

Kielerleben

HANDWERK MIT HERZ

Tradition, Können
und ganz viel Gefühl

WAS DEN NORDEN BEWEGT

Vanlife-Vibes bei der
Campingmesse in Rendsburg

24.-27.09.
2026 Messe
Rendsburg



CARAVAN UND CO

Die Messe für Caravaning
und Outdoor im Norden

Jetzt Tickets sichern!

www.caravan-und-co.de

SCHÖNER SPÄTSOMMER

Gartenzauber, Glückstadt und gemeinsame Auszeiten:
So macht der September Spaß!

SKODA

Das größte **Škoda-Angebot** des Jahres.

BEST-DAY

26.09.

9 – 15 Uhr in Kiel



Bis zu 5.500,- € Kundenvorteil¹ auf ausgewählte Verbrennermodelle.

JETZT-ODER-NIE-Wochen

Große Markteinführung der beiden vollelektrischen Modelle Škoda Epiq und Peaq



Schmidt & Hoffmann Baltic GmbH & Co. KG

Projensdorfer Str. 174, 24106 Kiel

T 0431 530529-0

skoda-kiel.de

Škoda Zentrum Kiel

schmidt&hoffmann
mobilität

Abbildung zeigt Sonderausstattung gegen Mehrpreis. Abbildung wurde mit Hilfe von künstlicher Intelligenz erstellt.

¹Der Kundenvorteil bezieht sich auf das Sondermodell Škoda Octavia Combi 30 Jahre, variiert modellabhängig und kann sich aus verschiedenen Bestandteilen zusammensetzen. Preisvorteil gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung der Škoda Auto Deutschland GmbH für ein vergleichbar ausgestattetes Serienmodell der Ausstattungslinie Selection unter Berücksichtigung der 36-monatigen Škoda Abschlussgarantie². Angebot gültig bis zum 14.10.2026. Der Verkaufspreis wird allein von uns festgesetzt.

²36 Monate Garantieverlängerung im Anschluss an die zweijährige Herstellergarantie mit der Škoda Anschlussgarantie der Škoda Auto a.s., mit Sitz in: tř. Václava Klementa 869, Mladá Boleslav II, PLZ: 293 01, Mladá Boleslav, Tschechische Republik, bei einer Gesamtfahrleistung von 50.000 km. Die Leistungen entsprechen, mit Ausnahme der Lack- und Karosserieggarantie sowie der Škoda Garantie für Hochvoltbatterien in BEV- und PHEV-Fahrzeugen, dem Umfang der Herstellergarantie. Weitere Informationen erhalten Sie bei Ihrem Škoda Partner oder bei uns.

Škoda Peaq Selection 60, Automatik, Elektro, 150 kW (204 PS): Energieverbrauch (kombiniert): 15,1 kWh/100 km; CO₂-Emissionen (kombiniert): 0 g/km; CO₂-Klasse: A;

Škoda Epiq Essence 55 (56 kWh) 155 kW (211 PS) 1-Gang-Automatik, Elektro: Energieverbrauch (kombiniert): 13,7 kWh/100 km; CO₂-Emissionen (kombiniert): 0 g/km; CO₂-Klasse: A;



EDITORIAL



DORIS HELDT
Wrangelstraße 27
24105 Kiel

Mobil 0177.33 30 310
Büro 0431.88 80 802
Mail doris@heldt.immo



mehr
Angebote



KAUF

KIEL-HOLTENAU // Reihenhäuser mit sonniger Gartenterrasse // großer Wohn-/Essbereich // Garage, Stellpl.

3 Zimmer // Wohnfl. ca. 64 m² + Keller
mit Stehhöhe + Spitzboden ca. 52 m²
SWW-Terrasse // EBK mit Sitzplatz // Tageslichtbad // 288.000 € // 4,76 % Provision



Energiebedarfsausweis:
265,42 kWh/(m²*a)
Energieklasse H
Energieträger Gas
Warmwasser enthalten
Baujahr 1958



LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

im September wird hier oben gern mal alles gleichzeitig serviert: Sonne, Wind, Schauer, Sofadecke und Eis am Stiel. Wir nennen das nicht unentschlossen, wir nennen das norddeutsche Vielfalt. Und davon steckt auch jede Menge in dieser Ausgabe. Wir schauen Menschen über die Schulter, die noch mit den eigenen Händen etwas erschaffen. Unter dem Motto „Handwerk mit Herz“ geht es um Buchbinderei, Goldschmiedekunst und andere Berufe, in denen Können, Geduld und Leidenschaft zählen. Denn bei aller Begeisterung für KI: Manche Dinge brauchen einfach echte Hände, ein gutes Auge und ganz viel Gefühl. Wer danach Lust auf Tapetenwechsel hat, findet bei

uns Ideen für Ausflüge, Veranstaltungen und Caravaning. Wer lieber zu Hause bleibt, bekommt Inspiration rund ums Wohnen. Und für alle, die sich selbst ein kleines Spätsommer-Update gönnen möchten, haben wir Sport, Wellness, Beauty und natürlich gute Friseure im Gepäck.

Bei „Hunger & Durst“ wird's jetzt langsam herbstlich: süß, gemütlich und genau richtig für alle, die den Spätsommer am liebsten mit etwas Leckerem auf dem Teller verabschieden.

Viel Spaß beim Lesen, Entdecken und Losziehen!

*Deine Kathrin Wesselmann und
die KIELerleben-Crew*



Die KIELerleben-Crew (v. li.): Kathrin W., Sebastian, Kathrin M., Gesa, Frank, Andrea, Maya, Sandra, Nicolas, Mirja



Herbstzauber am 12. und 13. September



Mit dem Förde Fräulein geht's nach Glückstadt



Roadtrip, Camping, Festivalfeeling



Best of Floristik



Köstliche Kirschcrostata



Tu dir Gutes im Spätsommer

SCHÖNER SPÄTSOMMER

Herbstzauber auf Hof Bissenbrook	7
Wenn aus Ballons ein Herzensprojekt wird	8
Herbstmarkt in Molfsee	9
Auf ins Abenteuer	10

AUTOS & TECHNIK

Schlafplatz auf vier Rädern	13
CARAVAN und CO: Vanlife in Rendsburg	14
Wacken tankt auf	18
Holstein Kiel beweist grünen Daumen	19

GLEIS & MEER

Ein Ausflug nach Glückstadt	20
-----------------------------	----

STADTGESCHEHEN

Liebe auf großer Fahrt	25
Best of Floristik	26
Tweed Run für den guten Zweck	27
Thailand-Feeling und Dance Moves	29
Kunst trifft Shopping	30
Große Mobilitätsstation am UKSH	31
THW, Klettern für Frauen und Galerie auf Zeit	32
SH Netz Cup in Rendsburg	34
Jubiläum für den Science Day	35
Ein kleines Schlaraffenland	36
Handwerk mit Herz	37

ARBEIT & AUSBILDUNG

Jobs, Karriere, Chancen	40
-------------------------	----

WOHNEN & WOHLFÜHLEN

Schöne Fundstücke aus Heikendorf	47
Liebingsstücke mit Extra-Rabatt	48
30 Jahre Wohnideen in Schwentinental	52
„Tag des Bades“	57

GESUNDHEIT & WELLNESS

Dauerhaft glatt und seidenschweich gepflegt	59
Haartrends	60
Sechs Gründe für Permanent-Make-up	61
Vier Minuten für eine gesunde Kopfhaut	62
Kiels mobile Praxis braucht Rückenwind	63

HUNGER & DURST

Süßes Steinobst	66
Argentinien mitten in Kiel	73

KULTUR & UNTERHALTUNG

Ausstellungen, Bühnen und andere Events	74
---	----

JEDEN MONAT DABEI

Editorial	3
Horoskop	64
Impressum/Aus der Redaktion	82

Förde Fräuleins **MARRYLAND**

DAS HOCHZEITSFESTIVAL AN DER FÖRDE

14. NOVEMBER

12 bis 20 Uhr

15. NOVEMBER

11 bis 18 Uhr

Hochzeitsfestival an der
Förde präsentiert
vom Förde Fräulein
Halle 400, Kiel

Inspiration, Kontakte
und Ideen – eine
Hochzeitsmesse
der anderen Art!



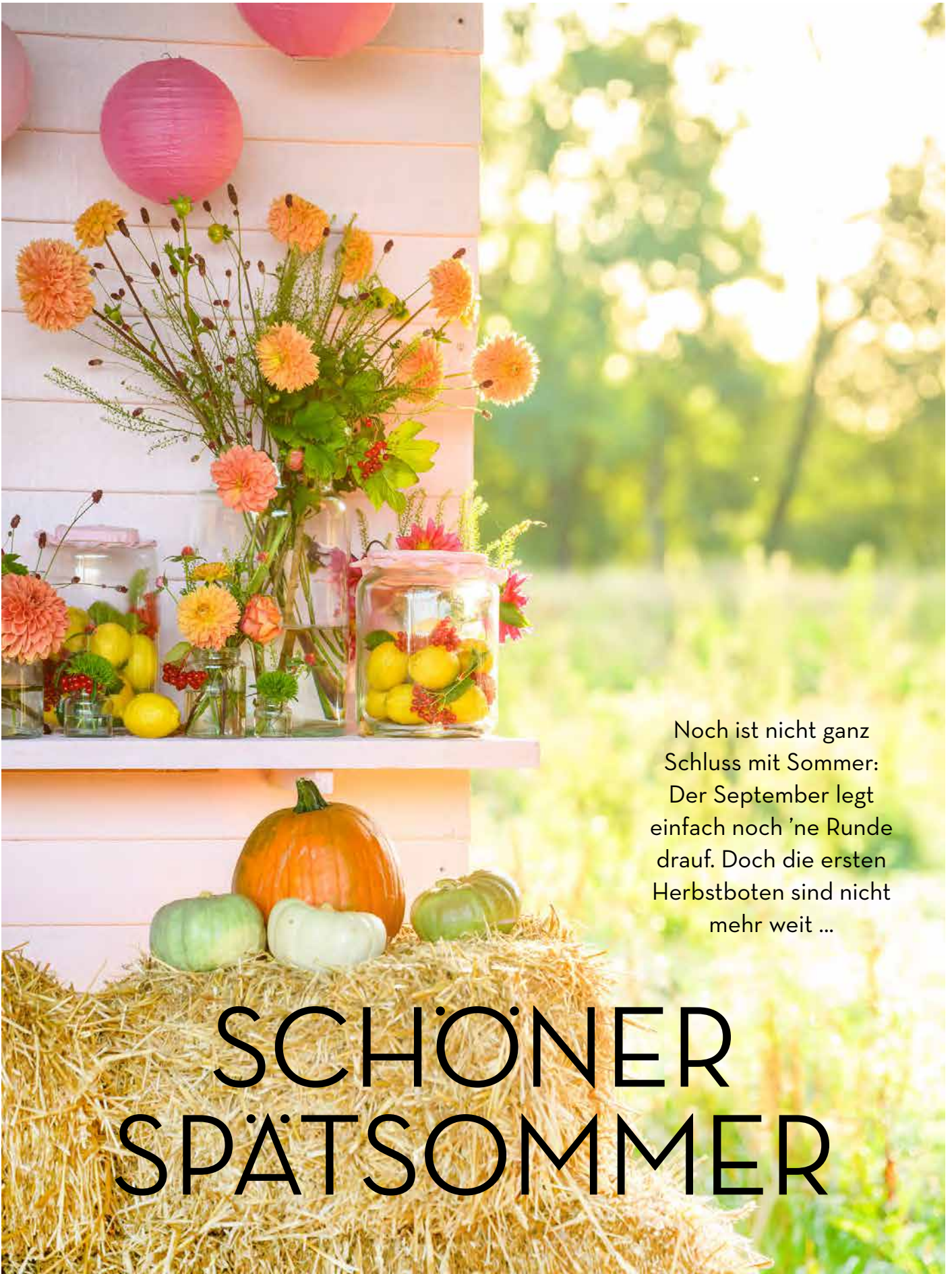
**STAUNEN,
FEIERN UND
AUSPROBIEREN!**

www.marry-land.de

Party mit DJ-Contest,
Fashion-Show, Live-Beratung,
Drinks und die Möglichkeit,
auch Ideen für den JGA zu finden.

Für ALLE Arten von Hochzeit:
queer, traditionell, modern, kirchlich, frei,
hochpreisig oder mit kleinem Budget





Noch ist nicht ganz
Schluss mit Sommer:
Der September legt
einfach noch 'ne Runde
drauf. Doch die ersten
Herbstboten sind nicht
mehr weit ...

SCHÖNER SPÄTSOMMER

HERBSTZAUBER AUF HOF BISSENBROOK

Am 12. und 13. September wird Hof Bissenbrook wieder zum Treffpunkt für alle, die Gartenideen, schöne Dinge und ländliche Lebensart mögen.

Seit 25 Jahren gehört der Herbstzauber für viele fest zum Spätsommer in Schleswig-Holstein. Zwischen alten Hofgebäuden und der langen Lindenallee präsentieren mehr als 130 handverlesene Aussteller*innen Pflanzen, Gartenaccessoires, Wohnideen, Mode, Kunsthandwerk und besondere Lieblingsstücke.

Ausgewählte Gärtnereien bringen Stauden, Gräser und Gehölze für den spätsommerlichen Garten mit. Dazu gibt es Schönes für Haus und Garten sowie kulinarische Spezialitäten von herzhaft bis süß.

ENTDECKEN UND GENIESSEN

Schon der Weg über die lange Lindenallee lohnt sich: Das Dekoteam von Gartenzauber setzt dort mit Blumen, Farben und besonderen Materialien immer wieder neue Akzente. Auch ein neuer blumiger Fotopoint ist für dieses Jahr geplant. Live-Musik, Stelzenläufer, kleine Überraschungen und gemütliche Plätze machen die Landpartie perfekt. So bleibt genug Zeit zum Stöbern, Genießen und Entdecken – mit einem kleinen Hauch Bullerbü mitten in Schleswig-Holstein. Hunde dürfen nicht mit auf das Gelände. Ausgenommen sind ausgewiesene Assistenz- und Therapiehunde.

12. und 13. September, 10–18 Uhr · Hof Bissenbrook
Bissenbrook 4, Großenaspe
Eintritt: 10 Euro, Kinder und Jugendliche bis 15 Jahre frei
www.gartenzauber.com



HERBST zauber

Hof Bissenbrook
www.gartenzauber.com

12.+13.
 September
 2026





WENN AUS BALLONS EIN HERZENSPROJEKT WIRD

Ein paar Ballons, eine Babyparty und plötzlich eine ziemlich gute Idee: Die Kielerin Lisa Köhnen hat aus ihrer Freude am Dekorieren ein eigenes kleines Unternehmen gemacht. Mit Lisas Balloons gestaltet sie heute individuelle Ballondekorationen für Events aller Art.

Der Start von Lisas Balloons war eigentlich gar nicht geplant. Für die Babyparty ihrer besten Freundin übernahm Lisa die Dekoration und arbeitete dabei zum ersten Mal intensiver mit Ballons. Was als persönliche Überraschung gedacht war, machte ihr so viel Spaß, dass sie nicht mehr davon loskam. Aus dem ersten Versuch wurden neue Ideen, Farbkombinationen und Dekorationen – und schließlich der Entschluss, daraus etwas Eigenes aufzubauen. Heute steckt Lisa mitten in der spannenden Anfangsphase ihrer Selbstständigkeit. Sie war bereits auf ersten Hochzeitsmessen unterwegs, hat ihre ersten Aufträge umgesetzt und konnte ihre Arbeiten unter anderem beim Gartenzauber zeigen. Dabei geht es längst nicht einfach nur um ein paar bunte Luftballons. Lisa entwickelt ihre Dekorationen passend zum Anlass, zur Location und zu den Menschen, die feiern. Mal darf es romantisch und zurückhaltend sein, mal verspielt, bunt oder richtig auffällig. Farben werden aufeinander abgestimmt, Formen kombiniert und jedes Arrangement individuell geplant.

KEIN FEST VON DER STANGE
Gerade das Persönliche ist Lisa wichtig. Eine Hochzeit braucht schließlich eine andere Atmosphäre als eine Baby Shower, ein Kindergeburtstag darf anders aussehen als ein großes Familienfest. Deshalb entstehen ihre Dekorationen nicht nach Schema F. Wer schon eine genaue Vorstellung hat, kann mit eigenen Ideen zu ihr kommen. Wer dagegen nur weiß, dass „irgendetwas mit Ballons“ schön wäre, bekommt Unter-

stützung bei Farben, Stil und Umsetzung. Am Ende soll die Dekoration nicht nur auf Fotos gut aussehen, sondern vor allem zum jeweiligen Fest passen. Und vielleicht liegt genau darin der Reiz: Ballondekorationen können einen Raum mit vergleichsweise wenigen Elementen komplett verändern. Ein Bogen am Eingang, eine aufwendig gestaltete Fotokulisse oder ein Arrangement rund um einen besonderen Platz wird schnell zum Hingucker – und oft auch zum Lieblingsmotiv der Gäste. Für Lisa ist aus der ersten Babyparty-Deko inzwischen ein echtes Herzensprojekt geworden. Noch ist Lisas Balloons ein junges Unternehmen, vieles wächst gerade erst. Doch genau das macht die Geschichte spannend: Eine Kielerin probiert etwas aus, entdeckt darin ihre Leidenschaft – und traut sich, daraus ihren eigenen Weg zu machen.



Lisas Balloons – Lisa Köhnen,
Tel. 0176 / 32 63 40 92,
E-Mail: lisa.koehnen@gmx.de,
www.lisasballoons.de,
Instagram: [@lisas_balloons](https://www.instagram.com/lisas_balloons)



Vom 3. bis zum 11. Oktober herrscht im Freilichtmuseum Molfsee wieder eine ganz besondere Herbstmarktstimmung.

Flanieren, Schauen, Genießen, Mitmachen – der Herbstmarkt bringt viele Erlebnisse für die ganze Familie.

Die historischen Gebäude – wie hier die Holländermühle – und die wunderschöne Natur des Museumsgebietes bilden die herrliche Kulisse des Herbstmarktes.

ZAUBERHAFTER HERBSTMARKT

Vom 3. bis zum 11. Oktober lädt auch dieses Jahr das Freilichtmuseum Molfsee wieder täglich von 10 bis 18 Uhr zu seinem bunten und bei Groß und Klein beliebten Herbstmarkt ein.

Zum Duft von frisch gerösteten Mandeln, Apfelkuchen und Kaffee, Rübenmus, geräuchertem Fisch und vielen anderen regional gefertigten Köstlichkeiten präsentieren sich zwischen den liebevoll hergerichteten historischen Häusern auf dem Museumsareal gut 130 Aussteller*innen. Sie bieten regionale Produkte an, kuschelig warme Kleidung für Erwachsene und Kinder, gewohnt hochwertiges Kunsthandwerk, sowie Pflanzen und Herbstdeko für Haus und Garten. Die Nordbauern Schleswig-Holstein mit verschiedenen regionalen Erzeugern und Direktvermarktern laden zu einem bunten Bauernmarkt auf dem Herbstmarkt ein. Wie immer stehen selbstproduzierte Waren im Vordergrund.

LEBENDIGES MUSEUM

Mitmach-Aktionen für Kinder, das Haus des Jahres und die letzten Wochen der Rebecca-Louise Law-Ausstellung – das Museum zeigt sich vielseitig und bietet

allen Gästen viele Kultur-Erlebnisse. Neben der Stroh Hüpfburg können Kinder unter Anleitung herbstliches Basteln und ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Im Haus des Jahres 2026, das erstmalig für Besuche zugänglich ist, gibt es Anschauliches zum Thema „Reepschlagerei“ und neue Verweilmöglichkeiten an der „längsten Tafel Molfsees“.

DER EINTRITT

Der Museumeintritt und damit auch für den Herbstmarkt beträgt für Erwachsene 14 Euro (erm. 12 Euro), Kinder und Jugendliche zahlen 5 Euro und die Familienkarte kostet 29 Euro. Wer ab Mitte September über die Internetseite des Museums Landesmuseen SH – Freilichtmuseum Molfsee ein Online-Ticket für den Herbstmarkt erwirbt, kommt erfahrungsgemäß schneller ans Ziel.

3.-11.10., tägl. 10-18 Uhr, Freilichtmuseum Molfsee/Jahr100Haus, Hamburger Landstr. 97, Molfsee, www.freilichtmuseum-sh.de

AUF ZUM HERBSTMARKT

ANREISE MIT ÖPNV UND RAD

Das Museum, die Gemeinde Molfsee und der Kreis Rendsburg-Eckernförde bitten eindringlich darum, aufgrund der eingeschränkten Parkplatzsituation am Museum (an den Wochenenden steht der Parkplatz am Landesamt für Landwirtschaft, Umwelt und ländliche Räume, Hamburger Chaussee 25, Flintbek, zur Verfügung), die Angebote des ÖPNV in Anspruch zu nehmen. An allen Veranstaltungstagen verkehren die Busse der Linien 780/790/795 zwischen dem Hauptbahnhof Kiel und der Gemeinde Flintbek und werden so zum beliebten und zuverlässigen Herbstmarkt-Shuttle. Darüber hinaus steht direkt am Museum ein Fahrradparkplatz zur Verfügung. Und auch die beliebten Leihräder der Sprottenflotte sind in Molfsee wieder mit von der Partie.

Herbstmarkt

Die fünfte Jahreszeit im Freilichtmuseum Molfsee



3.-11.10.2026
täglich 10-18 Uhr

Inkl. vieler musealer Mitmachaktionen!



Freilichtmuseum Molfsee

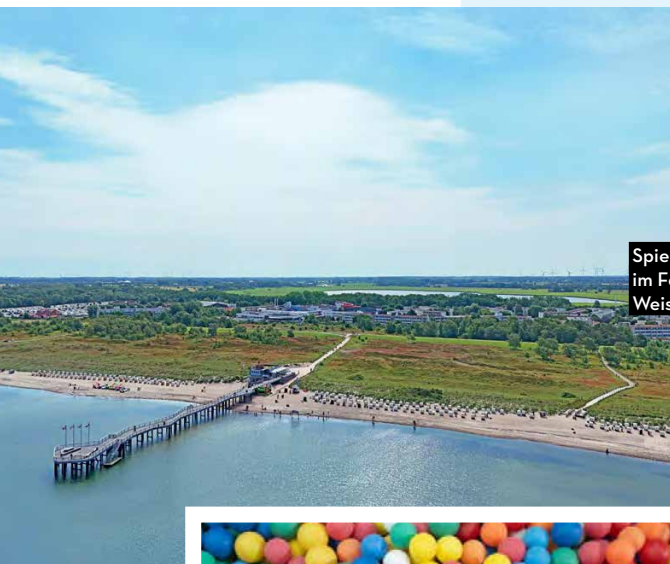
Landesmuseen SH

freilichtmuseum-sh.de

Sparkasse

PROVINZIAL

Die Sparkassen sind Partner der Stiftung Schleswig-Holsteinische Landesmuseen Schloss Gottorf



Spiel, Spaß und Erholung
im Ferien- und Freizeitpark
Weissenhäuser Strand



JETZT SPAREN:
Im September gibt es
mit dem Angebot
„Abenteuer und Erholung“
15%
Preisvorteil auf den
Übernachtungspreis!



AUF INS ABENTEUER

Hier beginnt das nächste Familienabenteuer: Im Ferien- und Freizeitpark Weissenhäuser Strand warten jede Menge Spaß, gemeinsame Erlebnisse und unvergessliche Urlaubsmomente auf coole Kids und ihre Eltern.

Im Abenteuer Dschungelland können große und kleine Entdecker*innen Kaimane, Schlangen und exotische Echsen hautnah erleben. Ein besonderes Highlight für die ganze Familie ist Europas größtes Bällebad mit über 300.000 bunten Bällen.

Auch im Subtropischen Badeparadies ist Action angesagt: Norddeutschlands längste Welle, 13 Rutschen und die Wasserspiellandschaft Water World sorgen für jede Menge Wasserspaß. Wer zwischendurch entspannen möchte, findet gemütliche Liegemöglichkeiten, heiße Saunen und sprudelnde Whirlpools.

MEHR DRIN FÜR DEINE AUSZEIT

Im September wird deine Auszeit noch erlebnisreicher: Mit dem Angebot „Abenteuer und Erholung“ genießt du täglich freien Eintritt ins Subtropische Badeparadies und ins Abenteuer Dschungelland und sparst zusätzlich 15 Prozent auf den Übernachtungspreis. Schon ab 170 Euro für zwei Nächte. Für deinen Aufenthalt kannst du zwischen gemütlichen Ferienwohnungen oder einladenden Ferienhäusern wählen. Bettwäsche, Handtücher, Strom und Endreinigung sind bereits im Preis enthalten.

In verschiedenen Restaurants, Bistros und Cafés warten außerdem viele kulinarische Genussmomente.

Tipp: Mit dem MEGA-Winterticket gibt es vom 2. November 2026 bis 31. März 2027 täglich freien Eintritt ins Abenteuer Dschungelland und/oder Subtropische Badeparadies. Wer das Ticket im September kauft, parkt sogar kostenlos. Also: Koffer packen und ab an die Ostsee!

COOL KIDS PLAY HERE



*Jetzt Urlaub
planen!*



**Weissenhäuser
Strand** Ferien- und Freizeitpark
Das ganze Jahr Ostsee

AUTOS & TECHNIK

Roadtrip, Camping, Festivalfeeling:
Diese Seiten machen Lust aufs Unterwegssein und
zeigen, was den Norden gerade so bewegt.



Foto: Adobe Stock



SCHLAFPLATZ AUF VIER RÄDERN

Spontan länger bleiben, unterwegs eine Pause einlegen oder gleich im Auto übernachten: Mit dem neuen Camping-Modus macht Škoda seine Elektrofahrzeuge noch ein Stück reisetauglicher.

Wer mit dem E-Auto unterwegs ist, kennt es: Die schönste Route führt manchmal genau dorthin, wo man gern noch ein bisschen länger bleiben würde. Mit dem neuen Camping-Modus in der MyŠkoda-App soll das künftig besonders komfortabel werden. Die Funktion hält die gewählte Innenraumtemperatur auch bei längeren Pausen oder während einer Übernachtung konstant – ohne dass dafür immer wieder nachgeregelt werden muss. Aktiviert wird der Camping-Modus ganz einfach über ein Symbol in der App. Anschließend schaltet sich die Klimaanlage ein und sorgt dafür, dass es im Innenraum angenehm bleibt. Gerade auf längeren Reisen, bei spontanen Zwischenstopps oder einem kleinen Roadtrip mit Übernachtung im Auto kann das praktisch sein.

UPDATE STATT WERKSTATTBESUCH

Der neue Modus kommt mit Version 8.14 der MyŠkoda-App. Ein Termin beim Servicepartner ist dafür nicht nötig

– das entsprechende App-Update genügt. Voraussetzung ist allerdings, dass die Hochvoltbatterie des Fahrzeugs noch zu mindestens 30 Prozent geladen ist und die Škoda-Connect-Dienste aktiviert sind. Verfügbar sein soll die Funktion für alle elektrischen Modellreihen von Škoda: Epiq, Elroq, Enyaq und Peaq. Dabei spielt laut Hersteller weder die Fahrzeuggeneration noch die jeweilige Softwareversion eine Rolle, solange die Connect-Dienste aktiv sind.

