Jahre und länger. Die hohe Produktionsqualität und attraktiven Extras sind Grund genug, um sich bei der Neuanschaffung für ein solches Gerät zu entscheiden, und auch das erstklassige Design überzeugt. Sie sind echte Hingucker! Amerikanische Kühlschränke sind häufig auch mit einem Eisspender (für Eiswürfel, gestoßenes Eis oder kaltes Wasser) ausgestattet. Ob in Schwarz oder Weiß, in Rot, Silber oder Creme: sie lassen sich bei den meisten Vertragshändlern in sämtlichen RAL-Farben bestellen. Überdies haben Kunden oft die Wahl zwischen Modellen mit Türen in rostfreiem Edelstahl und solchen, die komplett aus selbigem gefertigt und in verschiedenen Größen lieferbar sind.

Eine besondere Form freistehender Lösungen sind sogenannte Side-by-Side Modelle mit zwei Flügeltüren, die aktuell sehr gefragt sind Foto: Mian Abdul Hammad/pixabay

Anders stellen sich die Überlegungen bei Einbaugeräten dar. Damit die Integration auch reibungslos funktioniert, sollten Einbaukühlschränke bestimmten Standardmaßen entsprechen. Nur so kann sichergestellt werden, dass die gewünschten Einbauschränke auch tatsächlich in die Küche integriert und gegebenenfalls auch ausgetauscht werden können. Hierbei sollte man sich im Fachhandel qualifiziert beraten lassen.

Die Kühlschrankgröße hängt natürlich auch davon ab, wieviele Personen im Haushalt leben. Für Singles reicht ein Fassungsvermögen von 100 Litern, für jede weitere Person im Haushalt kann man circa 50 Liter dazu-

Ein guter Kühlschrank gehört zur Basisausstattung jeder Küche und bietet heutzutage viele nützliche Funktionen Foto: Salomon Rodgers/pixabay

rechnen. Das richtige Maß hängt aber auch von den Kochgewohnheiten ab. Wenn man öfters große Feste feiert und für viele Gäste kocht, braucht man dementsprechend mehr Fassungsvermögen.

Für Weinliebhaber gibt es eigene Weinkühlschränke. Wer gerne Wein trinkt, der weiß, wie schwierig es ist, diesen zu lagern. Denn im Kühlschrank ist meist kein Platz für verschiedene Sorten und Jahrgänge. Damit man dennoch seine liebsten Weine jederzeit, spontan und perfekt temperiert genießen kann, gibt es eigene Weinkühlschränke in verschiedenen Formen und Größen zu kaufen.

Wie bei diesen, hochwertigen Exemplaren, verfügen heutzutage auch viele Lebensmittel-Kühlschränke über verschiedene Temperatur- oder Klimazonen. Sei es nun ein eigenes “Kellerfach” für die Lagerung von Kartoffeln und Zwiebeln oder eine Null-Grad-Zone zur Aufbewahrung von Fleisch, Fisch oder Milchprodukten. Der Clou: die Superkühlfunktion. Sie ist praktisch, wenn man große Mengen an Lebensmitteln (nach einem Großeinkauf oder für eine spontane Party in zwei Stunden) schnell kühlen will und senkt die Temperatur kurzfristig sehr stark und hebt sie wieder an, wenn die Lebensmittel normale Kühlschranktemperatur haben.

Wer sich den Luxus vom Kühlschrank mit Eiswürfel- und Wasserspender gönnen möchte, benötigt einen zusätzlichen Wasserbehälter oder einen Wasseranschluss, so nah wie möglich. Der Nachteil vom System mit Wasserbehälter ist, dass das Wasser regelmäßig ausgetauscht oder nachgefüllt werden muss. Wenn das Gerät Wasser über einen Wasseranschluss beziehen kann, ist es immer frisch und muss nicht nachgefüllt werden.

Innovative Modelle können heutzutage nicht nur kühlen, sondern auch mit ihrem Besitzer kommunizieren, Live-Fotos von Ihrem Inhalt schicken, Rezepte vorschlagen oder per Matte mit Gewichtssensoren via App warnen, wenn die Milch zur Neige geht. Es gibt nichts, was es nicht gibt.

Clever: Kühlgeräte mit Low-Frost oder No-Frost arbeiten mit einem Umluftsystem, das die Luftfeuchtigkeit im Kühlschrank gering hält. So bildet sich keine (oder bei Low-Frost nur eine dünne) Eisschicht. Dadurch, dass die Innenwände nicht zufrieren, verbrauchen sie langfristig auch weniger Strom. Die Kühlung muss nämlich so keine Eisschicht durchdringen, um die Lebensmittel im Innern auf der gewünschten Temperatur zu halten. Außerdem ist es bei No-Frost Modellen aufgrund des Umluftsystems kein Problem, die Kühlschranktür mal etwas länger geöffnet zu lassen, ohne dass zusätzliche Energie verbraucht wird.

Apropos Strom: Kühlschränke verbrauchen kontinuierlich Energie. Deshalb ist es wichtig, beim Kauf auf das Energielabel zu achten, das Auskunft über den Stromverbrauch gibt. Am energiesparendsten sind solche der Klasse A+++. Grundsätzlich sei es empfohlen, einen Kühlschrank zu kaufen, der mindestens ein Plus in der Typenbezeichnung hat. OH

Sanitär
Ihr Partner für
Bad und Sanitär in Berlin-Zehlendorf.

RO-DO
WÄRMEDIENST

Heizung
Energie sparen
mit einer modernen Heizungsanlage.

Altvaterstraße 1 | 14129 Berlin | 030 802 89 65 | www.ro-do.de

Fit in den Frühling

Neue Energie mit naturnahem Training

Oftmals bieten sich direkt vor der Haustür zahlreiche Möglichkeiten, an denen man etwas für die Fitness tun kann
Foto: PublicDomainPictures/pixabay

Auch mittels Dehnübungen lassen sich Kondition und Koordination ausdauernd trainieren
Foto: Jan Vasek/pixabay

Ob zuhause oder im Büro: Wer am Schreibtisch sitzt, braucht zwischendurch Bewegung oder will sich nach getaner Arbeit mal richtig austoben. Dazu braucht es nicht zwingend den Besuch im Fitnessstudio. Denn direkt vor der Haustür gibt es zahlreiche Möglichkeiten, an denen man etwas für die Fitness tun kann.

