

UNTERWEGS

Kurztrips im Norden



AUS DEM INHALT

Ab in den Wollbikini!

Fünf Eisbaderinnen erzählen, warum sich das eiskalte Vergnügen lohnt. > [Seite 4/5](#)

Seerundgang mit Kaffeeduft

In Neustrelitz geht es von der Barockstadt in die Natur und zur Kaffeerösterei. > [Seite 6/7](#)

Mehr Komfort für Rostocks S-Bahn

Die Linien 1, 2 und 3 erhalten bis 2025 ein umfangreiches Redesign. > [Seite 10/11](#)

Kulinarische Verführungen

Vom Bio-Käse bis zur Weihnachtsgans: Entdecken Sie Hofläden und Cafés. > [Seite 12/13](#)

Gewinnspiel

Gesundes Schwitzen auf dem Wasser – jetzt gewinnen! > [Seite 16](#)

LIEBE LESERINNEN UND LESER,

das Leben rundum genießen geht auch in der kühlen Jahreszeit! Frostige drei Grad hatte die Ostsee bei Warnemünde, als unser Titelbild entstand. Jedes Jahr stürzt sich Silke mit ihrer Familie ins eiskalte Wasser – ausgerüstet mit selbst gehäkelten Wollbikinis und blendend guter Laune.

Wenn Sie lieber trocken bleiben möchten, wandern Sie zum Beispiel um den Zierker See und lassen sich die frische Luft um die Nase wehen. Zur Belohnung winkt ein Stück Kuchen zu frisch geröstetem Kaffee.

Ganz wetterunabhängig sind Sie in den elf zaubernden Welten des Miniatur Wunderlands, deren Gründer seit 23 Jahren vor Ideen nur so strotzen. Auch bei Konzert oder Ausstellung haben Sie es warm – oder Sie brechen gut eingemummelt zum Stadtrundgang auf.

Einen Besuch wert sind auch die zahlreichen kleinen Hofläden im Land.

Viel Spaß bei Ihren Erkundungen!

Ihr **unterwegs**-Team





250 Jahre Caspar David Friedrich

Caspar David Friedrich lebt! Nun ja, nicht der Maler selbst, doch sein Wirken und Schaffen wird 2024 deutschlandweit im Fokus stehen. 250 Jahre nach seiner Geburt feiert seine Heimatstadt Greifswald den wohl bekanntesten Vertreter der Romantik mit über 160 Veranstaltungen - mit Lesungen und Theateraufführungen, Konzerten, Filmen, Sonderausstellungen und vielem mehr. Kulturinteressierte sollten sich die Highlights des vielfältigen Programms zwischen der Eröffnung am 20. Januar im Dom St. Nikolai und dem Lichtkunstfestival im November unbedingt vormerken.

caspardavid250.de/programm

Schlüsselerlebnisse in Schlössern

Die neue Schlösserkarte des Tourismusverbands Mecklenburg-Vorpommern verzeichnet rund 60 Schlösser mit Hinweisen zu Veranstaltungen und Urlaubserlebnissen. Zwischen Ostseeküste und Seenplatte versprechen die ehrwürdigen Gemäuer einzigartige Erlebnisse von der

Hochzeit bis zur Puppenführung, vom Konzert bis zum Gutshausurlaub und vom Arbeitsplatz auf Zeit bis zum stimmungsvollen Weihnachtsmarkt. Die Karte kann kostenlos unter Tel. 0381 40 30 500 bestellt werden.

auf-nach-mv.de/schloesser



Baumkuchen aus der Region

Dunkel, weiß oder Vollmilch, Ring oder Turm? Bei den zartschmelzenden Baumkuchenvarianten der Familien-Konditorei Komander fällt die Auswahl schwer. In Grammentin in der Mecklenburgischen Seenplatte, nahe den berühmten Ivenacker Eichen, wird die patentierte Kuchenspezialität vor Ort verkauft und online versendet. Die süße Versuchung gibt es auch als Gutscheine - wer noch ein passendes Geschenk sucht, sollte rechtzeitig bestellen.

ivenacker-baumkuchen.com



Down Under in Wismar



Zur Saison 2024 entsteht im Tierpark Wismar eine neue Anlage. Auf rund 2.000 Quadratmetern sind eine Vogelvoliere mit australischen Vogelarten und ein Freigelände für Bennett-Kängurus geplant, auf dem die Gäste mit den Beuteltieren in Kontakt kommen können. Felsen, Pflanzen, ein kleiner Bach und der typisch rötliche Sand sollen die Kängurus an ihre Heimat Australien erinnern.

In die Vogelvoliere ziehen unter anderem Nymphen-, Wellen- und Bergsittiche ein.

tierpark-wismar.de



IMPRESSUM

Verlag
terra press GmbH
Albrechtstraße 18, 10117 Berlin
Tel. 030 27581756-0
E-Mail info@terra-press.de
terra-press.de