MEHR ALS NUR VON A NACH B

Der Camping-Modus ist eine weitere Funktion der MyŠkoda-App, die das Smartphone zur mobilen Verbindung mit dem Fahrzeug macht. Schon jetzt lassen sich darüber ausgewählte Fahrzeugfunktionen aus der Ferne bedienen, Ladevorgänge verwalten, Routen planen oder der aktuelle Fahrzeugstatus prüfen. Mit der neuen Camping-Funktion rückt nun auch das Reisen abseits klassischer Hotel- oder Ferienwohnungspläne stärker in den Fokus. Denn wer im Elektroauto genügend Platz für eine Nacht hat, bekommt mit der konstanten Innenraumtemperatur einen zusätzlichen Komfortfaktor dazu. Damit wird aus dem Auto zwar noch kein voll ausgestatteter Camper – für spontane Nächte unterwegs, längere Pausen oder das nächste kleine Abenteuer kann der neue Modus aber genau das Extra sein, das den Roadtrip noch ein bisschen entspannter macht. Škoda gibt es in Kiel bei **Schmidt & Hoffmann im Škoda Zentrum Kiel** – dort können sich Interessierte auch zu den aktuellen Elektromodellen beraten lassen. Vormerken: Am 26. September findet dort der große Škoda Aktionstag mit der Markteinführung des Peaq und des Epiq statt.

Neu: der Camping-Modus in der MyŠkoda-App



CARAVAN UND CO 2026

Vanlife und pure Abenteuerlust in Rendsburg

Die CARAVAN und CO lädt im September wieder nach Rendsburg ein.



Auf der CARAVAN und CO gibt es zahlreiche Ideen und Inspirationen für das eigene Reisemobil.



DIE WICHTIGSTEN MESSE-INFOs AUF EINEN BLICK

Onlineticket-Preise

Tageskarte: 12 Euro

Tageskarte Kind bis 16 Jahre: 9 Euro / unter 6 Jahre: frei

Familienticket: 35 Euro (2 Erwachsene + bis zu 2 Kinder)

4-Tage-Ticket Erwachsene: 36 Euro

Auf dem weitläufigen Messegelände präsentieren zahlreiche Aussteller die neuesten Trends rund um Camping, Caravaning und Outdoor-Lifestyle. Besucher*innen können Fahrzeuge entdecken, sich beraten lassen und das abwechslungsreiche Rahmenprogramm genießen.



Geld und Zeit sparen: Tickets gibt es ganz unkompliziert im Vorverkauf online unter www.caravan-und-co.de/tickets. Wer vorab online bucht, spart sich das Anstehen an der Tageskasse und kann direkt ins Abenteuer starten!

Vom 24. bis 27. September verwandelt sich das Messegelände Rendsburg wieder in einen zentralen Treffpunkt für alle Camping- und Outdoor-Fans. Ob erfahrene Weltenbummler*innen oder neugierige Einsteiger*innen – die CARAVAN und CO lädt zu vier Tagen voller Inspiration, starker Marken und einem packenden Rahmenprogramm ein. An vier Messetagen präsentieren namhafte Aussteller die gesamte Bandbreite des mobilen Reisens – von kompakten Dachzelten und smart ausgebauten Vans über robuste Offroad-Camper bis hin zu luxuriösen Reisemobilen und modernstem Zubehör.

VANLIFE VILLAGE UND BUNTES RAHMENPROGRAMM

Ein besonderes Highlight ist auch in diesem Jahr das beliebte Vanlife Village. Wer von individuellen Ausbauten träumt und echte Praxistipps sucht, ist hier genau richtig: Die Busbastler sind als Partner des Vanlife Village der CARAVAN und CO mit an Bord und haben das Areal aktiv mitgeplant und organisiert. Sie bringen nicht nur ihre eigenen Fahrzeuge mit, sondern stehen auch für Fragen rund um Ausbau, Technik, Alltagstauglichkeit und kreative Lösungen zur Verfügung. Hier können Besucher*innen sich direkt mit erfahrenen Selbstaussbauern austauschen, einen Blick in liebevoll gestaltete DIY-Vans werfen und sich wertvolle Kniffe für das eigene Projekt abschneiden. Flankiert wird die Messe von einem abwechslungsreichen Rahmenprogramm auf der Hauptbühne. Spannende Fachvorträge, packende Reiseberichte von Weltenbummler*innen und Expert*innen-Talks rund um Routenplanung, Camping-Technik und Stellplatz-Geheimtipps sorgen dafür, dass garantiert keine Frage offenbleibt. Für das leibliche Wohl und eine entspannte Festival-Atmosphäre ist auf dem gesamten Gelände gesorgt. Das Highlight zum Schluss: Am Samstagabend, 26. September, steigt ab 18 Uhr die Messепarty – Tickets hierfür sind separat erhältlich.

**24.-27.09.
2026 Messe
Rendsburg**



Die Messe für Caravaning und Outdoor im Norden

über 120 Ausstellende

Nordic Vanlife Village

Zubehör-Shop

Musik & Show

Camping vor Ort



Tickets und Infos unter www.caravan-und-co.de

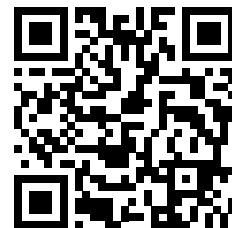
KENNENLERN-ANGEBOT FÜR LITERATURFANS

Unabhängige Rezensionen und
neue Bücherwelten!

E-Paper
für nur
1 EURO
testen*



JETZT BESTELLEN:
buecher-magazin.de/testabo
oder QR-Code scannen



ABO-ID: BU25HPE

*Nach Ende der Laufzeit von
zwei Monaten geht der Bezug
in ein Jahresabo von derzeit
28,90 € über.



Alles rund ums Reisemobil
am Standort Gettorf



Das Team von Premium
Mobile Kuntz freut sich auf
deinen Besuch.



PREMIUM MOBILE KUNTZ GOES CARAVAN & CO

Reiselust trifft auf Technik und Komfort:
Auf der CARAVAN & CO in Rendsburg zeigt
Premium Mobile Kuntz, was mobiles Reisen
noch angenehmer macht.

Vom 24. bis 27. September ist Premium Mobile Kuntz
auf der CARAVAN & CO in Rendsburg am Stand V4
vertreten. Das Team um Jessica und Thomas Tepper sowie
Victor Prieß berät zu aktuellen Reisemobilen, Ausstattung
und sinnvollen Nachrüstungen.

MESSEANGEBOTE FÜR REISEMOBILE

Zur Messe gibt es auf ausgewählte Leistungen zehn Prozent
Sonderrabatt. Dazu zählen unter anderem Gasprüfungen
ab 78 Euro, Solaranlagen ab 900 Euro, Rückfahrkameras
ab 700 Euro sowie Truma-Klimaanlagen ab 2.990 Euro.
Auch Hubstützenanlagen, Zusatzluftfedern, SOG-Anlagen,
Clesana-Verschweißtoiletten und Dachhauben mit Lüfter sind
im Angebot. Alle Preise verstehen sich inklusive Montage und
Mehrwertsteuer.

RUNDUM-SERVICE IN GETTORF

In der Fachwerkstatt in Gettorf bietet **Premium Mobile
Kuntz** außerdem Rundum-Service sowie An- und Umbauten
für Reisemobile an. Beratungstermine können vorab per
E-Mail vereinbart werden. www.kuntz-reisemobile.de
24.-27. September • CARAVAN & CO, Rendsburg, Stand V4



Ihr Reisemobil Partner Premium Mobile Kuntz GmbH in Schleswig-Holstein:

Verkauf, Vermietung, Rund-um-Service und Zubehör.



PREMIUM MOBILE KUNTZ GMBH
Eichkoppel 1 | 24214 Gettorf | Kiel
www.reisemobile-kuntz.de

Zu unserem
Fahrzeugbestand:



Weitere
Mietinformationen:



WACKEN TANKT AUF

bft Willer Tankstelle versorgte Festivalfans
in Wacken mit Treibstoff und Getränken



Das Wacken Open Air findet seit 1990 jährlich am ersten Augustwochenende in der Gemeinde Wacken statt. Auch 2026 wuchs die Einwohnerzahl des Ortes während des Festivals von rund 2.000 auf ein Vielfaches an: Etwa 85.000 zahlende Festivalfans aus mehr als 80 Ländern reisten in die schleswig-holsteinische Gemeinde.

Der Tankstellenpächter Mario Tüchsen stellte sich 2026 erstmals auf den Festivalansturm ein und machte die **bft Willer Tankstelle** in der Hauptstraße 52 zum Treffpunkt für Wacken-Fans aus aller Welt. Für ihn begann der Festivalbetrieb früh am Morgen. Bis etwa 11 Uhr blieb Zeit, sich auf den Ansturm vorzubereiten, danach stieg die Nachfrage nach kühlen Getränken. Auch als die Hauptstraße aufgrund des hohen Besucheraufkommens gesperrt wurde, blieb die bft Willer Tankstelle geöffnet. Tüchsen nutzte das eigene Tankstellengelände, um

Festivalbesucher*innen mit Getränken und schattigen Sitzmöglichkeiten zu versorgen. Unterstützt wurde er dabei von Familie und Freund*innen, die an der eigens aufgebauten Bar neben dem Tankstellenshop mit anpackten. Ein besonderer Blickfang war der Biergarten mit eigens angefertigten Liegestühlen. Darauf war der „Dicke Anton“, der fliegende Markenbotschafter des Tankstellenunternehmens Anton Willer, passend zum Festival als „Wacken-Anton“ gestaltet. Auch auf den Bildschirmen des Preismasts war das Maskottchen in verschiedenen Festival-Situationen zu sehen. Ein weiteres Highlight war der Heißluftballon von Anton Willer. Der „Dicke Anton“ war während des Festivals über dem Gelände des Wacken Open Air am Himmel zu sehen.

ENGAGEMENT FÜR EIN BESONDERES FESTIVALERLEBNIS
Mario Tüchsen betreibt die Tankstelle

erst seit Anfang 2026. Für seinen ersten Festivalsommer hatte er sich einiges vorgenommen und viel Zeit und Engagement in die Vorbereitung investiert. Sein Ziel war es, den Besucher*innen nicht nur eine zuverlässige Versorgung, sondern auch ein positives und entspanntes Erlebnis auf dem Tankstellengelände zu bieten. „Uns geht es vor allem darum, dass die Menschen hier eine gute Zeit haben und friedlich miteinander feiern können“, sagte Mario Tüchsen. Dass die Tankstelle dabei zu einem besonderen Treffpunkt werden konnte, zeigte ein frisch vermähltes Brautpaar, das während des Festivals gemeinsam mit Tüchsen auf die Zukunft anstieß. Auch die Medien wurden auf das Geschehen aufmerksam. Unter anderem berichteten der SPIEGEL und RTL über das besondere Festivalgeschehen und führten vor Ort Interviews mit Mario Tüchsen.

Fleißige Pflanzaufsicht:
Maskottchen Stolle



ANZEIGE

WENN DIE STÖRCHE SELBST VORBEISCHAUEN

Klimapartner Holstein Kiel beim Baumpflanztermin:
Team-Neuzugänge beweisen grünen Daumen

Am 12. August tauschten die Fußballprofis von Holstein Kiel erneut den Ball gegen den Spaten: Gemeinsam mit der Landwirtschaftskammer, dem Revierförster und den Flächeneigentümern pflanzten die Störche in Hamdorf ein weiteres Stück Willer.Wald. Mit dabei waren unter anderem Guillermo Balzi, Kapitän Jonas Meffert und Moritz Reimers sowie Vertreter von Holstein Kiel, der Landwirtschaftskammer Schleswig-Holstein und der Anton Willer GmbH & Co. KG. Die Flächen stellten die Landwirte Otto Harders und sein Sohn Volker zur Verfügung. Auch der Mercedes „Ser-Club“ unterstützte die Aktion. Maskottchen Stolle packte beim Pflanzen ebenfalls mit an. Wolfgang Schwenke, Geschäftsführer Holstein Kiel: „Wir haben in unserer Partnerschaft schon über 4.000 Bäume gepflanzt, und auch in Regionen, die baumärmer sind und dringend Aufforstung benötigen. Ich finde es großartig, dass man gemeinsam so ein Projekt auf die Beine stellt.“

EIN GUTES OMEN ZUM SCHLUSS

Kurz vor Ende der Pflanzaktion sorgte die Natur selbst für einen besonderen Moment: Eine Gruppe Störche drehte mehrere Runden über dem frisch bepflanzten Areal. Seit 2020 pflanzt die **Anton Willer GmbH & Co. KG** pro getanktem Kraftstoff neuen Wald mit regionaltypischen Baumarten in Schleswig-Holstein. Klimapartner Holstein Kiel legt zusätzlich für jedes Saisontor elf Bäume drauf. Inzwischen ist der Willer.Wald fast eine halbe Million Quadratmeter groß – und wächst weiter.

(v.l.): Otto Harders, Axel
Niesing, Hans Jacobs,
Wolfgang Schwenke, Olaf
Rebbe, Georg Willer



Haben einen grünen
Daumen: Moritz Reimers
und Jonas Meffert



bft willer

Mit jedem getankten
Liter Kraftstoff
entstehen 10 cm²
neuer Wald in
Schleswig-Holstein.



Pflanz den
WILLER.WALD.
So mok wi dat.

Infos: schlautanken.sh So tankt der Norden.

Pflanz den
WILLER.WALD.
www.schlautanken.sh

GLEIS & MEER: 6 TIPPS FÜR EINEN AUSFLUG NACH GLÜCKSTADT



Förde Fräulein Kathrin ist mal wieder mit der Bahn in Schleswig-Holstein unterwegs und auf der Suche nach schönen Orten und neuen Ausflugstipps. Dieses Mal geht es nach Glückstadt.

Zwischen historischem Marktplatz, kleinen Geschäften, blühenden Straßen und dem Hafen gibt es einiges zu entdecken. Und natürlich darf auch eine ordentliche Portion Matjes nicht fehlen. Hier kommen ihre 6 Tipps für einen Ausflug nach Glückstadt.

Glückstadt macht seinem Namen alle Ehre.



Die Anreise mit dem Zug ist perfekt, um eine neue Stadt zu entdecken.

TIPP 2: ENTDECKE GLÜCKSTADT ZU FUSS

Mein erster Weg führt mich direkt auf den historischen Marktplatz, und ich merke schon hier: Glückstadt hat einfach seinen ganz eigenen Charme. Rund um die Stadtkirche und das Rathaus reihen sich hübsche historische Häuser aneinander, und bei meinem Besuch blüht es überall in kräftigem Pink. Ich schlendere erstmal ganz entspannt eine Runde über den Platz und lasse die Stadt auf mich wirken. Danach geht's entlang des Fleths weiter. Mein erster Stopp ist Wohnideen Kupke, wo mich Chef Christian ganz herzlich begrüßt. Auf mehr als 200 Quadratmetern gibt es jede Menge zum Stöbern: von tollen Teakholzmöbeln und Metallbildern bis hin zu Deko und farbenfroher Kleidung von Zwillingsherz. Ich könnte hier definitiv ein bisschen länger bleiben. Weiter geht's über die Große Kremper Straße zu Glückwerk. Hier entdecke ich liebevolle Deko, Geschenkideen, Gewürze, Feinkost und regionale Leckereien. Und falls du deinen Ausflug mit einem gemütlichen Frühstück starten möchtest: Im Glückwerk kannst du nicht nur stöbern, sondern auch richtig schön frühstücken.



Ein Bummel durch Glückstadts Altstadt gehört für mich definitiv dazu.



An heißen Tagen die perfekte Abkühlung: ein Eis im Eiscafé Venezia

TIPP 3: GÖNNE DIR EIN EIS IM EISCAFÉ VENEZIA

Nach dem Bummeln ist es Zeit für eine kleine Abkühlung. Und bei sommerlichen Temperaturen gibt es dafür eigentlich nur eine richtige Antwort: Eis! Mein nächster Stopp ist das Eiscafé Venezia in der Großen Kremper Straße. Chef Roberto begrüßt mich mit einem lässigen „Ciao!“, und bei der Auswahl an verschiedenen Sorten fällt mir die Entscheidung erstmal gar nicht so leicht. Am Ende landen Limoncello und Biscoff in meiner Waffel. Eine ziemlich gute Kombination, wie ich finde. Ich setze mich draußen hin, genieße mein Eis und beobachte dabei ganz entspannt das Treiben in der Straße. Genau solche kleinen Pausen gehören für mich zu einem gelungenen Ausflug einfach dazu.

TIPP 4: EIN MUSS IN GLÜCKSTADT: MATJES ESSEN IM BISTRO NETTCHEN

Nach etwas Süßem bekomme ich Lust auf etwas Herzhaftes. Und wenn ich schon in Glückstadt bin, darf natürlich eines nicht fehlen: Matjes! Dafür geht es ins Bistro Nettchen direkt am Hafen. Auf der großen Terrasse sitze ich direkt am Wasser, über mir hängen bunte Sonnenschirme und rundherum herrscht entspanntes Hafenflair. Ich entscheide mich für Matjes mit Bratkartoffeln und Remoulade und komme dabei mit Henning, dem Koch und Inhaber, ins Gespräch. Er erzählt mir die Geschichte hinter dem Namen: Das Nettchen ist seiner Mutter Henriette Plotz gewidmet, die von allen nur Nettchen genannt wurde. Seit 2009 führt Henning das Restaurant als Familienbetrieb. Als „Matjesrebell“ liegt ihm natürlich auch der Glückstädter Matjes besonders am Herzen. Dieser wird bis heute traditionell hergestellt, natürlich gereift, handfiletiert und mit wenig Salz. Das Original trägt sogar das europäische Schutzsiegel g.g.A. und wird deutschlandweit nur noch in Glückstadt nach dieser alten Tradition hergestellt. Spätestens jetzt schmeckt mein Matjes gleich noch ein bisschen besser.

Ein Muss bei einem Besuch in Glückstadt: frischen Matjes essen



Am Glückstädter Hafen könnte meine Kamera den ganzen Tag glühen.



TIPP 5: SCHNUPPERE HAFENLUFT UND ENTDECKE GLÜCKSTADT

Nach dem Essen geht es für mich ans Wasser. Ich schlendere am Glückstädter Hafen entlang und könnte hier wahrscheinlich den halben Tag mit meiner Kamera verbringen. Die historischen Häuser, kleinen Gassen, Boote und immer wieder neuen Blickwinkel machen den Spaziergang richtig schön. Unterwegs entdecke ich einige besondere Gebäude wie den Alten Salzspeicher, das Königliche Brückenhaus und den Wiebeke-Kruse-Turm. Sie alle erzählen ein Stück der Geschichte Glückstadts und machen den Hafen zu einem echten Hingucker. Mein Tipp: Nimm dir für den Spaziergang ruhig etwas Zeit und lass dich einfach treiben. Gerade abseits der Hauptstraßen warten einige richtig schöne Ecken darauf, entdeckt zu werden.

Im Detlefsen-Museum wartet eine Zeitreise durch Glückstadts Geschichte.



TIPP 6: ERFAHRE MEHR ÜBER GLÜCKSTADTS GESCHICHTE IM DETLEFSEN-MUSEUM

Zum Abschluss meines Tages geht es noch ins Detlefsen-Museum am Fleth. Es befindet sich im historischen Brockdorff-Palais und nimmt dich mit in die Geschichte Glückstadts und der Region. Die Ausstellung erzählt unter anderem von der Stadtentwicklung, der Heringsfischerei, dem Handel und Handwerk sowie dem Leben der Menschen hier. Auch das Arbeitszimmer des Heimatdichters Fritz Lau gehört dazu. Bei meinem Besuch ist außerdem die Ausstellung „Ritter, Burgen, schöne Fräulein“ zu sehen, die zeigt, wie das Mittelalter über Spielzeug und Geschichten ins Kinderzimmer gelangt ist. Für mich ein schöner letzter Stopp, um den Tag in Glückstadt mit ein bisschen Geschichte ausklingen zu lassen.

Folge mir für mehr Tipps auf Social Media unter [@foerde_fraeulein](#) und schau auf meinem Blog vorbei: www.foerdefraeulein.de

nah.sh/jobticket



Deutschland-
Jobticket

Von Tastatur bis Tennisplatz

Das
Deutschland-
Jobticket
von NAH.SH:
für Job und Freizeit.
Natürlich auch
für Azubis.



NAH.SH

Der Nahverkehr

Schleswig-Holstein
Der echte Norden

An aerial photograph showing the stern of a blue ship moving away from the viewer, leaving a wide, turbulent wake of white foam and greenish water. The ship's name 'SOPHIA' and 'ST. JOHN'S' are visible on its stern. The water is dark blue with concentric ripples radiating from the wake.

STADT- GESCHEHEN

Schiffe, Blumen, Fahrräder, Festivals und jede Menge Citynews:
Kiel hat im September einiges zu bieten. Also: Volldampf voraus!

VON KIEL NACH KANADA LIEBE AUF GROSSER FAHRT

Stabsbootsmann Peter Böhning sorgt an Bord der GORCH FOCK für Verbindung nach Hause. Wie aus einem Zufall auf Instagram ein Wiedersehen am anderen Ende der Welt wurde.



Stabsbootsmann Peter Böhning auf der GORCH FOCK mit seiner Frau Claudia. Links: Die GORCH FOCK zum Natal-Day von Nova Scotia. Rechts: Das Segelschulschiff in Kiel.

KIELerleben: Peter, du bist Stabsbootsmann auf der GORCH FOCK. Wie lange bist du schon an Bord und was genau ist deine Aufgabe auf dem Kieler Wahrzeichen?

Peter Böhning: Ich bin mit kurzen Unterbrechungen bereits seit 2009 an Bord – also schon eine recht lange Zeit. Meine Aufgabe ist alles rund um die Kommunikation: Funk, Internet, IT-Vernetzung. Ich Sorge dafür, dass wir weltweit einsatzbereit und erreichbar sind – sowohl dienstlich mit dem Marinekommando als auch privat. Die Bundeswehr stellt dafür Betreuungskommunikation via Starlink bereit, damit die Besatzung den Kontakt nach Hause und zu ihren Familien halten kann.

Du und deine Frau Claudia kennt euch seit 28 Jahren. Wie geht man als Paar damit um, dass die GORCH FOCK so viel unterwegs ist?

Rein rechnerisch sind wir etwa 120 Tage im Jahr in Kiel, den Rest der Zeit sind wir auf Auslands- und Ausbildungsreisen oder das Schiff liegt in der Werft. Man sieht sich also tatsächlich nicht allzu oft. Aber



Claudia kennt mich gar nicht anders – das war nichts, woran sie sich erst gewöhnen musste. Da sie auch gerne reist, nutzen wir die Gelegenheit, dort wo die GORCH FOCK festmacht, ein paar Tage gemeinsam zu verbringen.

Wie sieht der Alltag an Bord aus, wenn eine neue Ausbildungsrunde startet?

Bei uns kommen pro Jahr rund 250 Offizieranwärter an Bord. Zur militärischen Ausbildung gehört die „seemannische Basis“. Die Kadetten lernen in den ersten Wochen im Hafen das Aufentern und den Umgang mit den Segeln. Danach geht es raus auf See. Es geht nicht nur ums Segeln, sondern vor allem um Teambuilding. Die physische Kondition ist auch gefordert, da an Bord grundsätzlich alles nur mit Muskelkraft funktioniert.

Dieser direkte Kontakt zwischen uns ist ja eigentlich einem kleinen Social-Media-Zufall zu verdanken. Wie kam es dazu, dass Claudia unter unserem Foto der



GORCH FOCK kommentiert hat?

Als sie unter dem Bild kommentierte, dass sie das Schiff bald in Halifax wiedersieht, hat sie nicht daran gedacht, dass daraus eine Story für KIELerleben entsteht. Und der beste Fun Fact an der Sache: Während wir dieses Gespräch führen, sitzt Claudia gerade oben im Flieger auf dem Weg nach Kanada!

Dann hast du sie bald wieder. Wie gestaltet ihr beide eure gemeinsamen zwei Wochen in Halifax, wenn der Dienstplan mal Pause hat?

Nach den intensiv durchgetakteten Wochen und großen Events zu den Sail4th 250, also den Feierlichkeiten zu 250 Jahren amerikanischer Unabhängigkeit, tut es extrem gut, gemeinsam durchzuatmen. Ein absolutes Highlight wird der „Natal Day“ – der Geburtstag der Provinz Nova Scotia mit einem riesigen Feuerwerk über dem Hafen. Wenn der Dienst am Schiff Pause hat, genießen wir einfach die gemeinsame Zeit, die fantastische Kulisse und das Gefühl, ein kleines Stück Kieler Heimat am anderen Ende der Welt zusammen zu haben.

Von Sebastian Schulten



Dieses Posting auf unserem Instagram-Kanal kommentierte Claudia Böhning. Was folgte, war eine kleine Liebesgeschichte rund um die GORCH FOCK.

claudiaboehn 1 Woche(n) · vom Autor
Ich fliege sie morgen besuchen 😊
Antworten · Mit einem Reel antworten · Verbergen 1
stadtmagazin_kielerleben 1 Woche(n) · Verfasser
@claudiaboehn bestell schöne Grüße!
Antworten

BEST OF FLORISTIK

Blumen treffen auf Kunst: Beim 30. Leistungswettbewerb „Best of Floristik“ im Sophienhof Kiel zeigen Florist*innen vom 16. bis 19. September, wie kreativ sich Kunst mit Blüten, Formen und Farben interpretieren lässt.



Die viertägige Veranstaltung findet in Zusammenarbeit mit dem Fachverband Deutscher Floristen und dem RBZ am Schützenpark statt. Los geht es am Mittwoch, 16. September: Von 7.45 bis 9.15 Uhr entstehen die Wettbewerbsarbeiten direkt im Sophienhof. Zur offiziellen Öffnung um 10 Uhr sind die floristischen Werkstücke fertig. Das diesjährige Thema lautet: „BlumenKUNST – Meisterwerke in Form, Farbe & Blüte“.

Jede*r Florist*in gestaltet dazu eigenständig und nach eigener Vorstellung ein floristisches Werkstück.

Künstler*innen prägen weltweit kulturelle Identitäten und machen gesellschaftliche, historische sowie persönliche Themen sichtbar. Genau daran knüpft der Wettbewerb an: Ausgewählte Werke und künstlerische Ausdrucksformen werden floral interpretiert und neu gedacht. Im Mittelpunkt stehen Kreativität, individuelle Ausdruckskraft und die Freiheit, Ideen auf neue, florale Weise umzusetzen.

Die besten Arbeiten werden am Mittwoch, 16. September, um 19 Uhr im Sophienhof prämiert. Dabei wird auch der vom Sophienhof Kiel gestiftete Wanderpokal vergeben.

AUCH DU KANNST MITMACHEN

Während der Veranstaltung gibt es ein Gewinnspiel, außerdem kannst du deinen persönlichen Favoriten oder Favoritin küren. Die Arbeiten sind bis Samstag, 19. September, im **Sophienhof Kiel** zu sehen. Weitere Informationen findest du unter www.sophienhof.de





Foto: Tweed Run

ANZEIGE

AUF DIE RÄDER, FERTIG, LOS!

Am 27. September, ist es wieder so weit: Der Tweed Run rollt durch Kiel – eine charmante Fahrradtour mit Stil, guter Stimmung und einem guten Zweck.

Los geht es um 13 Uhr am Schiffahrtsmuseum – Fischhalle, Wall 65. Organisiert wird die Tour vom Lions Club Kiel-Siebzig. Unterwegs gibt es einen Kaffee- und Kuchenstopp sowie eine kleine Brausepause. Gegen 17 Uhr erreicht die Gruppe das Lüneburg Haus in der Dänischen Straße. Dort klingt der Nachmittag bei einem kleinen BBQ, Musik und einer Tombola entspannt aus.

ALLES KANN, NICHTS MUSS

Wer Lust hat, kann passend zum Tweed Run im Stil der 20er-Jahre mitradeln – etwa mit Knickerbockern, Weste oder Schiebermütze. Pflicht ist das natürlich nicht: Mitmachen kann jede*r so, wie es gefällt. Die Startgebühr beträgt 49 Euro und beinhaltet Verpflegung, BBQ und Tombola. Der Erlös kommt den Förde Lütten zugute. Der Kieler Verein unterstützt hilfsbedürftige Kinder. Kinder unter 16 Jahren fahren kostenlos mit.