Frische Luft und Bewegung - das gibt Energie. Warum also nicht bei schönem Wetter einfach raus in die Natur? Lange Wege sind dafür meist nicht nötig. Man braucht lediglich die passende Sportbekleidung und geeignete Schuhe. Dabei ist das bekannte Joggen oder Wandern nicht die einzige Möglichkeit. An vielen Plätzen lässt es sich mit dem eigenen Körpergewicht trainieren und das Gute daran: Das Training an der frischen Luft stärkt gleichzeitig die Abwehrkräfte. Das Stichwort hierfür: Calisthenics. Zum Trainieren benötigt man nicht unbedingt schwere Gewichte oder ausgeklügelte Fitnessgeräte. Der eigene Körper eignet sich bestens als Trainingsgerät für die Muskeln. Dies ist das Prinzip von Calisthenics. Das Wort leitet sich aus den griechischen Wörtern „kalos“ (schön oder gut) und „stenos“ (Kraft) ab. Die einzelnen Übungen bei Calisthenics - zum Beispiel Liegestütze, Klimmzüge, Dips, Kniebeugen und viele mehr - sind in der Regel recht einfach. Dazu wird lediglich das eigene Körpergewicht eingesetzt. Zusätzliche Geräte werden nicht benutzt. In sogenannten „Calisthenics-Parks“ gibt es allerdings Stangen, die Recks und Barren nachempfunden sind. So zum Beispiel im Volkspark Wilmersdorf. Zwischen Bäumen bietet die Anlage Möglichkeiten für viele effektive Übungen. Aufgrund der Beliebtheit des Parks schauen bereits in der Früh Jogger und Freizeitsportler an der Trainingsstation vorbei. (Adresse: Str. am Schoelerpark 30, 10715 Berlin). Im Folgenden fünf leichte Übungen, die sich ganz leicht nachmachen lassen und für starke Abwehrkräfte und eine gute Figur sorgen.

Klimmzüge: Mit dieser klassischen Übung trainieren Sie Ihren Rücken, die Arme und Schultern. Viele Calisthenics-Übungen basieren darauf. Kniebeugen:
Sie sind vielleicht nicht neu, bringen aber in jedem Fall Beine und Po in Form. Erst recht, wenn man bei den Übungen die Beine hüftbreit auseinander stellt - wie ein Sumo-Ringer. Wichtig ist es dabei, die Knie zu schonen, in dem der Po beim Beugen nach hinten gelagert wird. Die Knie sollten nicht über die Fußspitzen reichen.

Liegestützen: Sie werden gerne auch Push-ups genannt und trainieren den ganzen Körper. Je nachdem, wie man die Hände platziert, werden Brust, Schultern, Rücken, Trizeps, Bizeps, Rumpf und Becken unterschiedlich belastet. Beinheben:
Hierbei kann man sich buchstäblich hängen lassen - und zwar an einer Klimmstange. Dabei führt man beide Beine zusammen, streckt sie aus und hebt sie ganz langsam an. Wichtig ist, darauf zu achten dass man hierbei nicht ins Hohlkreuz geht.

Dips: Damit lässt sich der Oberkörper in Form bringen. Vor allem der Trizeps wird hierbei gefordert. Bei dieser Übung umfasst man die Dips-Stangen, hebt die Füße an und lässt den Körper absenken. Anschließend drückt man mit der ganzen Kraft die Arme nach oben. Lange bevor der Trend des Calisthenics aufkam, gab es bereits Trimm-Dich-Pfade. Das sind Rundkurse, die oft in einem Wald angelegt sind. Auf einer Länge von drei bis vier Kilometern befinden sich in bestimmten Abständen unterschiedliche robuste Sportgeräte aus Holz. Dazu werden Übungen vorgestellt und zum Nachmachen angeleitet. Dabei wird die Kondition und Koordination trainiert. Möglichkeiten sind zum Beispiel Slalomlauf, Bockspringen, Balancieren und Dehnungsübungen. Beim Calisthenics-Training und den Workouts im Freien gibt es manches zu beachten. Vor allem wenn man bei kühlerem Wetter draußen trainiert.

Hier drei essenzielle Tipps für ein effektives Training. Die Wahl geeigneter Kleidung: Es gibt spezielle Kleidung für Outdoor-Fitness. Sogenannte Funktionswäsche transportiert den Schweiß nach außen. Dort kann er verdunsten. Wichtig ist auch, dass die Kleidungsstücke gleichzeitig wärmen, damit der Körper nicht abkühlt. Eine Mütze und Handschuhe sind bei kühleren Temperaturen, zum Beispiel in frischer Morgenluft ebenfalls ratsam. Funktional gekleidet ist man nach dem Zwiebelschalenprinzip. Dabei trägt man mehrere Kleidungsstücke übereinander. Aufwärmen: Ganz wichtig ist es, sich vorher unbedingt aufzuwärmen. Denn bei niedrigeren Temperaturen brauchen Muskeln und Sehnen länger, um ihre „Betriebstemperatur“ zu erreichen. Am besten läuft man sich vorher 10 bis 15 Minuten warm. Liegt der Trainingsort etwas weiter weg, kann man beispielsweise dorthin joggen. So kommt man bereits bestens aufgewärmt am Ziel an. Hinterher auslaufen und abschließend Dehnen: Anders als das Aufwärmen kann das Auslaufen etwas kürzer ausfallen, damit der Körper nicht zu schnell auskühlt. Experten empfehlen, sich abschließend drinnen noch einmal zu dehnen. Damit kann man jedoch auch ruhig ein bis zwei Stunden warten. Bis dahin haben sich die Muskeln schon wieder etwas erholt. OH

Buchtipp

Die Laufbibel
Das Standardwerk für den Laufsport
Matthias Marquardt

Das Standardwerk für den Laufsport

Laufen ist der Trendsport unserer Zeit – und das nicht ohne Grund: Wer regelmäßig läuft, trainiert sein Herz-Kreislauf-System, bleibt fit und schlank und schützt sich vor zahlreichen Zivilisationskrankheiten. Damit Sie Ihre Leistungsfähigkeit optimal entwickeln und gesund und beschwerdefrei laufen können, gibt Ihnen dieses Buch ein einfach anzuwendendes Gesamtkonzept an die Hand: Sie werden leichter und schneller laufen, aber belastbar und verletzungsfrei bleiben.