Redaktion
Martina Götttsching,
terra press GmbH

Layout
kontur werbeagentur GmbH

Karte
terra press GmbH

Vertrieb
DB Regio Nordost

Bildnachweise

TMV/Gross (S.1, S.4, S.5); TMV/Nikulski (S.2 o.l.); TMV/Tiemann (S.2 o.r., S.6 u., S.16 u.); TMV/Friedrich (S.2 Mitte); freepik (S.2 u.l., S.9 o.r., S.12 o., S.14 o.); penny/pixabay (S.2 u.r.); Miniatur Wunderland Hamburg (S.3); Martin Flögel (S.6 o., S.7 o. und u., S.13 u.); Borchwardt (S.8 o.); Böttcher (S.9 o. und o. Mitte); Tom Haagen (S.9 Mitte); Maik Bäblier/privat (S.9 u.l.); Oliver Kramer/privat (S.9 u.r.); Pablo Castagnola (S.10 o., Mitte, S.11 o.l. und o.r.); André Groth (S.10 u.); piste Rostock (S.11 u.); MabelAmber/pixabay (S.12 Mitte); Café Stine (S.12 u.); GWW GmbH (S.13 o.); Alter Pfarrhof (S.13 Mitte); Rico Ködder/Adobe Stock (S.14 Mitte); Vineta-Museum (S.14 u.l.); Helmut Zierl/privat (S.14 u.r.); Erik Gross (S.15 o.); Björn Gassmann (S.15 Mitte); TZ Wismar, Christoph Meyer, paperheroes (S.15 u.l.); sosiukin/Adobe Stock (S.15 u.r.); Ronald Kley (S.16 o.); Icons: freepik

„unterwegs - Kurztrips im Norden“ erscheint zweimal jährlich in Kooperation mit der DB Regio AG, Regio Nordost, und dem Tourismusverband Mecklenburg-Vorpommern e.V.
Redaktionsschluss dieser Ausgabe: 31. August 2023 · Nächste Ausgabe: Frühjahr 2024

Alle Angaben ohne Gewähr. Alle Inhalte wurden nach bestem Wissen recherchiert. Jedoch können sich trotz größter Sorgfalt Fehler einschleichen oder Änderungen ergeben. Der Verlag bedankt sich für jeden Hinweis.

Alle Ausgaben zum Nachlesen und Weiterempfehlen auf: bahn.de/unterwegs-mv





DIE WELT AUF SCHIENEN

Auf einen Schnack mit ...
Frederik Braun, Gründer des Miniatur Wunderlands

„Wir bauen die größte Modelleisenbahn der Welt“, sagte Frederik Braun vor ziemlich genau 23 Jahren zu seinem Zwillingbruder Gerrit. Aus der Idee wurde mit einem engagierten Team ein wahrer Besuchermagnet: Das Miniatur Wunderland umfasst elf liebevoll gestaltete Welten von Österreich bis Italien, von Amerika bis zur Antarktis, mit 1.166 Zügen auf 16.491 Metern Gleis.

Worin liegt das Geheimnis Ihres Erfolgs?

Dazu gehören unsere Detailverliebtheit und der Perfektionismus, unser großartiges Team und der Wille, immer ein wenig anders zu sein. Es fließt bis in den letzten Zentimeter der Anlage Liebe.

Was ist das Schönste an Ihrem Beruf?

Immer wieder kreativ zu werden und dabei zu sehen, wie auch unsere Teams in Modellbau und Technik immer wieder versuchen, sich selbst zu übertreffen, ist einfach großartig. Ebenso zu erleben, wie die Leute für einen Moment die Probleme des Alltags vergessen und glücklich wieder nach Hause gehen.

Haben Sie auch eine Lieblingswelt?

Am spannendsten sind für mich meist die neusten Abschnitte. Rio de Janeiro und Patagonien haben wir erstmals zusammen

mit einer Modellbau-Familie in Argentinien gebaut. Gemeinsam über Kontinente hinweg zu arbeiten war inspirierend und eine unglaubliche Freude, die wir nun mit dem Regenwald fortführen.

Was ist Ihre Lieblingszene in der 2023 eröffneten Welt Patagonien mit Antarktis?

Das ist die Drake-Passage, eine Meerenge zwischen der Antarktis und der Südspitze Patagoniens, eine der gefährlichsten Wasserstraßen der Welt. In der Mechanik wurden die bisher meisten Einzelteile im Wunderland verbaut. Ich bekomme noch immer Gänsehaut, wenn ich sehe, wie täuschend echt sich die Schiffe über die riesigen Wellen heben und senken.

Worauf können wir uns 2024 freuen?

Bereits seit 2018 bauen wir an unserem wunderschönen Abschnitt Monaco – mit seinem Team entwickelt Gerrit dafür eine Formel1-Rennstrecke, die technisch fast unglaublich ist. Wir hoffen, dass wir im nächsten Jahr das kleine Fürstentum eröffnen können. Gleichzeitig bauen wir weiter an Südamerika, es entstehen die Atacama-Wüste und auch der Amazonas-Regenwald. An Ideen mangelt es jedenfalls nicht!

EIN TAG

IM WUNDERLAND

Das Miniatur Wunderland in der Hamburger Speicherstadt ist täglich geöffnet. Die Online-Buchung von Tickets für einen festen Zeitraum ist empfehlenswert – vor Ort an der Tageskasse kann es zu langen Wartezeiten kommen.

Der Besuch kann auch mit einem besonderen Erlebnis verbunden werden, zum Beispiel:

- Backstage-Führungen hinter die Kulissen
- Kulinarische Weltreise
- Virtual-Reality-Erlebnis „Schrumpf dich ins Wunderland!“

Noch ein Tipp: In der **Weihnachtszeit** sind viele Miniaturszene winterlich geschmückt. Präsent gesucht? Auf der Website sind Geschenktickets und Gutscheine für Veranstaltungen erhältlich.

Miniatur Wunderland Hamburg

Kehrwieder 2
20457 Hamburg
Tel. 040 3006800
miniatur-wunderland.de



Anreise

Mit dem Mecklenburg-Vorpommern-Ticket bis Hamburg Hauptbahnhof und weiter mit S1 oder S2 bis Stadthausbrücke (ca. 11 Minuten Fußweg). Alternativ mit der Buslinie 6 bis zur Haltestelle „Speicherstadt – Auf dem Sande“ (ca. 1 Minute

Fußweg), dazu muss jedoch ein Ticket für den HVV-Bereich gelöst werden.