Schnelle sparen: Aktuell gibt es die Tickets zum Vorverkaufspreis von 39 Euro unter www.tweedrun-kiel.de.



ANZEIGE

PROBIEREN, FEIERN, GENIESSEN

„Taste & Beats“ bringt regionale Spezialitäten und DJ-Sounds in die Halle 400.



Foto: viemannphotographie

Regionale Köstlichkeiten, persönliche Begegnungen und entspannte Festivalstimmung: Am 15. Oktober feiert „Taste & Beats“ Premiere in der Halle 400. Bis zu 50 Produzent*innen, Direktvermarkter*innen und Genussmanufakturen präsentieren ihre Spezialitäten – von Feinkost, Kaffee, Honig und Backwaren bis zu Craft Beer, Wein und Spirituosen. Dabei darf nicht nur geschaut, sondern vor allem probiert werden. Zahlreiche Verkostungen sind im Ticketpreis enthalten. In der Open Kitchen bereitet Karolinen Catering beim Live-Cooking frische Gerichte direkt vor den Augen der Gäste zu. Wer seine neuen

Liebblingsprodukte mit nach Hause nehmen möchte, kann sie direkt vor Ort kaufen. Eine zentrale Warenausgabe sorgt dafür, dass sich die Besucher*innen anschließend ohne volle Taschen weiter durch die Halle schlemmen können. Ab 22 Uhr geht der Abend auf Deck 6 weiter: Bei DJ-Sounds, Drinks und entspannter Atmosphäre lädt die After-Show-Lounge bis 2 Uhr zum Feiern und Austauschen ein.



Taste & Beats,
15. Oktober, 16 bis 22 Uhr
After-Show bis 2 Uhr,
Halle 400, Kiel
Ticket: 65 Euro
inklusive Verkostungen,
Live-Cooking, Softgetränken
sowie ausgewählten Bieren
und Weinen

Heute aus deinem Air Fryer Club:

Fischbrötchen ohne Anstehen!



ASR FRYER Club

**Dein Airfryer.
Dein Club. Deine App.**

Als Club-Mitglied erwarten dich:
Schnelle Rezepte. Unter 20 Minuten.
Die besten Tipps und Hacks von uns getestet.
Perfekt für dein Gerät.

www.airfryer.club/welcome-regio

**EXKLUSIV
7 TAGE GRATIS
TESTEN!**



Krosse Fischstäbchen

★★★★★ 5.0

Gekocht? Plan

Knusprige Fischstäbchen einfach im Airfryer zubereiten – mit unserem Rezept gelingt das



GEMEINSAM IN BEWEGUNG

Bei den Kursen der **Tanzschule Gemind** können Paare gemeinsam etwas Neues ausprobieren. Zur Auswahl stehen Disco-Fox, West Coast Swing und Salsa. Alle Kurse sind für Einsteiger*innen geeignet und vermitteln Basics sowie leichte Figuren – für viel Tanzspaß zu zweit. Wer lateinamerikanische Musik liebt, aber keine*n Tanzpartner*in hat, kann Solo Latin ausprobieren. Getanzt werden Cha-Cha-Cha, Rumba, Jive und Samba. Dabei geht es um Bewegung, Rhythmus und ein gutes Körpergefühl – ganz ohne Leistungsdruck. Die kostenlose Probestunde für Solo Latin findet am 10. September um 17.30 Uhr statt, ein kostenloser Step-Workshop am 30. September. Bitte vorher anmelden. Dann heißt es: Musik an, Alltag aus.

Foto: Fotolia



ANZEIGE

THAILAND-FEELING AN DER FÖRDE

Beim **7. Thai Fest** verwandeln sich die Hörn und die Halle 400 vom 18. bis 20. September in ein buntes Stück Thailand. Täglich von 10 bis 22 Uhr erwarten die Besucher*innen Thai Street Food, ein Thai-Markt mit Produkten und Kultur, Tanz, Musik, Konzerte, Thai DJ nonstop sowie entspannende Thai-Massagen. Ein besonderes Highlight ist die Weltmeisterschaft rund um Thai-Massage und Thai-Aktivitäten. Auch für Familien ist gesorgt: In der Kinder-OASE gibt es ein eigenes Programm für die kleinen Gäste. Der Eintritt ist frei.

Foto: Adobe Stock


Tanzschule Gemind

Die ganze Welt des Tanzes in Kiel


SOLO DANCE:
Solo Latin:
Kostenlose Probestunde
10.09.26, 17.30 Uhr
Step-Workshop ohne Vorkenntnisse
30.09.26 / 07.10.26, 19.00 Uhr

 Holtener Straße 75 · 24105 Kiel · Tel. 56 42 22 · Fax 57 033 08
<http://www.gemind.de> · E-mail: info@gemind.de · ADTV

7. Thai Fest 2026
Thai Street Food
18.-20. September 2026

von 10.00-22.00

an der Kieler Hörn & Halle 400 Kiel

Herzlich willkommen zum Thai Fest

Eintritt frei!

Jolie 015-111-22-9999 & 015-151-55-9999





KUNST TRIFFT SHOPPING

Im September wird der CITTI-PARK wieder zur Galerie:
Bei der 27. KUNSTMEILE KIEL zeigen 17 Künstler*innen einen
Monat lang ihre Werke – mitten im Einkaufszentrum.

Vom 1. bis 30. September sind Bilder, Collagen und Skulpturen der Künstlergruppe KUNSTMEILE KIEL in ausgewählten Geschäften der Mall und an den Säulen im Obergeschoss zu sehen. Zusätzlich öffnet vom 8. bis 19. September die beliebte Galerie im Erdgeschoss mit Werken aller teilnehmenden Künstler*innen. Das Besondere: Die Künstler*innen sind abwechselnd selbst auf der Fläche anzutreffen. Einige haben feste Anwesenheitszeiten geplant und entsprechende „Öffnungszeiten“ aufgehängt. Mit etwas Glück kannst du ihnen sogar beim Malen oder Zeichnen über die Schulter schauen, Fragen stellen oder direkt ins Gespräch kommen. Wer ein Lieblingsmotiv entdeckt, kann sich vielleicht gleich ein Stück Kunst mit nach Hause nehmen. Neben Originalen werden auch Drucke, Postkarten und Prints auf verschiedenen Alltagsgegenständen angeboten. Passend dazu steht das Logo der **KUNSTMEILE KIEL** – der gelbe Schuh – symbolisch dafür, bei einer Shoppingtour ganz entspannt an den Ausstellungsstücken entlangzuflanieren.

VERNISSAGE MIT MUSIK UND KUNSTAUKTION

Ein besonderer Termin ist die Vernissage am Freitag, 11. September, um 18 Uhr. Auf der Bühne am Haupteingang im Erdgeschoss sorgt Musikerin Isi Kugel mit Klavier und Gesang für die passende Atmosphäre. Auch die beliebte Versteigerung der Kunst-Spenden gehört wieder zum Programm. Der gesamte Erlös geht wie in den vergangenen Jahren an das Mädchenhaus Kiel. Und wer bei der Auktion kein Kunstwerk ersteigert,

kann weitere Arbeiten direkt bei den Künstler*innen erwerben – vom Original über Drucke und Postkarten bis hin zu bedruckten Alltagsgegenständen. Mit dabei sind in diesem Jahr Anna Bönschen, Antonia Vogel, Astrid Schenker-Simbürger, Bärbel Stolzenburg, Birgitt Krämer, Christine Bomsin, Corinna Schneider, Karina Domme, Doris Heldt, Gundula Boehnke-Naujoks, Haydar Karaldi, Karin Haß, Lars Herlinghaus, Nalan Apaydin, Sabine Lühr, Ulrich Bauer und Viktoria Veroni.

Die Künstler*innen von links: Ulrich Bauer, Veronika Veroni, Gundula Boehnke-Naujoks, Bärbel Stolzenburg, Karin Haß, Birgitt Krämer, Christine Bomsin, Astrid Schenker-Simbürger, Nalan Apaydin, Doris Heldt, Anna Bönschen



27. KUNSTMEILE KIEL

CITTI-PARK Kiel
Mühlendamm 1, Kiel
1.-30. September
Galerie im Erdgeschoss:
8.-19. September

Vernissage:
11. September, 18 Uhr
Öffnungszeiten: Montag
bis Samstag, 8-20 Uhr
Weitere Infos:
kunstmeile-kiel.de

Die geschwungene Gebäudeform und die erstmals am UKSH umgesetzte teilweise begrünte Fassade verleihen der Mobilitätsstation eine moderne, eigenständige Architektur.



UKSH ERÖFFNET GROSSE MOBILITÄTSSTATION

636 kostenlose Lademöglichkeiten, belüftete Spinde und eine Fahrradwerkstatt erleichtern Mitarbeitenden, Auszubildenden und Studierenden den klimafreundlichen Weg zum Campus Kiel.

Das Universitätsklinikum Schleswig-Holstein (UKSH) hat Mitte August auf dem Campus Kiel eine der größten und modernsten Fahrrad-Mobilitätsstationen Deutschlands eröffnet. Das dreigeschossige Gebäude bietet mehr als 1.300 Stellplätze, über 600 Lademöglichkeiten, belüftete Spinde und eine Fahrradwerkstatt. Die Anlage mit begrünter Fassade steht Mitarbeitenden und Auszubildenden des UKSH sowie Medizin- und Zahnmedizin studierenden der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel kostenlos zur Verfügung. „Mit einem hochmodernen, begrünten und solarbetriebenen Parkhaus für Fahrräder – inklusive Reparaturwerkstatt und belüfteten Spinden – setzen wir bundesweit Maßstäbe“, sagt Prof. Dr. Dr. h.c. mult. Jens Scholz, Vorstandsvorsitzender des UKSH.

SICHER PARKEN, LADEN UND REPARIEREN

Die rund um die Uhr geöffnete Mobilitätsstation bietet 1.274 Stellplätze für Fahrräder sowie 63 Plätze für Lastenräder. Für E-Bikes und Akkus stehen

636 kostenlose Lademöglichkeiten zur Verfügung, dazu 365 belüftete Spinde für nasse Regen- und Funktionskleidung. Im Erdgeschoss gibt es eine kostenlose Selbsthilfewerkstatt mit Werkzeug und Kompressorpumpe. Zusätzlich bietet PiQuadrat zu festen Zeiten professionelle, kostenpflichtige Reparaturen an. Die Mobilitätsstation soll den Umstieg vom Auto aufs Fahrrad erleichtern und den Parkplatzdruck auf dem Campus verringern. Laut Förderantrag können dadurch jährlich rund 1.100 Tonnen CO₂ eingespart werden.

Die Gesamtkosten des Projekts betragen 18,2 Millionen Euro. Der Bund unterstützt die Mobilitätsstation mit 6,25 Millionen Euro, die weitere Finanzierung übernimmt das Land Schleswig-Holstein. Eine Photovoltaikanlage auf dem Dach erzeugt rund 85.000 Kilowattstunden Strom pro Jahr und versorgt auch die Ladeangebote für E-Bikes und Akkus. Der Bau wurde unter Leitung der GMSH umgesetzt, der Entwurf stammt von Schmieder.Dau.Architekten.BDA. Auch bei der Konstruktion wurde auf Nachhaltigkeit geachtet: Die Bauteile sind so geplant, dass sie getrennt und wiederverwendet werden können.

Bei der symbolischen Schlüsselübergabe der GMSH an das UKSH (v.l.): Christian Schmieder, Bettina Hagedorn, Prof. Jens Scholz, Dr. Silke Schneider und Holger Basten eröffneten gemeinsam die neue Fahrrad-Mobilitätsstation.



ANZEIGE

ERBRECHT - RECHTSTIPP & AKTUELLES

„Pflegt und betreut“ – reicht die Bestimmung in einem Testament?

Gefährlich ist, wenn eine Pflegeperson in einem Testament nicht eindeutig namentlich benannt wird. Die kinderlose und verwitwete Erblasserin verstarbt. Im Testament hatte sie „die Person, die mich bis zu meinem Tod pflegt und betreut“ zum Erben eingesetzt. Zwar hat sie den Namen einer Bekannten genannt, die „derzeit“ Pflege und Betreuung übernimmt. In der Folgezeit wurde diese Bekannte aber gemeinsam mit einer weiteren nahestehenden Person zur Betreuerin bestellt. Als die Erblasserin verstarbt, hält das Nachlassgericht die Erbinsetzung nicht für eindeutig genug. Denn auch im Wege der Auslegung könne nicht ermittelt werden, ob die Erblasserin mit „pflegt und betreut“ die körperliche Pflege, Haushaltstätigkeiten oder nur reines „Aufmerksamkeit schenken“ gemeint hat. Sollte eine oder sollten mehrere Personen gemeint sein? Sollte nur diejenige zum Zuge kommen, die sich am stärksten engagiert hat, oder jeder, der einen Anteil an „Pflege und Betreuung“ hatte? Die verbleibenden Unklarheiten bei der Wortwahl der Erblasserin führen dazu, dass sich auch im Wege der Auslegung der Wille der Erblasserin nicht eindeutig ermitteln lässt. Dann greift die gesetzliche Erbfolge. Das Testament bleibt unbeachtet.

Angelika Adelman-Beckschewe
Rechtsanwältin & Mediatorin
Fachanwältin für Erbrecht
Fachanwältin für Familienrecht
Fachanwältin für Verkehrsrecht
Stromeyerallee 11, Kiel
Tel.: 0431 / 398 69 79
ad@kanzlei-adelmann.de



Bestehen Fragen?
Angelika Adelman-Beckschewe
berät gerne zu diesem und
weiteren Themen rund ums Erbrecht

THW KIEL BLINKER LINKS AUF DIE ÜBERHOLSPUR

Der THW Kiel startet nach einer enttäuschenden Saison ohne Titel in eine neue Ära. Auf der Pressekonferenz im Cinemaxx Kiel bezogen die Verantwortlichen Stellung zum Jicha-Aus und zeigten klare Kante.



Aufbruchstimmung im Kinosaal: Wo sonst Hollywood-Blockbuster laufen, präsentierte der THW Kiel am 19. August das Drehbuch für die kommende Saison. Nach Platz sechs im Vorjahr und ohne europäischen Wettbewerb steht der Rekordmeister vor einem Neuanfang.

EHRLICHE WORTE UND FRISCHER WIND

Aufsichtsratschef Kai Kruse wählte bei der Aufarbeitung der vergangenen Spielzeit ehrliche Worte zum Trainerwechsel von Filip Jicha zu Børge Lund: „Wir waren uns zu 80 Prozent sicher, diese Saison mit Filip fortzusetzen. Wir wollten aber einhundert Prozent.“ Die fehlenden 20 Prozent seien ein zu schwerer Rucksack gewesen. Trotz der Trennung wird Jicha am 12. September gebührend verabschiedet. Neu-Coach Børge Lund richtet den Blick sofort nach vorne: „Für mich ist sehr wichtig, dass wir gemeinsam in die gleiche Richtung gehen.“ Die Mannschaft wurde gezielt verstärkt, unter anderem mit Rückraum-Ass Julian Köster. Der 26-jährige Nationalspieler übernimmt zudem die Schirmherrschaft für die UKSH-Kinderkrebsstation: Für jedes seiner Bundesligatoren spendet Hauptsponsor Star Tankstellen 100 Euro für den guten Zweck. Wirtschaftlich steht der Klub stabil da: Geschäftsführerin Anja Niemann bestätigte unveränderte Dauerkartenpreise und eine hohe Nachfrage. Sportlich gibt Kai Kruse die Marschrichtung vor: „Diese Mannschaft hat das Potenzial, jedes Team zu schlagen. Wir setzen den Blinker und fahren auf die Überholspur!“

Fotos: folkmedia Nordmedia/S. Schulten



ANZEIGE

KLETTERN NUR FÜR FRAUEN

Am 20. September gehört der Hochseilgarten Altenhof ganz den Mädchen und Frauen. Beim Frauen-Klettertag ist der Park ausschließlich für weibliche Besucherinnen geöffnet – auch das Team vor Ort besteht an diesem Tag nur aus Frauen. Die Idee entstand aus dem Wunsch, einen geschützten Rahmen zu schaffen, in dem sich Mädchen und Frauen sicher und wohl fühlen und den Kletterwald ganz für sich erobern können. Gleichzeitig setzt der Hochseilgarten damit ein Zeichen für Frauenrechte, Gleichberechtigung und gegen Diskriminierung. Time-Slots können über das Buchungssystem reserviert werden. Auch Frauengruppen und Mädchen-Kindergeburtstage sind möglich. Anmeldung unter info@hochseilgarten-eckernfoerde.de. Trans und non-binäre Personen sind willkommen, wenn sie sich als Frau definieren.

Hochseilgarten, Am Bahnhof 14, Altenhof,
www.hochseilgarten-eckernfoerde.de

Foto: Hochseilgarten Altenhof

GALERIE AUF ZEIT

Wenn sich Ateliers, Scheunen und besondere Orte in Galerien verwandeln, sind wieder Probsteier KunstTage. Die Veranstaltung des Kulturvereins Probstei e. V. macht Kunst dort erlebbar, wo man sie nicht unbedingt erwartet – mitten im ländlichen Raum. Ziel ist es, Kunst außerhalb klassischer Ausstellungsräume einem breiten Publikum zugänglich zu machen und Künstler*innen eine besondere Plattform zu bieten. Die Besucher*innen erwartet am 5. und 6. September ein abwechslungsreiches Spektrum zeitgenössischer Kunst. Viele Kunstschaaffende zeigen neue oder eigens für die KunstTage entstandene Werke. Den besonderen Reiz macht die Verbindung von Kunst und Landschaft aus. Die Ausstellungsorte geben jeder Station ihren eigenen Charakter. Wer möchte, verbindet den Kunstbesuch mit einer Radtour und entdeckt die Region entspannt. Farbige Staffeleien des Kulturvereins Probstei e. V., Plakate und das kostenlose Infoheft weisen den Weg zu allen Ausstellungsstellen. Das Infoheft liegt an den bekannten Auslage-

figuren aus. Mehr und eine Übersicht der Ausstellungsorte: <https://kulturverein-probstei.de/probsteier-kunsttage-2026-alle-infos>



Foto: Ann-Christin Wimmer



BALLAST RAUS – REISE REIN

Spätsommer ohne Ballast: Bring deinen alten Goldschmuck zu Zeitanker in die Holtenauer Straße 88 – spontan verkaufen, Urlaubskasse füllen, losfahren.

Die Hitze lässt nach, die Abende werden goldener – perfektes Timing, um befreit von alten Dingen in den Spätsommer zu starten. Vielleicht jetzt, wo es angenehmer ist, spontan noch in den Urlaub fahren? Das nötige Geld liegt oft näher als gedacht: einfach alten Goldschmuck zu Zeitanker in die Holtenauer Straße 88 bringen – und das Leben kann so einfach sein. Bei Zeitanker verkaufst du unkompliziert

und ohne Termin. Bring deine Stücke so mit, wie sie zu Hause liegen; vor Ort werden sie transparent sortiert und gewogen. Zahngold wird mithilfe modernster Röntgenanalyse exakt bestimmt. Neben Goldschmuck kauft Zeitanker auch Zahngold, Silberschmuck, Silberbesteck, versilbertes Besteck und Zinn an. Du erhältst ein klares Angebot zum Tagespreis und entscheidest in Ruhe, ob es für dich passt – fair, seriös und nach-

vollziehbar. Die Öffnungszeiten sind jetzt wieder täglich: montags bis freitags von 10 bis 14 Uhr und 16 bis 19 Uhr. Komm einfach vorbei und mach Platz im Zuhause – und Budget für das, was den Spätsommer schön macht: ein Kurztrip, neue Balkonabende oder einfach ein gutes Polster.

Zeitanker

Holtenauer Straße 88, Kiel

www.zeitanker.eu



Goldschmuck Zahngold Silberbesteck

verkauft man in Kiel bei

ZEITANKER

Holtenauer Straße 88 • Kiel
www.zeitanker.eu • Tel. (0431) 565178
 montags bis freitags 10–14 Uhr und 16–19 Uhr
 samstags geschlossen

RENDSBURG RUDERT, FEIERT UND KLINGT

Vom 4. bis 6. September wird der Nord-Ostsee-Kanal wieder zur großen Bühne: Beim SH Netz Cup 2026 treffen internationaler Spitzensport, Live-Musik, Familienprogramm und Volksfestgefühl aufeinander. Mit Kim Wilde und Joris stehen zwei musikalische Highlights auf dem Programm – der Eintritt ist an allen drei Tagen frei.

Tagsüber wird gerudert ...



Sportlicher Höhepunkt ist der 12,7 Kilometer lange Rudermarathon von Breilholz nach Rendsburg. Neben den Achtern gehen erneut die Frauen-Doppelvierer an den Start. Auch der Deutschlandachter hat seine Teilnahme zugesagt und kommt mit seiner WM-Mannschaft nach Rendsburg. Zum weiteren Sportprogramm gehören unter anderem der SUP-Wettbewerb, der Hanse-Werk-Ergo-Cup, der Sparkassen Kanal Triathlon, der 50er-Drachenboot-Cup, der Stadtwerke SH-Sprint-Cup, der Städte-Achter-Cup sowie verschiedene Ergometer-Wettbewerbe.

KIM WILDE, JORIS & FAMILIEN-PROGRAMM

Am Samstagabend übernimmt Kim Wilde die NDR-Schleswig-Holstein-Bühne. Außerdem gehören Joris, Die Denkedrans, Back to School und DJ Sonnenbrand zum musikalischen Programm. Auf der Ausstellermeile präsentieren sich Vereine und Organisationen aus der Region. Erstmals ist auch die Initiative „Respekt für Retter“ dabei, die sich für mehr Wertschätzung gegenüber Rettungsdiensten, Polizei und Feuerwehren einsetzt. Für Kinder wartet ein großes Spieleland. Zeitgleich findet in Rendsburg die NORLA statt. Ein Shuttle-Service verbindet beide Veranstaltungen – also: eine Anreise, zwei Events.

SH Netz Cup 2026

4.-6. September | Nord-Ostsee-Kanal, Rendsburg | Eintritt frei



... und abends gefeiert.



Joris und Kim Wilde kommen auf die Bühne nach Rendsburg.



ANZEIGE

EXPERIMENTIEREN, ENTDECKEN, STAUNEN

Der Science Day feiert Jubiläum

Kiel wird am Freitag, den 25. September, zum großen Mitmach-Labor: Zum zehnten Mal lädt die KielRegion zum Science Day ein. Von 10 bis 22 Uhr können Besucher*innen an acht Standorten Wissenschaft entdecken, erleben und mitgestalten – und das kostenfrei. Rund 100 Programmpunkte, ein kostenloser Shuttle-Service und die freie Nutzung der Sprottenflotte für vier Stunden machen den Tag zu einem besonderen Erlebnis für die ganze Familie.

Der **Science Day** ist Teil des Science Summers und bringt Forschung dorthin, wo sie am besten ankommt: mitten in den Alltag.

Organisiert von den wissenschaftlichen Institutionen der KielRegion und der KielRegion GmbH, zeigt das Format, wie vielfältig und relevant Wissenschaft ist – verständlich, nahbar und zum Anfassen.



Kiel, an der HAW Kiel, am RBZ Wirtschaft und im SEALEVEL wartet ein abwechslungsreiches Programm mit Vorträgen, Mitmachaktionen und faszinierenden Einblicken in Technik, Gesundheit, Meeresforschung und moderne Technologien. Zum Ausklang des Tages geht es in Die Pumpe weiter – mit Filmvorführungen, Science Show, Science Pubquiz und einer Abschlussparty mit DJ-Professor*innen der HAW Kiel. Mehr Infos und das komplette Programm gibt es unter science-summer.de.

FORSCHEN, MITMACHEN, FEIERN

Ein Highlight ist in diesem Jahr das Audimax der CAU, das erstmals als Veranstaltungsort dabei ist. Hier dreht sich alles um die Forschenden von morgen: Der European Union Contest for Young Scientists (EUCYS), das Schülerforschungszentrum Kiel und die Science-Olympiaden geben spannende Einblicke in ihre Arbeit. Auch an der Technischen Fakultät, im CITTI-PARK, im FabLab

Foto: K. Stuber, Wissenschaftszentrum

SCIENCE DAY

WISSENSCHAFT ERLEBEN FÜR KLEIN UND GROSS

FREITAG, 25.09.26 | 10 – 22 Uhr

**8 STANDORTE
IN KIEL**

**BUNTES
ANGEBOT**

**EINTRITT
& SHUTTLE
FREI!**

EINE VERANSTALTUNG IM

**SCIENCE
SUMMER**

www.science-summer.de

FÖRDERER

Funded by
the European Union

Werner
Petersen
Stiftung

VERANSTALTER

KielRegion

Kiel. Sailing City

SPONSOREN

dr3izunull



ANZEIGE

EIN KLEINES SCHLARAFFENLAND IN HOLZBUNGE

DDR-Softeis auf die Hand, ein Stück Kuchen auf der Terrasse oder doch erst einmal durch über 300 Sorten Lakritz und Fruchtgummi stöbern? Seit dem 23. Juli gibt es in Holzbunge einen neuen Genuss-Stopp: „Zur Holz-kiste“ von Matebo Süßwaren.

Seit mehr als 25 Jahren steht Matebo Süßwaren für Bonbons, Fruchtgummi, Kaugummi, gebrannte Mandeln, Lakritz, Kürbiskernchips und Gewürze. Mit „Zur Holz-kiste“ ist daraus jetzt ein Ort geworden, an dem man nicht nur einkauft, sondern auch ganz schön viel entdecken kann. Gleich beim Eintreten empfangen dich die bunten Bonbon-gläser, die eigene Mischung kannst du dir einfach selbst zusammenstellen. Lakritzfans sollten ein bisschen Zeit mitbringen: Mehr als 150 Sorten warten hier – von süß bis herzhaft ist alles dabei.

ERST STÖBERN, DANN SCHLEMMEN

Wer nach so viel Auswahl eine Pause braucht, hat die Qual der Wahl. „Zur Holz-kiste“ ist u. a. bekannt für cremiges DDR-Softeis in verschiedenen Sorten. Dazu gibt es Kuchen, frischen Kaffee, leckere Eisbecher und selbstgemachte süße Waffeln. Oder darf es lieber herzhaft sein? Dann stehen zum Beispiel belegte Waffeln im Hot-Dog-Style, mit Camembert und Preiselbeeren oder Tomate-Mozzarella, Fischbrötchen oder Flammkuchen bereit. Platz zum Genießen gibt es reichlich: 72 Sitzplätze drinnen und 60 draußen im Garten und auf der Terrasse machen die Holz-kiste zu einem schönen Zwischenstopp – gerade auf dem Weg zum oder vom Strand. Die Lage in Holzbunge, zwischen Rader Hochbrücke und Eckernförde, passt dafür ziemlich perfekt.

NOCH EIN BISSCHEN STÖBERN?

Wer nach Kaffee und Kuchen noch nicht direkt weiter möchte, findet im Laden außerdem Deko, Kerzen, Gewürze und verschiedene Teesorten sowie die ganzjährige Weihnachtsabteilung. So landet neben der Lakritztüte vielleicht auch noch das eine oder andere Mitbringsel im Korb. „Zur Holz-kiste“ ist damit irgendwo zwischen Süßwarenladen, Café und kleiner Erlebniswelt angesiedelt. Wer hier nur „mal kurz“ halten wollte, bleibt vermutlich doch ein bisschen länger.

**Matebo Zur Holz-kiste, Hauptstraße 2, 24361 Holzbunge,
Tel.: 04356 / 867 92 49, www.zur-holz-kiste.de**

GEWINNE EINEN 100-EURO-WARENGUTSCHEIN VON „ZUR HOLZ-KISTE“!

