



Editorial



Liebe Gäste und Reisefreunde,

fit & aktiv - das ist der Trend der Zeit: Immer mehr

Menschen machen sich zum Ziel, gesund zu leben und regelmäßig Sport zu treiben. Ob Fitnessstudio, Mannschaftsport, Joggen oder Fahrrad fahren, es gibt unzählige Möglichkeiten, sich sportlich zu betätigen. Getreu dem Motto „Frische Gastlichkeit“ geben wir Ihnen in der aktuellen Ausgabe unseres GreenLiners viele Anregungen für Ihren nächsten Urlaub.

Zudem bieten wir mit den Hotels SPA Afrodyta im polnischen Osno Lubuskie, Reifenstein im thüringischen Kleinbartloff, Stoffels in Schmallebenberg, Golfhotel Fahrenbach in Tröstau und Gerbehof in Ailingen am Bodensee fünf neue Regionen im GreenLine Land zum Kennen lernen an.

Lassen Sie sich überraschen und inspirieren, damit auch Ihr nächster Urlaub in einem GreenLine Hotel zum aktiven Ereignis in der Natur wird.

Ihre 

Impressum

GreenLiner - Gästezeitschrift der GreenLine Hotels
GreenLine Hotels GmbH
 Katharinenstraße 12
 10711 Berlin
 Fon +49 (0)30/318 628-424
 Fax +49 (0)30/318 628-458

Redaktion: Solveig Homeyer, Katrin Kästner, Susanne Duda, Alice Knappe, Anna Klute
Layout: Solveig Homeyer
Fotos: S.1 fotostudio-charlottenburg, ©Farmer, ©Kzeno, ©Patrizia Tilly, ©JackF, ©Monika Adamczyk, S.2 ©Patrick Telemann, ©auremar, S.3 ©dethchimo, ©Cindy Kompein, ©dwags; S.5 Seilbahnen Thale GmbH, Chris Wohlffel, ©BirgitMundtOsterwiec, ©Volker Z, ©Elvin; S.7 ©momanuma, ©mike_experto; S.8 ©Maksim Shmeljov



Organe in den Urlaub schicken

Sport ist Mord! Ob dieser Ausspruch wirklich von dem britischen Präsidenten, Winston Churchill, stammt, oder ihm einfach nur über die Jahre angedichtet wurde, das vermag heutzutage niemand mehr so recht zu sagen. Dennoch ist sportliche Betätigung wichtig, kann aber auch „mörderische“ Seiten aufweisen, so Experten der Universitätsklinik Inselspital Bern. Sie untersuchten die Zunahme des Risikos, einen Herzinfarkt zu erleiden, während und nach körperlicher



Anstrengung, im Verhältnis zu den sonstigen körperlichen Aktivitäten. Das Ergebnis: das Risiko beim Sport einen Herzinfarkt zu bekommen, hängt sehr stark vom Maß an bisheriger, regelmäßiger körperlicher Betätigung ab. Wer jetzt allerdings denkt, dass er mit dieser Erkenntnis einen Freischein für die gemütlichen Stunden auf der Couch erworben hat, irrt sich. „Veränderungen brauchen Struktur. Und bis das geänderte Verhalten das Bewusstsein sensibilisiert und erreicht hat, muss man sich selbst Zeit geben,“ weiß Fitness- und Ernährungstrainerin Sabine Ilnka Grohn aus eigener Erfahrung. Sie nennt sich selbst „Diätgeschädigte“ und blickt dabei auf ihre eigene durch Hungerkuren geprägte Vergangenheit zurück. Jede Diät wirke, stellt Grohn fest, allerdings nur, solange wie der Hungernde sich seinen bisherigen Gewohnheiten entzöge. Kehre er anschließend in sein „altes“ Ess-Schema zurück, trete der bekannte Jojo-Effekt ein. Deswegen sei es wichtig, seine Ess-Gewohnheiten zu ändern, sich mit seinen Zielen nicht zu übernehmen und sich selbst genügend Zeit einzuräumen. „12 Wochen“, so prognostiziert die gebürtige Berlineriner,

„sind notwendig, damit die Veränderungen im Bewusstsein verankert sind.“ In ihren Abnehm- und Yogakursen berät, unterstützt, animiert und motiviert die ausgebildete Yogalehrerin ihre hauptsächlich weiblichen Kursteilnehmern. Ihre Art wirkt ansteckend und authentisch, vielleicht auch deshalb weil ihre Vita nicht geradlinig verlaufen ist. Bevor sie sich vor sieben Jahren mit ihrer Unternehmung „Ess Coaching“ in Berlin selbstständig machte, stand sie 15 Jahre als Polizei-Hauptmeisterin ihren Mann. Heute gibt sie ihre Leidenschaft zum Yoga gerne weiter. Heißhunger-Gefühle kenne sie nicht mehr und rät, hin und wieder die eigenen (Verdauungs-) Organe in den Urlaub zu schicken – mittels einer Fastenkur. Wem diese Fitness-Methode zu traditionell erscheint und um Yoga lieber einen großen Bogen macht, der fühlt sich vielleicht beim Trendsetter und Marktführer in diesem Bereich 'Fitness First' gut aufgehoben. Bereits Anfang der 90er erkannte und gestaltete das Unternehmen die Kehrtwende, weg vom bisher prägenden Bild

einer „Muckibude“ hin zu ganzheitlichen Fitness-Angeboten mit nachhaltig und individuell gestalteten Trainingszielen. Die Basis setzt sich bei Fitness First aus Kraft, Ausdauer und Bewegung zusammen. Danach ergänzen die Module wie Ernährung und Erholung die Angebotsvielfalt, angepasst an dem individuellen Leistungsniveau und dem Trainingsziel.



Erholung mit dem gewissen Gesundheitsaspekt bieten auch viele unserer GreenLine Hotels an. Mit dem Arrangement „Fit und Aktiv“ können Sie nicht nur etwas für Ihre Gesundheit leisten, sondern durch die budgetfreundlichen Übernachtungsangebote (4=3) zusätzlich auch Ihr Portemonnaie schonen.

QUELLE TEILW: V. GEORGESCU, JOURNALIST, OSTERODE



Tunnelblick: Plattenbauwelten

Im Jahr 2009 hat die 'Werkstatt für Engagement und Partizipation', kurz WEP, aus dem Berliner Bezirk Marzahn-Hellersdorf, einen Kunstwettbewerb unter dem Motto „Tunnelblick: Plattenbauwelten“ ins Leben gerufen. Die jungen Erwachsenen, die sich ehrenamtlich beim WEP engagieren und durch den Stiftungsgedanken als Youth Bank Jugendliche mit Rat und Tat und einer gewissen Geldspritze zur Seite stehen, verfolgten das Ziel, ihren Bezirk in einem neuen Licht erscheinen zu lassen und ihm so ein neues Image zu geben. Denn immerhin feierte Marzahn-Hellersdorf 2010 seinen 60. Geburtstag. „Aus diesem Anlass stellten wir eine Ausstellung zusammen, auf der sich Künstler mit ihren Werken rund um den Bezirk präsentieren konnten“, erörterte Anne Brosch,

Mitorganisatorin des WEP das gelungene Vorhaben: 18 Künstler beteiligten sich mit 80 Werken an diesem Wettbewerb. Gewonnen haben Babett Köhler (1. Platz), Steven Lüttke (2. Platz) und Manuela Köppe (3. Platz). Die Gewinner-Fotos gehen nun auf Reise. Zunächst schmücken sie das Arcos Appartementhaus in Berlin-Wedding, bevor sie weiterreisen nach Niedersachsen ins GreenLine Hotel Braunschweiger Hof.



DIE WEPLER UND YOUTH BANKER, TINA UHLEMANN, PHILIPP SANDERHOFF UND ANNE BROSCHE BEGUTACHTEN DIE FOTOS IN IHREM NEUEN ZUHAUSE „AUF ZEIT“.



5 x neu bei GreenLine

Gäste finden im GreenLine Hotel Afrodyta in Osno Lubuskie die Erfüllung ihrer Träume nach Erholung und Entspannung. In der Wellness- und Gesundheitslandschaft erleben Sie Regenerierungs- und Schönheitsanwendungen, die ganz Ihren individuellen Wünschen entsprechen.

Im thüringischen Kleinbartloff, zwischen Harz und Werra gelegen, erwarten Sie enge Täler, ausgedehnte Laub- und Mischwälder, die für das Eichsfeld charakteristischen, Streuobstwiesen und die Familie Bause im GreenLine Hotel Reifenstein.

Umrahmt von Fachwerk inmitten des historischen Stadtkerns von Schmallebenberg finden Sie das GreenLine Hotel Stoffels. Erkunden Sie die reizvolle Landschaft des

Schmallebenberger Sauerlandes und entdecken Sie auf wunderschönen Wanderwegen den Rothaarsteig.