AB IN DEN WOLLBIKINI!

DREI GRAD UND SPASS DABEI

Eisbaden - ein unterschätztes Vergnügen

Luft: zwei Grad. Wasser: drei Grad. Spaziert man im Winter am Strand von Warnemünde entlang, gibt es zwei Möglichkeiten: Handschuhe an und die Mütze tiefer ziehen - oder raus aus den Klamotten und rein ins Wasser. Fünf Eisbaderinnen verraten, warum Letzteres definitiv eine Überlegung wert ist.

Der Wind pfeift, als das Thermometer in einen Bottich voller frischem Ostseewasser plumpst. Drei Grad. Plus. Während die ersten Spaziergänger:innen, die bereits ein spannendes Schauspiel erahnen, stehen bleiben und ein wenig irritiert schauen, macht Silke klar: „Was denn? So richtig kalt wird es erst, wenn sich Eis gebildet hat.“ Dann öffnet sie das Schloss eines kleinen Blechverschlags unterhalb des Rettungsturms. „Wir waren mal in der Warnow baden, als der Fluss zugefroren war. Das war kalt. Aber drei Grad? Das ist doch angenehm.“

Was Silke meint, wird klar, als die Mittfünfzigerin gemeinsam mit ihrer Mutter Lindi, ihren Töchtern Saskia und Wencke sowie Enkelin Ashley die windgeschützte Behausung, die im Sommer als Rettungsschwimmerturm genutzt wird, kurzerhand zur provisorischen Umkleide umfunktioniert. Jetzt werden Jeans und Winterjacken gegen Wollbikinis, Bademäntel und signalfarbene

„JEDER IST HERZLICH WILLKOMMEN,
ES MAL AUSZUPROBIEREN.
OB MITGLIEDER ODER SPONTANE SPAZIERGÄNGER.“
SAGT SILKE BANDILLA.



Mützen getauscht. „Die haben wir damals zu häkeln angefangen, damit wir im Wasser besser zu sehen sind. Inzwischen ist unsere ganze Familie damit ausgestattet“, springt Silkes Mutter ihr zur Seite. Die ganze Familie - das sind inzwischen vier Generationen, die sich irgendwo zwischen elf und 80 Jahren einpendeln.

„Eher zufällig haben wir damals bei einem Besuch in Warnemünde ein paar Eisbader gesehen und uns gedacht: Eigentlich ist das cool. Irgendwann machen wir da mal mit“,

erzählt Silke. Als sie dann davon hörten, dass es mit den Rostocker Seehunden sogar einen Verein dafür gibt, sei der Weg geebnet gewesen. „Die Seehunde haben es uns auch wirklich leicht gemacht. Gleich bei unserem ersten Kommen wurden wir so herzlich und mit einem heißen Trunk begrüßt - es war einfach schön.“ Ein Gefühl, das sich schnell in der Familie herumgesprochen haben muss, denn nur kurze Zeit später waren die Seehunde um gleich fünf neonbunt bemützte Mitglieder reicher.

Der Wind peitscht weiter Sandwehen an den blechernen Rettungsturm, als Ashley im wolligen Badedress vor die





Das erste Mal ins eisige Nass - das empfiehlt der Arzt:

Mit guter Laune geht's ins kalte Wasser (oben). Bademäntel schützen vor dem Wind (links). Silke Bandilla (links unten) hat ihre Familie mit dem Eisbaden „angesteckt“.



Dr. Hummel, ehemals Chefarzt einer Rehaklinik in Heiligendamm, leidenschaftlicher Eisbader und regelmäßiger Begleiter der Rostocker Seehunde, hat nützliche Hinweise: „Wer sich fit fühlt und einen ärztlich geprüften stabilen Gesundheitszustand hat, kann sich in die kalten

Fluten stürzen. Idealerweise bereitet man den Körper mit Wechselduschen und regelmäßigen Saunagängen auf das Abenteuer vor. Ansonsten gilt: Kaltes Wasser wie ein sehr wirksames Medikament einsetzen – zunächst niedrig dosieren und die Wirkung abwarten.“



Tür tritt. Der Bademantel hält gerade so die gefühlten Minusgrade vom Körper der Elfjährigen ab. „Wir nennen sie auch Flitzi“, schmunzelt Silke, „weil sie genauso schnell ins Wasser flitzt, wie sie wieder draußen ist.“ Und tatsächlich – während Silke, Saskia und Lindi noch gut aufgelegt über den Strand schlendern, wartet Ashley bereits erwartungsfroh, wenn gleich ein wenig fröstelnd an der Wasserlinie.

Drei Minuten bei drei Grad: Die Wassertemperatur bestimmt die Dauer.

„Und los geht's!“ Lindi gibt das Startsignal. Mit freudigem Geschrei stürmen die vier Generationen in die an diesem

Morgen spiegelglatte Ostsee. Während die Zuschauer:innen ihre Handschuhe aus der Tasche und die Mütze tiefer ziehen, tauchen Silke, Saskia und Co. das erste Mal unter. Nach drei Minuten ist das Vergnügen vorbei. „Man sollte nur so lange im Wasser bleiben, so hoch die Temperatur ist“, gibt Silke einem interessierten Zaungast mit auf den Weg, während sie sich ein Handtuch und einen Bademantel überwirft. „Dann steht dem Spaß nichts im Wege.“ Ob sich auch mal einer der Zaungäste ein Herz fasst? „Wir haben viele Urlauber, die sich schnell mal entscheiden, mitzumachen. Das sind dann die besonders Mutigen“, freut sich Silke Bandilla über spontane Mitstreiter:innen.