Du kannst gewinnen!

Einfach Name und Adresse eintragen und den ausgefüllten Coupon vor Ort in die Losbox werfen. Mit etwas Glück gehört der Gutschein bald dir! Mitmachen, einwerfen & gewinnen!

Vor- und Nachname

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

Telefonnummer

ECHTES KÖNNEN

Es gibt Berufe, bei denen Können nicht aus einer Datenbank kommt, sondern aus Erfahrung, Fingerspitzengefühl und ganz viel Leidenschaft. Genau darum geht es beim Handwerk mit Herz: um Menschen, die mit ihren Händen etwas schaffen, erhalten oder wieder zum Leben erwecken.

Eine Goldschmiedin formt aus Edelmetall ein Schmuckstück fürs Leben. Ein Ofenbauer verbindet Wärme mit Gestaltung und technischem Wissen. Buchbinder geben Papier, Seiten und Geschichten eine dauerhafte Form. Und wer Gitarren repariert und Pianos stimmt, braucht neben einem feinen Gehör vor allem Geduld, Präzision und ein Gespür für jedes einzelne Instrument. All diese Berufe haben etwas gemeinsam: Kein Werkstück ist exakt wie das andere. Es braucht Erfahrung, einen geschulten Blick und manchmal auch eine gehörige Portion Improvisation. Dinge, die sich nicht einfach per Mausklick erledigen lassen. KI kann Texte schreiben, Ideen liefern oder Abläufe erleichtern. Doch einen Ring schmieden, einen Ofen setzen, ein altes Buch restaurieren oder einem verstimmten Klavier seinen Klang zurückgeben? Dafür braucht es echte Menschen ...

ANZEIGE

KLANGHANDWERK AN DER FÖRDE

Gebrochener Hals, Elektronikproblem oder einfach nicht mehr der richtige Klang? In seiner Instrumentenwerkstatt in Heikendorf repariert, optimiert und baut Steven Osbar Gitarren, Bässe und andere Saiteninstrumente – vom Saitenwechsel bis zur Neubundierung oder zum kompletten Neubau. Seit mehr als zehn Jahren arbeitet Steven an Instrumenten, zwei Jahre leitete er die Werkstatt des Kieler Musikgeschäfts InSound. 2025 machte er sich mit dem Saitenatelier selbstständig. Besonders gern

widmet er sich vermeintlich hoffnungslosen Fällen. Dabei verbindet er klassisches Handwerk mit moderner Technik und fertigt mit dem 3D-Drucker sogar Ersatzteile, die nicht mehr erhältlich sind. Persönlicher Kontakt und ehrliche Beratung stehen für ihn im Mittelpunkt. Einblicke in seine Arbeit gibt es auf Instagram unter @saitenatelier.



Saitenatelier Instrumentenwerkstatt,
Korügen 9, Heikendorf,
Tel.: 0177 / 172 72 20





FEURIGE TAGE BEI FAHRENKRUG

Wenn die Tage kürzer werden,
wächst die Lust auf ein
gemütliches Zuhause. Bei den
Kachelofenbauertagen von
Fahrenkrug dreht sich am 25. und
26. September alles um Kaminöfen,
Kachelöfen und die besondere
Atmosphäre eines echten Feuers.

Wer schon länger über einen neuen Kaminofen nachdenkt, kann die beiden Aktionstage nutzen, um sich in Ruhe zu informieren und beraten zu lassen. Die Fachleute von Fahrenkrug beantworten Fragen rund um Planung, Technik und Gestaltung und helfen dabei, eine Feuerstätte zu finden, die zum eigenen Zuhause und den persönlichen Vorstellungen passt – vom klassischen Kachelofen bis zum modernen Kaminofen. Passend dazu gibt es während der Kachelofenbauertage besondere Aktionspreise: Auf Kaminöfen der Marken Olsberg, Hwam und Fireplace gibt es 10 Prozent Rabatt. Ein weiteres Highlight ist das 10.000-Euro-Ofenbau-Zuschuss-Gewinnspiel. Mit etwas Glück könnte der Besuch bei Fahrenkrug also direkt zum Startschuss für den eigenen Ofentraum werden.

GENIESSEN UND ENTDECKEN

Neben Beratung und Inspiration kommt auch die gemütliche Seite nicht zu kurz. Besucher*innen können sich auf frische Waffeln und Köstlichkeiten aus dem Ofen freuen und die Ausstellung ganz entspannt entdecken. Auch für kleine Gäste ist etwas dabei: Beim Kinder-Basteln können sie kreativ werden, während sich die Erwachsenen in Ruhe rund um Kamin, Kachelofen und Feuerstätte informieren. Die Kachelofenbauertage finden am 25. und 26. September jeweils von 10 bis 18 Uhr bei **Fahrenkrug** in Kiel statt. Mehr unter www.fahrenkrug-kamine.de





Gesellin Janna prägt Titel auf eine Buchdecke.

WO SEITEN SEELE BEKOMMEN

In Zeiten von KI und digitaler Massenware bleibt echtes Handwerk unersetzlich. In Deutschlands ältester Handwerksbuchbinderei in der Faulstraße 20 wird diese Tradition seit über 200 Jahren lebendig gehalten. Ob individuelle Maßanfertigungen, schmuckvolle Veredelungen oder liebevolle Reparaturen: Jedes Buch wird mit Leidenschaft, Präzision und per Hand zum einzigartigen Kunstwerk verarbeitet. Wer das faszinierende Metier selbst erleben möchte, kann in Buchbinde-Workshops verschiedene Heftungen oder Kästen fertigen. Das Team gibt sein Wissen leidenschaftlich weiter. Alle Termine und die Anmeldung per Mail gibt es online auf der Website.

Universitätsbuchbinderei Fritz Castagne

Faulstr. 20, Kiel, Tel.: 0431/946 47

www.buchbinderei-castagne.de

Fotos: falkmedia Nordmedia

SCHMUCK MIT PERSÖNLICHKEIT

Individuell, handgemacht und mit viel Gespür fürs Detail: In der Atelier 85 Meistergoldschmiede in der Holtenauer Straße entstehen besondere Schmuckstücke aus Edelmetallen – gefertigt von einem erfahrenen Frauenteam. Ob Einzelanfertigung, Umarbeitung oder neues Leben für ein vorhandenes Lieblingsstück: Im Atelier wird Schmuck nach persönlichen Vorstellungen gestaltet und angepasst. So können aus alten Stücken neue Begleiter entstehen, die ihre Geschichte behalten und trotzdem ganz neu wirken. Ein weiterer Schwerpunkt sind Gravuren. Besonders persönlich wird es mit klassischen Handgravuren in Edelmetallen, die von einer gelernten Handgraveurin ausgeführt werden. Für diese feine Handarbeit braucht es etwas Zeit – dafür entsteht ein Ergebnis, das wirklich individuell ist.

Atelier 85 Meistergoldschmiede

Holtenauer Str. 85, Kiel

Tel.: 0431 / 915 45

Öffnungszeiten: Mo., Di., Do. & Fr.

10-18 Uhr, Sa. 10-14 Uhr



Fotos: Atelier 85



Kachelofenbauertage

10% Rabattaktion
Olsberg, Hwam
und Fireplace

bei Fahrenkrug

Frische Waffeln,
Köstlichkeiten aus dem Ofen
und Kinder-Basteln

10.000€
Ofenbau-Zuschuss
Gewinnspiel!

September
25. & 26.
10:00 - 18:00 Uhr



Eichenbergskamp 14 - 16
24149 Kiel
www.fahrenkrug-kamine.de

HANDWERK FÜR GUTEN KLANG

Ein Klavier ist ein fein abgestimmtes Zusammenspiel aus Holz, Metall, Filz und Mechanik. Im Pianozentrum Hoppe sorgen erfahrene Handwerksmeister dafür, Klang und Spielgefühl zu erhalten oder gezielt zu verbessern.

Zum Angebot gehören unter anderem Stimmstockreparaturen, Saitenwechsel, Intonation,

Regulierung und Dämpferjustierung. Auch Resonanzböden und Oberflächen werden fachgerecht restauriert. Zudem lassen sich akustische Klaviere zu Hybridinstrumenten mit Kopfhörfunktion umrüsten. Beratung, Transporte, Mietinstrumente und das Stimmen von Cembali, Spinetten und Clavichorden ergänzen das vielseitige Angebot.

Pianozentrum Hoppe, Sophienblatt 82-86, Kiel,

Tel.: 0431 / 550 87 77, www.pianozentrum-hoppe.de



Foto: Pianozentrum Hoppe

AN DIE ARBEIT!

Auf den folgenden Seiten findest du spannende
Jobangebote von Top-Arbeitgebern aus der
Region und erfährst, welche Versicherungen dir zum
Berufsstart wirklich den Rücken freihalten.



#BESTERMOVE: DEINE AUSBILDUNG BEI DER GMSH

Ob erster Schritt ins Berufsleben, berufliche Neuorientierung oder einfach Lust auf etwas Neues: Bei der GMSH gibt es unterschiedliche Möglichkeiten, den eigenen Weg zu gestalten. Mit acht Ausbildungsberufen bietet sie vielfältige Einstiegsmöglichkeiten.

GMSH: Ein modernes Unternehmen mit rund 1.800 Beschäftigten an 13 Standorten in Schleswig-Holstein. Ob Organisation, Immobilien, Technik oder Digitalisierung: Hier gibt es viele Möglichkeiten. Kaufleute für Büromanagement lernen verschiedene Bereiche kennen, Immobilienkaufleute betreuen mehr als 700 Gebäude des Landes, darunter Polizeistationen, Gefängnisse und Finanzämter. Bauzeichner*innen sowie technische Systemplaner*innen arbeiten an echten Bauprojekten, während Kaufleute für Digitalisierungsmanagement die digitale Zukunft mitgestalten. Dazu kommen 30 Tage Urlaub, eine jährliche Sonderzahlung nach Tarif und eine Übernahme-garantie nach bestandener Prüfung. Auch Auslandserfahrung ist möglich: Wenn die Berufsschule ein Auslandspraktikum anbietet, unterstützt die **GMSH** dabei. Echte Projekte, Azubi-Aktionen und flexibles Arbeiten gehören ebenfalls dazu.

WAS MACHT DIE GMSH EIGENTLICH?

Als zentraler Dienstleister des Landes plant, baut und bewirtschaftet sie öffentliche Gebäude – von Laboren für Universitäten über Gebäude der Marine bis zum Landeshaus in Kiel. Außerdem beschafft die GMSH für die Dienststellen des Landes Material und Leistungen.

Interesse geweckt, aber noch unsicher, welcher Ausbildungsberuf passt? Der GMSH-MatchMaker hilft bei der Orientierung. Wer die GMSH lieber spielerisch kennenlernen möchte, kann im interaktiven GMSH-Spiel verschiedene Bereiche erkunden. Noch mehr Einblicke in die Ausbildung gibt es auf Instagram unter [@nordtalente](#). Mit dem #BestenMove in eine spannende berufliche Zukunft: [karriere.gmsH.de](#).



#BESTER
MOVE





ANZEIGE

SPRACHFERIEN STATT LERNSTRESS

In den Ferien die Sprachkenntnisse auffrischen und dabei möglichst viel sprechen: Die Schüler*innen von inlingua Kiel setzen auf kleine Gruppen, Native Speaker und eine lockere Lernatmosphäre.

Englisch, Spanisch oder Französisch üben, ohne dafür ins Flugzeug zu steigen? Genau das ist die Idee hinter den Ferienkursen von inlingua Kiel. Der Unterricht findet konsequent in der jeweiligen Zielsprache statt. So sollen Schüler*innen schnell anfangen, in der Fremdsprache zu denken, anstatt Sätze erst im Kopf zu übersetzen. Unterrichtet wird von erfahrenen Native Speakern, die ihre Sprache authentisch und praxisnah vermitteln. Im Mittelpunkt steht dabei vor allem eines: Sprechen. Grammatik wird nicht einfach auswendig gelernt, sondern direkt im Gespräch angewendet. Auch neue Vokabeln prägen sich durch die praktische Nutzung ein.

KLEINE GRUPPEN, VIEL ZEIT ZUM SPRECHEN

Mit vier bis sechs Teilnehmer*innen pro Gruppe bleibt viel Raum zum Ausprobieren und Mitmachen. Vor Kursbeginn sorgt ein Einstufungstest dafür, dass möglichst Schüler*innen mit einem ähnlichen Sprachniveau zusammen lernen. Ein Ferienkurs umfasst 20 Trainingseinheiten pro Woche und findet nach Möglichkeit vormittags statt. Gruppenkurse werden in Englisch, Spanisch und Französisch angeboten. Weitere Sprachen und individuelle Lernziele sind auch im Einzeltraining möglich. Die Kurse gibt es in

den Schulferien und für unterschiedliche Sprachlevel. Das Gruppentraining kostet 295 Euro pro Woche inklusive Lernmaterialien. Einzeltraining ist ab zehn Unterrichtseinheiten für 52 Euro pro Einheit möglich. Für die Gruppenkurse gibt es eine Durchführungsgarantie. Wer noch nicht weiß, auf welchem Sprachniveau er oder sie gerade steht, kann vorab den Online-Einstufungstest von inlingua nutzen.

inlingua Sprachcenter Kiel
Ansprechpartner: Andrée Spey
Tel. 0431 / 98 13 80
andree.spey@inlingua-kiel.de

AUSBILDUNGS- & STUDIENSTART

WELCHE VERSICHERUNGEN WIRKLICH ZÄHLEN

Die Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein (VZSH) rät Berufseinsteiger*innen zur Gelassenheit und klärt auf, welche Policen essenziell sind und was getrost warten kann.

Mit der ersten eigenen Wohnung, dem Ausbildungsgehalt oder dem BAföG-Bescheid treten oft rasch die ersten Finanzvertriebe auf den Plan. Kostenlose Seminare, Bewerbungstrainings oder günstige Starter-Pakete locken viele Neulinge an. Doch Michael Herte, Versicherungsexperte der VZSH, warnt vor voreiligen Unterschriften unter Zeitdruck: „Gerade zu Beginn ist das Geld meist knapp. Es sollte zuerst in Verträge fließen, die vor existenziellen finanziellen Risiken schützen. Vieles andere kann warten oder ist schlicht überflüssig.“

ERST DIE EXISTENZ SICHERN, DANN DIE EXTRAS

Ganz oben auf der Prioritätenliste steht die Krankenversicherung. Während Auszubildende versicherungspflichtig sind, bleiben Studierende oft noch über die Eltern familienversichert. Doch die Prüfpflicht gilt auch bei der Privathaftpflichtversicherung: Wer einen Schaden verursacht, haftet unbegrenzt mit seinem privaten Vermögen. Zwar greift auch hier oft noch der Schutz der Eltern während der Erstausbildung, das sollte aber unbedingt individuell abgeklärt werden – andernfalls ist eine eigene Police Pflicht. Ebenfalls hoch im Kurs steht die Berufs-



unfähigkeitsversicherung. Wer jung und gesund einsteigt, sichert sich nicht nur deutlich günstigere Beiträge, sondern schützt sich vor den oft mageren gesetzlichen Leistungen im Ernstfall. Startertarife mit Nachversicherungsgarantie sind hier eine Überlegung wert.

WAS WARTEN KANN – UND WO VORSICHT GEBOTEN IST

Eine Hausratversicherung lohnt sich meist erst, wenn die eigene Bude mit wertvollerem

Inventar, neuem Laptop oder einem teuren E-Bike ausgestattet ist. Unfall- oder sonstige Zusatzversicherungen sind für junge Erwachsene hingegen selten sofort notwendig. Der Rat der Verbraucherschützer ist eindeutig: Angebote immer in Ruhe vergleichen, sich nicht von Drückerkolonnen drängeln lassen und im Zweifel unabhängigen Rat einholen. Detaillierte Infos und persönliche Beratung bietet die VZSH online unter www.verbraucherzentrale.sh sowie direkt vor Ort in den Beratungsstellen.

Foto: Adobe Stock

**Herzlich Willkommen
bei inlingua Kiel**

Die neuen
Sprachkurse
starten jetzt!

**JETZT FÜR
SPRACHKURSE
ANMELDEN!**

Alle Kurse
mit Einstufung,
muttersprachlichen
Trainern und Fokus
auf das Sprechen

Flexibles Lernen:

- Abendkurse
- Intensivkurse
- Schülerkurse
- Studentenkurse

inlingua®

Sprachen sind inlingua.

Alter Markt 7, Kiel
Tel. 0431-98 13 80

www.inlingua-kiel.de

STUDIEREN FÜR ALLE

DAS KONTAKTSTUDIUM DER CAU

Lust auf Wissenschaft ohne Prüfungsstress? Das KONTAKT-STUDIUM der Uni Kiel ermöglicht lebenslanges Lernen für alle – unabhängig von Alter, Werdegang oder Abitur. In über 300 Angeboten tauchst du tief in Themen wie Geschichte, Physik

oder Wirtschaftswissenschaften ein. Ab 19. September ist die Anmeldung für das KONTAKTSTUDIUM möglich. Teilnehmende genießen vollen Zugang zur Plattform OLAT und vielen Uni-Einrichtungen. Das Semester beginnt am 19. Oktober und das Programm ist auch in gedruckter Form erhältlich. Neben Präsenzveranstaltungen auf dem Campus gibt es zudem Online-Angebote, etwa via Videokonferenz. Die Gebühr beträgt pauschal 75 Euro (ermäßigt mit KielPass 20 Euro). Hier lässt sich der eigene Horizont ganz flexibel und ohne Leistungsdruck erweitern. www.kontaktstudium.uni-kiel.de



Foto: Jürgen Haacke/Uni Kiel

C | A | U

Christian-Albrechts-Universität zu Kiel
 Geschäftsstelle Kontaktstudium

Semester-
beginn:
19. Oktober 2026
Anmeldung ab
19. September
2026

Kontaktstudium – Ihr weiterbringender Kontakt zur Kieler Universität

- spannende Seminare und Vorlesungen
- wissenschaftlich fundierte Weiterbildung
- Anmeldung, Programm u.a. siehe Website
- unabhängig von Ihrem Alter und Werdegang
- Ihre Chance zum lebenslangen Lernen vor Ort

Kontakt | Anette Schmitz: (0431) 880-5569
www.kontaktstudium.uni-kiel.de

BRAUKUNST TRIFFT HIGHTECH STROM AUF DEN KESSEL

Hinter jedem kühlen Schluck Bier steckt heute modernste Industrietechnik. Warum die Ausbildung in der Elektrotechnik im Brauereigewerbe Handwerk mit Automation verbindet und beste Zukunftschancen bietet.

Wer im Getränkemarkt zum Bierkasten greift, denkt selten an die hochkomplexen Prozesse hinter den Kulissen. Moderne Brauereien sind heute hochentwickelte Hightech-Betriebe. Damit Sudhaus, Abfüllanlagen, Sensorik und Sicherheitssysteme rund um die Uhr reibungslos funktionieren, braucht es spezialisierte Fachkräfte. Eine Ausbildung im Bereich Elektrotechnik verbindet klassisches Handwerk mit zukunftsweisender Automatisierung und zeichnet sich durch hohe Praxisnähe und Verantwortung aus.

ZWISCHEN WERKSTATT UND ABFÜLLANLAGE

Das Aufgabengebiet in der Brauerei reicht weit über klassische Kabelinstallationen hinaus: Zu den täglichen Aufgaben gehören die präzise Arbeit an Schaltschränken, die Wartung moderner Sensorik sowie die schnelle Fehlersuche an komplexen Abfüll- und Verpackungsanlagen. Auszubildende durchlaufen viele verschiedene Abteilungen, von der Produktion über die Logistik bis hin zu den



Veranstaltungsflächen. Das sorgt für Abwechslung und ein tiefes Verständnis industrieller Abläufe.

Ebenso überzeugt der Beruf durch seine Krisensicherheit: Automatisierte Anlagen gewinnen kontinuierlich an Bedeutung, wodurch gut ausgebildete Elektrotechniker auf dem Arbeitsmarkt gefragter denn je sind. Nach dem erfolgreichen Abschluss stehen vielfältige Weiterbildungschancen offen – etwa zum Meister, Techniker oder Spezialisten für industrielle Steuerungstechnik. Wer technisches Verständnis, logisches Denken und Freude an praktischer Arbeit mitbringt, findet in der Braubranche ein spannendes und zukunftssicheres Betätigungsfeld.

Foto: Adobe Stock

MEISTERHAFT INS NEUE JAHR

Der nächste Schritt im Friseurhandwerk: Ab Januar 2027 bereitet die Masterclass an der Berufsbildungsstätte Kiel Friseur*innen umfassend auf die Meisterprüfung vor – praxisnah, fundiert und berufsbegleitend.

Was macht eine gute Friseurmeisterin oder einen guten Friseurmeister aus? Fachliches Können, ein Gespür für Menschen und die Fähigkeit, Verantwortung zu übernehmen. Der Meistertitel steht dabei nicht nur für handwerkliche Qualität, sondern auch für unternehmerisches Denken, Führungskompetenz und die Chance, die eigene berufliche Zukunft aktiv zu gestalten. Die Masterclass vermittelt fachpraktische und fachtheoretische Inhalte ebenso wie betriebswirtschaftliche Grundlagen sowie Themen rund um Ausbildung und Führung. Erfahrene Dozent*innen begleiten die Teilnehmenden durch die einzelnen Bereiche der Meistervorbereitung und bereiten gezielt auf die Anforderungen der Prüfung vor. Mit dem Meistertitel eröffnen sich viele

Wege: als Führungskraft im Salon, in der Ausbildung des Nachwuchses oder mit dem eigenen Unternehmen. Die Qualifikation schafft eine solide Grundlage für mehr Verantwortung und neue berufliche Perspektiven.

Der nächste Kurs startet am 11. Januar 2027. Wer sich vorab über Inhalte, Ablauf und Fördermöglichkeiten informieren möchte, kann an der digitalen Informationsveranstaltung am 21. September um 11 Uhr teilnehmen.

JETZT INFORMIEREN

Die Infoveranstaltung richtet sich an Friseurgesell*innen, die ihre beruflichen Möglichkeiten erweitern möchten. Vorgestellt werden Inhalte, Organisation und



die umfangreichen Fördermöglichkeiten des berufsbegleitenden Meistervorbereitungskurses. Bei Interesse, Rückfragen und Co. melde dich gerne!

Berufsbildungsstätte Kiel
Melanie Kramann
Tel. 0431 / 53 33 25 11
mkramann@hwk-luebeck.de
www.hwk-luebeck.de

Foto: BBK

FIT FÜR DIE ZUKUNFT DUAL STUDIEREN IN DER GESUNDHEITSBRANCHE

Ein duales Studium verbindet Theorie und Praxis ideal. Warum die Fitness- und Gesundheitsbranche derzeit beste Karriereaussichten bietet.

In Deutschland, Österreich und der Schweiz trainieren mittlerweile über 15 Millionen Menschen regelmäßig in Fitness- und Gesundheitseinrichtungen. Mit diesem stetigen Wachstum steigt auch der Bedarf an gut ausgebildeten Fachkräften zusehends. Wer in diesem Zukunftsmarkt durchstarten möchte, muss sich längst nicht mehr zwischen einem theoretischen Studium und dem direkten Berufseinstieg entscheiden. Ein duales Studium ermöglicht beides gleichzeitig.

PRAXISNAH ZUM BACHELOR – MIT GEHALT VON ANFANG AN
 Das Erfolgsgeheimnis des dualen Modells liegt in der direkten Verzahnung:

Studierende sind fest in einem Betrieb angestellt, sammeln ab dem ersten Tag wertvolle Praxiserfahrung und beziehen ein fixes Gehalt. Ein Vorreiter auf diesem Gebiet ist die staatlich anerkannte Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (DHfPG). Sie kombiniert ein flexibles Fernstudium mit kompakten Präsenzlehreveranstaltungen und der Arbeit im Betrieb. Das Gelernte lässt sich so direkt im Berufsalltag erproben, während gleichzeitig ein starkes berufliches Netzwerk entsteht. Besonders hoch im Kurs steht aktuell der



duale Studiengang „Sport- und Bewegungstherapie“, der gezielt auf Aufgaben in Prävention und Rehabilitation vorbereitet. Darüber hinaus bietet die Hochschule sechs weitere Bachelor-Abschlüsse – etwa in Fitnessökonomie, Gesundheitsmanagement oder Ernährungsberatung – sowie anschließende Master-Prospekte an. Wer sich über die vielfältigen Chancen und Kooperationsbetriebe informieren möchte, findet alle Details online unter www.dhfpfg.de.

Foto: Adobe Stock

WOHNEN & WOHLFÜHLEN

Von Möbel-Must-haves und Wohntrends
bis zu kleinen Wohlfühlmomenten:
Hier bekommt dein Zuhause ein Update!



SCHÖNE FUNDSTÜCKE AUS HEIKENDORF

Wenn die Tage wieder kürzer werden, darf es zu Hause ruhig ein bisschen gemütlicher werden.

Im Kaufhaus der Kunst haben wir drei charmante Lieblingsstücke entdeckt.



ZIEMLICH VERLIEBT IN DIESE SCHAFE

Wie süß sind die bitte? Die kleinen und großen Schafe aus echtem Holz und Wolle bringen sofort ein bisschen Gemütlichkeit ins Zuhause. Im Kaufhaus der Kunst haben wir die wolligen Hingucker für 19,90 Euro und 39 Euro entdeckt – fast zu niedlich, um sie einfach nur ins Regal zu stellen.

TEE MIT EINER PRISE MEER

Draußen wird es früher dunkel, drinnen wird es dafür umso gemütlicher. Genau die richtige Zeit für eine heiße Tasse Tee. Im Kaufhaus der Kunst gibt es besondere Bio-Tees mit

nordischem Charme für 10,50 Euro. Die passenden Tassen kosten 16,50 Euro, dazu gibt es BPA-freie Teesiebe für 14 Euro. So schmeckt der Feierabend gleich ein bisschen mehr nach Meer.



JETZT WIRD GEKUSCHELT

Kürzere Tage haben auch etwas Gutes: Die offizielle Kuschelsaison beginnt wieder. Ob maritimes Kissen, flauschiger Begleiter oder kleines Stofftier – im Kaufhaus der Kunst wartet jede Menge weiche Gesell-

schaft. Kissen und Kuscheltiere gibt es ab 12 Euro. Da findet sich garantiert ein gemütliches Plätzchen auf Sofa, Sessel oder im Kinderzimmer.



Familie Hanzlik,
Haus & Grund-Mitglied seit 2005


Haus & Grund®
Eigentum. Schutz. Gemeinschaft.
Kiel

Eine starke Gemeinschaft? Dafür hab ich jemanden!

Haus & Grund Kiel vertritt die wohnungspolitischen Interessen von 10.500 Mitgliedern. Die Haus & Grund Immobilien GmbH Kiel verwaltet ca. 14.000 Wohn- und Gewerbeinheiten. Dort können Kunden auch ihre Immobilie bewerten und verkaufen lassen.

Mehr Infos unter **0431-6636123**
oder www.hausundgrund.de/verein/kiel



LIEBLINGSSTÜCKE MIT EXTRA-RABATT

Hochwertige Möbel, attraktive Preise und keine langen Wartezeiten: Jetzt lohnt sich ein Besuch bei Möbel Janz besonders.

Neue Kollektionen kündigen sich an! Um Platz zu schaffen, bietet **Möbel Janz** eine große Auswahl an Vorzeige-Möbeln mit doppeltem Preisvorteil. Die Ausstellungsstücke sind bereits bis zu 55 Prozent reduziert und jetzt schenkt Möbel Janz für kurze Zeit noch mehr Ersparnis: Du erhältst zusätzlich 10 Prozent Extra-Rabatt auf den bereits reduzierten Preis!