Inmitten des Fichtelgebirges bietet sich Besuchern ein beeindruckender Blick auf die Kösseine, an deren Fuß sich die 18 Loch Golfanlage in die Landschaft einfügt. Nicht nur die reizvolle Umgebung, sondern auch das Ambiente des GreenLine Golfhotels Fahrenbach sind stets eine Reise wert

Nahe Ailingen am Bodensee, liegt das GreenLine Hotel Gerbehof, umgeben von Wiesen, Wäldern und Obstplantagen. Hier fallen Kinder abends müde und glücklich ins Bett. Das Programm reicht von Ponyreiten, Spielplatz, Streichelzoo, Tierfütterungen bis hin zur Mithilfe im Stall.

GREENLINE

Tipps aus den Regionen...

... für Hofnarren

Der Ballsaal des Traditionshauses Hohenzollern wird nährisch. Als neue Veranstaltungsstätte werden dort seit Februar 2010 bekannte aber auch durchaus ungewöhnliche Produktionen aus den Genres Theater, Comedy, Kabarett, Musik und Tanz gezeigt. In kuscheliger Atmosphäre wird sich das Publikum an kleinen Tischen neben kulturellen, auch kleinen gastronomischen Genüssen hingeben können. Für das Jahr 2010 schmücken rund 16 kulturelle Highlights den neu gestalteten traditionellen Ballsaal. Der Hofnarr im Traditionshaus Hohenzollern ist wohl, nach dem Abriss der legendären Schleihalle, das Einzige historische Volksunterhaltungsgebäude welches dieser Stadt erhalten geblieben ist. Nach nunmehr über 20 Jahren wagt sich der "Hofnarr", als Nachfolger altehrwürdiger Veranstaltungen wie Otto Walkes, Hape Kerkeling oder Ina Müller, an die Wiederbelebung heran. Letztere sind nur ein Beispiel für die vielen Facetten, die die Schleistadt Schleswig über Jahrhunderte weltweit populär gemacht hat.



Termine 2010:

- 18. Juni: Die Musical Night 2010
- 19. Juni: Tanz an einem Sommerabend
- 16. Juli: Die Party-Nacht 2010 mit Boerney & Die TriTops
- 17. Juli: Sensationell! Die Bundeswehr kommt zurück! - Ausbilder Schmidt
- 27. August: Die Lange Hafennacht u.a. mit Emmi & Herr Willnowsky, Wolfgang Trepper, Käpt'n Westwind
- 28. August: Die famose Schmidt - Schlagersauce
- 17. September: Die lustige Emmi & Willnowsky Show - Gogo á Gaga
- 23. Oktober: York Lange „The Swing Night“ Smoking, Sexappeal & Apfelsaft
- 04. November: LaLeLu „grundlos eitel reloaded“
- 07. November: Ina Deter „ein Wunder – das Beste“
- 13. November: Cappy Calzone & der Mendocino Express feat. Kay Ray
- 26. November: Hennes Bender „Erregt!“
- 04. Dezember: The ABBA "Christmas Dinner-Show"

GreenLine Hotel Hohenzollern
Moltkestr. 41, 24837 Schleswig
www.hofnarr-events.de

Sudoku (schwer)

Sudoku ist ein japanisches Zahlenpuzzle. Sie müssen alle leeren Felder so ausfüllen, dass in jeder Zeile, in jeder Spalte und in jedem 3x3 Kästchen alle Zahlen von 1 bis 9 vorkommen.

	4			5		7		
				2	6	9		
			8				2	1
	7			4		1		
		1	7		8	6		
		6		5			4	
2	3				1			
		4	2	8				
	9		4				6	



Sinneswandel auf Rügen

Am lebendigsten und schönsten bleiben jene Urlaubstage in Erinnerung, die im wahrsten Sinne erfüllt sind – Tage mit bleibenden Eindrücken, die den wahren Wert eines Urlaubs ausmachen. Bringen Sie auf Rügen, der größten deutschen Insel, Ihre Sinne auf Touren: **Sehen:** Die teilweise bis 120 m empor ragenden Kreidefelsen im Nordosten der Insel sollten Sie unbedingt gesehen haben. Schon der Maler Caspar David Friedrich ließ sich von den bekanntesten Kreidefelsen Wissower Klinken inspirieren, die zusammen mit dem Königsstuhl einen imposanten Anblick bieten. **Schmecken:** Die Sanddornfrucht ist die Zitrone des Nordens und enthält 10 mal mehr Vitamin C als eine Zitrone. Vor 200 Jahren diente die ursprünglich aus Schweden stammende Pflanze noch dem Küstenschutz, heute erfreut Sie sich vor allem



KREIDEKÜSTE AUF RÜGEN



LIKÖR IM GREENLINE HOTEL RÜGEN PARK

auf Grund Ihrer nachgewiesenen gesundheitlichen Wirkung großer Beliebtheit und ist auf der Insel z.B. als Likör, Fruchtaufstrich oder Saft erhältlich. **Riechen:** Überall auf Rügen riechen Sie das Meer, denn kein Ort liegt weiter als 7 km vom Wasser entfernt. Das Wasser um Rügen gehört mit zum saubersten, das die Ostsee zu bieten hat. **Hören:** Die Insel Rügen ist nicht nur berühmt für ihre Naturschönheiten, sondern hat auch einen außergewöhnlichen Reichtum an archäologischen Sehenswürdigkeiten. Das Projekt "Rügen hören" des Lehrstuhls für Ur- und Frühgeschichte der Universität Greifswald bietet Ihnen die Möglichkeit, Hör-Führungen zu Rügener Bodendenkmälern als MP3 unter www.ruegenhoeren.de kostenlos herunterzuladen. **Fühlen:** In allen der vier GreenLine Hotels auf Rügen fühlen Sie sich von Anfang an wie zu Hause.

Engel oder Teufel ...



... das fragen sich viele, die Götz Alsmann in den letzten 25 Jahren auf der Bühne oder auf dem Bildschirm gesehen haben. Aber wer kann diese Frage schon wirklich beantworten? Vielleicht liefert ja das neue gleichnamige Bühnenprogramm ein paar sachdienliche Hinweise. Der letzte echte Entertainer unserer Zeit präsentiert einen Reigen seiner himmlisch-teuflischen Lieder, mit denen er mühelos eine Brücke zwischen der Welt selig machender Melodien und dem Abgrund höllisch-scharfer Rhythmen schlägt. Aber ganz gleich, ob es sich dabei um Alsmanns Eigenkompositionen handelt oder er tief in das Archiv des klassisch-obskuren Schlagers der Schwarzweiß-Ära greift – sein Erfolgskonzept ist und bleibt das, was seinen Ruf als König des deutschen Jazz-Schlagers begründet und gefestigt hat: Jazzartige Musik mit deutschen Texten und langen Ansagen, das Ganze auf die Bühne gebracht mit Hilfe der exzellenten Götz Alsmann Band, die ihrem Kapellmeister seit Jahrzehnten mehr als loyal zur Seite steht. Am Sonntag, den 19. September 2010 gastiert Götz Alsmann mit seiner Band im GreenLine hotel: im schützenhof in Jever. Karten gibt es im Schützenhof und an allen bekannten Vorverkaufsstellen, telefonisch unter 0421/353637, www.goetz-alsmann.de.

365 Orte im Land der Ideen

Deutschland war und ist das Land der Ideen. Erfinder, Künstler, Philosophen, Wissenschaftler und Unternehmer haben es über Jahrhunderte dazu gemacht. Im Rahmen eines bundesweiten Wettbewerbs werden insgesamt „365 Orte im Land der Ideen“ gekürt, die sich jeweils an einem Tag im Jahr der Öffentlichkeit mit ihrer Idee präsentieren. Diese Orte sind überall dort zu finden, wo Ideen entstehen, entwickelt und gefördert werden oder wo die Erinnerung an große Erfindungen bewahrt wird. Unser Tipp für alle, die am 29. Juli zu Gast im GreenLine Hotel Holst in Sieversen oder Böttchers Gasthaus in Nenndorf sind: An diesem Tag wird der nahe gelegene Wassererlebnispfad im Freilichtmuseum am Kiekeberg als einer der 365 Orte ausgezeichnet. Der Pfad zeigt, wie das lebensnotwendige Nass den Lebensrhythmus unserer Vorfahren bestimmte und uns auch heute noch prägt. Sie können selbst Hand anlegen und ausprobieren, wie etwa Brunnen funktionieren oder sich das Wassertragen anfühlt. Daneben gibt es einen großen Wasserspielplatz, an dem Klein und Groß spielerisch mit dem feuchten Element in Berührung kommen können. www.kiekeberg-museum.de



SCHON DIE GANZ KLEINEN KOMMEN IM MUSEUM MIT DEM NASSEN ELEMENT IN BERÜHRUNG

An apple a day – keeps the doctor away

Der bekannte Spruch hat durchaus seine Berechtigung. Ein Apfel deckt rund ein Viertel des täglichen Vitamin C-Bedarfs und enthält über 20 Mineralstoffe, darunter nennenswerte Mengen an Kalium, Eisen, Phosphor und Magnesium. Weitere Inhaltsstoffe wie Flavonoide, Phenole und Carotinoide sorgen für eine vorbeugende Wirkung vor Krebs, regulieren den Blutdruck, stimulieren das Immunsystem und wirken entzündungshemmend. Der vor allem in den Schalen enthaltene Ballaststoff Pektin reguliert die Verdauung und sorgt für ein lang anhaltendes Sättigungsgefühl. Aufgrund des hohen Wassergehalts – ein Apfel besteht zu 85 % aus Wasser – haben Äpfel nur ca. 60 Kalorien pro Stück.