Die Rostocker Seehunde

Sie wollen einmal selbst dabei sein?

Eisbaden mit den Rostocker Seehunden ist von Ende September bis Ende April immer samstags und sonntags um 10 Uhr möglich. Treffpunkt: Am Rettungsturm unterhalb des Hotels Neptun in Rostock-Warnemünde rostocker-seehunde.de/seehund-verein



SEERUNDGANG

MIT KAFFEEDUFT

Vom Marktplatz mit der Stadtkirche (unten) wandern Sie zum See im Winterschlaf (oben) und zur Rösterei (rechts)



Abwechslungsreiche Wanderung ab Neustrelitz

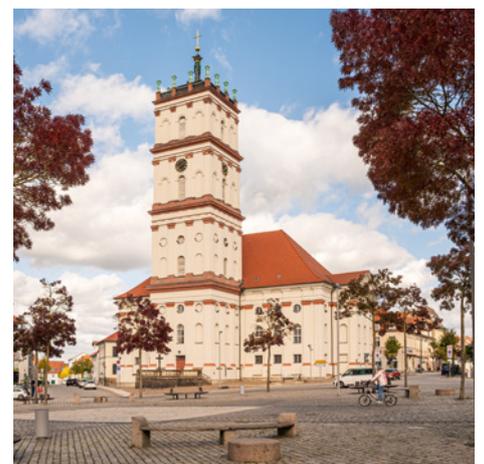
Was tun, wenn die Tage stetig kürzer und kälter werden? Statt dem Sommer hinterherzuträumen, können Sie genauso gut die Wanderschuhe schnüren und sich auf die knapp 12 Kilometer lange Runde um den Zierker See begeben. Die abwechslungsreiche Tour startet in Neustrelitz, streift den Müritz-Nationalpark und führt größtenteils über befestigte Wege – so können Sie auch bei Matschwetter getrost losstiefeln. Zum Abschluss bietet die Kaffeerösterei „Bohn' aparte“ wärmenden Kaffeegenuss und hausgemachten Kuchen.

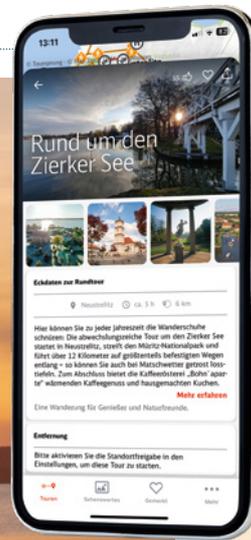
Am Marktplatz, nur zehn Minuten vom Bahnhof entfernt, umgibt Sie das Flair der einstigen großherzoglichen Residenzstadt. Nach dem Vorbild einer idealisierten italienischen Stadt ließen die Baumeister um 1730 acht Straßen sternförmig von dem weitläufigen Platz abzweigen.

1778 wurde die Stadtkirche eingeweiht. Sie spazieren jedoch über die Schlossstraße in Richtung der Schlosskirche, die mit ihren Zwillingstürmen alljährlich Kulisse der Schlossfestspiele ist. Gleich dahinter kommen Sie zum Schlossgarten. Skulpturen und verspielte Bauten wie der Hebetempel und das Marienpalais sind die Blickfänge dieses ab 1730 angelegten Gartenkunstwerks. Über die Useriner Straße gelangen Sie schließlich ans Ufer des Zierker Sees. Dort haben Sie von der pittoresken Weißen Brücke eine zauberhafte Aussicht bis zum gegenüberliegenden Ufer.

Merken Sie sich das Slawendorf, das nun schon im Winterschlaf liegt, am besten für einen weiteren Besuch im Sommer vor. Das Gelände wird auf der nun folgenden Schlosskoppel wilder und waldiger. Sie gehörte früher wie der Schlossgarten zum

herzoglichen Besitz, wurde dann jedoch von Gräsern, Binsen und Schwarzerlen erobert. Kürzlich sind einige Wanderwege instand gesetzt worden, auch der Uferzugang soll erneuert werden. Sie





Winterwanderung mit der App DB Ausflug ❄️

Noch mehr Infos finden Sie in der App DB Ausflug unter der Wandertour „Rund um den Zierker See“.

Start/Ziel:
Bahnhof Neustrelitz 🚆

Tourist- und Nationalpark-information Neustrelitz

Strelitzer Straße 1, 17235 Neustrelitz
Tel. 03981 4534-105
neustrelitz-erleben.de 🌿

Landhotel & Restaurant Prälanke
Prälanke-Kalkofen 4, 17235 Neustrelitz
Tel. 03981 200910
Aktuelle Öffnungszeiten online:
hotel-cafe-praelanke.de

Kaffeerösterei „Bohn' aparte“ im Alten Kornspeicher
Di - So 9 - 18 Uhr geöffnet
Am Stadthafen 5
17235 Neustrelitz
Tel. 03981 26 29 646
alterkornspeicher.de/roesterei ☕

Infos zum Müritz-Nationalpark:
mueritz-nationalpark.de



Gleich die App herunterladen und auf geht's!
bahn.de/ausflug

überqueren den Kammerkanal und folgen der Kopfsteinstraße bis Prälanke. Wer mag, legt dort einen kleinen Abstecher im Findlingsgarten auf dem Buteberg ein. Hat der Landgasthof geöffnet, bietet sich

hier eine kurze Pause an. Anschließend bringt Sie der Pilgerweg Mecklenburgische Seenplatte an den sogenannten Schindelwiesen entlang über Torwitz nach Zierke. Dort lädt noch einmal ein

Aussichtspunkt zum Blick über den See ein - dieses Mal von der anderen Seite, so schauen Sie direkt auf die Stadt mit dem Hafen und kleinen Bootshäusern. Zum Stadthafen mit seinen imposanten Speichergebäuden ist es auch nicht mehr weit. Schon zieht Ihnen der Kaffeeduft um die Nase: In der Rösterei „Bohn' aparte“ sorgt die feine Nase von Chef-Diplom-Kaffee-Sommelière Carolin Töllner dafür, dass jede der sechs Kaffeesorten den perfekten Röstgrad und ein unwiderstehliches Aroma hat. Und der hausgemachte Kuchen füllt Ihren Energiespeicher wieder auf, bevor es im Regional-Express bequem zurück nach Hause geht.