PREMIUM-MÖBEL ZUM MITNEHMEN

Dabei handelt es sich keineswegs um Möbel zweiter Wahl, sondern um hochwertige Ausstellungsstücke und exklusive Einzelstücke,



die bisher in der Ausstellung Wohnräume geweckt haben. Darunter finden sich auch zahlreiche Modelle bekannter Marken wie Musterring, Stressless® und Interliving. Ob neues Sofa, gemütliches Polster- oder Boxspringbett, stilvolle Wohnwand oder Einrichtung für Schlaf- und Esszimmer: Die Auswahl reicht von Polstermöbeln und Schlafzimmern über Garderoben bis zu kompletten Esszimmerlösungen. So ist für nahezu jeden Wohnstil und Bedarf etwas dabei.

Ein weiterer Vorteil: Die Vorzeige-Möbel sind sofort verfügbar. Lange Lieferzeiten entfallen – das neue Lieblingsstück kann direkt mitgenommen werden. Da jedes Angebot ein Einzelstück ist, lohnt es sich allerdings, nicht zu lange zu überlegen. Am besten einfach vor Ort durch die Abteilung stöbern und inspirieren lassen. Viele der aktuell verfügbaren Abverkaufsstücke findest du außerdem bereits online unter www.moebel-janz.de/sale/.

Foto: Möbel Janz

Abverkaufs-
stücke online
entdecken:



www.moebel-janz.de/sale



Sofas &
Garnituren



Couchtische, Sideboards &
Wohnwände



Betten, Schränke &
Schlafzimmer

Ab sofort –
nur bis 30.09.

10%
Jetzt Ihre Vorzeige-Möbel sichern!
EXTRA

auf bereits reduzierte
Einzelstücke.



Sessel &
Relax-Liegen



Garderoben



Stühle, Tische &
Essgruppen

Aktionsvorteile nicht kombinierbar. Für Druckfehler keine Haftung. Gültig bis zum 30.09.2026.



M Ö B E L
JANZ

Möbel Janz GmbH
Schönberger Landstr. 59-61
24232 Schönkirchen
Telefon (04348) 9170-0

Folgen Sie uns: [f](#) [p](#) [v](#) [i](#) [t](#) [s](#)

www.moebel-janz.de



AUSGEZEICHNET
von unseren Kunden!

Zum 9. Mal in Folge
mit Bestnote
bewertet!

Mehr Infos auf:
[moebel-janz.de/
service-inspektor](http://moebel-janz.de/service-inspektor)

Für ein neues Lebensgefühl



Wenn's um Immobilien geht...

...dann zur Förde Sparkasse.

Ihr Maklerteam in Kiel.

Rufen Sie uns gerne an - Tel.: 0431 592-3888

Unsere Kundenbewertungen:



EXZELLENT* (4,9 von 5,0)

*Rückmeldungen unserer Immobilienverkäufer der vergangenen 18 Monate auf Immobilienscout24.de



Förde Sparkasse



Firma Ottow
Heizung | Sanitär | Küche | Elektro

Stromspeicher für Ihre PV-Anlage
Mit einem Stromspeicher nutzen Sie Ihren Solarstrom auch **abends und nachts im eigenen Haushalt** – statt ihn günstig ins Netz einzuspeisen.

Fußbodenheizung jetzt einfach nachrüsten

Nachträgliche Fußbodenheizung leicht gemacht: Mit unserem Frässystem verlegen wir Heizleitungen direkt in den bestehenden Estrich – ganz ohne Ausbaul! Schnell, sauber und effizient.

Perfekt für Sanierung und mehr Wohnkomfort.

Jetzt ist der richtige Zeitpunkt
Die Förderung ändert sich. Sie denken über eine Wärmepumpe nach? Dann sichern Sie sich jetzt noch die aktuellen Fördermöglichkeiten.

Gut zu wissen: Nach der Förderzusage haben Sie bis zu **36 Monate Zeit**, Ihr Projekt umzusetzen.

Edisonstraße 60
24145 Kiel - Wellsee

0431 71 10 55

Service@ottow.de

Melsterbetrieb Christian Ottow | Seit 1998 für Sie da.

@ottow.kiel



NORDBAU UND CONBAU 2026

Die 71. NordBau findet vom 9. bis 13. September auf dem Gelände der Holstenhallen Neumünster statt. Schwerpunkte sind etwa Holzbau, Energie, Handwerk und Wohnungsbau. Hinzu kommt ein vielseitiges Kongress- und Vortragsprogramm.

Ab 2026 entsteht in Zusammenarbeit mit dem Holzbauzentrum Nord (HBZ*) eine zentrale Plattform für modernen Holzbau: die Holzbauhalle. Sie bündelt Angebote für Fachleute aus Holzbau, Ingenieurwesen, Architektur, Wohnungswirtschaft und für Investor*innen. Geplant sind Präsentationen an Ständen sowie ein Bühnenprogramm mit Live-Demonstrationen und Kurzvorträgen.

HOLZBAU TRIFFT DIGITALISIERUNG

BIM-gestützte Planung, automatisierte Fertigung, datenbasierte Prozessoptimierung und der Einsatz von KI bilden einen Schwerpunkt der NordBau. In den Hallen 4 und 6 werden technische Ansätze und Anbieter vorgestellt; zudem geht es um Potenziale des Holzbaus bei Aufstockungen, Anbauten und im Bestand.

KOSTENLOSE ERSTBERATUNG FÜR EIN ZUKUNFTSFÄHIGES ZUHAUSE

Am Gemeinschaftsstand der Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein und Haus & Grund Schleswig-Holstein (Halle 7) erhalten Besucher*innen Informationen zur Energieberatung, Kurzvorträge sowie einen Überblick zu relevanten Gesetzen und Fördermöglichkeiten. Die unabhängigen Expert*innen beraten ohne Termin, informieren u. a. zum Gebäude-Modernisierungs-Gesetz (GModG) und ordnen Begriffe wie „Technologieoffenheit“ und „Biotreppe“ ein.

AUSBILDUNG, WEITERBILDUNG & AUSTAUSCH

Der Infopoint für innovative Ausbildung im Bauwesen (Gemeinschaftsstand des Baugewerbeverbands Schleswig-Holstein und der Handwerkskammern Lübeck und Flensburg, Halle 1) informiert zu Ausbildung, Weiterbildung, Existenzgründung und Betriebsnachfolge und bietet Austausch mit Verbänden und Kammern. Ebenfalls im Forum der Halle 1 stellt der Bauindustrieverband Hamburg Schleswig-Holstein Angebote für Mitgliedsunternehmen und Interessierte vor; im Fokus für junge Menschen steht das dazugehörige Ausbildungszentrum Ahrensböök als größte Ausbildungseinrichtung der Bauunternehmen im Land. Weitere Informationen: www.nordbau.de.



BUND
FRIENDS OF THE EARTH GERMANY

Dieser Schmetterling braucht Ihre Hilfe!

€ bund-sh.de/spenden

Was ist Ihre Immobilie wert?



Mit Erfahrung, Marktkenntnis und dem geschulten Blick fürs Detail ermitteln wir den Wert Ihrer Immobilie – transparent und realistisch.

Jetzt Termin vereinbaren!

Telefon: 0431 98 02 26-00 | immobilien@kvbi.de



kvbi.de

Wir bewegen Immobilien. Von Menschen für Menschen.

Kieler Volksbank Immobilien GmbH | 12 x in der Region

Immobilien Pavillon | Europaplatz 4 | 24103 Kiel

/kielervolksbankimmobilien



5 / 5 Sterne



Eckgruppe, Schenkelmaß 300 x 164 cm, so oder seitenverkehrt, große Stoffauswahl, jetzt zum Geburtstagspreis von 1.998 Euro statt 2.598 Euro.



Kunstfellkissen mit Füllung ab 29,90 Euro in verschiedenen Farben und Größen.

GEBURTSTAGS-AKTION:

Bis zu

15 %

auf ausgewählte Möbel und Wohnideen im Rahmen der Aktionstage zum 30-jährigen Bestehen!



Plane mit HMC Möbel Company dein individuelles Traumbett. Es gibt verschiedene Kopf- und Fußvarianten, zudem stehen drei verschiedene Liegehöhe zur Auswahl.

30 JAHRE WOHNIDEEN

Seit drei Jahrzehnten begleitet HMC Möbel Company in Schwentinental Menschen dabei, ihr Zuhause schöner zu gestalten. Zum 30-jährigen Bestehen wird jetzt gefeiert – mit Aktionstagen und bis zu 15 Prozent Preisvorteil auf ausgewählte Möbel und Wohnideen.

Ein Zuhause verändert sich mit dem Leben. Mal zieht ein neues Sofa ein, mal braucht das Esszimmer einen frischen Look, und manchmal reicht schon ein besonderes Möbelstück, damit sich ein Raum ganz anders anfühlt. Seit mittlerweile 30 Jahren ist **HMC Möbel Company** Teil genau solcher Veränderungen. In dieser Zeit ging es um viele Wohnideen und Einrichtungswünsche, aber vor allem auch um

Begegnungen und persönliche Gespräche mit Kund*innen. Zum runden Geburtstag möchte sich das Team deshalb vor allem bei all den Menschen bedanken, die HMC in den vergangenen drei Jahrzehnten begleitet haben.

AKTIONSTAGE ZUM GEBURTSTAG
Und ein Geburtstag darf natürlich auch ein bisschen gefeiert werden: Während

der Aktionstage zum 30-jährigen Bestehen gibt es bei HMC bis zu 15 Prozent auf ausgewählte Möbel und Wohnideen. Eine schöne Gelegenheit also, sich einmal wieder in Ruhe inspirieren zu lassen – ganz egal, ob gerade eine größere Veränderung ansteht oder einfach ein neues Lieblingsstück fürs Zuhause gesucht wird.

Denn am Ende sind es oft genau diese Dinge, die einen Raum persönlich machen: Möbel, die zum eigenen Alltag passen, Materialien und Formen, an denen man sich lange erfreut, und Ideen, die aus vier Wänden ein Zuhause machen. Nach 30 Jahren blickt HMC Möbel Company damit nicht nur zurück, sondern vor allem nach vorn – auf viele weitere Wohnräume, Einrichtungsideen und persönliche Begegnungen in Schwentinental.

UNVERWECHSELBAR SEIN



30 Jahre **HMC**
**AKTIONS-
TAGE**

bis 12.09.2026

»ECKGRUPPE« mit Federkern
individuell planbar in Größe & Ausführung
in Stoff ab € **2.198,-**

bis zu
15 %
auf unser
Sortiment



»COUCHTISCHE« viele Größen
Platten in Fenix, Steinoptik oder Keramik
ab € **499,-**

brühl 



»RECAMIERE TAM«
Große Stoff- & Lederauswahl
Vorzugspreis ab € **2.019,-**

HMC Möbel Company GmbH "Ostseepark Schwentinental"
Dieselstraße 3, 24223 Schwentinental, Tel.: 04307 839363
www.moebel-company.de

HMC
MÖBEL COMPANY

ANZEIGE

PRÄZISE MONTAGE NACH KUND*INNENMASSSTAB

Hinter dem **Will Montagebetrieb** in Schwentinental steht Christoph Will. Er hat das Handwerk von Grund auf gelernt: Ausbildung zum Zimmermann, Jahre als Dachdecker und seit über zehn Jahren die Spezialisierung auf die Montage von Fenstern und Haustüren. Die Erfahrung aus vielen Projekten bündelt er heute im eigenen Betrieb. Sein Anspruch ist eindeutig: so arbeiten, wie er es sich als Kunde wünschen würde – mit verlässlichen Terminen, transparenter Kommunikation und einer sauberen Montage. Der Fokus liegt auf persönlicher Beratung, transparenter Kommunikation und einer sauberen, fachgerechten Ausführung. Jeder Auftrag wird mit dem Anspruch umgesetzt, dauerhaft hochwertige Ergebnisse zu schaffen und Kund*innen ein gutes Gefühl zu geben. Als regionaler Betrieb in Schleswig-Holstein steht Will für ehrliches Handwerk und Qualität, die man nicht nur am fertigen Fenster sieht, sondern im gesamten Ablauf spüren kann. Weitere Infos: www.will-montagebetrieb.de



Christoph Will, Gründer vom Will Montagebetrieb, berät dich gerne!

Foto: Will Montagebetrieb






DEIN ZUHAUSE.

UNSERE MONTAGE.

Fenster, Türen, passende Rollladensysteme und Insektenschutz.

UNSER SERVICE

- Fenster
- Dachfenster
- Innen- & Außentüren
- Rollladensysteme
- Insektenschutz




Mehr Einblicke auch auf Instagram!

0176 649 409 82 | info@will-montagebetrieb.de | www.will-montagebetrieb.de




APFELFEST



26. SEPTEMBER 9-16 UHR

Kieler Chaussee 65 - 24214 Gettorf
Tel. 04346/9452 - www.garten-dittmann.de
... alles, was ein Garten braucht!

ANZEIGE



SAVE THE DATE:
APFELFEST!

Die **GartenBaumschule DITTMANN** in Gettorf bietet auf etwa 20.000 m² eine riesige Auswahl an Pflanzen für Garten, Balkon und Terrasse – alles robuste und standortgerechte Pflanzen, die das ganze Jahr über Freude bereiten. Von der Blumenzwiebel bis zum großen Hausbaum gibt es hier alles, was ein Garten braucht. Hinzu kommt professionelle Beratung zu Standortansprüchen, Sortenauswahl, Pflanzenentwicklung und Düngung sowie Gartenaccessoires wie Rankhilfen, Rosenbögen und verschiedene Glasobjekte oder Gartenkugeln. Am 26. September findet wieder das Apfelfest statt. Probiere dich durch – und finde aus ca. 50 Apfelsorten deinen Lieblingsapfel. Familie Dittmann und das gesamte Team der GartenBaumschule DITTMANN freuen sich auf viele Besucher*innen. Mehr unter www.garten-dittmann.de.

Foto: GartenBaumschule Dittmann



MAKLERPROVISION FÜR VERWALTER UNZULÄSSIG

Die BGH stärkt Wohnungseigentümer

Wer seine Wohnung durch einen Miet- oder Sondereigentumsverwalter betreuen lässt, sollte die Entscheidung des Bundesgerichtshofs vom 21. Mai 2026 kennen. Der BGH hat unter Az. I ZR 224/25 klargestellt: Verwaltet ein Verwalter deine Wohnung, darf er für deren Neuvermietung grundsätzlich keine Maklerprovision verlangen. Dabei ist unerheblich, ob die Zahlung als Neuvermietungs-pauschale, Sonderhonorar oder Provision bezeichnet wird. Entscheidend ist, ob die Vergütung vom erfolgreichen Abschluss eines Mietvertrags abhängt. Ist das der Fall, ist sie unzulässig.

WAS BEDEUTET DAS FÜR DICH?

Betroffen bist du insbesondere, wenn dein Miet- oder Sondereigentumsverwalter zugleich die Neuvermietung übernimmt. Reine WEG-Verwalter, die sich ausschließlich um das Gemeinschaftseigentum kümmern, sind in der Regel nicht betroffen. Auch die Vermittlung von Gewerberäumen fällt nicht unter diese Entscheidung. Ein Blick in den Verwaltervertrag lohnt sich: Ist dort eine erfolgsabhängige Vergütung für die Neuvermietung vereinbart, solltest du diese rechtlich prüfen lassen.

Weiterhin bezahlt werden dürfen echte Verwaltungsleistungen, etwa Wohnungsabnahme und -übergabe, die Organisation von

Reparaturen, das Anlegen der Mieterakte oder die Mietbuchhaltung. Nicht gesondert vergütet werden dürfen dagegen typische Vermittlungstätigkeiten wie Mieter-suche, Inserate, Besichtigungen, Auswahl von Interessent*innen oder Vertragsver-handlungen.

PROVISION SCHON BEZAHLT?

Hast du bereits eine unzulässige Provision gezahlt, kann laut BGH ein Rück-forderungsanspruch nach § 5 WoVermittG in Verbindung mit § 812 BGB bestehen. Ob das möglich ist, hängt unter anderem vom Vertrag und den Verjährungsfristen ab. Ansprüche verjähren regelmäßig innerhalb von drei Jahren ab dem Schluss des Jahres, in dem sie entstanden sind und der Vermieter Kenntnis von den maßgeblichen Umständen hatte. Auch Umgehungsmodelle über wirtschaftlich oder organisatorisch verbundene Maklerunternehmen sind laut BGH nicht zulässig. Möglich bleibt dagegen die Zusammenarbeit mit rechtlich und wirtschaftlich unabhängigen Makler*innen. Das solltest du jetzt tun: Prüfe bestehende Verwalterverträge genau. Bei neuen Verträgen sollte klar zwischen zulässigen Verwaltungsleistungen und unzulässigen Vermittlungsprovisionen unterschieden werden.

Weitere Immobilientipps findest du auf
www.HELDT.immo #lieblingsmaklerinkiel
 #drohnenpilotin
 #immobilienheldt



GRUSS DER HEIMAT, VON UNS GERETTET.

Leuchtturm Roter Sand – das weltweit erste Bauwerk auf offener See. Mehr über die Geschichte dieses Denkmals: dieganzegeschichte.de
 Eines von vielen tausend geförderten Denkmalen.



Wir erhalten Einzigartiges. Mit Ihrer Hilfe!

Spendenkonto
 IBAN: DE71 500 400 500 400 500 400
 BIC: COBA DE FF XXX, Commerzbank AG
www.denkmalschutz.de



DEUTSCHE STIFTUNG DENKMALSCHUTZ

Wir bauen auf Kultur.

Astrologe Banger

Die Persönlichkeit Ihres Kindes



Ihr Kind bringt mehr Eigenschaften in das Leben mit, als durch Erziehung erworben werden.

Astrologie beschreibt die Seele des neugeborenen Menschen: Temperament, einzigartige

Stärken, besondere Talente und individuelle Schwächen sind von Anfang an aus dem Horoskop ersichtlich.

Ihr von mir erstelltes Kinder-Horoskop ist in kindgerechter Sprache verfasst. Es hilft Ihnen, Ihr Kind zu verstehen und angemessen mit seinen vielfältigen Entwicklungs-Möglichkeiten umzugehen.

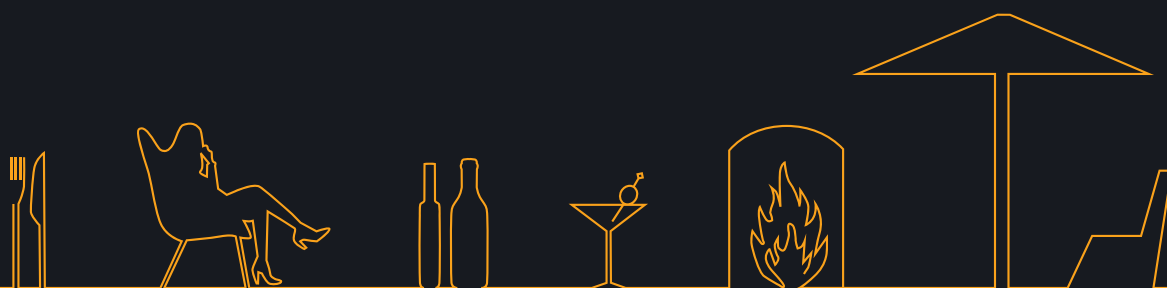
Ca. 25 Seiten, mit Horoskop-Grafik, gebunden, ansprechende Gestaltung, EUR 59,-.

Martin A. Banger www.12Zeichen.de

04334 181000

banger@12Zeichen.de

CARLS HÜTTE



Neueröffnung

Restaurant Carls Hütte ab 03.09. im RONDO

www.carls-huette.de



rondo.sh/news

RONDO — einkaufen, erleben, wohlfühlen

RONDO Einkaufszentrum

Am Ahlmannkai 2

24782 Rendsburg/Büdelndorf

Mo.–Sa.: 9 – 20 Uhr

REWE: 7 – 22 Uhr



RONDO

**REWE
CENTER**

**BiōMarkt
HIMMEL & ERDE**

MiKaado siacafé

Ernsting's
family

FIGARO

HANI NAILS

staggenborg

ROSSMANN

KNAACK

SUBWAY

Tabakwaren
Schwandt

IHRE STIMME IN FORSCHUNG UND POLITIK

DAS WOHNKLIMA-PANEL

Sie sind Vermieter, bewohnen eine eigene Immobilie oder wohnen zur Miete? Dann werden Sie Teil dieses Panels, das als Gradmesser für die Lage auf dem deutschen Wohnungsmarkt dient. Im WohnKlima-Panel nehmen Sie an Umfragen teil und Ihre Stimme wird in Forschung und Politik gehört. Zusammen mit der Humboldt-Universität zu Berlin und dem Mercator Research Institute on Global Commons and Climate Change führt Haus & Grund Deutschland hier Umfragen für Forschung und Politik durch.

Registrieren Sie sich kostenlos und unverbindlich hier: <https://panel.hausundgrund.de/>

Sie gehen keine Verpflichtungen ein. Ihre Daten werden nicht an Dritte weiter-

Rechtsanwalt
Sönke Bergemann,
Geschäftsführer
Haus & Grund Kiel

gegeben und wir senden Ihnen keine Werbung, sondern es geht ausschließlich um die Forschung. Ihre Expertise und Meinung sind gefragt.

Haus & Grund ist die Interessenvertretung für private Immobilieneigentümer in Kiel, Schleswig-Holstein, Berlin und Brüssel. Selbstnutzer, Wohnungseigentümer, Kauf- und Bauwillige und Vermieter sind Mitglieder einer starken Gemeinschaft mit einem exklusiven Mitgliederservice. Jetzt Mitglied werden unter <https://www.hausundgrund.de/verein/kiel/>



Zum
WohnKlima-Panel
einfach scannen:



„TAG DES BADES“ IM SEPTEMBER

Das moderne Badezimmer avanciert immer mehr zum privaten Refugium, das Design und Komfort miteinander verbindet. Im Mittelpunkt stehen Ruhe und Raumwirkung.

Großformatige Fliesen oder fugenlose Oberflächen aus Mikrozement treffen auf warme Erdtöne und mattes Holz. Versteckter Stauraum sorgt dafür, dass die Optik aufgeräumt bleibt. Funktionales Highlight ist oft die schwellenlose Walk-In-Dusche mit integrierter Regenbrause, während die freistehende Badewanne zum stilvollen Blickfang wird. Smarte Details wie Touch-Spiegel mit Anti-Beschlag-Funktion, Dusch-WCs und wassersparende Armaturen runden das Erlebnis ab. Gemütliches, indirektes LED-Licht taucht den Raum am Abend in eine stimmungsvolle Spa-Atmosphäre – der perfekte Ort für den täglichen Rückzug vom Alltag.

TAG DES BADES AKTIONSTAG AM 19. SEPTEMBER

Am 19. September ist „Tag des Bades“, ein bundesweiter Aktionstag, der von der Vereinigung Deutsche Sanitärwirtschaft e. V. (VDS) zusammen mit dem SHK-Handwerk (Sanitär, Heizung, Klima) und dem Großhandel veranstaltet wird. Er dient als Informationstag rund um die Themen Badplanung, Sanierung und Baddesign. Badausstellungen, Fachbetriebe und Sanitär-Studios öffnen an diesem Tag ihre Türen. Besucher*innen können sich beraten lassen, neueste Trends entdecken und Inspirationen für das eigene Zuhause sammeln.



GESUNDHEIT & WELLNESS

Der Spätsommer lädt dazu ein,
Körper und Wohlbefinden
etwas Gutes zu tun – mit Sport,
gesunder Kopfhaut, Permanent-
Make-up oder einem frischen
Look vom Friseur.





ANZEIGE

DAUERHAFT GLATT

Wer sich eine schonende Lösung für störende Haare wünscht, ist bei Körperteam genau richtig.

Wer gerne dauerhaft eine glatte Haut hätte, findet bei Körperteam eine schonende und effektive Lösung: Mit der IPL-Hyperpulse-Technologie werden Haare an Körper und Gesicht gezielt behandelt, damit lästiges Rasieren, Waxing oder Epilieren endlich der Vergangenheit angehören kann. Besonders praktisch ist das auch für kleinere und empfindlichere Bereiche wie die Oberlippe sowie für die Bikinizone. Die Haut wirkt danach nicht nur glatter, sondern auch weicher und feinporiger.

KOSTENFREIES BERATUNGSGESPRÄCH

Ob einzelne Gesichtspartien oder andere störende Haarzonen: Sonja Lessau von **Körperteam** nimmt sich vor der ersten Behandlung in einem kostenfreien Beratungsgespräch ausführlich Zeit. Dabei wirst du umfassend aufgeklärt und erfährst alles Wichtige rund um die Behandlung. So entsteht eine Lösung, die individuell auf Haut und Haar abgestimmt ist – für ein gepflegtes Gefühl im Alltag und mehr Freiheit im Sommer, beim Sport oder im Urlaub.

Fotos: Körperteam

SEIDENWEICH GEPFLEGT

Öl, Lotion oder Bodybutter – welche Textur passt zu welchem Hautpflegebedürfnis?

Körperöle sind meist sehr ergiebig und ideal bei sehr trockener oder empfindlicher Haut: Richtig angewendet, legen sie sich wie ein schützender Film darüber, mildern Spannungsgefühle und bewahren vor Austrocknung. Wer zu Rötungen oder Reizungen neigt, greift im Alltag eher zur Bodylotion. Die leichtere Textur mit hohem Wasseranteil zieht schnell ein und versorgt zuverlässig mit Feuchtigkeit. Optimal ist das Auftragen direkt nach dem Duschen, wenn die Haut noch leicht feucht ist. Parfümfreie, sensitiv formulierte Lotionen sind besonders sanft zur Haut.

Bodybutter unterscheidet sich deutlich von der Lotion: Sie enthält kaum bis gar kein Wasser, sondern vor allem reichhaltige Fette und Öle wie etwa Sheabutter. Das macht sie zur SOS-Pflege für sehr trockene, raue Haut – am besten abends nach dem Duschen oder Waschen großzügig auftragen und einwirken lassen. Bei sensibler oder zu Hauterkrankungen neigender Haut ist es allerdings immer ratsam, die Pflegeauswahl mit der behandelnden Dermatologin/ dem behandelnden Dermatologen abzustimmen.



Foto: Adobe Stock

körperteam

DAUERHAFTE HAARENTFERNUNG

- keine Stoppeln mehr
- keine eingewachsenen Haare
- kein lästiges Rasieren, Wachsen oder Epilieren

... dafür aber weiche, glatte, feinporige und zarte Haut!



JETZT KOSTENLOS BERATEN LASSEN

Ziegelteich 29 · Kiel · Europahaus | Telefon 0431 - 387 83 71 7 | info@koerperteam.de | www.koerperteam.de

Studio Blush

Anna Jäger • Hairstylin & Colouristin

BLOND • GREY BLENDING • COLOUR CORRECTION

Haarfarbe, die mit dir funktioniert.

Modern, natürlich und mit einem schönem Grow-out.

Moderne Farbkonzepte die mit deinem Haar arbeiten - und zu deinem Alltag passen.

10 %

Kennenlern-Rabatt für Studierende bis 30.11.2026



Kostenlose Erstberatung

für alle Neukund:innen, buchbar über die angegebenen Kanäle bzw. den QR-Code.