Erscheinungsdatum: 15.04.2021
Verlag: Spomedis
ISBN: 978-3-95590-160-8033637

Anzeigen

Anzeige

Nicht lang warten – ab in Jarten!

Neu in 2024:
Digitale Schnitzeljagd!

WALDHOCHSEILGARTEN JUNGFERNHEIDE

15 Parcours für Jung und Alt, für Anfänger und Profis!
Ideal für Tagesausflüge, Geburtstage und Betriebsfeiern!
Biergarten am Wasserturm, Chillerwiese und Freibad umme Ecke!

Geöffnet von März bis November
Heckerdamm 260 · 13627 Berlin · Zentral in Charlottenburg
030-34 09 48 18 · www.waldhochseilgarten-jungfernheide.de

WALD HOCH SEIL GARTEN
JUNGFERNHEIDE

Stilvoll wohnen

Designs und Trends zum Einrichten

Der industrielle Minimalismus zeigt sich dieses Jahr offensichtlicher als je zuvor und reflektiert den Hightech-Stil der 70er und 80er Jahre Foto: Pexels/pixabay

Der gegenwärtige Lebensstil manifestiert sich unter anderem in der Wichtigkeit von Einzelprodukten mit tadelloser handwerklicher Verarbeitung, hochwertige Materialien und überzeugendem, langlebigem Design Foto: LEEROY Agency/pixabay

Sie sind Ausdruck des Zeitgeists und bringen im Design, der Mode und generell in unserer Kultur auf den Punkt, was einer Gesellschaft besonders wichtig ist: Trends! In gewisser Weise sind sie Kommentare zu dem, was um die Menschen herum geschieht und zeigen wie feine Barometer an, welche Themen eine Rolle spielen. Ob man seine Aufmerksamkeit deshalb in diesem Jahr nur noch darauf beschränken sollte? Keineswegs, denn manche Tendenzen brauchen Zeit, um sich zu entwickeln. Doch es gibt einen Grund, warum beispielsweise Vintage-Designs immer beliebter werden und das traditionelle Handwerk einen so hohen Stellenwert hat, wie noch nie zuvor. Manche Designs machen wiederum einfach nur Spaß und entlocken ein Schmunzeln, weil sie neue Herangehensweisen zeigen, die es bis dato noch nicht gab. Allen voran sind Trends jedoch auch das, was man aus ihnen macht.

Einer von ihnen: „Café-Core“ oder - Schokoladenbraun wird Statementfarbe.

Seit die Kaffeekultur Einzug in unser Zuhause hielt und sowohl der einfache Filterkaffee, als auch der Cappuccino aus der heiß geliebten Siebträgermaschine oder der stylischen Espressomaschine gefeiert wird, umgeben sich viele von uns mit Farben, die von sanftem Beige und Creme bis Dunkelbraun und Schwarz reichen. Kaffee, das lässt sich fast überall feststellen, ist mittlerweile mehr als nur das koffeinhaltige Getränk, das wir auch insbesondere genießen, wenn uns besonders träge Tage erwarten. Es existiert nun vielmehr ein großer Kosmos mit allerlei kleinteiligem Zubehör. Kaffee ist Teil unseres Alltags und auch in unseren vier Wänden räumen viele von uns diesem Universum Platz ein. So bildete sich der sogenannte „Café-Core“, der Nuancen im Farbspektrum Braun zur lässigen Statementfarbe macht - sowohl an den Wänden als auch in Sachen Möbel.

Generell lässt sich folgendes festmachen: Was Trends anbelangt, so funktioniert das Spiel im Grunde so: Auf Trend folgt Gegentrend. Auf Eleganz folgt Coolness, auf skandinavischen Minimalismus Bauhaus ... und so weiter.

„Memphis“ ist ein weiterer Trend: Verspielte Designs machen hierbei Lust auf eine bunte Interior-Revolution. Damals bildete sich die Gruppe Memphis, gegründet 1980 in Mailand von Möbel-, Textil- und Keramikdesignern rund um Ettore Sottsass, und machte die Designwelt ein paar Jahre lang schriller, verspielter, grotesker und fröhlicher - die Antwort auf die vorherrschende Doktrin „form follows function“. Auch Architekt Anthony Authie erschuf sich ein Loft, das das Gegenteil von „less is more“ zelebriert. Bunte Farben treffen dabei auf Elemente wie Edelstahl. Verspielte Details runden das Interior inklusive Feuervorhänge ab. Außerdem ist 2024 auch das „Jahr des Holzdrachen“, in dem Smaragdgrün, Kanarienvogelgelb und Rot zu den Favoriten zählen. Die Botschaft dahinter ist: Mut zur Selbstironie und einfach Spaß haben!

Sofas, Tische, Bänke, Sessel, Kissen - sie alle nehmen sich immer wieder runde Formen zum Vorbild. Anfangs dachte wohl so manch einer, dass der „Nackenrollen“-Trend, wie er manchmal spöttisch bezeichnet wurde, wohl nicht von Dauer wäre - doch das stellt sich nun als Unwahrheit heraus. Vor drei Jahren lancierte OWL seine „La Pepino“-Kollektion, die zylindrische Kissen beinhaltete, die perfekt in die runden Kerben des Sessels passten. Bis heute löst der Trend Sehnsucht aus, einfach weil er komfortabel und chic zugleich wirkt. Laut Feng-Shui fließt die Lebensenergie an runden Möbeln und Objekten harmonischer entlang, als an Ecken und Kanten. Und selbst Colin King plädiert mit seiner „Cultiver“-Kollektion für Nackenrollen im Wohn- und Schlafzimmer.