Ihr Tour-Guide für die Tasche: die App DB Ausflug

- kostenfreie App für Android und iPhone
- zahlreiche Touren durch Mecklenburg-Vorpommern, Brandenburg, Berlin und weitere Bundesländer
- Wanderungen und Stadtpaziergänge, Touren mit Fahrrad und Kanu, Aktiverlebnisse und vieles mehr
- bequeme Anreiseplanung mit ÖPNV
- Tipps zu Sehenswertem, Gastronomie, Freizeitangeboten
- Wetterdaten und Adressen auf einen Blick
- Infos zum Höhenprofil und zur Wegbeschaffenheit
- Tipps zum praktischen Ausleihen von Fahrrädern





PADDELN, KRAXELN,
PILLEN DREHEN

Fläschchen, Mörser, Waagen: „De olle Apteik“ dreht die Zeit zurück



Treib gut!

Mit dem Podcast „Treib gut!“ Schwaan entdecken

Paddlerparadies und Kletterhimmel, Künstlerkolonie und historischer Stadtkern: Folgt man der Warnow von Rostock nach Süden, erreicht man Schwaan, ein Städtchen voller Erlebnisse. Das wird von

den Podcastern von „Treib gut!“ in der 33. Folge genau unter die Lupe genommen und auf Abenteuertauglichkeit getestet. Dieses Mal für DB Regio unterwegs: **Maïke** von Ostseewelle, *born and raised*

in MV, und **Oliver** vom Podcast Wellenrauschen, gebürtige Berliner Pflanze, ausgewandert und angekommen in Rostock.

Die S-Bahn folgt der Warnow von Rostock nach Schwaan



STATION 1

Mit der S-Bahn zum Ziel

Von Rostock Hauptbahnhof in nur 16 Minuten staufrei nach Schwaan – bequemer geht's wohl kaum. Die S2 verbindet die Region mit der Hansestadt, von Warnemünde bis Güstrow. Maïke nutzt die S2 bisher am liebsten Richtung Strand, während in Oliver Erinnerungen an die Berliner S-Bahn wach werden.





Tablettenpresse von 1897 (links), Apothekerehepaar Borchwardt (unten), Weiderinder (rechts)

STATION 2

„De olle Apteik“

In der Adler-Apotheke am Markt, 1812 eröffnet, ist seit 2012 das Apothekenmuseum „De olle Apteik“ zu besichtigen. In historischer Einrichtung stehen unzählige alte Fläschchen, Salben, Fachbücher, Waagen und andere Gerätschaften. Hier darf das Podcast-Team selbst an die Kurbel und sich im Pillendrehen üben, angeleitet vom Besitzer-Ehepaar Achim und Monika Borchwardt.

olle-apteik.de



STATION 3

Board und Burger 

Sven Muskulus von Wanderer Aktivtour, seit Folge 13 ein alter Hase bei „Treib gut!“, verleiht auf Voranmeldung Kanus, Räder und SUP-Boards. SUP-Fan Maike ist sofort bei der Sache, für Oliver gibt's erst mal eine kleine Testrunde - und dann den Abgang ins kühle Nass. Kein Problem für den passionierten Eisbader, den auch Minusgrade nicht schrecken! Zur Belohnung dürfen die zwei sich einen leckeren Burger im „River Saloon“ reinziehen - aus deren eigener Rinderzucht. Muuh!

wanderer-aktivtour.de
steakhouse-river-saloon.de



STATION 4

Ab in den Kletterwald

Auf die Wackelbrücke, über die Hängeleiter und entlang der mit über 100 Metern längsten Seilbahn Norddeutschlands übers Wasser - im Kletterwald Schwaan ist vor allem Oliver in seinem Element. Der geht nämlich gern mit seinen Kids klettern. Ob Maike hier ihre Höhenangst überwindet? Freund:innen und Familien können auch Bogenschießen, den Naturlehrpfad erkunden und sich im Winter zum Eisstockschießen anmelden.

kletterwald-schwaan.de



Gut gesichert geht es in die Höhe



DAS TEAM



Maike

- Reporterin und Moderatorin bei „Ostseewelle“
- aufgewachsen in der Feldberger Seenlandschaft
- leidenschaftliche Stand-up-Paddlerin und Schachspielerin
- am liebsten unterwegs mit Chihuahua Swarley



Oliver

- Journalist und Podcaster u.a. für „Wellenrauschen“
- aufgewachsen in Berlin
- gern gemeinsam unterwegs mit seiner Frau und den beiden Töchtern
- begeisterter Eisbader, Paddler und im Kletterwald zu Hause



Gespannt auf die neusten Erlebnisse des Podcast-Teams?

Gleich kostenfrei Reinhören unter: bahn.de/treibgut - oder bei den bekannten Streamingdiensten!





MEHR KOMFORT

FÜR ROSTOCKS S-BAHN



Das Redesign ist gestartet (oben). Olaf Möller (kleines Foto oben) und Dr. Daniel Bing (kleines Foto unten) gehören zu den Verantwortlichen für den Umbau.