Niemannsweg 38 • 24105 Kiel
Tel. 0170 / 68 16 337
www.studioblush.de

@homeofstudioblush



GESUNDHEIT & WELLNESS

ANZEIGE

MODERN SOFTNESS FÜR KIEL

Mit **STUDIO BLUSH** ist Friseurin Anna Jäger nach 17 Jahren Berlin im Norden angekommen – und bringt Großstadt-Vibe, Natürlichkeit und moderne, tragbare Looks mit nach Kiel. Einmal im Monat arbeitet sie weiterhin in ihrem Berliner Pop-up und nimmt so regelmäßig neue Impulse mit. Ihr Fokus liegt auf Blond, Colour Corrections und Modern Softness – weichen, natürlichen Ergebnissen statt harter Kontraste. Mit „Journey to White“ begleitet Anna Kund*innen Schritt für Schritt vom gefärbten Haar zurück zum natürlichen Grau oder Weiß. Beim Grey Blending wird vorhandenes Grau sanft in die bestehende Haarfarbe integriert. Welche Technik passt, entscheidet sich immer individuell. Anna setzt auf ruhige 1:1-Termine mit viel Zeit für Beratung. Wer während des Termins lieber abschalten möchte, kann ein Silent Booking wählen – ganz ohne Smalltalk und Erklärungsbedarf. Anna konzentriert sich dann ganz auf das Wesentliche: das Haar und die handwerkliche Arbeit. Buche jetzt deine kostenlose Beratung: Tel.: 0170 / 681 63 37, Instagram: @homeofstudioblush, studioblush.de



Studio Blush

Foto: STUDIO BLUSH

Fehmarn Feeling

Jetzt auf Instagram!

Folgt @fehmarneeling und verpasst keine Ausflugstipps und Lieblingsorte auf der Sonneninsel Fehmarn!



Einfach QR-Code scannen und auf Folgen klicken!

HAARSCHARFE HERBSTTRENDS

Der Herbst 2026 serviert uns allerlei Frisuren- und Farbtrends, die hervorragend zu gemütlichen Herbst-Looks passen. Bei Schnitten steht etwa der Blunt Bob hoch im Kurs. Klar und ausdrucksstark kommt der Schnitt daher und wirkt durch seine gerade Abschlusslinie ohne Stufen besonders modern. Wer Länge behalten will, setzt auf feine Stufungen im Langhaar: Gezielt ausgedünnte Längen nehmen Schwere aus dem Haar und bringen natürliche Bewegung rein, ohne dass aufwendiges Styling nötig ist. Farblich lieben wir jetzt „Bronde“, eine harmonische Mischung aus Braun und Blond, die den Teint weich umspielt. Ebenfalls stark vertreten sind warme Kupfer- und Rotbraun-Nuancen, die die Herbsttöne der Natur aufgreifen. Für zusätzliche Dimension sorgen jetzt auch sogenannte „Ribbon Highlights“.

Das sind zarte, bandartige Strähnen, die sich dezent von der Basishaarfarbe abheben und Tiefe schaffen. Schlussendlich wirkt am schönsten, was zu deiner Haarstruktur, deinem Stil und deinem Gefühl passt.



Foto: Adobe Stock

SECHS GRÜNDE FÜR PERMANENT MAKE-UP

Du wünschst dir ein gepflegtes Aussehen –
jederzeit und ganz ohne ständiges Nachschminken?
Permanent Make-up macht es möglich.

Zeitersparnis im Alltag, perfekte Konturen und ein natürliches Ergebnis: Permanent Make-up bietet viele Vorteile. Augenbrauen, Lippen und Lidstriche bleiben zuverlässig in Form – beim Sport, Schwimmen und im Alltag. Moderne Techniken sorgen dabei für ein dezentes Ergebnis, das die natürliche Schönheit unterstreicht.

Auch die Haltbarkeit überzeugt: Das Ergebnis bleibt drei bis fünf Jahre sichtbar. So sitzt der Look jederzeit und kann für mehr Sicherheit und Wohlbefinden im Alltag sorgen. Bei **APARANCE** Cosmetique wird jede Behandlung individuell abgestimmt – gemeinsam wird der Stil gefunden, der zu den persönlichen Wünschen passt.

SEPTEMBER-SPECIAL

Wer sich im September als Foto- und Videomodel für ein professionelles Projekt zur Verfügung stellt, erhält 50 Prozent Rabatt und zahlt nur 650 Euro statt 1.300 Euro für das Permanent Make-up. Jetzt unverbindliche Beratung vereinbaren und das September-Angebot sichern: www.aparance.de

Foto: Adobe Stock



P
I
G
M
E
N
T
A
T
I
O
N

APARANCE
COSMETIQUE

Septemberangebot 2026



24h Termine
buchen!

Foto_Videomodel gesucht!

Deine Augenbrauen, Augen und Lippen können ein wenig mehr Kontur vertragen? Du möchtest morgens aufstehen und ruck zuck fertig sein?

Dann buche jetzt deine kostenlose Beratung und ich zeige dir wie du aussehen könntest!

Freue mich auf dich!

Katrin Mansouri



Freue mich über deine Nachricht!

50% Rabatt
PMU komplett
nur 650€*

* keine Nacharbeit
enthalten

WhatsApp 0160 - 95 26 53 63
Kieler Str.97 - 24119 Kronshagen
Mi - Do - Fr 10 - 18 Uhr Sa nach Vereinb.

www.aparance.de

VIER MINUTEN FÜR EINE GESUNDE KOPFHAUT

Warum wir unserer Kopfhaut gerade im Herbst etwas mehr Aufmerksamkeit schenken sollten.

Wir cremen, peelen und verwöhnen unsere Haut – die Kopfhaut wird dabei oft vergessen. Dabei verdient sie gerade nach Sonne, Hitze, Salz- und Chlorwasser etwas Extra-Pflege. Die gute Nachricht: Schon vier Minuten Kopfhautmassage können aus der normalen Hair-Care-Routine ein kleines Wellness-Ritual machen. Eine sanfte Massage stimuliert die Kopfhaut und kann helfen, Ablagerungen und abgestorbene Hautschüppchen zu lösen. Dafür gibt es jetzt den HAIR GAIN Scalp Massager mit 19 Silikonspitzen. Er lässt sich ganz unkompliziert vor oder während der Haarwäsche oder auf trockener Kopfhaut anwenden – für einen kleinen Self-Care-Moment zwischendurch.

SO GELINGT DIE PERFEKTE KOPFHAUTMASSAGE

1. SANFT STARTEN

Die Kopfhaut sollte nicht kräftig gerubbelt oder gekratzt werden. Entscheidend sind sanfte, kreisende Bewegungen mit angenehmem, gleichmäßigem Druck.

2. VOM NACKEN NACH OBEN ARBEITEN

Am Nacken beginnen und langsam über Hinterkopf, Seiten und Oberkopf arbeiten. So wird die gesamte Kopfhaut systematisch erreicht.

3. NICHT AN DEN HAAREN ZIEHEN

Die Massage findet auf der Kopfhaut statt. Deshalb sollte der Massager möglichst direkt auf

der Kopfhaut geführt werden, ohne die Haare unnötig hin- und herzuziehen.

4. PFLEGE INTEGRIEREN

Besonders angenehm ist die Massage in Kombination mit einem Kopfhautpflegeprodukt, zum Beispiel dem HAIR GAIN Scalp Foam. Der Massager hilft dabei, das Produkt gleichmäßig zu verteilen und macht das Auftragen gleichzeitig zu einem entspannenden Ritual.

5. VIER MINUTEN ZEIT NEHMEN

Nicht möglichst schnell fertig werden, sondern bewusst langsam arbeiten. Vier Minuten können reichen, um aus der Anwendung einen kleinen Self-Care-Moment zu machen – morgens, abends oder einfach zwischendurch.



HAIR GAIN Scalp Massager, 19 präzise Silikonspitzen, ergonomischer Griff, wasserfest, leicht zu reinigen, für alle Haartypen geeignet, ca. 14,50 Euro, erhältlich bei Amazon, beautyaddicts.de und Hagel Shop

Foto: HAIR GAIN

MRS.SPORTY

Tag der offenen Tür



30. September 2026
10:00 Uhr – 19:00 Uhr

Mrs.Sporty Kiel-Vorstadt
Walkerdamm 17 • 24103 Kiel • Tel.: 0431 5355226

Mrs.Sporty Club Kiel-Wik
Prinz-Heinrich-Str. 20 • 24106 Kiel • Tel.: 0431 54449930

Mrs.Sporty Kronshagen
Kieler Str. 86 • 24119 Kronshagen • Tel.: 0431 5349415



Praxis auf Rädern: Mit dem umgebauten Sprinter bringt das PhysioMobil kostenlose physiotherapeutische Hilfe direkt zu den Einsatzorten

KIELS MOBILE PRAXIS BRAUCHT RÜCKENWIND

Das Kieler PhysioMobil behandelt mittellose Menschen kostenfrei. Doch gekürzte Fördermittel bedrohen das Projekt – der Verein ist jetzt dringend auf Spenden angewiesen.

Armut ist ein unterschätztes Gesundheitsrisiko: Wer wegen Beitragsschulden oder fehlendem Aufenthaltsstatus keine Krankenversicherung besitzt, hat im Gesundheitssystem kaum Zugang zu Versorgung. Einmal wöchentlich rollt das mobile Team aus Physiotherapeutinnen, Heilpraktikern und einem Fahrer durch Kiel, um Betroffenen Schritt für Schritt zu mehr Lebensqualität zu verhelfen. Denn Schmerzfreiheit und Mobilität sind die Grundvoraussetzung für gesellschaftliche Teilhabe.

Die Nachfrage ist riesig, doch wegen gekürzter öffentlicher Fördermittel steht die Finanzierung für das kommende Jahr auf wackligen Beinen. Ziel ist es, die Behandlungen zu sichern und Angebote wie Präventionskurse in Frauenunterkünften auszubauen.



Fahrzeug & Logistik: Übernahme des gemieteten Sprinters zur Senkung von Betriebskosten sowie Ausgaben für Halteverbotszonen.

Team & Beratung: Aufwandsentschädigungen für Fachkräfte sowie Beratungsangebote zur Krankenversicherungslosigkeit.

Jeder Beitrag – ob Mikrospende oder Großspende – hilft direkt. Unterstützen kann man schnell per PayPal oder Überweisung. Infos und Spendenabwicklung: www.physioforfree.de

WOFÜR SPENDEN KONKRET BENÖTIGT WERDEN:

Praxis-Equipment: Neue Massageliege, Sprossenwand und Modernisierung des Wassersystems im Fahrzeug.



**Schöne Zähne
– damit Sie
wieder gut
lachen haben.**

Ob Sportunfall oder Zahnersatz im Alter – Implantate sind fast immer die beste Lösung. Kein anderer Zahnersatz bietet Ihnen die Vorteile eines Implantats. Kompetente Beratung, professionelle Behandlung, alles aus einer Hand.

**Ohne Abdruck –
rein digital**



**Dr. med.dent. Peter Niziak
Zahnarzt**

**Bargfelder Str. 4 a
24613 Aukrug**

Telefon: 0 48 73 / 870

Fax: 0 48 73 / 93 11

www.implantat-komplett.de



JUNGFRAU

24.08.–23.09.

Mit dem Partner oder in Freundschaften gibt es etwas zu klären. Ihr müsst eure Erwartungen neu abstimmen. Auch wenn du dich im Recht fühlst, kommst du mit einem Kompromiss vermutlich schneller voran. Gehst du auf andere zu, wirst du mit offenen Armen empfangen.



SKORPION

24.10.–22.11.

Auch wenn du dich fragst, wie schnell deine Pläne umsetzbar sind, solltest du dir nicht selbst den Wind aus den Segeln nehmen. Setzt du dich für deine Sache ein, kommt dir auch das Glück entgegen. Wurdest du in Freundschaften enttäuscht, hilft ein offenes Gespräch.



SCHÜTZE

23.11.–21.12.

Mit neuem Selbstvertrauen kannst du deine Pläne umsetzen. Regle Anliegen, für die dir bisher die Energie fehlte, und kläre Spannungen. Der Monat ist günstig für Kurztrips, Besuche, Gespräche und Verhandlungen. Achte darauf, deine Kräfte einzusetzen.



STEINBOCK

22.12.–20.01.

Dank deiner starken Motivation setzt du dich konsequent für deine Sache ein. Wegen einer nebensächlichen Kritik solltest du aber nicht gleich auf die Barrikaden gehen. Dein Wunsch nach Geselligkeit treibt dich aus dem Haus. Bevor du neue Kontakte eingehst, frag dich, ob bestehende Freundschaften deine Aufmerksamkeit brauchen.



WASSERMANN

21.01.–19.02.

Du bist herausgefordert, dich von einer alten Sicht der Dinge zu lösen. Dabei geht es vor allem um Veränderungen in Bereichen, die zu starr geworden sind. Das heißt nicht, dass du alles allein schaffen musst. Wenn du die notwendigen Einschränkungen akzeptierst, kannst du immer noch Ziele erreichen, die andere sich nie zutrauen würden.



FISCHE

20.02.–20.03.

Wäge ab, welche deiner neuen Möglichkeiten du weiterverfolgen willst. Wenn du die Dinge nur auf dich zukommen lässt, könntest du gute Chancen verpassen. Eine geeignete Zeit zum Planen, Schreiben und für Verhandlungen. Deinen guten Ruf in Sachen Zuverlässigkeit solltest du nicht aufs Spiel setzen.

STERNZEICHEN DES MONATS



WAAGE

24.09.–23.10.

Bleib selbstbewusst und lass dich nicht bluffen. Es besteht kein Anlass, es allen recht zu machen – schon gar nicht den Kollegen, zu denen das Verhältnis schon länger angespannt ist. Auch auf deine Liebessterne solltest du jetzt nicht hoffen. Du brauchst dich aber nicht gleich zurückziehen, nur weil die Dinge mal nicht so laufen, wie du es dir vorgestellt hast.



UNSER ASTROLOGE

Der Kieler Astrologe Martin A. Banger erstellt jeden Monat das aktuelle KIElerleben-Horoskop. Möchtest du es noch genauer wissen? Fordere dein persönliches Horoskop unter www.12zeichen.de an.



WIDDER

21.03.–20.04.

Du wirst damit konfrontiert, einige Bereiche deines Lebens neu zu organisieren. Partnerschaftlich bist du dazu herausgefordert, dich klarer darzustellen. Dieser Monat ist gut dafür geeignet, etwas mit anderen zu klären und praktische Angelegenheiten abzuschließen. Für beruflich Neuanfänge ist es aber noch zu früh.



STIER

21.04.–20.05.

Wirst du auf Fehler aufmerksam gemacht, heißt das nicht, dass dem anderen nichts an dir liegt. Ehrlichkeit zählt. Wenn sich jetzt neue finanzielle Chancen ergeben, solltest du deine Forderungen nicht zu vorsichtig ansetzen. Man erwartet nicht, dass du dich unter Wert verkaufst.



ZWILLINGE

21.05.–21.06.

Vorsicht, wenn du über jemanden urteilen musst. Dir fehlen wahrscheinlich Infos, um die Situation richtig einzuschätzen. Behalte deine Meinung lieber für dich, wenn du an einer Sache ohnehin nichts ändern kannst. Lass dich aber von der Liebe nicht überraschen, sondern plane selbst die nächsten Schritte.



KREBS

22.06.–22.07.

Missverständnisse unter Freunden solltest du klären, auch wenn sie unwichtig erscheinen. Dank deiner Bereitschaft zuzuhören, lässt sich vieles schnell regeln. Stößt du andere mit überstürzten Äußerungen vor den Kopf, gelingt eine Einigung erst in der zweiten Monatshälfte.



LÖWE

23.07.–23.08.

Trotz deines Wunsches nach Abwechslung ist diese Zeit geeignet, Vergangenes abzuschließen. Genieße deine Träume, ohne dich darin zu verlieren. Für neue Impulse solltest du dich von alten Plänen trennen. Finde heraus, was deinem Erfolg im Wege steht – äußere Umstände oder deine eigenen Ansprüche.



ANZEIGE

20 JAHRE PILATES REFORMER TRAINING IN KIEL

Seit 20 Jahren bringt Melanie Tiedtke-Krantz mit Reformer-Pilates Bewegung, Haltung und Körpergefühl zusammen. Zeit für einen Blick auf ein Training, das längst mehr als ein Trend ist.

Seit 20 Jahren gehört Reformer-Pilates in Kiel fest zum Trainingsangebot von Melanie Tiedtke-Krantz. In ihrem Pilates Studio am Exerzierplatz geht es dabei um weit mehr als ein klassisches Workout: Im Mittelpunkt stehen kontrollierte Bewegungen, bewusste Atmung und ein gutes Körpergefühl. Die Methode geht auf Joseph Pilates zurück, der sein Training in den 1920er Jahren unter dem Namen „Contrology“ entwickelte. Schon damals war ihm wichtig, Körper und Geist gemeinsam zu trainieren – ein Prinzip, das bis heute den Kern von Pilates ausmacht. Besonderes Augenmerk liegt auf der tiefen Rumpfmuskulatur. Durch präzise ausgeführte Übungen und eine spezielle Atemtechnik kann die Körpermitte gekräftigt und die Haltung verbessert werden. Gleichzeitig zielt das Training darauf, Verspannungen zu lösen, Stress zu reduzieren und mehr Beweglichkeit in den Alltag zu bringen.

PROBIER'S AUS!

Damit die Übungen wirklich sauber ausgeführt werden, ist eine gute Anleitung entscheidend. Im Pilates Studio Kiel trainierst du deshalb immer begleitet von einer Trainerin – entweder im Einzeltraining oder im Kurs. Wer das Reformer-Training einmal ausprobieren möchte, kann mit einer Probestunde für 15 Euro starten.

Das Pilates Studio Kiel - Melanie Krantz, Exerzierplatz 9, Kiel,
Tel. 0431 / 38 54 95 31, www.daspilatesstudiokiel.de

„LIEBEN SIE FEINES HAAR?“

In einem Interview eines Friseur-Fachmagazins wurde ich gefragt, was ich an meinem Beruf liebe. Tausend Gedanken schwirrten mir durch den Kopf. Ich merkte, dass es vieles gibt, das ich an meinem Beruf liebe.

„Das Ausleben meiner Ideen, das gemeinsame Erlebnis mit meinen Kunden, die Teamarbeit, das Aufspüren neuer Trends in den Mode-Metropolen und die Abwechslung aus Handwerk, Kunst und Kreativität.“ Es folgte die Frage, was denn nun meine Lieblingstätigkeit sei. Nun kramte ich in mir und überlegte: Ist es das Zusammenspiel aus Haarstyling und Make-up, das Wissen um die perfekte Haarfarbe? Oder doch das Erstellen einer aufwendigen Hochsteckfrisur (bei der ich mich so richtig austoben kann) für den Gala-Auftritt einer Kundin? „Feines Haar“, war meine Antwort.

Die Redakteurin war etwas irritiert und fragte nach: „Lieben Sie feines Haar?“ Ich erklärte, dass ich es liebe, feines Haar perfekt zu schneiden. Sicherlich lernt jeder Friseur, Haare zu schneiden, aber für feines Haar benötigt man viel Sensibilität und andere Techniken als bei dickerem Haar. Kundinnen mit feinen Haaren sind oft unzufrieden und sehnen sich nach Volumen, Glanz und Flexibilität ihrer Frisur.

Umso glücklicher sind genau diese Kundinnen, wenn sie verstanden werden und mit ihrem Haar wieder zurechtkommen. Speziell für feines Haar gibt es zudem einen echten „Booster“ in meiner Pflegeserie, der es auch zu Hause ermöglicht, Volumen ohne Rundbürste zu erzeugen. Ich selbst bin bekennender Rundbürsten-Föhnemuffel und liebe den schnellen Push-up-Effekt. Mein persönlicher Tipp: feines Haar nie zu heiß föhnen und nicht mit zu viel Power. Es ist sehr fragil und steht gerade in der warmen

Jahreszeit oft „elektrisch“ in alle Himmelsrichtungen ab – aber auch dagegen gibt es Tricks. Frauen mit feinen Haaren sind einfach die dankbarsten Kundinnen. Ich kann also behaupten, dass ich es liebe, feines Haar zu schneiden.

Herzlichst, Ihr Björn Donner



Foto: Channel21

bd björn donner, Bismarckallee 2, Kiel
Tel.: 0431 / 26 09 79 77, www.bjoern-donner.de

SÜSSES STEINOBST

Von Marillen, Pfirsichen, Kirschen, Zwetschgen, Nektarinen und Pflaumen können wir einfach nicht genug bekommen. Lass auch du dich von unseren feinfruchtigen Kreationen begeistern!



PAVLOVA
mit marinierten Pfirsichspalten

Rezept auf Seite 70

EINE ECHTE VERSUCHUNG!

Der Reiz einer Pavlova liegt in der krossen Oberfläche des Baisers, unter der die Masse noch zart und cremig ist. Getoppt mit Himbeersahne und saftigen Pfirsichen entsteht hier eine unwiderstehliche Leckerei.



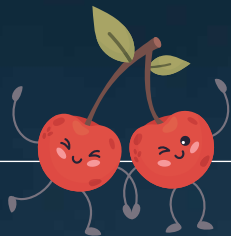
MARILLENKNÖDEL mit Vanillesoße

Rezept auf der nächsten Doppelseite



KIRSCHCROSTATA
mit Mascarponecreme





Kirschcrostata mit Mascarponecreme

Für 1 Kuchen (Ø ca. 24 cm):

- 250 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 120 g kalte Butter in Stückchen
- 110 g Zucker
- 1 Ei
- 1 Prise Salz
- 750 g Kirschen (vorzugsweise Sauerkirschen)
- 1 EL Speisestärke
- 1 TL abgeriebene Biozitronenschale
- 1-2 EL brauner Zucker für den Teigrand
- 250 g Mascarpone
- 150 g Sahne
- 1-2 EL Puderzucker zzgl. etwas mehr zum Bestäuben

1 Mehl, Butter, 80 g Zucker, Ei und Salz rasch zu einem glatten Mürbeteig verkneten. Diesen zu einer flachen Scheibe formen, in Frischhaltefolie wickeln und ca. 30 Minuten kalt stellen.

2 Inzwischen die Kirschen waschen und abtropfen lassen, dann entstielen, entsteinen und mit restlichem Zucker, Speisestärke und Zitronenschale in einer Schüssel vermengen. Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und ein Backblech mit Backpapier belegen.

3 Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche rund (Ø ca. 32 cm) ausrollen und auf das vorbereitete Backblech setzen. Die Kirschfüllung mittig darauf verteilen, dabei einen Rand von 3-4 cm frei lassen.

Den Rand vorsichtig über die Kirschfüllung klappen und mit dem braunen Zucker bestreuen.

4 Die Crostata im vorgeheizten Ofen in 40-50 Minuten goldbraun backen, ggf. mit Alufolie abdecken. Anschließend aus dem Backofen nehmen und abkühlen lassen. In der Zwischenzeit Mascarpone, Sahne und Puderzucker glatt rühren. Die Kirschcrostata lauwarm oder vollständig ausgekühlt mit etwas Puderzucker bestäuben, in Stücke schneiden und mit der Mascarponecreme servieren.

TIPP: Durch die Stärke in der Kirschmischung weicht der Teig nicht durch.

Zubereitungszeit 100 Minuten

Marillenknödel mit Vanillesoße



Für 4 Personen:

- 12 kleine Marillen (Aprikosen)
- 12 Stücke Würfelzucker
- 500 g Quark
- 120 g weiche Butter
- 110 g Zucker
- etwas Salz
- 3 Eier zzgl. 3 Eigelb
- 1/2 Biozitronen (abgeriebene Schale)
- 150 g Weichweizengrieß
- 1/2 TL Backpulver
- 175 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten, bei Bedarf
- 1 Vanilleschote
- 400 ml Milch
- 100 g Sahne
- 150 g Semmelbrösel
- 1 TL Zimtpulver

1 Die Marillen waschen und abtropfen lassen, dann jeweils an einer Seite längs einschneiden und entsteinen. Je 1 Stück Würfelzucker anstelle des Steins hineinstecken. Den Quark in einem mit einem Küchentuch ausgelegten Sieb gründlich abtropfen lassen.

2 50 g weiche Butter, 50 g Zucker und 1 Prise Salz in einer Schüssel schaumig schlagen. Nach und nach die Eier und die Zitronenschale unterrühren. Die Masse hellcremig aufschlagen, dann den Quark unterrühren. Grieß, Backpulver und Mehl vermischen und unter die Quarkmasse mengen. Die Masse abgedeckt 20 Minuten ruhen lassen. Sollte sie noch zu weich sein, ggf. etwas Mehl ergänzen. Am besten einen Probeknödel garen.

3 Einen großen Topf mit Salzwasser aufsetzen, das Wasser zum Kochen bringen, dann die Hitze reduzieren, sodass das Wasser nur noch siedet. Den Quarkteig mithilfe eines Esslöffels in 12 kleine Portionen teilen, diese flach drücken, mit je 1 Marille füllen und den Teig um die Frucht herum zu einem Knödel formen. Alle 12 Knödel ins siedende Wasser geben und

darin in 10-15 Minuten bei kleiner Hitze gar ziehen lassen, zwischendurch vorsichtig im Wasser bewegen.

4 Inzwischen die Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Mark herauslösen. Milch, Sahne, Vanilleschote und -mark in einem Topf vorsichtig erhitzen. Eigelbe und 40 g Zucker verquirlen, unter ständigem Rühren in die heiße Milchlösung rühren und die Soße vorsichtig erhitzen, bis sie cremig andickt. Den Topf vom Herd nehmen, die Vanilleschote entfernen und die Soße etwas abkühlen lassen.

5 Die übrige Butter in einer Pfanne langsam erhitzen, Semmelbrösel, Zimt und restlichen Zucker untermischen, alles unter Rühren leicht goldbraun werden lassen. Die Mischung vom Herd nehmen. Die Marillenknödel mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben, etwas abtropfen lassen und in der Bröselmischung wälzen. Die Marillenknödel auf Teller verteilen und mit der Vanillesoße servieren.

Zubereitungszeit 60 Minuten
zzgl. 20 Minuten Ruhezeit

Zwetschgentartelettes

Für 8 Stück (à Ø 10 cm):

- 250 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 120 g kalte Butter in Stückchen zzgl. etwas mehr zum Fetten
- 180 g Zucker
- 1 Ei zzgl. 3 Eigelb
- 1 Prise Salz
- 500 ml Milch
- 1 Vanilleschote
- 40 g Speisestärke
- 600 g Zwetschgen
- etwas Puderzucker zum Bestäuben

1 Mehl, kalte Butter, 80 g Zucker, Ei sowie 1 Salz in einer Schüssel rasch zu einem glatten Teig verkneten. Diesen zu einer flachen Scheibe formen, dann in Frischhaltefolie wickeln und mindestens 30 Minuten kalt stellen.

2 Inzwischen die Milch in einen Topf geben. Die Vanilleschote der Länge nach halbieren, das Mark herauslösen und

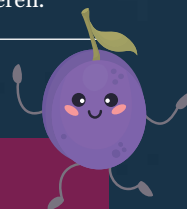
wie die ausgelöste Schote zur Milch in den Topf geben. Die Mischung erhitzen. Eigelbe, 70 g Zucker und Speisestärke in einer Schüssel verquirlen. Schote aus der heißen Milch entfernen, Milch unter den Eigelbmix rühren. Diesen in den Topf geben und unter ständigem Rühren vorsichtig erhitzen, bis die Masse andickt. Den Topf anschließend vom Herd nehmen und den Pudding ein wenig abkühlen lassen.

3 Die Zwetschgen waschen, halbieren, entsteinen und je nach Größe vierteln. Mit dem übrigen Zucker in einer Schüssel vermengen und kurz ziehen lassen. In der Zwischenzeit den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Tarteletteförmchen mit etwas Butter einfetten.

4 Den gekühlten Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und 8 Kreise (Ø ca. 14 cm) ausstechen. In die Förmchen setzen, dabei auch einen Rand formen. Den Pudding auf den Teigböden verstreichen und die Zwetschgen darauf-

setzen. Die Zwetschgentartelettes im vorgeheizten Backofen in 40–45 Minuten goldbraun backen. Mit Alufolie abdecken, sollten sie drohen, zu dunkel zu werden. Herausnehmen und kurz abkühlen lassen, dann vorsichtig aus den Formen lösen und vollständig auskühlen lassen. Mit etwas Puderzucker bestäuben und servieren.