GREENLINER



Wenn ein Skorpion auf Champagner trifft

Falls Sie noch nicht wissen sollten, womit Sie im Juli auf den neuen Weltmeister anstoßen werden, dann haben wir einen guten Tipp für Sie: Probieren Sie doch einmal einen Skampus vom Burgunderhof. Bekannt ist der Burgunderhof von Familie Renn nicht nur als exklusives Domizil in

Hagnau am Bodensee oder für seine hochwertigen Weine und Edelbrände, sondern auch für einen sehr interessanten, prickelnden Tropfen: Der Skampus ist ein, im Champagnerverfahren hergestellter, feinerlicher Sekt, der durch seinen würzigen Beerenduft, der gut eingebundenen Säure

und dem wohlschmeckenden Abgang überzeugt. Den ungewöhnlichen Namen Skampus erhielt das interessante Getränk durch die Kombination aus dem Sternzeichen von Winzerin und Gastgeberin Andrea Renn und der gängigen Bezeichnung Champus.



Aktiv sein & Genießen im Burgunderhof

- 4 Übernachtungen inklusive Frühstücksbuffet
- Äpfel aus den hauseigenen Obstgärten im Korb
- Burgunderhof-Geschenkset „Vitalisiere die Haut, belebe die Sinne“
- Kleine Einführung in die Welt der Weine und Destillate mit Geschichten und Verkostung
- Leihfahrräder an 2 Tagen

ab 283,00 € pro Person



Genuss und Lebensstil



KÄSE ECHT ENTLERBUCH

Familiäre Gastfreundschaft, die von Herzen kommt, trifft kulinarische Höhenflüge aus den Rischli-Kochtöpfen. Bereits seit einigen Jahren ist das GreenLine Hotel Rischli in der Zentralschweiz zertifizierter Gastropartner der UNESCO Biosphäre Entlebuch. Unter dem Label «Echt Entlebuch» werden in der Küche mindestens 75 %

der Milch- und Fleischprodukte aus der Region verwendet. Inzwischen gibt es 350 Regionalprodukte, die mit diesem Qualitätszertifikat ausgezeichnet sind. "Wir vom Rischli waren schon immer bestrebt, Produkte aus der Region zu verarbeiten und einheimische Lieferanten zu berücksichtigen. Nur so ist es möglich, unseren Gästen naturgerechte Gerichte anzubieten. Mit der Neuausrichtung «Wellness» bringen wir frischen Wind in unsere Kochtöpfe. Zur traditionellen Küche gesellen sich nun auch Menüs mit den Schwerpunkten Fitness, Gesundheit und Wellness", so Willy Kuster-Wicki, der gemeinsam mit seiner Familie den Betrieb in Sörenberg führt und aus Überzeugung die echte Entlebucher Gastfreundschaft lebt und an seine Gäste weitergibt.



Drei auf einen Streich



FRONT-COOKING IM LANDHAUS BECKMANN

Der Riswicker Bauernmarkt im Nordwesten von Nordrhein-Westfalen steht für Qualität statt Quantität und frische Produkte aus der Region. Jeden Donnerstag von 14 bis 18 Uhr wird der Selbstversorgermarkt zum Treffpunkt für alle, die direkt beim Erzeuger kaufen wollen. Am 23.6.2010, wird der Küchenchef des GreenLine Landhauses Beckmann, Marcus Solich, in einer Open-Air-Kochvorführung die Produkte des Riswicker Bauernmarktes in einem verlockenden und gesunden 3-Gänge-Menü professionell zubereiten und anrichten. Der Besucher kann zusehen und natürlich verkosten. Im Anschluss können die Rezepte mitgenommen und die Zutaten direkt auf dem Bauernmarkt eingekauft werden. Mit der Aktion will Michael Große Holtforth, Mitinitiator und Inhaber des Landhauses Beckmann, nicht nur auf die Vielfalt an regionalen Produkten aufmerksam machen, sondern auch die modern-urbane Küche seines neu eröffneten Restaurants, 'Beckmann's TELLER-RAND' vorstellen. Das neu entstandene Restaurant besticht durch ein klares Design und wird die niederrheinisch-rustikale Küche der 'Klompkamer' ergänzen. Wie modern und vielfältig regionale Küche sein kann, zeigen die Gerichte, die vor Ort zubereitet werden: Zupfsalat mit gebratenen Hähnchenstreifen und Spargel in Balsamico, Kartoffel-Gemüse-Bratlinge mit Mangoldgemüse in einer Rahmsauce von Ziegenkäse, Erdbeeren mit Minze an Frischkäse-Honig-Creme.

Die Rezepte finden Sie unter:
www.greenline-hotels.de/tellerrand.aspx



Obstwochen in Brandenburg



Haben Sie schon einmal selbst Äpfel gepflückt? Wissen Sie noch, wie wunderbar frische Himbeeren schmecken? In den Obstplantagen rund um Werder an der Havel können Sie selbst Obst und Gemüse ernten, ständig die frischen heimischen Produkte probieren und diese direkt vom Feld beim Erzeuger kaufen. Die Stadt

Werder, die ihren Beinamen „Blütenstadt“ in erster Linie ihren blühenden Obstbäumen verdankt, blickt auf eine alte obstbauliche Tradition zurück. Ausgehend von den ersten Obst- und Weinbergen der Zisterzienser Mönche des Klosters Lehnin entwickelte sich die Region bis zur Mitte des 19. Jahrhunderts zur Obst- und Gemüsekammer der nahe gelegenen Städte Berlin und Potsdam. Der traditionelle Obstanbau behielt stets seine Bedeutung. In der DDR war Werder das Zen-



trum des Havelländischen Obstanbaugebietes. Um die reichhaltigen Produkte direkt erlebbar zu machen, wurde in den vergangenen Jahren der „Panoramaweg Werderobst“ angelegt. Von diesem rund 15 Kilometer langen Weg erschließt sich die ganze Pracht der Kultur- und Obstlandschaft. Das vielfältige Angebot in den eigenen Hofläden und auf den Märkten ist eine Reise zu neuen und auch fast vergessenen Obstsorten. Damit Sie wissen, wann Sie was ernten können, finden Sie hier unseren kleinen Obstkalender: Erdbeeren, Süßkirschen: Juni, Juli; Himbeeren, Johannisbeeren: Juli, August, September; Sauerkirschen: Juli, August; Pflaumen: August, September; Äpfel, Birnen: September, Oktober – Verkauf ganzjährig.

Obstwochen in den GreenLine Hotels

Unter dem Stichwort 'Obstwoche' bieten die drei GreenLine Hotels rund um Werder (Landhaus Geliti, Landhotel Potsdam und Apartmenthotel Kaiser Friedrich) bis Ende August pro Buchung kostenloses Infomaterial zum Panoramaweg Werderobst sowie einen kostenlosen Obstkorb auf dem Zimmer an.

Kulinarische Highlights

Granny Smith Rezept - Nr. 8

Ein Apfel für jede Gelegenheit

Seit jeher spielt der Apfel eine bedeutende Rolle. Ob in Religionen, Zauberritualen, Kunst, Geschichte oder Medizin, überall ist er anzutreffen. Seine bekannteste Rolle dürfte die im "Sündenfall" sein, als Adam und Eva vom Baum der Erkenntnis aßen. Innerhalb der Europäischen Union essen die Deutschen mit fast 40 Kilogramm pro Kopf und Jahr die meisten Äpfel. Weil die bevorzugte Sorte jedoch nicht immer die beste für den jeweiligen Verwendungszweck ist, gibt es hier eine kleine Einkaufshilfe:



Einfach so essen kann man natürlich fast alle Äpfel. Süß sind Früchte wie Gala, Golden Delicious, Jonagold oder Pink Lady. Säuerlich-erfrischend sind dagegen unser Granny Smith, der Braeburn, Elstar, Cox Orange, Glosster und Idared.