Auch spannend: der Trend zur Rückkehr des industriellen Minimalismus. Er zeigt sich dieses Jahr offensichtlicher als je zuvor: der Hightech-Stil der 70er und 80er Jahre, wenn man so will auch die industrielle Revolution der Inneneinrichtung. Sie kommt zurück und feiert Materialien von Metall über Kupfer bis zu Chrom. Die Idee war schon damals, industrielle Werkstoffe, oder vielmehr die daraus gefertigten Gebrauchsgegenstände und Produkte, ästhetisch in Szene zu setzen. So kommen Leuchten, die an U-Bahnlichter erinnern, USM-Haller Regalsysteme und Edelstahlküchen zurück. Und last not least, soll der Trend zur Handwerkskunst nicht unerwähnt bleiben. Warum sie so wichtig ist beschreibt Trendforscherin Lii Edelkoort: Dieses Jahr stehe das Jahr der „Great Disruption“ als auch der „Great Isolation“ an. Das bedeutet, dass die Gesellschaft gerade dabei ist, sich grundlegend zu verändern - was alle Aspekte des Lebens betrifft, so auch das Design und die gesamte Kultur. Die Menschen besinnen sich auf ihr eigenes Leben, ihren Stil und ihre Umgebung, in der sie leben. Das manifestiert sich auch in der Wichtigkeit von Einzelprodukten. Gerade weil wir eine starke emotionale Bindung zu Produkten aufbauen, sind tadellose handwerkliche Verarbeitung, hochwertige Materialien und überzeugendes, langlebiges Design bei der Einrichtung unerlässlich. Viele Menschen streben daher nach Produkten, die mit ihrer Geschichte das eigene Leben bereichern. Auch deshalb gewinnen Buzzwords, wie Upcycling und Vintage, an Bedeutung.

Seien Sie kreativ - leben Sie Ihren eigenen Trend. OH

Anzeige

Holz Possling spendet Bäume für Berliner Wälder

Im Sommer 2022 fanden im Einkaufszentrum ALEXA am Alexanderplatz die Nachhaltigkeitswochen „Bewusst (er)leben“ statt. Holz Possling unterstützte die Aktion mit „Pedal for the earth“ als besonderes Highlight. Die Teilnehmer an diesem Fahrradwettrennen haben den Ankauf und das Pflanzen von 1.500 Baumsetzlingen im Wert von 3.000 € „erradelt“, die das Unternehmen spendet.

Mit kräftigem „in die Pedale treten“ sorgten auch diese beiden Mädchen für neue Bäume in Berlins Wäldern – die T-Shirts gab's zur Belohnung Fotos: Holz Possling

Bei der Aktion von Holz Possling im ALEXA konnten sportliche Standbesucher Baum um Baum „erradeln“

„Endlich ist das Saatgut da und wir können die ersten Bäume pflanzen“, freut sich Förster Felix Haas, „Chef“ im Revier Dreilinden. Nach einem Jahr, in dem Baumsetzlinge knapp waren, hat der erfahrene Waldpfleger nun das lang ersehnte Pflanzmaterial von einer brandenburgischen Forstbaumschule erhalten. Dank der finanziellen Unterstützung durch Holz Possling werden ca. 1.500 junge „Possling-Bäume“ in den Wäldern zwischen Wannsee und Dreilinden ihre Heimat finden. Witterungsbedingt erfolgt eine Pflanzung immer im Herbst, um den Setzlingen die beste Chance zum Anwachsen zu geben.

Revierförster Haas und seine Kollegen vom Forstamt können sich bei den Pflanzkampagnen auf engagierte Helfer verlassen – oft sind es Schulklassen, aber auch junge Menschen, die ein Freiwilliges Ökologisches Jahr leisten, oder Familien, die im Rahmen von Eltern-Kind-Aktionen teilnehmen. Bei der ersten Pflanzaktion waren es Schülerinnen und Schüler einer 5. Klasse der Johannes-Schule in Berlin-Schöneberg, die gemeinsam mit ihren Lehrerinnen und der Waldschule in Dreilinden sowie unter Anleitung von Forstmitarbeitern zunächst 150 zwischen 50 und 80 cm große Setzlinge in den Boden bringen.

Die jungen Bäume, vor allem Eichen, Hainbuchen, Linden und Buchen, finden ihren Platz in einem vorher sorgfältig ausgewählten Areal mitten im Wald. Dieses wird für 10 – 15 Jahre von einem Schutzzaun eingehegt, um Wildverbiss zu verhindern. Es werden ausschließlich Laubbäume gesetzt, um die vorherrschende Monokultur der Kiefer zu durchbrechen. So besteht z.B. der Grunewald zu 60 Prozent aus Kiefern! Der Vorteil der Laubbäume: Sie werfen im Herbst ihre Blätter ab, benötigen daher im Winterhalbjahr weniger Wasser als Nadelbäume und ermöglichen außerdem, dass Niederschläge an den Boden und damit ins Grundwasser gelangen.

Die Schöneberger Schülerinnen und Schüler jedenfalls waren mit Eifer und Enthusiasmus dabei. „Die Pflanzaktion passt perfekt in unseren Handwerksunterricht, denn hier im Forst arbeiten wir mit lebendigem Holz und nicht wie sonst mit toten Produkten“, sagte die Klassenlehrerin. Auch Förster Haas ist begeistert: „Es kommt drauf an, mit viel Sorgfalt zu pflanzen. Und darin sind Schulklassen immer sehr gut.“ Mit Vorfreude blickt er auf die nächsten Pflanzaktionen, denn schließlich müssen noch weitere 1.350 Possling-Spendenbäume gesetzt werden. An Bewerbungen von Berliner Schulklassen für die Folgepflanzungen mangelt es jedenfalls nicht.