Zubereitungszeit 100 Minuten



WAS PASST DAZU?

Zimtsahne: 200 g kalte Sahne mit 1 EL Vanillezucker und 1 TL Zimtpulver steif schlagen.
Limettencreme: 200 g Quark (40 % Fett), 2–3 EL Zucker sowie die abgeriebene Schale und Saft von 1 Biolimette gut verrühren.
Krokant: 100 g Mandelstifte mit 5 EL Zucker karamellisieren.

Pavlova mit marinierten Pfirsichspalten



Für 1 Pavlova (Ø ca. 20 cm):

- 4 Eiweiß
- 1 Prise Salz
- 230 g Zucker
- 1 TL Weißweinessig
- 1 TL Speisestärke
- 4 reife Pfirsiche
- 3 Stiele Basilikum
- 1 TL Biozitroneensaft
- 200 g Himbeeren
- 300 g Sahne
- 2 EL Puderzucker
- 1 Pck. Sahnefestiger

1 Den Backofen auf 120 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und ein Backblech mit Backpapier belegen. Eiweiß mit Salz steif schlagen, dabei 200 g Zucker nach und nach einrieseln lassen, bis eine glänzende, feste Masse entstanden ist. Den Essig kurz unterrühren. Die Speisestärke daraufsieben und vorsichtig unterheben.

2 Die Masse dann kreisförmig (Ø ca. 20 cm) dick auf dem Backpapier verstreichen, dabei in der Mitte eine Mulde formen. Den Baiserboden im vorgeheizten Ofen in ca. 90 Minuten trocknen lassen (innen soll er noch cremig sein), dann bei leicht geöffneter Backofentür vollständig auskühlen lassen.

3 Inzwischen die Pfirsiche waschen, halbieren, entsteinen und in Spalten schneiden. Das Basilikum waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und fein hacken. Pfirsichspalten, übrigen

Zucker, Zitronensaft und Basilikum vermengen und bis zur Verwendung abgedeckt ziehen lassen.

4 Die Himbeeren verlesen, ggf. vorsichtig waschen und trocken tupfen. In ein hohes, schmales Gefäß geben und mit dem Stabmixer fein pürieren. Das Himbeerpüree durch ein feines Sieb streichen. Die Sahne mit Puderzucker und Sahnefestiger steif schlagen und das Himbeerpüree vorsichtig unterziehen. Den ausgekühlten Baiserboden auf eine Platte setzen und die Himbeersahne in die Mulde geben. Die marinierten Pfirsichspalten darauf verteilen und die Pavlova sofort servieren.

TIPP: Kennst du noch das Eisdessert „Pfirsich Melba“? Unsere Pavlova ist an diesen Klassiker mit den Komponenten Pfirsich und Himbeeren angelehnt.

Zubereitungszeit 2 Stunden

ZWETSCHGEN- TARTELETTES



Diese und viele weitere Rezepte gibt's in der aktuellen Ausgabe der So is(s)t Italien. Erhältlich im Zeitschriftenhandel oder unter www.falkemedia-shop.de.



Hof Bissee
Oktober Fest

16. September – 04. Oktober 2026

Herzhafte Speisekarte mit bayerischen Schmankerl & frisch gezapftem Maßbier

Fassanstich am 19. September um 12 Uhr

♥ Jetzt Tisch reservieren auf ♥
 hofbissee.de

STRESSFREI ABNEHMEN – SO LEICHT WIE NIE –



EXTRA:
 Gratis-Downloads auf lowcarb.de im Buch

100 Rezepte
 nach der cleveren 2-in-1-Formel

LOW CARB für Mamas

NEU! 14,99 €

VIELE VORTEILE

- Geld und Zeit sparen
- Deine Nerven schonen
- Alle essen gesünder
- Du fühlst dich viel besser

ISBN: 978-3-96417-269-3

Jetzt alle Low Carb-Kochbücher bestellen unter:
www.falkemedia-shop.de/lcbuecher

amazon.de | Auch überall im Buchhandel: bücher.de | Thalia | Hugendubel



GUT ESSEN, BESSER FÜHLEN

Was auf den Teller kommt, kann gerade in den Wechseljahren viel bewirken. „Nobody Told Me – Das Wohlfühl-Kochbuch“ zeigt, wie Ernährung unterstützen kann.

Hitzewallungen, schlechter Schlaf, Gewichtszunahme oder fehlende Energie: Die Wechseljahre können einiges durcheinanderbringen. Dass Ernährung dabei eine wichtige Stellschraube sein kann, zeigen Gynäkologin Dr. Christina Enzmann (li.) und Ökotrophologin und Digital-expertin Susanne Liedtke (re.) gemeinsam mit Kochbuchautorin Anne-Katrin Weber. Ihr neues Kochbuch verbindet fundiertes Wissen mit unkomplizierter, alltagstauglicher Küche. Im Mittelpunkt stehen pflanzenbetonte, ballaststoffreiche und entzündungsfördernde Gerichte mit viel Gemüse, Hülsenfrüchten, gesunden Fetten, Proteinen und Gewürzen. Dazu gibt es verständliches Wissen über Hormone, Mikrobiom und Blutzucker. Ein Kochbuch, das Lust darauf macht, die eigene Ernährung neu zu entdecken und dem Körper etwas Gutes zu tun – nicht nur in den Wechseljahren.

Anne-Katrin Weber, Dr. Christina Enzmann & Susanne Liedtke:
Nobody Told Me – Das Wohlfühl-Kochbuch
 Brandstätter, 224 Seiten, 32 Euro

ANZEIGE

IMMER EINEN BESUCH WERT

ARGENTINIEN MITTEN IN KIEL

Das Fuego del Sur lädt zu argentinischem Genuss, herzlicher Gastfreundschaft und entspannten Stunden auf der großen Terrasse mit Wasserblick ein.

Seit fast fünf Jahren führt Sadat Bujapaj das Fuego del Sur mit seinem Team. Im Dezember steht das Jubiläum an. Auf der Karte treffen argentinische Klassiker auf Pizza, Pasta, Fischgerichte und saisonale Spezialitäten. Besonders beliebt sind natürlich die hochwertigen Steaks, die mit viel Können und frischen Zutaten zubereitet werden. Inspiriert von argentinischer Kultur und Tradition entsteht so eine Küche, die die Lust aufs Genießen macht.

CHILLEN AUF DER TERRASSE

An sonnigen Tagen lohnt sich ein Platz auf der großzügigen Terrasse ganz besonders. Hier lässt es sich wunderbar essen, anstoßen und den Alltag für eine Weile vergessen.

Die gemütliche Atmosphäre und die herzliche Gastfreundschaft machen das **Fuego del Sur** zu einem Ort, an den man gerne zurückkehrt. Auch hausgemachte Kuchen, guter Kaffee und entspannte Nachmittage machen die Terrasse zu einem schönen Treffpunkt – egal, ob für eine kleine Pause oder zum ausgiebigen Klönen. Kurz gesagt: Wer argentinische Lebensfreude, gutes Essen und eine entspannte Atmosphäre mag, sollte dem Fuego del Sur unbedingt wieder einmal einen Besuch abstatten.

NEU: LIEFERSERVICE „FUEGO FOOD“

Schon mal vormerken: Derzeit laufen die letzten Vorbereitungen für „Fuego Food“ –

Gastgeber
Sadat Bujapaj
und sein Team
freuen sich
darauf, dich zu
bewirten – ganz
gleich, ob drinnen
oder draußen!

ein eigener Lieferdienst mit separater Küche und eigenem Team. Bedeutet konkret: gleiche Liebe zum Geschmack, aber unabhängig vom Restaurantbetrieb. Hol dir schon bald das Fuego-Gefühl nach Hause!

Weitere Infos rund um das Fuego del Sur sowie die Möglichkeit der Reservierung finden Interessierte unter www.fuegodelsur.com oder Tel.: 0431 / 88 86 02 78.

Fotos: falkmedia regional



Schon mal vormerken: FUEGO FOOD!



Das Fuego-Gefühl für daheim. Unabhängig vom Restaurant, mit separater Küche und voller Fokus auf dein Liefer-Erlebnis. Gleiche Liebe zum Geschmack, nur eben auf deiner Couch!

Coming Soon!

HERZLICH WILLKOMMEN IM

FUEGO DEL SUR

In unserem Restaurant bieten wir nicht nur erstklassige argentinische Steaks vom Holzkohlegrill, sondern auch eine vielfältige Auswahl an internationalen Gerichten. Neben unseren argentinischen Steaks, dem legendären Lava-Steak, köstlicher Pizza und unwiderstehlichen Fischgerichten bieten wir jetzt auch frühlingshafte Spezialitäten an, wie zum Beispiel gefüllte Ravioli mit Steinpilzen und Trüffel-Sahne-Sauce oder Crespelle, also hausgemachte Pfannkuchen, mit Spinat, Ricotta und Tomatensauce gefüllt und mit Käse überbacken. Unser Restaurant ist ein Ort, an dem Geschmacksgrenzen verschwimmen und Genießer aller Art willkommen sind – von Familien bis Feinschmeckern. Erleben Sie bei uns kulinarische Vielfalt in gemütlicher Atmosphäre.

für jeden etwas dabei: STEAKS - PIZZA - PASTA

Mo-Fr: 12:00–22:00 Uhr
Mittagstisch 12:00–15:00 Uhr
Sa: 17:00–22:00 Uhr
So: 11:00–22:00 Uhr

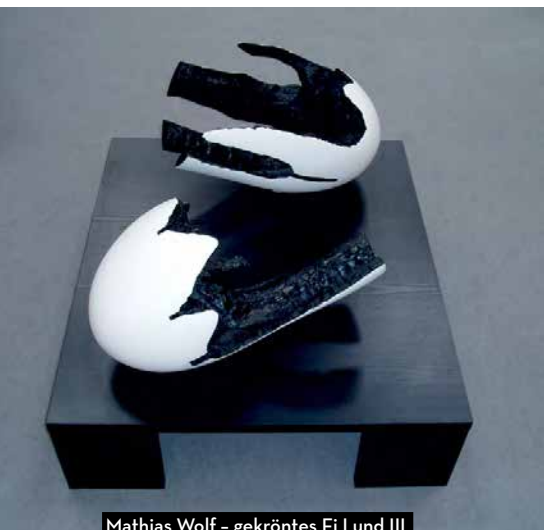
Sonntags Brunch:
11:00–14:00 Uhr
ab 12:00 Uhr à la Carte

JETZT RESERVIEREN: ———
(04 31) 88 86 02 78 oder ———
———— info@fuegodelsur.com ———

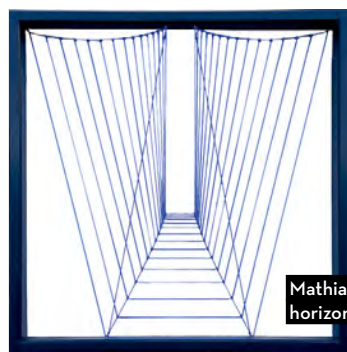
Feiern Sie bei uns Hochzeiten,
Geburtstage, Feiern mit Buffet



www.fuegodelsur.com



Mathias Wolf – gekröntes Ei I und III



Mathias Wolf – horizon bridge

EIN VIELSEITIGER KÜNSTLER BEIM KUNSTKREIS PREETZ

ENTDECKUNGSREICH

Der Kunstkreis Preetz zeigt in der Ausstellung „Mathias Wolf – Skulptur, Objekt, Zeichnung“ interessante Werke eines spannenden Künstlers.

Mathias Wolf ist in seinem Werk, das Skulpturen, Objekte, Malerei, Zeichnung und raumgreifende Fadeninstallationen im Innen- und Außenbereich umfasst, sehr vielseitig. Er spielt darin mit der optischen Wahrnehmung der Betrachtenden, dieses bezieht sich sowohl auf die Technik als auch auf die Kompositionen.

Bei seinen Arbeiten lohnt es sich, genau und länger hinzuschauen, denn sein virtuoser Umgang mit Materialien und Techniken eröffnet interessante Details und Bezüge. Diese Fähigkeit macht es unter anderem auch möglich, scheinbar Unmögliches, ja geradezu Gegensätzliches zu verbinden. Deshalb oder trotzdem entdecken die Betrachtenden Parallelen in sämtlichen Werkszweigen: die Liebe zum Detail, einen Hang zur Perfektion, unheilbaren Romantizismus.

Mathias Wolf fertigt Skulpturen, die in ihrer äußeren Erscheinung an Marmor erinnern, aber aus Holz gefertigt sind. In seinen Faden-Objekten scheinen sich durch Verkürzungen und Überlagerungen imaginäre Räume zu bilden. Einen speziellen, eigenständigen Teil seines künstlerischen Werkes stellen die kleinformigen Kugelschreiberzeichnungen dar, die improvisatorisch entstehen und Miniaturtraumbildern gleichen, sphärische Formen auf schwer nachvollziehbare Weise aufs Papier gezaubert. Zu sehen sind im Kunstkreis Preetz Wolfs Skulpturen, Objekte und Kugelschreiberzeichnungen. Kleiner Tipp: Nehmt eine Lupe zum Ausstellungsbesuch mit, es lohnt sich sehr.

bis 13. September, Kunstkreis Preetz, Gasstr. 5, kunstkreispreetz.de

Fotos: Mathias Wolf



Stefanie Raetsch – Arbeitsloser im Sonntagsanzug

Foto: Heiko Buhr



Gertrud Schaper – Ambivalenz / mood swing

Foto: Heiko Buhr



Open Group – Repeat after me, 2024, still from video

Foto: © Open Group (Yuriy Billey Pavlo Kovach, Antón Varga)

FACETTENREICH

Im Historischen Eingang der Förde Sparkasse Kiel ist die Ausstellung „Stilles Leben“ mit Werken von Stefanie Raetsch zu sehen. Die Künstlerin präsentiert Arbeiten aus den Jahren 1983 bis 2022. Neben Werken aus den Serien „You forgot the rubbish in Africa“ sowie „Lächler“ werden frühe Portraits und Landschaften sowie Stilleben vorgestellt, in denen die Künstlerin vom klassischen Bildaufbau abbrückt. Sie stellt den ausgewählten Gegenständen große Freiflächen gegenüber oder verdeckt sie mit einer Wand, um nur noch durch einen Schatten auf sie aufmerksam zu machen.

bis 18. September, Förde Sparkasse (Historischer Eingang), Lorentzendamm 28-30, s-raetsch.de

TEXTILKUNST

„Blick ins Leben“: Dieser Ausstellungstitel ist wörtlich zu nehmen. Gertrud Schaper lädt ein, genau hinzusehen – in Gesichter, in Augen, in die Seele des Menschen. Ihre Arbeiten öffnen Fenster zu dem, was uns verbindet. Dabei begegnen uns in ihren Werken keine idealisierten Figuren, sondern ganz normale Menschen. Sie fängt jene stillen Momente ein, in denen sich das ganze Leben in einem Blick verdichtet. Mal zeigt sie einzelne Personen in ihrer Einzigartigkeit, mal Menschen im Dialog miteinander, manchmal auch in direkter Gegenüberstellung.

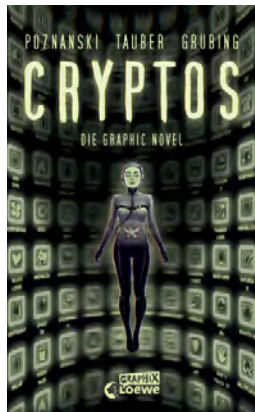
bis 27. September, Museum Tuch + Technik, Kleinflecken 1, Neumünster, www.tuchundtechnik.de

SEHEN UND HÖREN

Die Kunsthalle zu Kiel ist aktuell mit ihrem #5 Pop-up im Kieler Flandernbunker zu Gast. Die Zweikanal-Videoinstallation „Repeat After Me II“ der ukrainischen Künstlergruppe Open Group setzt sich mit dem russischen Angriffskrieg gegen die Ukraine auseinander. In den Filmen aus den Jahren 2022 und 2024 imitieren zivile Zeug*innen Kriegsgeräusche – als nähmen sie an einer Karaoke-Veranstaltung teil. Die aus der Erinnerung nachgeahmten Laute von Drohnen, Alarmsirenen, Panzern, Raketen und Abwehrsystemen verdichten sich zu einer Klangkulisse, die berührt und die eigene Ohnmacht spüren lässt.

bis 20. September, Flandernbunker, www.mahnmalikilian.de

BUCHTIPPS FÜRS SOFA



URSULA POZNANSKI U. A. EINE DYSTOPIE

Ursula Poznanski hat mit „Cryptos“ eine überaus eindrucksvolle sowie spannende Zukunftsversion entworfen: Die Erde ist weitgehend unbewohnbar, die Menschen leben vorwiegend in virtuellen Welten. Eine Designerin dieser Welten für den Konzern Mastermind ist Jana Pasco. Als in Kerrybrook, einem ihrer idyllischen Virtuality-Orte, ein Mord geschieht und 23 Ausfälle dort zu verzeichnen sind, kommt Jana etwas Ungeheuerlichem auf die Spur. Dabei gerät sie selbst allerdings zugleich in große Gefahr. Ihren Bestseller hat die Autorin zusammen mit den Illustratoren Timo Grubing und Christopher Tauber zu einer großartigen Graphic Novel gemacht, der der literarischen Thrillervorlage an Spannung in nichts nachsteht und diese wunderbar visualisiert. (Heiko Buhr)

Ursula Poznanski u. a.: Cryptos
Loewe Verlag, 256 S., 24 Euro



DIEGO MUZZIO FALLGESCHICHTEN

Der Psychiater Doktor Edward Pierce leitet in den 1920er Jahren in der Nähe von Edinburgh ein Sanatorium für Traumatisierte des 1. Weltkriegs. Unter anderem gehören zu seinen zwölf Patienten ein Mann, der mit einem Engel spricht, sowie ein Kannibale. Pierce experimentiert mit Hypnose, Narkose, Psychotherapie und weiteren Methoden, um seine Patienten zu behandeln. Damit steht er entgegen den Methoden anderer Mitglieder seiner Zunft, die beispielsweise mit Elektroschocks arbeiten. Insbesondere der deutsche Psychiater Doktor Günther Stenheimer ist sein erbitterter Gegner. Eines Tages steht nun der Ingenieur Stevenson mit einem neuen Patienten bei Pierce vor der Tür: David Bradley wirft sich in gewissen Situationen auf den Boden und macht Schwingbewegungen. Dies ist der Fall, seit er vor der argentinischen Küste auf einer einsamen Insel den Leuchtturm „Goliaths Auge“ inspiziert hat, wozu er mehrere Wochen allein auf dem Eiland gewesen ist. Aus dieser Zeit berichtet er Merkwürdiges in seinem Tagebuch, welches Pierce erhält. Der Psychiater sieht die Chance, seine Methoden „salonfähig“ zu machen sowie Doktor Stenheimer und dessen Kreis deren Wirksamkeit vor Augen zu führen. Aus diesem Grund nimmt er sich David Bradleys in besonderer Weise an. Der argentinische Autor Diego Muzzio hat mit „Goliaths Auge“ einen spannenden, vielschichtigen und anspielungsreichen Roman geschrieben, der die dunkelsten Seiten des Menschen tiefgründig beleuchtet. (Heiko Buhr)

Diego Muzzio: Goliaths Auge. mareverlag, 206 S., 22 Euro

ANZEIGE

JETTE KOTSCHAU DABEI WAREN WIR UNS IMMER SO NAH

Dieser Debütroman erzählt mit viel Empathie von drei Freundinnen, die sich im Erwachsenwerden immer weiter voneinander entfernen und doch die Sehnsucht nach ihrer früheren Nähe und Leichtigkeit bewahren. Im Mittelpunkt steht die Frage, wie Freundschaft, Familie, Partnerschaft, Kinderwunsch und Lebensträume miteinander vereinbar sind. Henri, Merle und Katharina lernen sich während des Studiums kennen. Ihre Freundschaft ist eng, vertraut und scheint für immer zu halten. Doch Anfang dreißig verändert sich ihr Alltag. Aus täglichen Nachrichten werden wöchentliche, Treffen finden immer seltener statt. Verletzungen, Ungesagtes und Neid stellen ihre Verbundenheit auf die Probe. Katharina arbeitet in einer Buchhandlung und zweifelt zunehmend an ihrer Beziehung, weil ihr großer Kinderwunsch von ihrem Partner nicht geteilt wird. Merle ist bereits Mutter,

TIPP
DER BUCHHANDLUNG
ALMUT SCHMIDT



fühlt sich mit Baby und Alltag jedoch oft alleingelassen. Henri wiederum hat sich ihre Unabhängigkeit bewahrt, arbeitet in einem Museum und träumt von einem eigenen Kino. Gleichzeitig beschäftigt sie die schwierige Beziehung zu ihrer Mutter. Alle drei vermissen die frühere Nähe, doch das Trennende scheint zunächst stärker als das Verbindende. Dabei sind die Gemeinsamkeiten noch immer da – sie müssen nur wieder ausgesprochen werden. Mit viel Feingefühl zeichnet Jette Kötschau ihre Figuren und macht ihre Gedanken und

Gefühle nachvollziehbar. Vor der Kulisse von Köln und der Schleiregion entsteht ein Roman über Freundschaft, Lebensentscheidungen und die Frage, wie Beziehungen Bestand haben können, wenn wir ehrlich sind, und im Gespräch bleiben.

Jette Kötschau, Dabei waren wir uns immer so nah, Kindler Verlag, 240 S., 24 Euro



ZWEI LOCATIONS, VIELE MÖGLICHKEITEN

Ob große Gala oder kleine Geburtstagsrunde:
Mit dem MAX Nachttheater und dem
Puzzles stehen in Kiel zwei ganz unterschiedliche
Eventlocations zur Auswahl.

Das **MAX Nachttheater** bietet Platz für
Veranstaltungen mit 50 bis 1.100 Personen.
Damit eignet sich die Location für Firmen-
feiern, Hochzeiten, Weihnachtsfeiern, Galas,
Konzerte, Tagungen, Abibälle und viele
weitere Events. Das besondere Ambiente
schafft dabei den passenden Rahmen für
große und individuelle Veranstaltungs-
konzepte.

Wer es kleiner und persönlicher mag, findet
im **Puzzles** die passende Alternative. Die
moderne und gemütliche Location bietet
Platz für bis zu 100 Personen und eignet
sich unter anderem für Geburtstage,
Familienfeiern, Vereinsfeste, Workshops
oder kleinere Firmenevents.

VON DER IDEE BIS ZUM EVENT

Bei der Planung geht
es um mehr als nur
den passenden Raum:
Das Team begleitet
Veranstaltungen von
der ersten Idee bis zur
Durchführung. Dazu
gehören persönliche
Beratung und Ver-
anstaltungsplanung,
Betreuung vor Ort sowie
auf Wunsch Catering-Partner, Mobiliar,
Veranstaltungstechnik, Dekoration und
individuelle Raumkonzepte. So können

sowohl private als auch ge-
schäftliche Veranstaltungen
passend zu Anlass, Gäste-
zahl und eigenen Vor-
stellungen gestaltet werden – vom kleinen
Fest bis zur großen Bühne. Mehr unter
www.max-nachttheater.de.

Fotos: MAX Nachttheater



ZWEI LOCATIONS. UNZÄHLIGE MÖGLICHKEITEN. MAX NACHTTHEATER & PUZZLES – IHRE EVENTLOCATION IN KIEL

OB FIRMENFEIER, HOCHZEIT, GEBURTSTAG, WEIHNACHTSFEIER, GALA, TAGUNG, ABIBALL ODER PRIVATE VERANSTALTUNG – WIR MACHEN IHRE IDEE ZUM EVENT.

MAX NACHTTHEATER

- ◆ FÜR EVENTS VON 50 BIS 1.100 PERSONEN
- ◆ DIE PERFEKTE LOCATION FÜR GROSSE VERANSTALTUNGEN
MIT EINZIGARTIGEM AMBIENTE. OB ELEGANTE GALA, FIRMENVERANSTALTUNG,
KONZERT ODER PRIVATE FEIER – DAS MAX BIETET DEN PASSENDEN
RAHMEN FÜR NAHEZU JEDES EVENT.

PUZZLES

- ◆ FÜR VERANSTALTUNGEN BIS 100 PERSONEN
- ◆ MODERN, GEMÜTLICH UND FLEXIBEL – IDEAL FÜR GEBURTSTAGE,
FAMILIENFEIERN, VEREINSFESTE, WORKSHOPS ODER KLEINERE FIRMENEVENTS.



MEHR ALS NUR EINE LOCATION.

WIR BEGLEITEN SIE VON DER ERSTEN IDEE BIS ZUR ERFOLGREICHEN DURCHFÜHRUNG.

- ◆ PERSÖNLICHE BERATUNG UND VERANSTALTUNGSPLANUNG
- ◆ PROFESSIONELLE BETREUUNG VOR UND WÄHREND DES EVENTS
- ◆ ERFAHRENE CATERING-PARTNER
- ◆ MOBILIAR UND VERANSTALTUNGSTECHNIK
- ◆ INDIVIDUELLE RAUMKONZEPTE UND DEKORATION
- ◆ FLEXIBLE LÖSUNGEN FÜR NAHEZU JEDE VERANSTALTUNGSART

EGAL OB PRIVAT ODER GESCHÄFTLICH – WIR SORGEN DAFÜR,
DASS SIE SICH UM IHRE GÄSTE KÜMMERN KÖNNEN UND WIR UNS UM DEN REST.



HEXER

Authentische Texte, eindringliche Botschaften und moderner Hip-Hop: HeXer macht auf seiner „Brand Tour Pt. II“ am 17. September Station in der Pumpe Kiel und verspricht einen intensiven Konzertabend. HeXer zählt zu den spannendsten Stimmen der deutschsprachigen Rap-Szene. Seine Songs verbinden klassische Boom-Bap-Einflüsse mit modernen Produktionen und schlagen dabei eine Brücke zwischen persönlichen Erfahrungen, gesellschaftlichen Themen und politischem Realismus. Statt Oberflächlichkeiten stehen ehrliche Selbstreflexion, klare Haltung und authentisches Storytelling im Mittel-

punkt – Eigenschaften, die ihm eine stetig wachsende Fangemeinde eingebracht haben.

Besonders im vergangenen Jahr sorgte der Rapper mit viralen Momenten und bewegenden Texten für Aufmerksamkeit, die weit über die Hip-Hop-Szene hinausreichte. Seine Musik trifft den Nerv einer Generation, ohne sich Trends anzupassen. Genau diese Mischung aus emotionaler Tiefe und kompromissloser Direktheit macht seine Live-Auftritte so besonders. Mehr Infos und Karten für 24 Euro zzgl. Gebühr gibt's unter www.diepumpe.de.

17. September, 20 Uhr • Die Pumpe, Kiel



HEXER

17.09.2026

10.09. RAUSGEGANGEN GEHEIMKONZERT

27.09. HENDRIK BEHMER

30.09. BLACK SEA DAHU

01.10. DOTA KEHR SOLIKONZERT

03.10. BIBIZA

08.10. LINA BÒ

11.10. IL CIVETTO

15.10. MIKE ANDERSEN

16.10. JULES AHOI

23.10. ANDRE KRAMER

29.10. BOTTICELLI BABY

31.10. CONNY UND LISER

01.11. ŠUNASA TUMEN

04.11. TOCALO FLAMENCO

07.11. SUSEY WENDY

09.11. SO SOON

11.11. THE MEFFS

12.11. SALÒ

19.11. TRISTAN BRUSCH

20.11. HGICH.T

24.11. KATJA BERLIN

25.11. ANDY STRAUß

02.12. TORFROCK

03.12. LOTTO KING KARL

Karten und Infos:

www.diepumpe.de

📷 [insta:diepumpe](https://www.instagram.com/diepumpe)

GEORGIA F. VON
Kiel.
Sailing City.