Zum Backen eignen sich säuerliche Äpfel, die nicht zu saftig sind. Ideal: Boskoop, Jonagold, Elstar.

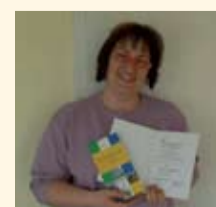
Zum Apfelmuskochen sind Sorten mit mürbem Fruchtfleisch geeignet. Dazu zählen zum Beispiel Cox Orange, Boskoop und Berlepsch. Stückiges Kompott gelingt auch mit festfleischigen Früchten wie Braeburn oder Jonagored.

Zum Einlagern gilt die Faustregel: Je früher im Jahr eine Sorte gepflückt wird, desto weniger lange ist sie lagerfähig. Zu den frühen Sorten zählen etwa Klaräpfel, Gravensteiner oder Alkmene. Lassen Sie sich beim Einkauf größerer Mengen am besten vom Händler oder Anbauer beraten.



Mit Rosen und Äpfeln gewinnen

Zuerst zeigte sie sich völlig sprachlos, dann aber war sie überglücklich: die Gewinnerin der Online-Verlosung von blume2000.de und den GreenLine Hotels, Alexandra Apfelbacher bei dem Erhalt ihres Gutscheins. Die Glücksbotin Fortuna bedachte die Sulzbacherin mit einem Voucher für ein Rosen-Arrangement im GreenLine Landhotel Potsdam für 2 Übernachtungen im Doppelzimmer, einem romantischen 3-Gänge-Menü, einer Wellness-Anwendung „Blütenzauber“ sowie einem Rosenstrauß von blume2000.de.



GREENLINE

Fit & Aktiv mit Ginseng



Wäre nichts dran am Ginseng, hätten die alten Asiaten über Jahrtausende nicht so ein Geheimnis um diese Wurzel gemacht. Noch heute wird wilder Ginseng illegal für bis zu 98.000 Dollar pro Kilo gehandelt – kein Wunder, war er doch früher nur Kaisern und Königen vorbehalten. Wir fragen Gesine Wischmann, Geschäftsführerin der FloraFarm und führende Ginsengexpertin Europas, was es mit dem Ginseng auf sich hat.

Wie wirkt Ginseng?

Ginseng ist ein „Adaptogen“: Das heißt, der Körper wird in die Lage versetzt, sich besser gegen störende und krankmachende Einflüsse zu schützen, bzw. sich auf entsprechende Belastungen besser einstellen, „adaptieren“ zu können. So kann Ginseng das Immunsystem stärken, Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorbeugen und die Konzentration sowie das Leistungsvermögen steigern und zusätzliche Reserven schaffen – hiervon profitieren auch die Sportler!

Ginseng geht auch unter die Haut! So wie die Wirkstoffe des Ginsengs von innen wirken – ausgleichend und harmonisierend -, wirken sie als Kosmetik auch auf und unter der Haut: Hautalterungsprozesse werden verzögert, Reizungen gemildert und die Feuchtigkeitsbindung verbessert.



Besuchen Sie die FloraFarm in Walsrode – Deutschlands einzigartige Ginseng-Gärten – und entdecken Sie die Welt des Ginsengs. Seit mehr als 2.500 Jahren wird Ginseng als einer der größten Schätze der Medizin angesehen und seine umfassende Wirkung in vielen medizinischen Bereichen genutzt. Lernen Sie die außergewöhnliche Heilpflanze kennen und testen Sie den Geschmack der Ginsengwurzel und die wohltuende Wirkung der Kosmetik direkt vor Ort. Ginseng – für alle, die noch viel vorhaben!

www.florafarm.de

Ihr nächstes GreenLine Hotel:
Hotel Hof Idingen
Bad Fallingbostal

Gäste des Hotels erhalten eine kostenfreie Führung durch die Ginseng-Gärten sowie einen Ginsengtee im Café der FloraFarm.



Von Periskopen und Kombüsen

Auf Rügen, Deutschlands sonnenreichste Insel, wartet im Stadthafen Sassnitz ein ganz besonderes Erlebnis: das britische U-Boot H.M.S. OTUS (H.M.S. = Her Majesty's Submarine) der „Oberon-Class“. OTUS hat 28 Jahre lang im ersten U-Boot Geschwader der Royal Navy seinen Dienst versehen und war bis 1991 mit 68 Mann Besatzung u. a. vor den Falkland Inseln und im Persischen Golf im Einsatz. Es wurde von zwei Diesel-Elektromotoren angetrieben und es konnte bis 300 m getaucht werden und eine Geschwindigkeit von 17 Knoten erreichen. Im südenenglischen Portsmouth bei einem Schrotthändler wiederentdeckt, erfolgte eine abenteuerliche Verschleppung der OTUS in die Volkswerft Stralsund, wo Reparaturarbeiten vorgenommen wurden. Weiter ging es dann zur vorerst letzten Ruhestätte in den Sassnitzer Hafen. Dort können Sie in die Tiefen Ihrer Phantasie eintauchen und die einzigartige U-Boot-Welt erkunden. Die fast



vollständig erhaltene Einrichtung und technische Ausstattung, lassen Sie, untermalt von einer Audioanlage, bildhaft und detailgetreu die Arbeits- und Lebensbedingungen der Seeleute nachvollziehen. Highlights sind die Kommandozentrale mit zwei funktionstüchtigen Periskopen, die der Besucher bedienen kann sowie die Audioanlage. In den einzelnen Sektionen sind die typischen Geräusche eines U-Bootes zu hören: das Hämmern der Motoren im Maschinenraum, das Klappern von Geschirr in der Kombüse, der

Gefechtsalarm im Torpedoraum und der unter die Haut gehende „Ping“ des Sonars.

U-Boot H.M.S. OTUS
Hafenstraße 12
18546 Sassnitz
www.hms-otus.com
Öffnungszeiten:
Mai-Okt: 10:00 bis 19:00 Uhr
Nov-Apr: 10:00 bis 16:00 Uhr

Ihr nächstes GreenLine Hotel:
Seaside Rügen Fine Apartments
Sassnitz



Großes in Klein – für Klein und Groß

Das Land der 1.000 Seen hat neben zahlreichen Gewässern auch kulturhistorische Schätze zu bieten. Im Herzen Mecklenburg-Vorpommerns, zwischen Berlin und Rügen, liegt der Modellpark Mecklenburgische Seenplatte in Neubrandenburg. Die Sehenswürdigkeiten werden in der reizvollen Parkanlage im Maßstab 1 : 25 ausgestellt. Die detailgetreuen Exponate sind nicht nur für Hobbymodellbauer interessant, sondern spiegeln in spielerischer Weise die Landschaft, Geschichte und Architektur der Region wieder und bieten eine Übersicht der Ausflugsmöglichkeiten der gesamten Mecklenburgischen Seenplatte. In der 1,4 ha großen Anlage ist zwischen Biotopen und Teichanlagen Erholung oder Vergnügen auf der neuen Boule-Anlage, beim Gartenschach oder mit RC-Modellbooten angesagt. Geschaffen wurde die Anlage durch

die Stadt Neubrandenburg und den Arbeitslosenverband Deutschland e.V. Kreisverband Neubrandenburg Stadt. Seit nunmehr zehn Jahren hat sich der Park mit über 200 Modellen kulturhistorischer Bauten und seiner einzigartigen Modelleisenbahn als touristische Attraktion etabliert. Mit jährlich 20.000 Besuchern ist er, nach der Marienkirche, einer der meist frequentierten Besucherattraktionen.

Modellpark Mecklenburgische Seenplatte
Weidenweg 6
17033 Neubrandenburg
Öffnungszeiten
Apr-Okt tgl. 9.30 bis 19.30 Uhr
Nov-Mrz tgl. 9.30 bis 18.00 Uhr
www.modellpark.de

Ihr nächstes GreenLine Hotel:
Hotel Hellfeld
Trollenhagen bei Neubrandenburg



NEUBRANDENBURGER MARIENKIRCHE IM MODELL - IM ORIGINAL VERBERGT SICH SEIT EINER DER MODERNSTEN KONZERTSÄLE DEUTSCHLANDS. FABELHAFT AKUSTIK LASSEN KONZERTE ZUM GANZ BESONDEREN ERLEBNIS WERDEN. DIE KIRCHE IST EINES DER BEDEUTENDSTEN WERKE NORDDEUTSCHER BACKSTEINGOTIK.