Unter fachkundiger Anleitung pflanzten Schöneberger Schülerinnen und Schüler die ersten Baumsetzlinge zwischen Wannsee und Dreilinden

Revierförster Haas und seine Kollegen vom Forstamt erklärten den Kindern vorab, wie die Baumsetzlinge in den Waldboden kommen

Für Holz Possling ist die Baumspende ein weiterer natürlicher Beitrag in der Förderung von Nachhaltigkeit und Klimafreundlichkeit. Bereits seit vielen Jahren setzt sich das Unternehmen für eine nachhaltige Waldbewirtschaftung ein. Der überwiegende Teil seines Holzangebotes stammt aus ökologischem Holzbau und ist seit 2015 mit entsprechenden Siegeln für nachhaltigere Waldwirtschaft zertifiziert. Wer zudem einen der drei Holz Possling-Fachmärkte besucht, wird bemerken, dass Einkaufstaschen und -kartons aus recyceltem oder recyclefähigem Material bestehen. Verkaufs- und Lagerräume sind überwiegend auf LED-Beleuchtung umgerüstet. Und nicht zu vergessen: Auf dem Dach der Holz Possling-Filiale in Mahlsdorf betreibt das Unternehmen eine Photovoltaik-Anlage, die über 450.000 kWh Energie pro Jahr produziert und damit zu den leistungsstärksten in Berlin zählt.

Mehr Infos und ein Video zur Aktion unter:
www.possling.de/Baumspende

Leben mit der Natur

Gartentrends für die neue Saison

Auch in diesem Jahr bleibt nachhaltiges Gärtnern ein beliebter Trend. Doch das heißt nicht, dass man Nützliches nicht mit schickem Design kombinieren kann.

Während die Einen sich romantische Bauernhäuser kaufen und renovieren, die körperliche Arbeit und die Erdung in der Natur suchen, setzen die Anderen auf eine Verschmelzung von Design und Hightech im Garten und eine schlichte, funktionale Gestaltung. Diese Trends zeigen, dass der Garten nicht nur ein Rückzugsort zum Abschalten ist, sondern auch ein Ort, an dem moderne Technologie und Umweltbewusstsein harmonisch verschmelzen können. Möglich ist vieles.

Nachhaltigkeit ist mittlerweile mehr als nur ein Trend. Sie sollte beim Gärtnern und in vielen anderen Bereichen unseres Lebens vielmehr als Leitlinie verstanden werden. Klimawandel und Insektensterben treffen jeden individuell, und wer einen Garten sein Eigen nennt, möchte gerne sinnvoll dagegen angehen. Was beim modernen Hausbau mit Wärmepumpe, Energieeinsparung und nachhaltigen Baustoffen selbstverständlich ist, sollte sich auch bei der Outdoor-Planung fortsetzen. Mit den richtigen Pflanzen, ressourcenschonender Umsetzung, Wassereinsparung, Müllvermeidung und Recycling kann man im eigenen Haus und Garten viel tun, um die Umwelt nachhaltig zu entlasten. Mit einer umsichtigen und schonenden Herangehensweise leistet man auch als Hobbygärtner einen Beitrag zu Umweltschutz und Artenvielfalt.

Auch das Thema Selbstversorgung bleibt in diesem Jahr ein wichtiger Gartentrend
Foto: Peggychouchair/pixabay

Wo letztes Jahr der Garten noch als erweitertes Wohnzimmer galt, wird dieses Jahr der Wohnraum ins Freie verlegt. Schon längst sieht man dort keine einfachen Plastikstühle und Klapptische mehr. Die Möblierung des Gartenzimmers wird durchdachter und langlebiger. Hochwertige Möbel und clevere Gadgets sind die neuen Outdoortrends. Jede Generation soll ihren Lebensraum im Freien bekommen - vom Designer-Baumhaus für die Kinder bis zur ergonomischen Gartenliege für Senioren.

Ob Lounge-Sessel mit integrierten Lautsprechern, wetterfeste Sofas mit eingebautem Kühlschrank oder stylische Feuerstellen für laue Sommerabende - Grenzen setzt nur das Budget.

Das Home Office - zu Coronazeiten ein notwendiges Übel - ist längst als erstrebenswerte Arbeitsform etabliert. Kein Wunder, dass das heimische Büro, wie es in den letzten Jahren vielleicht notdürftig eingerichtet war, immer mehr zum festen Dreh- und Angelpunkt im eigenen Zuhause geworden ist.

Wer kann, arbeitet heute auch zeitweise von Zuhause aus oder verlegt gleich das ganze Office nach draußen
Foto:Pfüderie/pixabay

Wer kann, geht einen Schritt weiter und verlegt gleich das ganze Office nach draußen. Denn seien wir mal ehrlich: Eingepfercht zwischen vier Wänden und staubigen Bücherregalen gelingt es nicht immer, die Gedanken zum Sprudeln zu bringen und die Arbeit voller Energie und mit Elan umzusetzen. Die Lösung könnte ein Garten-Office sein.

Wer über ausreichend Platz verfügt, kann sich ein kleines, aber feines Häuschen in den Garten stellen, welches mit Schreibtisch und sonstigen Büroartikeln ausgestattet wird. Der Blick ins Grün und Pausen an der frischen Luft sind gut für die Gesundheit und inspirierend.

Das Schaffen von Wohlfühlorten im Garten begeistert jede Generation
Foto: Engin Akyurt/pixabay

Funktionen wie automatische Bewässerung, ausgeklügelte Beleuchtungskonzepte schaltbar per Fernbedienung, Rasenpflege oder smarte Gewächshäuser - auch im eigenen Grünen haben neue Technologien längst Einzug gehalten. Pflanzenpflegetipps vom Smartphone helfen, die grüne Oase optimal zu pflegen. Ein stabiles WLAN ist Grundvoraussetzung. Darauf aufbauend ist alles möglich, was die smarte Haus- und Gartentechnik zu bieten hat. Technikaffine Menschen finden hierbei einen neuen Spielbereich, um ungeliebte Arbeiten zu automatisieren, Urlaubszeiten zu überbrücken oder ein spannendes Beleuchtungskonzept zu steuern.