DB Regio modernisiert Züge im Netz Warnow „unter rollendem Rad“



Mal eben in die S-Bahn steigen und umweltfreundlich von Rostock nach Schwaan, Güstrow oder Warnemünde gondeln: Das wird zukünftig noch komfortabler als bisher. Die Linien 1, 2 und 3 der Rostocker S-Bahn erhalten von 2023 bis 2025 ein umfangreiches Redesign: 22 Fahrzeuge werden innen und außen aufgewertet, modernisiert und auf den neusten Stand gebracht. Damit das „unter rollendem Rad“ stattfinden kann, also im laufenden Betrieb, arbeiten zahlreiche Beteiligte intensiv daran, dass alles reibungslos läuft.

Wir haben **Olaf Möller**, Projektleiter des Fahrzeugumbaus im Netz Warnow 2, ein paar Fragen gestellt.

Alle Infos zum Umbau unter:
bahn.de/s-bahn-rostock

Herr Möller, was sind Ihre Aufgaben als Projektleiter?

Zu meinen Aufgaben gehören unter anderem die Planung und Koordination des Projekts, die Überwachung des Fortschritts und der Qualität der Arbeit, die Budgetverwaltung sowie die Kommunikation mit allen Beteiligten. Ich führe die vertragsgemäße Abnahme der Fahrzeuge durch und stelle sicher, dass das Projekt innerhalb des Zeitrahmens abgeschlossen wird.

Was motiviert Sie an diesem Projekt?

Der Umbau von Schienenfahrzeugen erfordert technisches Know-how und eine sorgfältige Planung. Als Projektleiter motiviert mich die Herausforderung, ein solches Projekt erfolgreich abzuschließen, die entsprechenden Entscheidungen zu treffen und dabei mit verschiedenen Teams und Abteilungen zusammenzuarbeiten. Mit unserer Arbeit leisten wir einen Beitrag zu nachhaltiger Mobilität.

Und wenn ich dann selbst als Fahrgast mit den umgebauten Fahrzeugen unterwegs bin und alles funktioniert, freue ich mich besonders.

Was ist die größte Herausforderung?

Das sind unvorhergesehene Ereignisse wie technische Probleme oder Verzögerungen, die immer auftreten. Als Projektleiter ist es wichtig, diese Herausforderungen frühzeitig zu erkennen und mit geeigneten Maßnahmen gegenzusteuern.

Was meinen Sie, über welche Neuheit sich die Fahrgäste am meisten freuen?

Ich denke, es ist das WLAN in Kombination mit den neuen Steckdosen zum Laden von Smartphone, Tablet und Co. Das ist sowohl für das Arbeiten im Zug für Pendler:innen als auch zur Unterhaltung eine enorme und sofort spürbare Verbesserung.

Auch **Dr. Daniel Bing**, Ingenieur für Schienenfahrzeugtechnik und aktuell Leiter Fahrzeugmanagement, ist verantwortlich für den Einsatz der umgebauten wie auch der noch nicht umgebauten Fahrzeuge:

Herr Bing, was sind Ihre Aufgaben beim Fahrzeugumbau der S-Bahn in Rostock?

Als Fahrzeugmanager bin ich mit meinem Team unter anderem für die Elektrotriebwagen der Baureihe 442 der S-Bahn Rostock zuständig. Wir bewerten, wann welches Fahrzeug umgebaut und wie es danach eingesetzt wird. Fehlende Fahrzeuge müssen kompensiert werden. Hierzu haben wir ein Konzept erstellt, so dass für unsere Fahrgäste stets die gewohnte Anzahl von Zügen zur Verfügung steht.

Was motiviert Sie persönlich, dieses Projekt voranzutreiben?

Zunächst macht es mich stolz, dass wir als DB Regio auch die S-Bahn Rostock bis 2039 betreiben dürfen. Ein wichtiger Teil dieser Aufgabe ist es, die Fahrzeuge künftig attraktiver zu machen. Das motiviert mich zusätzlich.

Was mögen Sie besonders an Ihrem Job?

Die Bandbreite der Aufgaben und Möglichkeiten ist enorm. Einerseits erstelle ich mit meinem Team Konzepte, die teilweise weit in die Zukunft reichen. Andererseits bin ich auch an der praktischen Umsetzung beteiligt. Gelegentlich springe ich auch selbst als Triebfahrzeugführer ein.

Was ist die größte Herausforderung beim Umbau?

Die größte Herausforderung ist die Aufrechterhaltung des vollen Betriebs,



Praktische Anlehnstangen (links) bieten im Rahmen der Modernisierungsmaßnahmen mehr Platz für Fahrräder.

während Fahrzeuge umgebaut werden. Ersatzkonzepte werden zum Teil Jahre im Voraus erstellt. Mitunter verändert sich die Ausgangslage, nicht immer läuft alles nach Plan. Darauf müssen wir reagieren und dennoch ein zuverlässiges Angebot für unsere Fahrgäste sicherstellen.