Wo Entspannung & Aktivität zusammenfinden

Sie suchen die ideale Kombination aus Erholung und aktiver Entspannung? Dann ist das Thermalsoleheilbad in Belzig genau das Richtige für Sie. Entspannen Sie in der großzügigen SteinThermeBelzig mit einladender BadeWelt, gemütlicher Saunalandschaft im Innen- und Außenbereich, mit gesunden Therapie- und Wellnessanwendungen sowie hervorragender Gastronomie. Entdecken Sie für sich und Ihre Gesundheit die natürlichen Heilmittel – die Bad Belziger Thermalsole, die in der BadeWelt in einzelnen Becken und im stimmungsvollen LichtKlangRaum zum Relaxen und Entschleunigen einlädt. Oder probieren Sie die gesunden Soleanwendungen, die Ihnen wohltuende Linderung bei Beschwerden der Atemwege, der Haut und am Bewegungsapparat verschaffen. Wie wäre es im Anschluss mit einem Aktivtag hoch zu

Ross? Neben einem waldbreichen Reitgelände erwartet Sie im GreenLine Landhotel "Im Fläming", das mit dem Gütesiegel „Service Qualität“ ausgezeichnet wurde, ein geschultes Fachpersonal für erstklassigen Reitunterricht. Ein besonderes Erlebnis für Gruppen ist das Training mit dem Pferd, mit dem Sie lernen, Ihre Fähigkeiten im Team zu reflektieren und somit neue Wege für die gemeinsame Kommunikation entwickeln.

SteinThermeBelzig
Am Kurpark 15
14806 Belzig
Öffnungszeiten
So-Do: 10:00 bis 22:00 Uhr
Fr-Sa: 10:00 bis 23:00 Uhr
www.steintherme.de

Ihr nächstes GreenLine Hotel:
Landhotel im Fläming
Niemegk



STEINTHERMEBELZIG - ENTSPANNUNGSPOL, 36 °C WASSERTEMPORATUR, 0,95 METER WASSERTIEFE, MIT MASSAGEDÜSEN IN DER SAUNA WELT; FOTO: KUR UND FREIZEIT BELZIG GMBH / FOTOATELIER STRAUBEL, INH. INES BLOCK



Von der Festplatte gelöscht

"Natürlich kann man im Urlaub um die halbe Welt fliegen, aber man kann auch hier hervorragend entspannen und dabei noch eine Menge erleben, die Meisten wissen das nur nicht." Mit diesen Worten empfängt Frank Wrana seine Gäste. Vor über zehn Jahren verwirklichte er seine Idee des Kanu- und Fahrradverleihs. Heute organisiert

er mit seinen Mitarbeitern Touren zu Fuß, per Rad oder im Kanu im Saale-Unstrut-Tal. Die Naturidylle sei einfach unglaublich, es fühle sich an, als würde die Zeit langsamer vergehen. "Wer das zulässt, kann hier ganz leicht und ganz schnell Entspannung finden", ergänzt Wrana zufrieden und fügt hinzu "der Alltagsstress ist ganz schnell

runtergelöscht von der Festplatte, das hier ist schöner neuer Input." Tourenvorschläge finden Sie unter: www.saale-unstrut.de

Ihr nächstes GreenLine Hotel:
Hotel an der Therme,
Bad Sulza

Resort Schloss Auerstadt
Auerstedt



Fit & Aktiv Spezial



Der Harz – eine vielfältige Erlebnisregion



Der Harz, das nördlichste Mittelgebirge Deutschlands, liegt im Herzen Deutschlands und überrascht immer wieder mit seinen unterschiedlichen Gesichtern. Tief eingeschnittene Täler, Berge mit unendlichen Laub- und Nadelwäldern, schroffe Felsen, sanfte Hügel, bunte Bergwiesen und klare Seen wechseln einander ab. Berühmte Persönlichkeiten, wie Martin Luther, Heinrich Heine und Johann W. Goethe wussten den Harz und seine Vielfalt schon zu schätzen. Der tausendjährige Harzer Bergbau ist heutzutage vielerorts in Bergwerks-

museen und Schaubergwerken erlebbar. Dem Bergbau verdanken wir auch die Harzer Städtekultur mit ihren prachtvollen Fachwerkbauten. Doch auch die kleineren Bergdörfer sind äußerst sehenswert. Der bedeutsamen Kulturpoche der Romanik hat der Harz seine zahlreichen Baudenkmäler zu verdanken. Viele Veranstaltungen, Konzerte und Feste oder auch eine Reise entlang der Straße der Romanik lassen das Mittelalter wieder aufleben. Quedlinburg, Lutherstadt Eisleben und Goslar sind von der UNESCO zum "Welterbe der Menschheit" erklärt worden. Die Möglichkeiten, den Harz zu entdecken, sind vielfältig. Ob zu Fuß, mit dem Auto oder mit dem Rad, alles ist möglich. Entdecken Sie den Harz mit der Harzer Schmalspurbahn. Die nostalgische Dampfisenbahn verbindet die Städte von Wernigerode bis Nordhausen und erklimmt sogar den Brocken.

Die HarzCard: Ein Ticket über 100 Erlebnisse



Das HarzCard-Angebot:

- Harz Erlebnis:**
 - Burgen, Schlösser und Klöster
 - Museen und Ausstellungen
 - Höhlen, Schatzkammer und Bergwerksmuseen
 - Gärten, Parks und Zoos
 - Themen-, Freizeit- und Erlebnisbilder
 - viele weitere Aktiv- und Freizeitaktivitäten
- Wald Fahrt:**
 - mit der Harzer Schmalspurbahn auf den Brocken (nur mit der 4-Tage-HarzCard)
 - mit Seilbahnen und einem Seilseil
 - bei Stadtrundfahrten in Goslar und Wernigerode
- weitere Leistungen wie:**
 - Fahrragen
 - Kinderbetreuung
 - Musikinstrumente
 - Theater- und Konzertbesuche

HarzCard	Erwachsene	Kinder (5-14 Jahre)
48 Stunden	23,50 €	13,50 €
4 Tage	49,00 €	29,00 €

Alle Infos HarzCard-Tourismverband | Marktplatz 46 | 38640 Goslar | Tel.: 0521 3440 | www.harzinfo.de | www.harzcard.info



Der schnellste Einkaufswagen der Welt

Der Octavia RS ist die mobile Symbiose von Dynamik und Komfort. Hier paart sich Sportlichkeit mit den typischen Octavia Stärken. Damit stellt Škoda eindrucksvoll unter Beweis, dass sich Nutzwert und Fahrspaß nicht gegenseitig ausschließen müssen.

Vernünftig unvernünftig

Alltags- und Familientauglichkeit, Wirtschaftlichkeit, Geräumigkeit, Zuverlässigkeit und Sicherheit: das „neue Gesicht“ des Octavia RS zeigt sich in der ausdrucksvollen Gestaltung der Frontpartie mit neuen Beleuchtungselementen. Zwei Motorisierungen stehen zur Wahl: Ein drehmomentstarker Vierzylinder-FSI Turbomotor mit

Benzin-Direkteinspritzung und einer Leistung von 200 PS oder ein kraftvoller 2.0 TDI Motor – mit 170 PS stärkster Škoda Seriediesel. Sie machen den Octavia RS zum „schnellsten Einkaufswagen der Welt“.

Gemeinsam mit Škoda Deutschland verlosen wir einen 4-Tage-Urlaub für zwei Personen im Doppelzimmer im GreenLine Hotel Forelle inklusive Škoda Octavia RS für diese Zeit.

In welchem Tal befindet sich das GreenLine Hotel Forelle?

Bitte füllen Sie die Karte auf der letzten Seite aus. Einsendeschluss ist 31.8.2010. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinn ist nicht bar auszahlabar.



Zwischen Hexentanzplatz und Roßtrappe



BERGSTATION DES SEILLIFTS ZUR ROßSTRAPPE, FOTO: CHRIS WOHLFELD

Wo sich Hexentanzplatz, Bodetal und Roßtrappe berühren, findet man die Seilbahnen Thale Erlebniswelt - DAS Ausflugsziel des Harzes. Mit der Kabinenbahn gelangt man hinauf zum Hexentanzplatz, wo sich die Allwetterrodelbahn "Harzbob" befindet. Wieder im Bodetal angekommen, erwartet Sie Leckeres und Deftiges aus dem "Hexenkessel". Per Seillift erreichen Sie dann das Felsmassiv Roßtrappe. Im Bodetal zurückgekehrt, direkt bei den Talstationen,

gibt es Minigolf und die Funparks zu entdecken. Mit über 20 Spiel- und Spaß-Geräten kann man hier den absoluten Spaß erleben. Und das alles inmitten üppiger Natur. Neben der Erlebniswelt erhalten Sie mit der Harzcard weitere Vergünstigungen in Thale: Bau-Spiel-Haus, Bergschwimmbad Altenbrak, Bootsverleih Wendefurth, Harzer Bergsauna, Heimatmuseum Altenbrak, Hexenführung durch das Bodetal, Hüttenmuseum, Sagenpavillon, Seilbahnen Thale Erlebniswelt, Tierpark Hexentanzplatz, Walpurgishalle.