Der moderne Garten hat schon immer durch Schlichtheit und klare Linien gepunktet. Passend zu den reduzierten Designs moderner Neubauten stellen sich auch die dazugehörigen Grünflächen als schlichte und kantige Formate dar. Beruhigende, naturnahe Farben wie hellbraun, weiß, grau, silber, blau oder die Pantone Farbe „Peach Fuzz“ - ein pastelliges Apricot - setzen dezente Akzente. Eine rechteckige Rasenfläche strahlt Ruhe aus, eingerahmt von pflegeleichten, dunkellaubigen Hecken. Bei der Pflanzenauswahl setzt man mehr auf Form als auf Farbe. So sind Gräser, Gartenbonsai oder Blattschmuckpflanzen beliebt, welche die ruhige Eleganz des modernen Stils fortführen und den Geschmack sehr vieler Gartenbesitzer treffen.

Es darf auch wieder romantisch sein. Wer zurück zur Natur, aber nicht im Kartoffelacker buddeln will, der richtet sich in einem romantischen, pflanzenbewährten Paradies ein - dem sogenannten Cottage Garden. Durch seine üppige, überbordende Blütenpracht verbreitet er eine heimelige, gemütliche Atmosphäre und bietet so den perfekten Ausgleich zu Alltagsstress und Technik-Overload. Dabei sollte die Gestaltung möglichst naturnah erfolgen. Wildrosenhecken, Wildstauden, Lavendel und Obstbäume verbreiten nicht nur romantischen Charme, sondern sorgen auch für Summen und Brummen in den entspannten Stunden bei Earl Grey und Shortbread.

Auch das Thema Selbstversorgung bleibt in diesem Jahr ein wichtiger Gartentrend. Lebensmittelskandale, krankmachende Spritzmittel, Flugobst - viele Menschen haben die Nase voll von industrialisiertem Obst- und Gemüseanbau. Deswegen greifen mehr und mehr Hobbygärtner selbst zum Spaten und bauen im Kleinen so viel Obst und Gemüse zum Eigenbedarf an, wie der Platz es gestattet. Und das nicht nur, weil die Pflanzenpflege ein wunderbares Hobby ist.

Auch die Verarbeitung der eigenen Ernte im Anschluss bringt großen Spaß - und gesunde, köstliche Spezialitäten obendrein. Selbst gemachte Konfitüre aus den eigenen Beeren, selbst gepresster Saft aus handverlesenen Trauben oder selbst eingemachtes Sauerkraut - die eigene Produktion von qualitativ hochwertigen Lebensmitteln steht auch in diesem Jahr im Fokus der Gartentrends. OH

Anzeigen

Anzeige

Britzer Garten

Ab in die Tulpen!

Von der Wilden bis zur extravaganten Papageienart: Tausende Tulpen in den unterschiedlichsten Formen und Farben verwandeln ab Mitte April den Bereich vom Kalenderplatz bis zum Massiner Weg in ein einzigartiges buntes Farbenmeer.

APRIL BIS MAI

165.000 gesteckte Tulpenzwiebeln

5.000 Frühblüher

180 Tulpenarten

1 Tulpenmanie

#britzergarten
britzergarten.de

GRÜNBERLIN

Elegante Badezimmer

Entspannungsorte mit besonderem Ambiente

Eine freistehende, luxuriöse Badewanne vermittelt Großzügigkeit, Modernität und Eleganz
Foto: ViroStudio/pixabay

Der Trend zu organischen Formen und einem guten Feng Shui hält auch im Bad Einzug
Foto: Jesse Bridgewater/pixabay

Eine kleine Auszeit vom Alltag, ein schöner Start in den Tag oder nach Feierabend bei einem heißen Bad relaxen - das Badezimmer ist ein absoluter Wohlfühlort. Aber was macht ihn überhaupt dazu? Hier erfahren Sie, mit welchen kleinen Tricks man ganz leicht das Bad verschönern und zugleich Ordnung schaffen kann. Lassen Sie sich inspirieren!

Luftig, eine große Fenster-Front und jede Menge Holz - so wird das Bad zum Luxustempel und sorgt für jede Menge Spa-Momente. Ist die Möglichkeit gegeben, dann sollte bei der Badplanung vor allem eines mit eingeplant werden: Freiflächen. Ein echter Luxus und totaler Badtrend auch in diesem Jahr: eine freistehende Badewanne. Sie vermittelt Großzügigkeit, Modernität und Eleganz. Damit aber auch die Wärme und das Wellnessgefühl nicht untergehen, setzt man am besten auf einen smarten Materialmix mit Holz. Schließlich spielt auch im Bad die Nachhaltigkeit eine große Rolle. Klare Formen, moderne Materialen wie Mikrozement gepaart mit natürlichem Holz - ein traumhaftes Zusammenspiel. Die Deko darf übrigens auch hier im Boho-Stil angehaucht sein.

Terrakotta, Brauntöne und Grün: Deko und Textilien in den schönen Farben der Natur sind ideal, um jetzt im Badezimmer für Ruhe und Harmonie zu sorgen. Ob bei einem entspannten Bad oder bei der Morgenroutine - so wird es sicher harmonisch. Für maximale Natürlichkeit sorgt zum Beispiel auch Waldgrün an Textilien in Verbindung mit Holzelementen.

Auch nach wie vor im Trend ist die freistehende Badewanne - ein Muss im Designer-Badezimmer. Stylisch macht sie sich in Roségold, und das sogar im Schlafzimmer!

Im Küchenbereich bereits absolut en vogue, erobert der klassische Farbton jetzt auch die Bäder: Schwarz. Ob leicht marmoriert, im Allover-Look oder nur feine Akzente - Schwarz wirkt immer edel und ist eines der Badezimmer-Trends in diesem Jahr. Aber nicht nur Badmöbel, sondern auch Armaturen und Accessoires in Schwarz erobern das Bad. Glänzende Modelle strahlen viel Glamour aus, während matte Nuancen sehr modern wirken und besonders gefragt sind. Das hat ganz nebenbei auch den Vorteil, dass man Fingerabdrücke oder andere Verschmutzungen nicht so sehr sieht. Damit der Black-Look aber nicht zu kalt, sondern lebendig wirkt, ist ein stilvoller Mix ratsam. Helle Möbel und kontrastreiche Materialien erzeugen einen erfrischenden und modernen Bruch zur schwarz gefliesten Dusche.