Modernisierungsmaßnahmen:

NEU

- neue, große Monitore
- WLAN in den Zügen und Zugang zum Infotainment-Zugportal
- 59 neue Steckdosen pro Zug
- mehr Platz für Fahrräder
- neue Tische
- mehr Überwachungskameras
- Metallschutz für die Handstangen
- Metallverkleidung für die WCs
- gepolsterte Anlehnstangen
- zusätzlicher Türöffnungstaster im Einstiegsbereich für Rollstuhlfahrer:innen
- mehr Sitzplätze in der 1. Klasse
- neue Lackierung der Züge

KURZ NOTIERT

Trend-Faltrad im Abo

Mit dem Rad zum Bahnhof und zurück – das ist einfach praktisch. Noch besser wird es, wenn das Zweirad in Sekunden zusammengeklappt und als Gepäckstück kostenfrei im Zug mitgenommen werden kann. Das ist mit dem nur 12,6 Kilo schweren Brompton-Bike möglich. Das 6-Gang-Faltrad ist die ideale Ergänzung zum Deutschlandticket und kann dank einer Kooperation mit der Deutschen Bahn für nur 41 Euro im Monat im Jahresabo getestet werden.

deutschebahnconnect.com/faltrad

Baumaßnahmen in MV



RB11 und RB12 mit Umstieg

Ab Herbst 2023 müssen Reisende der Linien RB11 und RB12 wegen der fortlaufenden Baumaßnahme an der Goethebrücke in Rostock Hauptbahnhof umsteigen.

Sperrung Rostock-Warnemünde

Ebenfalls wegen Baumaßnahmen ist eine Sperrung der S-Bahn-Strecke Rostock-Warnemünde vom 27.10. bis 4.12.2023 notwendig. Darüber hinaus kommt es teilweise zu Bahnsteigänderungen.

Sperrungen bei RE3 und RE5

Vom 3. bis 15.3.2024 ist mit Sperrungen im Bereich Stralsund zu rechnen. Der RE3 wird in diesem Zeitraum umgeleitet nach Stralsund Rügendamm, der RE5 endet bereits in Elmenhorst.

Vom 25.3. bis 25.5.2024 fahren zwischen Neustrelitz und Neubrandenburg keine Züge, danach folgen abschnittsweise Sperrungen zwischen Neustrelitz und Stralsund.

Bitte informieren Sie sich vor Reisebeginn über Ihre Verbindung. Reiseauskunft: bahn.de/mv
Bauinfos: bauinfos.deutschebahn.com

Angebot für Schulklassen: Hinter die Kulissen blicken



Bei einer Werkstattführung bei DB Regio in Rostock erhalten Schüler:innen spannende Einblicke in alle Bereiche des Werks und erfahren so einiges über die vielfältigen Berufsbilder bei der Deutschen Bahn. Beim Rundgang lernen die Schüler:innen den Arbeitsalltag der Mechatroniker:innen kennen, besichtigen Fahrzeuge, Weichen, Schienen und mehr und können ihre Fragen direkt an die Expert:innen vor Ort richten. Dieses und viele weitere Lernangebote für Schulklassen finden Sie auf:

bahn.de/klasseunterwegs

KLASSE
UNTERWEGS

IM REGIO NACH IRGENDWO



Kulinarische Verführungen Mit RE1 und RE4 auf Genuss tour zu Cafés und Hofläden

Was macht einen Ausflug in der kühlen Jahreszeit erst richtig rund? Genau: eine Stippvisite in kleine Cafés und Hofläden am Wegesrand. Hier können sich Fröstelnde bei Kaffee oder Tee wunderbar aufwärmen und stoßen auf so manch kulinarische Entdeckung, die die Seele streichelt. Denn mit viel Liebe, kreativen Ideen und aus nachhaltiger Herstellung bieten regionale Erzeuger in Mecklen-

burg-Vorpommern ihre Produkte an: Blaubeersuppe, Waldblütenhonig, Wild, würzigen Käse ... Das alles gibt es nicht nur zum Genuss vor Ort, sondern auch als leckere Mitbringsel für zu Hause. Am besten immer vorher die Öffnungszeiten online einsehen. Dann schnell das günstige Mecklenburg-Vorpommern-Ticket lösen - und los geht's zu den kulinarischen Bahnstationen!



TICKET-TIPP

Mecklenburg-Vorpommern-Ticket

Das Ticket für ganz MV: gültig für beliebig viele Fahrten an einem Tag im Eisenbahn-Regionalverkehr, im Regionalzug bereits ab Hamburg und Lübeck.

Eine Person zahlt 22 Euro in der 2. Klasse, bis zu vier Mitfahrer:innen nur je 3 Euro, freitags bis sonntags sind es 23 bzw. 4 Euro. Erhältlich auch als Handy-Ticket.

bahn.de/mv-ticket

DORF MECKLENBURG



1 Alles Gans bio

Auf zur Wiege Mecklenburgs! In dem Dorf, das dem Land seinen Namen gab, führt Familie Tacke ihren Biohof, hält Fleischrinder, zieht Gemüse im Gewächshaus und imkert. Der Hofladen bietet Sonntagsbraten, Rouladen, Steaks und mehr. Wie wäre es mit einer Gans oder Ente, natürlich bio, zum Weihnachtsfest?

Auch Präsentkörbe werden mit Leckerem zum Abholen gefüllt. Wer mit den Kids hinter die Kulissen schauen mag, wird „Hofentdecker“ zu festen Terminen, siehe online. Mehr über das Landleben erzählt das Agrarmuseum im Ort. Der Biohof liegt nur einen Kilometer vom Bahnhof entfernt.

biohof-tacke.de



HAMBURG



LÜBECK



SCHWERIN

DORF MECKLENBURG
WISMAR
RB17
1
BAD KLEINEN

RE1



2 Kuchen, Kleider, Kunst



„Ein Leben ohne Torte ist möglich, aber sinnlos“, könnte das Motto vom Café Stine in Bützow sein. Hier backt Kerstin Hegemann-Basche Torten und Kuchen aus Bio-Eiern und selbst gemahlenem Getreide wie französischen Schokoladenkuchen oder Aprikosentarte mit Lavendel. Zum Kuchen gibt's Kleider und Kunst: Modisches aus Holland und Frankreich, Textiles wie Kissen sowie Werke regionaler Künstler. Eine Fundgrube für Weihnachtsgeschenke! Zum Schlemmen, Schauen und Shoppen geht es 2 Kilometer vom Bahnhof Bützow auf der Bahnhofstraße ins Zentrum der Kleinstadt.