FAMILIENAUSFLUG AN DER KABINENBAHN, FOTO: CHRIS WOHLFELD

Von Hechten und Forellen



Im Bodetal zwischen Altenbrak und Thale stellt die

Bode bei entsprechender Pegelhöhe ein Anglerparadies dar, das landschaftlich kaum zu toppen ist. Hier ist der Lebensraum von wunderschönen Regenbogen- und Bachforellen sowie Saiblingen. Diesem Wildwasser schließt sich eine ruhigere Äschenregion an, die etwa an der Seilbahn in Thale beginnt und bis Quedlinburg führt. Weiter flussabwärts, in den langsam fließenden Bereichen kann man fast von einem Hechtgewässer sprechen. Hier lautet die Empfehlung, mit Hechtspinner und Gummifisch zu angeln. Die Boderegion ist aber auch immer für eine Überraschung gut, denn der Artenreichtum ist groß.

10 gute Gründe für einen Urlaub im GreenLine Hotel Forelle in Thale im Harz

1. Sie entscheiden sich für einen Urlaub im ältesten Gast- und Pensionshaus im oberen Bodetal. Das Hotel Forelle wird seit 20 Jahren vom Forellenvirt Heinrich Nürnberg geführt.
2. Das Haus empfiehlt sich wegen seiner direkten Lage am Hexenstieg für Wander- und Naturfreunde.
3. Im Haus können Sie die Harzer Wandernadel erwerben.
4. Als "Qualitätsgastgeber Wanderbares Deutschland" ist das Team jeden Tag aufs Neue bestrebt, diesen Anforderungen gerecht zu werden.
5. Das Restaurant schaut auf eine lange Tradition zurück und bietet über 30 verschiedene Forellengerichte aus der heimischen Bode an.
6. Als Mitglied der GreenLine Kooperation steht das Haus für ein persönlich geführten Betrieb abseits der Hotelburgen in wunderschöner Landschaft.
7. Urlaub im Fachwerkhäus: als zertifiziertes Vier-Sterne-Hotel werden Ihnen die Annehmlichkeiten in erholsamer Atmosphäre geboten.
8. Gemeinsam mit Partnern vor Ort können Sie ein vielfältiges, kulturelles und sportliches Angebot erleben.
9. Ob Familien-, Wander- oder Wellnessurlaub - das Hotel hält für Sie das besondere Angebot bereit.
10. Wandern ohne Gepäck im Bodetal erfreut sich immer größerer Beliebtheit und erfährt vom Hotel als Veranstalter einen umfangreichen Service.



Weitere Informationen erhalten Sie auf www.hotel-forelle.de oder auf www.greenline-hotels.de

GREENLINER

Fitnesscenter der Sinne

Die Kinder-Akademie Fulda ist das erste eigenständige Kindermuseum Deutschlands und versteht sich als "Fitnesscenter der Sinne". Hier sollen Kinder und Jugendliche zwischen 5 und 14 Jahren Kultur als Teil ihrer eigenen Identität erleben können. Interaktive Objekte aus Kunst und Kultur, Naturwissenschaft und Technik regen den Entdeckergeist der Besucher an. Hauptattraktion ist das europaweit einzigartige "Begehbare Herz". In spannenden Führungen können Kinder und Erwachsene die Anatomie des Herzens kennenlernen.



Kinder-Akademie Fulda
Mehlerstr. 4, 36043 Fulda

Öffnungszeiten
Mo.- Fr. 10.00 – 17.30 Uhr
So. 13.00 – 17.30 Uhr
Sa. 13.00 – 17.30 Uhr (Okt–Apr)



Die Besichtigung des "Begehbaren Herzens" ist nur mit Führung möglich (Anmeldung empfohlen).

www.kaf.de

Ihr nächstes GreenLine Hotel:
aqualux, Bad Salzschlirf



Das mit dem Ballonfahren ist eigentlich schnell erklärt: Die erwärmte Luft im Ballon ist leichter als die kalte der Umgebung. Das reicht, um Korb, Mann und Maus in die Höhen des Luftmeeres zu heben. Doch mit der Physik ist nicht viel gesagt. Aber vielleicht damit: "Ballonfahren macht süchtig". So jedenfalls die inoffizielle Ergänzung des diesjährigen Drogenberichts, geliefert von Georg Reifferscheid, einem Mann vom

Fach in zweifacher Hinsicht: Er ist "Chefpilot" des in Rothenburg ansässigen Ballonfahrtunternehmens "Happy Ballooning" und hat in seinem "früheren Leben" als Kriminaloberkommissar so manch schweren Jungen nicht in die Luft, sondern hinter Gitter befördert. Seit nunmehr 18 Jahren hat er die sichere Beamtenlaufbahn gegen die Unwägbarkeiten der selbstständigen Luftschiffahrt eingetauscht. Auf ausgetretenen Pfaden



Die erträgliche Leichtigkeit des Seins

wird man den gebürtigen Bonner daher kaum antreffen. 1987, als er das Ballonfahren anging, war das in der Republik noch ein exquisites und exotisches Hobby. Schnell hat Georg Reifferscheid deshalb nicht nur eine Lehrberechtigung zum Ballonfahren erworben, sondern bildete in der größten Ballonfahrschule Deutschlands selbst zukünftige Kapitäne der Lüfte aus. Geblieben sind vom Polizeidienst die perfekte Organisation und die eiserne Disziplin. Bei Georg Reifferscheid und seinen Mannen sitzt jeder Handgriff, nichts wird dem Zufall überlassen. Bis der Ballon mit den Passagieren in der Luft ist. Ab diesem Zeitpunkt übernimmt der Wind die Regie über das Unternehmen: Lediglich die Höhe ist vom Piloten bestimmbar. Dies ist einer der Reize des Ballonfahrens, sowie die veränderte Perspektive des Leben, über den Dingen zu

stehen und dabei die unendliche Ruhe zu genießen in einem oder 1.000 Metern über der Erde. Romantiker, Skeptiker, Beglückte, Verzweifelte: Ab in die Weiten des Luftmeeres, die dritte Dimension. Erfahrt die erträgliche Leichtigkeit des Seins.

Happy Ballooning - Ballonfahrten
www.happy-ballooning.de

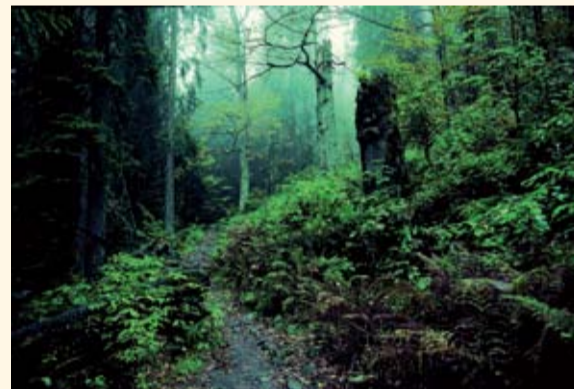
Ihr nächstes GreenLine Hotel:
Hotel Schwarzes Lamm
Rothenburg ob der Tauber



Mit dem Ranger durch den Urwald

Die Vereinten Nationen haben das Jahr 2010 zum "Internationalen Jahr der Artenvielfalt" erklärt, um auf den weltweit akut drohenden Verlust der biologischen Vielfalt von Tieren und Pflanzen aufmerksam zu machen. Zu den größten Gefahren für die biologische Vielfalt gehört neben dem Klimawandel die fortschreitende Zerschneidung und Zerstückelung von Lebensräumen. Die zunehmende Erschließung der tropischen Regenwälder durch Straßen, aber auch der Autobahnbau und die Zersiedlung der Landschaften in Deutschland sind zwei anschauliche Beispiele. Das Bundesumweltministerium (BMU) und das Bundesamt für Naturschutz (BfN) rufen deshalb zu einem bundesweiten Wandertag für die biologische Vielfalt auf. Geführte

Wanderungen zwischen dem 20. Mai und 20. Juni 2010 mit einem Schwerpunkt am 22. Mai - dem „UN-Tag der Biodiversität“ - sind Teil der internationalen Kampagne. Sie werden von lokalen und regionalen Partnern dezentral organisiert und durchgeführt. So auch in Zwiesel: Unter dem Motto „Ge-



NATIONALPARK BAYERISCHER WALD, FOTO: BAYERN TOURISMUS MARKETING GMBH

meinsam wandern – Deutschlands Vielfalt erleben" lud Werner Wittke vom GreenLine GlasHotel, der auch Partner des Nationalparks ist, Hotelgäste wie auch Interessierte am 24. und 25. Mai zur „Urwald-Wanderung" ein. Ein Ranger des Nationalparks führt die Wanderer über das Zwieslerwaldhaus durch das Urwaldgebiet Mittelsteighütte und damit direkt "back to the Roots". "Denn nicht nur in den Tropen gibt es den Urwald. Auf dem 36 ha großen Areal wächst noch der urtümliche Mischwald aus Fichten, Tannen und Buchen mit bis zu 500

Jahre alten Bäumen. Genau so, wie es früher für die Hanglagen des Bayerischen Waldes charakteristisch war, bevor seine Rodung durch Holz- und Forstwirtschaft begann", weiß der passionierte Hotelier. Auch außerhalb der Aktionstage bietet das GlasHotel seinen Gästen Wanderungen an, die dazu dienen sollen, die Biodiversität in den Fokus der Öffentlichkeit zu rücken und soll zeigen, wie wertvoll die Leistungen der Natur für die Menschen und für ihre Gesundheit sind.