Ein minimalistisches Badezimmer wird in diesem Jahr vorzugsweise in Schwarz/Weiß gestylt. Gerne können dabei auch einzelne Wände schwarz gestrichen werden. Wände ohne Fliesen wirken ebenfalls modern. Ansonsten werden vor allem mit den Accessoires Kontraste gesetzt. Für die Gemütlichkeit sorgen Textilien - ein großer Teppich und schöne Handtuch-Deko. Gewellte oder runde Spiegel oder gar ein geschwungenes Waschbecken: Organische Formen halten auch im Bad Einzug. Den Trend kennt man schon länger von Möbeln und Deko-Stücken für die anderen Räume des Hauses. Die gerundeten Formen sind übrigens auch ideal für ein gutes Feng Shui im Bad!

Um sich im Badezimmer richtig wohl zu fühlen, sollte es natürlich nicht nur glänzen, sondern auch schön aufgeräumt sein. Das Motto: weniger ist mehr. Weniger massive Schränke, weniger Dinge, die herumstehen und dafür mehr Luftigkeit und offene Elemente. Gerade deshalb ist es so wichtig, auf kleine Ordnungs-Helfer zu setzen. Besonders sinnvoll und hilfreich sind Körbe und Boxen jeglicher Art. Da hat man die freie Wahl - von puristisch, natürlich im Rattan-Look oder mit praktischer Aufteilung. Helle Farben und natürliche Materialien stehen hier im Fokus - sie unterstreichen zudem den Wohlfühlfaktor. In schmalen Wandregalen oder offenen Schränken kommen die Boxen und Körbe toll zur Geltung.

Der perfekte Ausgleich zum schnellen und hektischen Alltag? Das bietet ein natürlich gehaltenes Badezimmer mit Spa-Faktor. Durch Möbel und Accessoires in Naturtönen lässt sich eine wunderbare Wohlfühloase schaffen. Abgerundet wird das Ganze noch mit etwas Grün, ein paar Kerzen und einem angenehmen Raumduft.

Modern, cool und trotzdem einladend? Wer sich den lässigen Style eines 5-Sterne-Badezimmers fürs eigene Bad wünscht, der sollte vor allem auf die Accessoires Wert legen. Ein Tablett in Marmor-Optik - nach wie vor eines der Trend-Materialien - ein schöner Raumduft und einheitliche Spender für Seife & Co., geben dem Nassbereich den letzten Feinschliff und einen Hauch Hotel-Feeling. Und eine Sache darf beim Gedanken an Badezimmer und Hotel natürlich auch nicht fehlen. Richtig: gerollte Handtücher. Sie sehen nicht nur sehr stylisch aus sondern geben dem Bad auch eine ruhige Note.

OH

Luftig, eine große Fensterfront und jede Menge Holz - so wird das Bad zum Luxustempel und sorgt für jede Menge Spa-Momente
Foto: La belle Galerie/pixabay

Buchtipp

Bäder fürs Leben: Handbuch zur Badplanung *Birgit Armbrüster*

Das Buch „Bäder fürs Leben" liefert anhand zahlreicher, bebilderter Beispielbäder eine Fülle von Anregungen für eigene Entwürfe. Die Autoren präsentieren Lösungen für die unterschiedlichsten Raumgrößen, Lebenssituationen und Ansprüche an Bäder ebenso wie für besonders schwierige Raumsituationen und altersgerechte und barrierefreie Bäder. Alle Beispielbäder werden anhand von Grundrissen und Fotos oder Visualisierungen anschaulich und detailliert vorgestellt.

Bei der Planung und Umsetzung unterstützen außerdem ausführliche praktische Produktdetails.

Herausgeber: RM Rudolf Müller Medien GmbH & Co. KG
ISBN-10: 348103363X
ISBN-13: 978-3481033637

Renovieren Sie mit den Besten der Region.
Planung, Beratung, Qualitätshandwerk. Komplett aus einer Hand.

Komplettbad / Teilsanierung, Wellness / Sauna, Badausstellung, Sanitärtechnik, Heizungsmodernisierung, Erneuerbare Energien, Service und Elektro.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

LAABS
Laabs GmbH für Heizung, Sanitär und Fliesen
Am Silbergraben 16 · 14480 Potsdam-Drewitz
Tel. 0331 64959-0 · **www.laabs-potsdam.de**

Anzeige

JETZT SCHON AN DEN NÄCHSTEN SOMMER DENKEN.

EIN WINTERGARTEN FÜR MEHR WOHNRAUM AUS GLAS.

DÜRBUSCH®
WINTERGÄRTEN · FENSTER · TÜREN

Nuthedamm 30 | 14480 Potsdam | 0331/623156
info@duerbusch.de | duerbusch.de

Fotos: Solarlux

Beste Adressen

Ihr Shopping- und Dienstleistungsguide

Herrenmode

Lifestyle

*Breisgauer Str. 8-10 * Schlachtensee*
*Baseler Str. 2-4 * Lichterfelde-West*
*Bahnhofstr. 7 * Lichtenrade*
*Clayallee 343 * Zehlendorf*
*Rüdesheimer Str. 2 * Wilmersdorf*
www.enderlein-moden.de

Küchen

Adler: (033 203) 22 600
Spiegler: (033 203) 87 105
14532 Kleinmachnow
R.-Breitscheid-Str. 37

Maritimes

*Bootservice Berlin * Der flinke Friese**

Gegründet im Jahr 2004 feiert der Bootservice Berlin in diesem Jahr sein 20-jähriges Firmenjubiläum. Seit dieser Zeit reinigt der gebürtige Nordfriese Guido Wagner und sein unermüdliches Team in reiner Handarbeit Persennige und andere Bootsverdecke – für friesische Reinheit.
Auf diese Weise reduziert der „flinke Friese" neben einem sehr guten Reinigungserfolg die Belastung des Materials auf ein Minimum und garantiert nach der Wäsche eine Passgenauigkeit und keine „blinden" Fenster. Danach wird alles mit einer extra starken High – Tech Carbon Imprägnierung veredelt. Darüber hinaus ist der „flinke Friese" auch als EU zertifizierter Sachverständiger und Gutachter für Bootsplanen aller Art tätig.