BLACK SEA DAHU

Black Sea Dahu zu hören ist wie barfuß in einem Gewitter zu stehen: ungeschützt, intensiv und zutiefst lebendig. Die Schweizer Band um Sängerin und Songwriterin Janine Cathrein schafft mit ihrer Musik einen Raum für große Gefühle und radikale Ehrlichkeit. Auf dem neuen Album „Everything“ zeigt sich das Kollektiv so verletzlich wie selten zuvor. Geprägt vom Verlust von Cathreins Vater und dem Blick auf eine Welt im Umbruch erzählen die Songs von Trauer und Hoffnung, Selbstreflexion und der Kraft, all das zugleich auszuhalten. Musikalisch bewegen sich Black Sea Dahu zwischen Indie-Folk, Chamber Pop und Art Rock, ohne sich festlegen zu lassen. Besonders live entwickelt diese Mischung eine

enorme Sogwirkung: Aus Konzerten werden intensive gemeinsame Momente. 2026 bringt die Band „Everything“ auf die Bühne – berührend, aufrichtig und mit jener stillen Intensität, die lange nachhallt. Support-Act für den Abend ist der israelische Fusion- und Jazzmusiker Tal Ardit. Mehr Infos und Karten für 35 Euro zzgl. Gebühr unter www.diepumpe.de.

30. September, 20 Uhr • Die Pumpe, Kiel



BYE BYE, LIEBER SOMMER!

Noch einmal Sommer im Herzen: Die Summer's Out Party bringt Live-Musik, Dance-Hits und Festivalstimmung in die Halle 400 und verabschiedet die Saison gebührend.

Am 26. September wird in der Halle 400 noch einmal getanzt, gefeiert und auf den Sommer angestoßen. Ab 20 Uhr heizt das Dirty Royal Orchestra mit einer energiegeladenen Live-Show ein und sorgt für ordentlich Bewegung auf der Tanzfläche. Danach ist noch lange nicht Schluss: DJ H-YO und Master of Light Skippa übernehmen und halten die Stimmung mit Party- und Dance-Hits bis in die Nacht am Laufen.

EIN LETZTER SPRITZ SOMMER

Passend zum Motto beginnt der Abend bereits



beim Einlass um 19 Uhr mit einem sommerlichen Extra: Neu in diesem Jahr ist bei jedem Ticket ein Andalö Spritz als Begrüßungsgetränk inklusive. Gemeinsam mit kühlen Drinks, Live-Musik und der besonderen Atmosphäre der Halle 400

kommt so noch einmal echtes Festivalgefühl auf. Die Summer's Out

Party bietet damit die perfekte Gelegenheit, gemeinsam mit Freunden die letzten Sommer-Vibes auskosten und die warme Jahreszeit mit einer großen Partynacht zu verabschieden. Tickets und weitere Infos gibt es unter halle400.de/live-program



Foto: Andalö; Halle 400

www.kunstmeile-kiel.de

KUNSTMEILE KIEL · DIE 27.

KUNST MADE IN KIEL
1. - 30. SEPTEMBER IM CITTI-PARK
MÜHLENDAMM 1-3, 24103 Kiel

VERNISAGE
Freitag, 11. September um 18 Uhr

- Versteigerung der Kunstspenden zugunsten des Mädchenhaus Kiel
- LIVE-MUSIK: ISI KUGEL Sängerin & Pianistin

ANZEIGE

HERZSCHLAG IM 8/8-TAKTIKEL

Ein Abend mit Bestseller-Autor Ewald Arenz ist weit mehr als eine gewöhnliche Lesung. Wenn der Erfolgsautor im Norden gastiert, liest er nicht nur aus seinem ganz neuen Roman „Fünf, Sechs, Sieben, Acht“, sondern stellt auch weitere Werke vor und gewährt sehr persönliche Einblicke in sein Leben als Schriftsteller und Lehrer. Im Mittelpunkt des neuen Romans steht der 60-jährige Steptänzer Anton. Obwohl er noch immer allen davontanzte, verliert er den begehrten Posten als Choreograf an einer Theaterbühne – ausgerechnet an seine eigene Tochter Emma. Der Dämpfer löst in Anton eine Welle aus Selbstzweifeln und Fragen nach der eigenen Endlichkeit aus. Schließlich führt ihn die Spurensuche nach einer alten, spurlos verschwundenen Liebe gemeinsam mit Emma nach Irland. Auf dieser Reise brechen alte Vater-Tochter-Konflikte auf, doch Anton begreift: Bis zum Schluss will das Leben in vollen Zügen gelebt werden.

6. September • Studio Filmtheater

Wir verlosen
2x2 Tickets
+ Buch unter
kielerleben.de/gewinnspiele



Foto: Monika Höfler

HART AUF HART

Vier Figuren, zwei Schauspielende und ein Tisch: Mehr braucht es nicht für einen ebenso rasanten wie klugen Theaterabend. Elisabeth Hart und Rhaban Straumann vom Duo „Hart auf Hart“ schlüpfen in ihrem satirischen Schauspiel lustvoll in vier Rollen, die einiges miteinander auszutragen haben. Sie ist Deutsche, er Schweizer – und das jeweils gleich zweimal. Was zunächst nach alltäglicher Begegnung klingt, entwickelt schnell überraschenden Tiefgang. Selbst Banalitäten werden zum Ausgangspunkt für pointierte Wortgefechte, feine Beobachtungen und hintersinnigen Humor. Dabei lebt das Stück von Sprachwitz, schnellen Rollenwechseln und der ansteckenden Spielfreude des Duos. Eine vielschichtige Geschichte, die mit wenigen



Mitteln große Bilder entstehen lässt und zeigt, wie unterhaltsam zwischenmenschliche Reibung sein kann. Großes Kino – ganz ohne Leinwand, dafür direkt im Kopf. Mehr Infos und Karten für 23 Euro gibt's unter www.lutterbeker.de.

**26. September, 20 Uhr •
Lutterbeker, Lutterbek**

Foto: Remo Buess

ANZEIGE



GONN DI WAT – GONN DI PLATT! VORHANG AUF FÜR EINE NEUE SPIELZEIT

Am 19. September startet die Niederdeutsche Bühne Kiel mit „Blickwessel (Blickwechsel)“ in die neue Saison. Das Schauspiel von Susanne Felicitas Wolf erzählt die Geschichte des Kinobetreibers Paul Wanzke, der nach dem Tod seiner Frau und angesichts des drohenden Verkaufs seines Kinos allen Lebensmut zu verlieren scheint. Doch unerwartete Begegnungen bringen Bewegung in sein Leben – und eröffnen neue Perspektiven. Regie führt Thomas Richter. Auch junge Theaterfans bekommen künftig ihre eigene Bühne:

Unter dem Motto „Vörhang op för Kinner-theater“ entsteht eine neue Gruppe für Kinder von neun bis 13 Jahren. Los geht es am 2. September mit einer unverbindlichen Schnupperstunde. Danach wird immer mittwochs von 16.30 bis 18 Uhr im Theater am Wilhelmplatz geprobt. Bühnenerfahrung ist nicht nötig – gefragt sind vor allem Neugier und Lust aufs Schauspiel. Geleitet wird die Gruppe von Karen Ehlers. Mehr Infos, Tickets und den gesamten Spielplan gibt's unter www.nbkiel.de, Tel.: 0431 / 901 901 und an der Abendkasse.

Foto: Imke Noack



Kneipe, Küche, Kunst, Musik, Theater, Studio, Appartements, Laden, Fotografie



fr 4.9. **Lydie Auvray** „Salut! Et merci!“
sa 5.9. **Lennart Schilgen** Text, Stimme, Piano
so 6.9. 19° **Amabilcanto** „I paesi del sole“
fr 11.9. **Sebastian Krämer** Chanson / Konzert
sa 12.9. **Mark Scheibe + Peter Prange**
fr 18.9. + sa 19.9. **Tim Fischer** Chanson **Vorprem**
so 20.9. 19° **Richard Wester + Band**
fr 25.9. **KneipenQuiz** **ausverkauft**
sa 26.9. **Hart auf Hart** Sat. Schauspiel
fr 2.10. **Ron Spielman Trio**
sa 3.10. **Philipp Scharrenberg** **VorPrem.**
fr 9.10. **Nils Brunschede** „Kein Mann für 1 Nacht“
sa 10.10. **Arnulf Rating** „Ware Lügen“ **VorPrem**
fr 16.10. **Anni Heger + Jared Dibaba**
sa 17.10. **Vera Deckers**
„Probleme sind auch keine Lösung“

24235 Lutterbek Tel. 04343 9442 
www.lutterbeker.de

BLICKWESSEL

(BLICKWECHSEL)



Schauspiel von
Susanne Felicitas Wolf,
nddt. von Heino Buerhoop
19. Sep. bis 11. Okt. 2026
und 08. bis 10. Jan. 2027

THEATER AM WILHELMPLATZ
WILHELMPLATZ 2, 24116 KIEL
WWW.NBKIEL.DE

Bild: KI generiert

NIEDERDEUTSCHE BÜHNE KIEL
Gonn Di wat – gonn Di Platt!

GESCHICHTEN, DIE NEUE WELTEN ÖFFNEN

Literatur, große Zukunftsvisionen und besondere Lebenswege: Die Buchhandlung Almut Schmidt in Kiel-Pries lädt zu drei ganz besonderen Lesungen ein.

Mit seinem Debütroman „Wassermann“ ist Lukas Hoffmann am 24. September zu Gast. Sensibel, bildreich und ungewöhnlich erzählt der 1995 geborene Autor von einem jungen Menschen, der seinen Weg ins Leben finden muss – eine moderne Coming-of-Age-Geschichte über innere Zerrissenheit, Mitgefühl und die Suche nach Halt.

Unendliche Weiten halten am 9. Oktober Einzug in die Buchhandlung: Zum 60. Geburtstag von „Star Trek“ stimmt Experte Björn Sülter auf das Kultuniversum ein. Danach präsentiert Benjamin Stöwe sein 45-minütiges Solo-Theater-

stück „Sterne im Karton“. Darin geht es um Star-Trek-Schöpfer Gene Roddenberry und die Entstehung einer Zukunftsvision, die Fernsehgeschichte schrieb.

Norddeutsch und atmosphärisch wird es am 23. Oktober mit Florian Knöppler. In „Mit dem ersten Licht“ widmet er sich dem Erwachsenwerden und einem Lebensweg, der sich zum Guten entwickelt. Natur und Landschaft spielen dabei ebenso eine tragende Rolle wie die fein gezeichneten Figuren. Beginn ist jeweils um 19 Uhr, Karten gibt es im Vorverkauf für 10 Euro. Mehr Infos unter www.buchhandlung-almut-schmidt.de.



Lukas Hoffmann liest am 24. September aus seinem Debüt „Wassermann“.

Foto: Mario Pastel



Foto: Paula Paula

PAULA PAULA

Perimenopausaler Aufruhrpop trifft Menschenliebe: Mit ihrem zweiten Album „Heilige Scheiße“ bringen PAULA PAULA ihre Sicht auf eine ziemlich verrückte Welt auf den Punkt. Frontfrau Marlène Colle verpackt politische Haltung, Wut und Versöhnlichkeit in zehn poetische Songs, die musikalisch ordentlich Bandbreite zeigen. Zarte Balladen stehen neben politischem Liedgut, synthiegewaltigen Darkpop-Hymnen und wütendem Pop. Nach mehr als 100 Konzerten zum gefeierten Debüt „schade kaputt“ geht die Band nun den nächsten Schritt – unbequem, klug, feministisch und mit Texten, die treffen. Heilige Scheiße! Mehr Infos und Tickets unter www.hansa48.de.

25. September, 20 Uhr • Hansa48, Kiel

SUMMERFESTIVAL 1589

Das Alte Haus 1589 in Kiel-Holtenau lädt am 5. September zum Summerfestival ein. Von 13 bis 17 Uhr gehört das Gelände den Familien: Bei Kaffee und Kuchen, Kinderschminken und weiteren Aktionen lässt sich der Spätsommertag entspannt genießen. Ab 18 Uhr übernimmt die Musik das Programm. Georg Schroeter & Marc Breitfelder sorgen mit ihrer Band bis 22 Uhr für beste Live-Stimmung. Der Eintritt zum Summerfestival ist frei, eine Anmeldung nicht erforderlich. Wer die Veranstaltung unterstützen möchte, kann mit einer Spende zum finanziellen Aufwand beitragen. Mehr Infos unter www.altes-haus1589.de.

**5. September, 13 bis 22 Uhr
Altes Haus 1598, Kiel**



ANZEIGE



LANDMARKT IN TRAVENTHAL

Am 5. und 6. September lädt der Landmarkt auf dem **Landgestüt Traventhal** von 10 bis 18 Uhr zu einem Wochenende mit ländlicher Atmosphäre, Handwerk, Tieren und Genuss ein. Zu entdecken gibt es Schönes für Haus, Hof und Garten, Edeltrödel, Antiquitäten, Mode und Geschenkideen. Tierfans treffen auf Ouessant-Schafe, imposante Shire Horses und Vorführungen von Doma Clásica. Für Kinder warten Ponyreiten, Alpakas, das Hasendorf sowie Pippi Langstrumpf und Obelix. Kulinarisch gibt es unter anderem Landbier, Erbsensuppe, Grill-Spezialitäten, Torten und Kuchen. Geöffnet sind außerdem die Wunderkammer und das Kutschenmuseum.

**5. und 6. September | 10-18 Uhr | Eintritt 7 Euro,
Kinder bis 12 Jahre frei | Parken kostenlos**

Foto: Landgestüt Traventhal



KREATIVE LIEBLINGSSTÜCKE

Zum Sommerausklang wird es im Landgasthof Haby Krog wieder kreativ: Beim Kunsthandwerkermarkt „**Frauen stellen aus**“ präsentieren zahlreiche Ausstellerinnen am 26. und 27. September, jeweils von 11 bis 17 Uhr, ihre handgemachten Unikate. Seit

über 45 Jahren gehört der Markt für viele zum festen Termin im Kalender. Zu entdecken gibt es unter anderem Schmuck, Tiffany-Glaskunst, textile Arbeiten, Filz, Patchwork, Holzarbeiten, florale Dekorationen, Fotografien und besondere Geschenkideen. Neben bekannten Gesichtern sind auch neue Ausstellerinnen dabei. Und weil Stöbern hungrig macht, gibt es im Haby Krog natürlich auch Kaffee, hausgemachte Torten und herzhaften Speisen.

**26. und 27. September, 11 bis 17 Uhr, Landgasthof Haby Krog,
Haby, Eintritt frei**

ANZEIGE

Fotos: Frauen stellen aus

INES LINN

Einatmen, ausatmen, durchatmen: Die Musik von Ines Linn schafft kleine Ruheinseln mitten im Alltag. Die Indie-Folk-Musikerin verbindet poetische, bildhafte Texte mit feinen Klaviermelodien und zartem Gitarrenpicking. Ihre Songs erzählen von Sensibilität und Liebe, von der Verbundenheit mit der Natur, vom Sich-Verlieren und Wieder-bei-sich-Ankommen. Der Eintritt ist frei, der Hut geht herum. Mehr Infos unter www.prinzwilly.de.

18. September, 20 Uhr • Prinz Willy, Kiel

Foto: Lukas Grellmann





LANDGESTÜT TRAVENTHAL

GROSSER Landmarkt

**Haus&Garten, Mode
Kunsthandwerk, Pflanzen**

5. + 6. September

23795 Traventhal (bei SE) • www.landgestuet-traventhal.de

HISTORISCHER  **HENGSTSAAL**

Frauen stellen aus

Herbstmarkt 2026



im Haby Krog

Dorfstraße 28, 24361 Haby



Sa. 26. + So. 27. September von 11-17 Uhr

www.frauen-stellen-aus.de

DIE NÄCHSTE Kielerleben

erscheint am
30.09.

Anzeigenschluss
17.09.

AUS DER REDAKTION

MIT BEAT ENTLANG DER KIELLINIE

Seit diesem Jahr gibt es ihn endlich auch in Kiel: den Technorun – einen Lauftreff mit lauter Musik, zwei Pace-Gruppen und zehn Kilometern Strecke (wer mag, steigt nach fünf Kilometern aus). Vom ersten Moment an hatte ich das Gefühl: Das hat uns im Norden gefehlt. Schon letztes Jahr bin ich bei Instagram über Technoruns in anderen Städten gestolpert und fragte mich, warum es so etwas nicht bei uns gibt. Als mir dann die Kiel-Variante in den Feed gespült wurde, war klar: Da laufe ich mit!

Im Juni habe ich dann meinen ersten Kieler Technorun gemacht – und war sofort angefixt. Für den dritten Run im Juli, meine zweite Teilnahme, habe ich deshalb im Team gefragt, wer Lust hat. Meine Kollegin Valerie war direkt dabei. Und genau das hat den Lauf für mich noch einmal besonders gemacht: Wir waren fast die ganze Strecke zusammen unterwegs, haben uns gegenseitig motiviert und hatten einfach richtig Spaß daran, so ein Erlebnis mal nicht nur als Kolleginnen, sondern als Laufteam zu teilen. Trotz echtem Schietwetter fanden sich am Sandhafen viele Läufer*innen zum gemeinsamen Start ein. Kurzes Warm-up, dann hieß es: Beat an, Grinsen auf – raus auf die Strecke. Die Route führte die Kiellinie rauf und runter, immer am Wasser entlang. In der Gruppe, mit der lauten Musik und der guten Laune, liefen sich die Kilometer wie von selbst.



Und wenn neben einem die Kollegin läuft, lässt sich auch der eine oder andere schwere Kilometer deutlich besser wegquatschen. Für mich, die früher gern gelaufen ist und nach zwei Schwangerschaften erst jetzt wieder Zehner anpackt, war der Technorun der

perfekte Wiedereinstieg: Spaß vor Pace, Community statt Kopfkino. Nach dem Zieleinlauf traf sich die Crew im Sandhafen: Quetschie, gratis Wasser, Massage-Slots in der Bar, DJane auf dem kleinen Dancefloor, dazu Drinks und Snacks an der Sandbar – und einfach gemeinsam ausklingen lassen. Fazit: Es gibt kaum eine bessere Motivation, an einem verregneten Sonntag früh aufzustehen, als einen Rave Run an der Förde – erst recht, wenn man eine Kollegin an seiner Seite hat. Wir sind beim nächsten Mal wieder am Start! Hast du da auch Bock drauf? Auf Instagram werden beim Account „technorunningclub“ die nächsten Termine bekannt gegeben.

Von Mirja Katinka Terhaar

IMPRESSUM

KIELerleben ist eine Publikation aus dem Hause falkemedia.

falkemedia Regional GmbH

Geschäftsführung: Gesa Schimmer & Kathrin Wesselmann (V. i. S. d. P.)
Exerzierplatz 3, 24103 Kiel
Tel.: 0431 / 200 766-933, Fax: 0431 / 200 766-50
HRA 8781 KI Amtsgericht Kiel

Herausgeber:

Kassian Alexander Goukassian

Chefredaktion:

Kathrin Wesselmann

Redaktion:

Tel.: 0431 / 200 766-933
E-Mail: redaktion@kielerleben.de

Heiko Buhr, Marion Laß, Kathrin Mandel,
Maya Schukies, Sebastian Schulten, Isabelle Sester,
Mirjam Stein, Natalie Zahnw

Anzeigenkoordination & Mediaberatung:

Frank Barghan, Tel.: 0171 / 412 43 89

E-Mail: f.barghan@falkemedia.de

Gesa Schimmer, Tel.: 0431 / 200 766 75

E-Mail: g.schimmer@falkemedia.de

Mirja Katinka Terhaar, Tel.: 0151/14 12 91 22

E-Mail: mk.terhaar@verlagskontor-sh.de

Layout & Bildbearbeitung:

Andrea Nommensen, Sandra Huege

Titelgestaltung: Andrea Nommensen

Anzeigengestaltung: Nicolas Rexin

Titelfoto: Adobe Stock

Illustrationen: Adobe Stock

Vertrieb: Die KIELerleben erhältst du an über 1.000 Vertriebspunkten in und um Kiel.

Abopreis: 32,90 Euro

Aboservice: Tel.: 0431 / 200 766-00

Für unverlangt eingesandte Bilder und Manuskripte keine Haftung.
Eine Veröffentlichungsgarantie kann nicht gegeben werden.

WIR SIND SCHLESWIG-HOLSTEIN!

Förde Früulein – Der Blog

www.foerdefraulein.de

Sylt Früulein – Der Blog

www.syltfraulein.de

RENDSBURGerleben

www.rendsburgerleben.de

Lebensart im Norden

www.lebensart-sh.de

Tipps für Kids – Das Familienmagazin

www.tippsfuerkids.de

FIETE – Das Campusmagazin

www.fiete-kiel.de

Geht los! – Das Azubimagazin

www.gehtlos-sh.de

Kielerleben
WWW.KIELERLEBEN.DE

Bei falkemedia erscheinen die Publikationen:

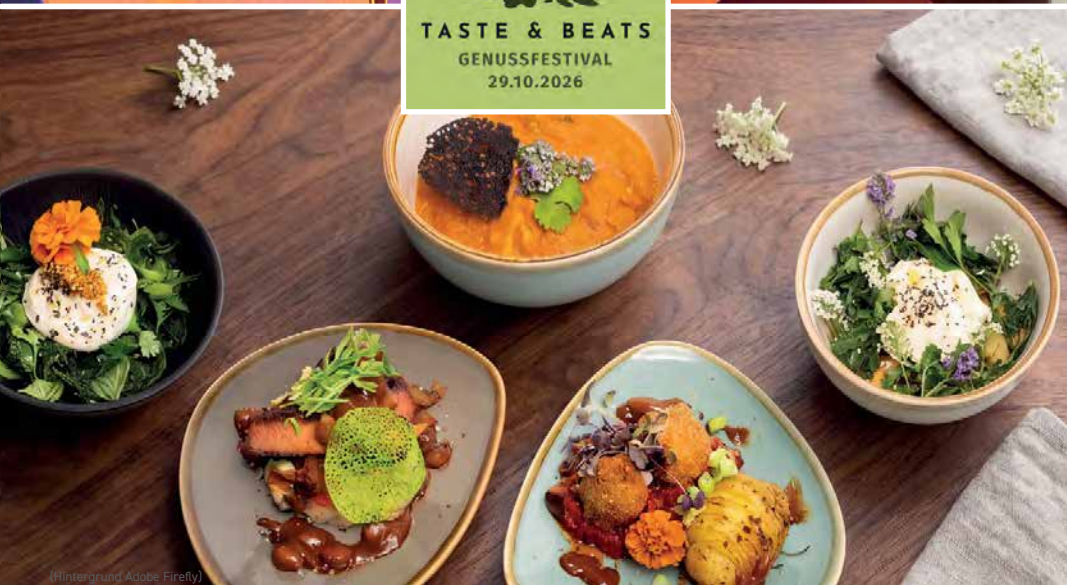
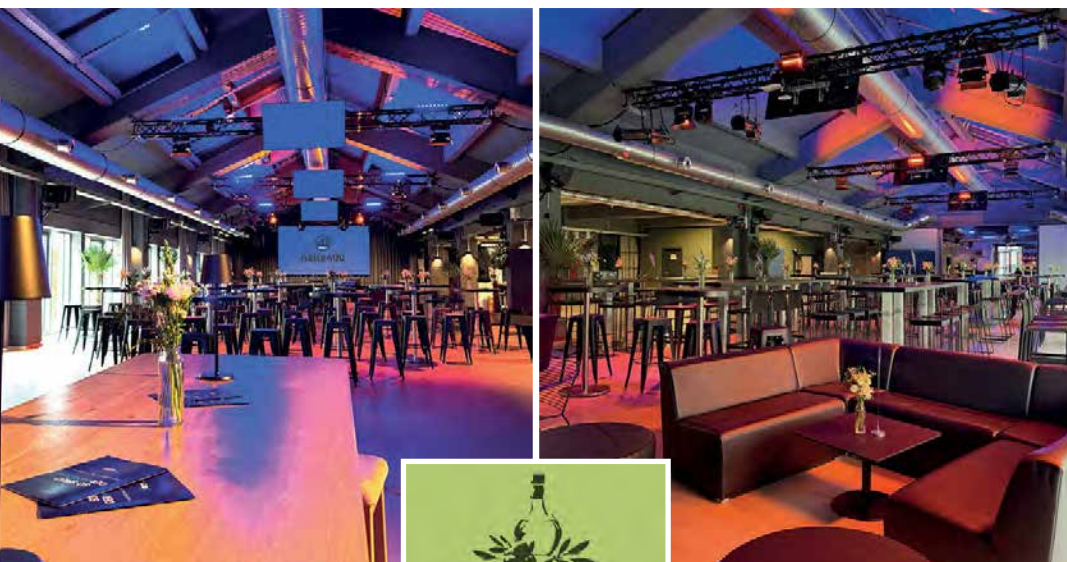
So is(s)t Italien (www.so-isst-italien.de)
BÜCHER (www.buecher-magazin.de)
mein ZauberTopf (www.zaubertopf.de)
BEAT (www.beat.de)
www.falkemedia.de

© 2026 by falkemedia.
Alle Rechte vorbehalten.



Eure HALLE für Events, Tagungen, Hochzeiten, Konzerte, Kunst, Kultur, Gala, Comedy, Firmenevents uvm.

- **FIRMENEVENT FEIERN** - Ob Jahresauftakt, Produktpräsentation oder Kundenevent: Die Halle 400 bietet den passenden Rahmen für euer Unternehmen. Mit Blick auf die Kieler Förde und einem modularen Deck-System passt sich die Location jeder Gästezahl an, vom exklusiven Empfang bis zur großen Business-Gala. Ein erfahrenes Event-Team und hochwertiges Catering sorgen dafür, dass euer Unternehmen perfekt in Szene gesetzt wird.



Speisen: © 2026 Karolinen Catering

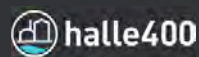
TASTE & BEATS: NEUER TERMIN AM 29.10.2026 ab 16:00 Uhr

Im Ticket enthalten sind Eintritt, Verkostungen, Speisen vom Live-Cooking sowie ausgewählte Softgetränke, Biere und Weine von 16:00 bis 22:00 Uhr. Anschließend verwandelt sich Deck 6 in eine After-Show-Lounge bis 0:00 Uhr.

Tickets & weitere Info: halle400.de/live-programm

Halle 400, Kiel an der Hörn.

Karolinen
CATERING



LIVE-PROGRAMM

26.09.2026

SUMMER'S OUT PARTY

LIVE BAND & DJ

29.10.2026

TASTE & BEATS

DAS GENUSSFESTIVAL

14. + 15.11.2026

FÖRDE FRÄULEIN'S MARRY LAND

DAS HOCHZEITSFESTIVAL

21.11.2026

FÖRDE FRÄULEIN'S NACHTFLOHMARKT

25.12.2026

FAROUT REVIVAL

80ER & 90ER PARTY



SCAN FÜR MEHR!
www.halle400.de

KONTAKT

An d. Halle 400 #1, 24143 Kiel
info@halle400.de

FOLGT UNS

Facebook und LinkedIn:

Halle 400
Tagungen & Events GmbH

Instagram:





**Gutschein-
Gewinnspiel**
an der Aktionsfläche

BEST OF FLORISTIK.

Meisterwerke in Form, Farbe & Blüte vom 16.–19.9.

30. Floristik-Wettbewerb

Kreative Ideen entdecken, Favoriten wählen & mit etwas Glück
Centergutscheine bis 150 € gewinnen!

Teilnahmekarten gibt's an der Aktionsfläche im 1.OG.

Mehr
Infos online!



In Kooperation mit:



 **sophienhof**



sophienhof.de