Velomanie von Kindesbeinen

„Über die Hälfte der Fahrradfahrer kennen die Marke ihres Rads doch gar nicht", stellt Robert Hauck seine eigene Statistik auf. Überhaupt erfahre der „Drahtesel" eine sehr geringe Wertschätzung, so der 23-jährige. Harte Worte, doch Robert Hauck darf sie benutzen. Als Zweirad-Mechanikermeister kennt er sich aus, und das nicht erst seit seiner Ausbildung. Der Velo-Experte hat die Liebe zum Zweirad quasi mit in die Wiege gelegt bekommen. Bereits sein Opa führte einen Fahrradladen in Leipzig. Heute unterstützt er die „Fahrradstation" in Berlin mit seiner Affinität zu den zwei Rädern und seinen Fähigkeiten. Gemeinsam mit seinem Kollegen, Thomas Lemm, reparieren, verkaufen und vermieten sie die umweltfreundlichsten Vehikel in der Hauptfiliale der insgesamt sechs „Fahrradstationen". Mehr als 700 Leihfahräder warten dort

darauf, „getreten" zu werden. Unter dem Motto „Berlin by bike" offeriert das junge und engagierte Team rund um Geschäftsführer, Stefan Neitzel, neben der klassischen Vermietung auch tägliche Stadttouren. Ausgebildete Guides lotsen dann Heimische und Touristen mehrsprachig durch die Hauptstadt, selbstverständlich entlang veloaffiner Straßen. Gut ausgebauten Wege und Verkehrsnetze finden Radlerfreunde auch entlang vieler GreenLine Häuser. Beispielsweise eignen sich Radtouren entlang des Niederrheins (GreenLine Landhotel Beckmann in Kalkar), der Ilmenau (Lüneburger Heide, nordöstliches Niedersachsen) oder der Elbe (GreenLine Landhotel Dresden) für gemütliche Ausflüge. Für geübtere Radfans ist der Ilmtal-Weg vorbei am GreenLine Hotel an der Therme in Bad Sulza (Apolda/Thüringen) empfehlenswert. Und wenn man

sein Hobby zum Beruf gemacht hat wie der 22-jährige Einzelhandelskaufmann, Thomas Lemm, dann braucht man auch kein schlechtes

Gewissen haben, wenn man nach der Arbeit den Heimweg auf vier Rädern antritt.



ROBERT HAUCK (LI.) UND THOMAS LEMM VOR DER FAHRRADSTATION IN DER BERLINER DOROTHEENSTRASSE

MÜHLHAUSER

...schmeckt
thüringisch gut.

MÜHLHAUSER
Thüringer
Pflaumenmus
Original

www.muehlhauser.de

Fit & Aktiv Spezial



Fit & Aktiv für Groß und Klein im Passauer Land

Radeln, Wandern, Baden oder ein spannendes Ausflugsziel besuchen – für Kinder und Eltern muss sich was bewegen im Urlaub: Das Passauer Land lässt keine Wünsche offen. Die Flüsse Donau, Inn und Ilz wie auch der Bayerische Wald prägen die Region im Herzen Altbayerns nahe der österreichischen Grenze. Vor allem die ausgedehnten Flusslandschaften in der Region sind für Kinder ein Garant für Urlaubs-

spaß und Türöffner ins Abenteuer – zum Schwimmen, zum Paddeln und zum Rudern. Daneben laden zahlreiche Naturbadeseen in Trinkwasserqualität zu einer erfrischenden Pause inmitten unberührter Landschaften ein. Richtig „Aktion“ gibt es in Pullman City: Eine Wildwest-Stadt ohne Gewalt lässt Kinder und Eltern Westernromantik hautnah erleben. Was Kinder auch mögen: Radfahren abseits von

Autostraßen. Das Passauer Land zählt zu den schönsten Rad- und Wanderregionen Bayerns. Einige der beliebtesten Fernwanderwege kreuzen sich hier: Donauradweg, Innradweg und Römerradweg, verbunden durch ein engmaschiges regionales Radwegenetz, das auch für Exkursionen mit Kindern bestens geeignet ist. Schattige Wälder, sonnige Täler, grandiose Ausblicke abseits der Hektik des Alltags

sind Garant für unvergessliche Wandererlebnisse. Gut beschilderte Wanderrouten über die Bergrücken des Bayerischen Waldes oder bequemer entlang der Uferhänge der Donau oder über das flache Land zwischen Rott und Inn eröffnen immer wieder neue atemberaubende Ein- und Ausblicke.

Ihr nächstes GreenLine Hotel:
Sporthotel Sonnenhof

GreenLine VIP-Card

Sichern Sie sich Ihre kostenfreie VIP-Card und profitieren Sie von vielen Sonderleistungen.

VIP-Vorteile im Überblick:

- Unterbringung in der am Anreisetag verfügbaren nächst besseren Zimmerkategorie*
- Begrüßungscocktail bei Anreise
- Late-Check-Out bis 14:00 Uhr*
- monatlicher E-Mail-Newsletter, der Sie über aktuelle VIP-Club-Angebote der GreenLine Hotels informiert
- Teilnahme an den monatlich stattfindenden VIP-Club-Verlosungen mit attraktiven Reisegutscheinen für Ihren nächsten Aufenthalt im GreenLine Hotel Ihrer Wahl
- Dreimal im Jahr erhalten Sie unseren GreenLiner, der Sie über Neuigkeiten und Reisetipps im GreenLine Land informiert
- Mit weiteren individuellen Vorteilen vor Ort bedanken sich die GreenLine Hotels für Ihren Besuch

(* nach Verfügbarkeit)



Die VIP-Card ist für Sie kostenfrei. Sie können sie an der Rezeption, telefonisch unter 0800/880 70 60 oder online unter www.greenline-hotels.de unter Angabe von Name, Anschrift und E-Mail-Adresse eine VIP-Card beantragen. Oder nutzen Sie die Karte am Ende des Reisejournals.

In den Genuss der Leistungen kommen Sie, wenn Sie bei der Buchung angeben, dass Sie ein VIP-Card Inhaber sind und diese beim Check-In an der Rezeption vorlegen.

Sporthotel Sonnenhof – ein Name, der Programm ist



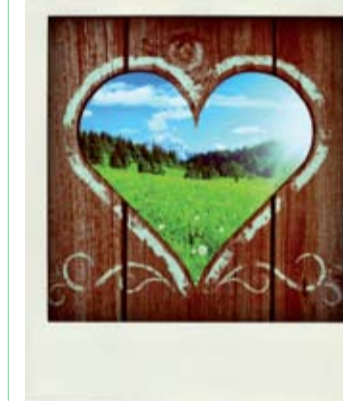
- Sport -

Hallenbad, Sauna, Sommer-Tischtennis, Kinderspielplatz, Tennis-Kunstrasenplatz, gut markierte Wander- und Fahrradwege, 4 Golfplätze im Umkreis von 15 km, Badeweiher mit Moorwasser, Moor-Kneippanlage sowie große Liegewiese direkt am Hotel, ausgewiesenen Langlaufloipen (ca. 80 km), Ski-gebiet Hochficht



- Hotel -

Modernes und ansprechendes 3 Sterne Superior Hotel mit 105 Zimmern, ausgestattet mit Dusche/WC, Radio, Kühlschrank, SAT-TV, Safe, Telefon, Balkon oder Terrasse), Apartments und Studios mit Wohn- und Schlafbereich, Restaurant mit Hotelbar, Wellness- und Beautybereich, Sauna, Solarium und hoteleigenem Hallenbad.