Guido Wagner wünscht allen Skippern eine sonnige und erholsame Saison mit einer Handbreit Wasser unterm Kiel.
Nur nach Termin und nur in Berlin Spandau!
www.bootservice.berlin oder 033708-921830
Vielen Dank an alle Kunden für Ihre Treue.

Weine

Weinhandlung Hardy
mit Raritäten Cabinet
Thielallee 29, 14195 Berlin
Tel. (030) 831 25 98
Mo-Fr 10-19 Uhr, Sa 10-16 Uhr.
www.hardy-weine.de

Hervorragende Weine und Spirituosen sowie Sekte und Weine aus vielen Ländern. Ausgefallene Produkte und Weine von kleinen Winzern, die nur selten zu finden sind, aber immer von höchster Qualität, machen unser Sortiment aus.
Eine Besonderheit sind Jahrgangsweine und – spirituosen ab 1851.
Das passende Geschenk für Geburtstag oder Jubiläum.
In verschiedenen Preisklassen bieten wir Ihnen Passendes an, das wir gerne auch im Geschenkkarton für Sie versenden.
Auf Wunsch auch mit persönlicher Nachricht.

EXKLUSIVES
IMPRESSUM

Access Verlag
Michael Spremberg
Markus Iliuk GbR
Ringstraße 104 • 12203 Berlin
Tel: (030) 844 156-0
Fax: (030) 844 156-10
e-mail: info@exklusivesberlin.de

HERAUSGEBER
M.Spremberg ,M. Iliuk (verantwortlich)

PRODUKTION/ REDAKTION
OlafHansen(OH)
hansen@exklusivesberlin.de
Amelie Iliuk(AI)
a.iliuk@exklusivesberlin.de
Ariane Jakomeit(AJ)
jakomeit@exklusivesberlin.de

ANZEIGENVERKAUF
Heinz Iliuk
Markus Kappeler

DESIGN/TECHNIK
DESIGN-KONZEPTION:
Daniela Bowitz, bowitz-design.de
Manfred Schulz van Endert
BELICHTUNG & DRUCK:
SATTLER MEDIA GROUP

Nachdruck oder Vervielfältigung nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Heraugeber. Vom Verlag gestaltete Anzeigen dürfen nur mit schriftlicher Genehmigung der Herausgeber für andere Publikationen verwendet werden. Eine Haftung der Herausgeber für Angaben in dieser Zeitschrift und die sich daraus ergebenen Schäden - gleich welcher Art - ist ausgeschlossen. Für Druckfehler und Irrtum wird keine Haftung übernommen. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion oder des Herausgebers wieder.

kusian
RÄUMUNGSVERKAUF
wegen Geschäftsaufgabe
! Letzte Gelegenheit !
Alles muss raus!
bis zu 65 % Rabatt
Sofas und Möbel, Dekoration, Bilder, Lampen, Teppiche...
Kusian Einrichtungshaus GmbH, Blankestr.4, 13403 Berlin-Reinickendorf (am Kurt-Schumacher-Platz)
Tel. 498 98 60, www.kusian.de Parkplatz im Hof,
Montag-Freitag 10-18.30 Uhr Sonnabend 10-16 Uhr

Kanzlei

Michael Hoepfner RA +
Fachanwalt für Steuerrecht
Seestraße 44, 14467 Potsdam
Tel. (030) 893 808-0
www.ra-hoepfner.de

Sanitär

LAABS
Am Silbergraben 16
14480 Potsdam-Drewitz
Tel. 0331 / 64959-0
www.laabs-sanitaer.de

Geschenkidee:
Sie suchen Einzelstücke von
märklin
Senden Sie Ihre Anfrage an privat:
maerklinkrokodil@gmail.com

GALERIE MÖBEL TEGELER
GRÖSSTE POLSTER- UND SATTLERWERKSTATT BERLINS
seit über 40 Jahren

ÜBER 40 JAHRE BERUFSERFAHRUNG

POLSTEREI
UNSERE LEISTUNGEN:
• Sattlerarbeiten
• Beziehen von Polstern aller Art – bis zu 10.000 verschiedene Stoffe, zudem beziehen wir auch Stühle, Eckbänke, Sofas, Sessel und Antikmöbel
• Federkasten-Schaumstoff Erneuerung des Schaumstoff-, Bänder-, Polster-, Federaufbaus
• Aufpolsterung mit Daunen, Schaumstoff und Kaltschaum
• Alles in Handarbeit

TISCHLERARBEITEN
UNSERE LEISTUNGEN:
• Holzarbeiten
• Altholz-Aufbereitung & Auffrischung
• Schleifen & Lackieren
• Reinigung & Pflege
• Beizen & Polieren & Ölen
• Restaurierung von Antikholz
• Professionelle Bekämpfung von Holzschädlingen mit Hitze
• Anfertigungsarbeiten auf Wunsch

30% SAISONRABATT VOM 22.03-20.06.2024 AUF POLSTEREI

30% RABATT AUF TEPPICH-REINIGUNG

TEPPICHREINIGUNG
• Handwäsche nach persischer Methode
• Entfernung von Flecken & Verfärbungen
• Seidenglanzwäsche
• Rückfettungsimprägnierung
• Schonende Biowäsche
• Motten- & Milbenbeseitigung
• Allergikerfreundlich

ALLE KUNDEN DIE NACH BERLIN GEZOGEN SIND, BEKOMMEN ZUSÄTZLICH 10%!

MOTTEN?
BEFREIEN SIE IHRE POLSTER VON SCHÄDLINGEN JEGLICHER ART!

Galerie Möbel Tegeler GmbH • Hohenzollernplatz 7-8, 14129 Berlin • galerie.moebel.tegeler.gmbh@outlook.de
03065854431 & 01634543336 • Mo. - Sa. 10 - 18 Uhr