- Sonnen -

Gäste des Hauses werden von der Sonne verwöhnt. Denn die kleine Gemeinde Sonnen im südlichen Bayerischen Wald gehört mit jährlich bis zu 1.850 Stunden Sonnenschein zu den sonnigsten Orten in Deutschland - die durchschnittliche jährliche Sonnenscheindauer liegt in Deutschland bei 1.550 Stunden Sonnenschein.



- Hof -

Wie ein U legt sich der Gebäudekomplex um den begrünten Innenhof mit Liegewiese, Liegestühlen und Sonnenschirmen.

GreenLine Sporthotel Sonnenhof
Weiherweg 5
94164 Sonnen
www.sporthotel-sonnenhof.de
www.greenline-hotels.de



Frische Gastlichkeit in den GreenLine Hotels

GreenLine präsentiert sich als Hotelkooperation mit der frischen Gastlichkeit, die Sie auch spüren sollen! Wer in das GreenLine Land reist, erwartet persönlich geführte Hotels in der Natur, freundliches Personal und einen exzellenten Service von der Buchung bis hin zur Abreise.

Mit Ihrer Hilfe möchten wir in Zukunft einmal im Jahr das „Frische-Gastlichkeit Prädikat 2010“ an unsere Häuser verleihen.

Ihre Meinung ist uns wichtig!

Helfen Sie uns, das gastfreundlichste GreenLine Hotel zu finden!

1. Karte ausfüllen (Ihre Daten werden nicht an Dritte weitergegeben)
2. Gewinnspielfrage auf der Rückseite beantworten
2. Karte ausschneiden
3. Karte in den Briefkasten werfen (das Porto übernehmen wir)

1. GreenLine Hotel: _____

2. Fühlen Sie die „frische Gastlichkeit“ im Hotel? (1=sehr gut, 5=sehr schlecht)

- Wie war die Präsentation der grünen Äpfel? (1) (2) (3) (4) (5)
- Wie freundlich und frisch war das Hotelpersonal? (1) (2) (3) (4) (5)
- Wieviel Frische haben Sie beim Speisen erlebt? (1) (2) (3) (4) (5)
- Wie frisch und sauber war Ihr Zimmer? (1) (2) (3) (4) (5)
- Wie stark spürten Sie die frische Gastlichkeit? (1) (2) (3) (4) (5)

3. Was ist für Sie frische Gastlichkeit? _____

4. Wovon waren Sie besonders angenehm oder unangenehm überrascht? _____

5. Aus welchem Anlass waren Sie Gast in unserem Hotel?

- Urlaub Geschäftsreise Gruppenreise Tagung Feierlichkeit

6. Wie sind Sie auf die GreenLine Hotels aufmerksam geworden?

- Presse Messe Internet-Suchmaschine Postwurfsendung
 Empfehlung Sonstiges (bitte benennen) _____

GREENLINE



GreenLine @ Work



Stefan Brehm ist Inhaber der GreenLine Seaside Apartments Rügen in Sassnitz.

Was hat Sie in die Hotellerie verschlagen?

Eigentlich mehr der Zufall. Ich wollte, wie mein Vater Jura studieren, aber er hat mir damals davon abgeraten und so habe ich verschiedene Praktikas gemacht. Am Ende hat mich die Hotellerie begeistert.

Mit wem möchten Sie gerne einmal 24 Stunden tauschen?

Mein Traum war es eigentlich Fussballprofi zu werden. Heute würde ich gerne einmal auf St. Pauli oder in Mönchengladbach bei einem großen Spiel auflaufen.

Ihre Lieblingsmusik?

AC/DC

Gibt es ein Lieblingspruchwort?

Der frühe Vogel kann mich mal!

Drei Monate Zeit zur freien Verfügung – was würden Sie machen?

Mit meiner Familie um die Welt reisen und mich treiben lassen.

Welches Erlebnis im Seaside ist Ihnen besonders in Erinnerung geblieben?

Die netten Stammgäste aus Bremen, die uns innerhalb eines Jahres schon vier mal besucht haben.



Aktiv & Fit in den GreenLine Hotels

Alle Arrangements beinhalten: 4 Übernachtungen inkl. Frühstück, 2 Lunchpaketen, Fahrradverleih für einen Tag

1) Hotel Hellfeld NEUBRANDENBURG MECKLENBURG-VORPOMMERN	ab 115,00 € pro Person	2) Hotel Holst ROSENGARTEN-SIEVERSEN NIEDERSACHSEN	ab 235,00 € pro Person 1 Bali-Rückenmassage, 1 Holst Spezial, Waldbad
3) Hotel Hof Idingen BAD FALLINGBOSTEL NIEDERSACHSEN	ab 172,00 € pro Person 1 Abendessen als Aktiv Dinner mit leichter Kost Anreise: Mittwoch-Montag	4) Landhotel Potsdam POTSDAM OT GOLM BRANDENBURG	ab 190,00 € pro Person 1 Fl. Sekt, Schösserrundfahrt "Alter Fritz", Potsdam Card, freie Saunanutzung
5) Landhaus Geliti SCHWIELOWSEE BEI POTSDAM BRANDENBURG	ab 149,00 € pro Person Besuch des Kletterwaldes Klaistow	6) Landhotel "Im Fläming" NIEMECK BRANDENBURG	ab 217,50 € pro Person 4 Abendessen als 3-Gang-Menü
7) Hotel Forelle THALE OT TRESEBURG SACHSEN-ANHALT	ab 183,50 € pro Person 3 Magnetfeldanwendungen, 1 Sauna, 1 Massage	8) Hotel Griepshop HILLE-ROTHENUFFELN NORDRHEIN-WESTFALEN	ab 135,00 € pro Person 1 Moorpackung
9) Landhaus Beckmann KALKAR-KEHRUM NORDRHEIN-WESTFALEN	ab 169,00€ pro Person 1 Vitalmenü am Abend	10) Kultur.Hotel Kaiserhof BAD LIEBENSTEIN THÜRINGEN	ab 251,50 € pro Person 4 Abendessen, freie Saunanutzung, 1 Blue-Fresh-Sahne-Bad in Doppelbadewanne mit 1 Glas Sekt
11) Vital-Hotel am Thüringer Wald SITZENDORF THÜRINGEN	ab 99,00 € pro Person Der erste Bucher erhält einen Gutschein für die Saalfelder Feengrotten für 2 Erwachsene	12) Landhotel Dresden DRESDEN SACHSEN	ab 190,00 € pro Person 1 große Dresden-Stadtrundfahrt (ganztägig, Gäste werden vom Hotel abgeholt)
13) Sporthotel Sonnenhof SONNEN BAYERN	ab 163,00 € pro Person Sauna, Bademantel, 20 Minten Rücken-Nacken-massage	14) Irmgard Kneipp BAD WÖRISHOFEN BAYERN	ab 205,00 € pro Person 1 x Rückenmassage (30 Minuten)
16) Schaepkens van St. Fijt VALKENBURG AAN DE GEUL LIMBURG, NIEDERLANDE	ab 190,00 € pro Person	17) Hotel Post ST. VALENTIN AUF DER HAIDE SÜDTIROL, ITALIEN	ab 280,00 € pro Person 7 Abendessen, freie Saunabnutzung, Gesundheitskabine, drei Tage Fahrradverleih

Weitere Informationen sowie alle Leistungen finden Sie unter: www.greenline-hotels.de/aktiv.aspx

www.greenline-hotels.de

In welchem Tal befindet sich das GreenLine Hotel Forelle? _____

Ich interessiere mich für das Reisejournal und den Newsletter der GreenLine Hotels.

Ich möchte die kostenfreie GreenLine VIP-Card bestellen und von den zahlreichen Vorteilen profitieren.

Ich habe bereits eine VIP-Card:
VIP-Card-Nr.: _____

ABESENDER:

Name: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

E-Mail: _____

Entgelt
zahlt
Empfänger

ABESENDER

GreenLine Hotels GmbH
Katharinenstraße 12
10711 Berlin

Gewinnen Sie mit GreenLine Hotels

Gemeinsam mit Škoda Deutschland verlosen wir unter allen Einsendungen bis zum 31.08.2010 einen 4-Tage-Urlaub für zwei Personen im Doppelzimmer im GreenLine Hotel Forelle inklusive Škoda Octavia RS für diesen Zeitraum.

Zusätzlich verlosen wir drei Monatsabos à 12 Wochen der Fitnessstudios "Fitness First" (einlösbar in allen Niederlassungen in Deutschland).

MÖVENPICK
PREMIUM ICE CREAM

Luxus
für die Seele



**WILLIAMS
BIRNE**