stine-galeriecafe.de



BÜTZOW

4 Kuh-TV zum Käse



Man nehme beste Biomilch, lasse Milchsäurebakterien ihren Job tun, und schon hat man den besten Käse! Auch Quark, Joghurt sowie Fleisch und Brot bietet der Alte Pfarrhof Elmenhorst immer dienstags, freitags und samstags im Begegnungscafé an. Auf dem Hof werden nach Demeter-Richtlinien Kühe und Schweine gezüchtet sowie Getreide angebaut. Aus dem Mehl kneten fleißige Hände in der hofeigenen Bäckerei Vollkornbrot, Kuchen und Torten. Gäste des Cafés

bekommen Kuh-TV gratis dazu – nämlich Einblicke in den Kuhstall nebenan. Dieses ungewöhnliche Programm ist nur einen Kilometer vom Bahnhof Elmenhorst entfernt.
alter-pfarrhof-elmanhorst.de



ELMENHORST



EGGESIN

5 Einfach mal blau machen!

Die Blaubeerscheune neben dem Rathaus bietet das ganze Jahr über Leckeres rund um die blaue Power-Frucht an, die unser Immunsystem stärkt und köstlich schmeckt – ob als Blaubeersuppe mit Hefeklößen oder im Blaubeerkuchen. Wer es Deftiger mag, probiert die Kräuterbratwurst. In den Regalen stehen Fruchtaufstriche und Blaubeerlikör, ja sogar Blaubeersenf und Blaubeer-Keramik. Daneben reihen sich Produkte von kleinen Erzeugern aus der Region: Wurst, Marmeladen, Säfte, Käse, Pflanzen. Vom Bahnhof Eggesin sind es nur 500 Meter auf der Bahnhofstraße zu dem Ort, der blaue Münder zaubert.

eggesin.de/tourismus/blaubeerscheune



Heiße Tipps für kalte Tage

Mehr Angebote von Hofläden, Bauernmärkten und Direktvermarktern in ganz MV gibt es hier:

auf-nach-mv.de/kulinarik/hofladen

3 Wild auf Wald

Die Ivenacker Eichen sind ein wahres Wunder: fast tausend Jahre alt, dick und hohl, aber vital und grün. Nach einem Rundgang durch den Ivenacker Tiergarten mit Baumriesen, Damwild und Turopolje-Schweinen können sich Wandernde im Waldcafé am Barockpavillon mit Kaffee, Kuchen oder deftiger Försterplatte stärken. Angeboten werden auch Waldprodukte wie Wildkräutersalz, Waldblütenhonig und Honiglikör zum Mitnehmen. Vom Bahnhof Reuterstadt Stavenhagen geht es rund 3 Kilometer über „Hinter der Bahn“ und „Stadtholz“ zum Eingang Stavenhagener Tor.

t1p.de/8dgyb (Kurz-URL)

REUTERSTADT STAVENHAGEN





WAS IST LOS IN MV?

Veranstaltungen
Oktober 2023 bis März 2024



Von Schlösserherbst bis Stadtführung, Klavierkonzert bis Heringskult

„Es gibt kein schlechtes Wetter, nur die falsche Kleidung.“ Der bekannte Spruch trifft gerade im Herbst und Winter zu, wenn die Verlockung des heimischen

Sofas groß ist. Denn auch bei Kälte und Nieselregen gibt es da draußen so viel zu entdecken. Mal wetterfest eingepackt, wie auf der Stadtführung durchs winter-

liche Seebad oder auf dem Weihnachtsmarkt, mal ganz komfortabel im Trockenen wie bei der Ausstellung in Barth oder dem Klavierkonzert in der Villa.

bis 30.03.2024 Di, Do, Sa •
Warnemünde

Winterliches Warnemünde

Bei einer Führung durch das Seebad Warnemünde entdecken Interessierte verschwegene Plätze und liebevoll restaurierte Giebelhäuser des einstigen Fischerdorfes. Reizvolle Fotomotive sind der Alte Strom und die Leuchttürme, wenn Nebel und Frost die Sehenswürdigkeiten verzaubern.

t1p.de/u185x (Kurz-URL)



Die Warnemünder Westmole im Winter

08.10. -22.10.2023 •
verschiedene Orte

Schlösserherbst

Mehr als 2.000 Guts- und Herrenhäuser sind in MV zu finden. Einige der historischen Bauten öffnen zum Schlösserherbst zwei Wochen lang ihre Pforten und bieten Führungen durch die Anwesen und Parks, Konzerte und Ausstellungen sowie kulinarische Genüsse an.

auf-nach-mv.de/schloesserherbst



12.11.2023 • Schwerin
Rosa Rolltreppen

Was hat Marcel Duchamps berühmter „Akt, eine Treppe herabsteigend“ mit dem Gender Pay Gap zu tun und wer fährt auf der rosa Rolltreppe nach oben? Der Grafiksalon lädt ein zur Debatte über Geschlechterdiskriminierung in der Kunstwelt - frech, interaktiv, aktuell.
museum-schwerin.de

25.11.2023 • Vietgest/Lalendorf
Heiterer Adventsabend

Witzig, satirisch, aber auch besinnlich präsentiert der Schauspieler Helmut Zierl sein Programm „Es weihnachtet schön“ im Barocksaal von Schloss Vietgest.
schloss-vietgest.de



Helmut Zierl



ab 21.02.2024 • Barth
Der Magier der Nacht



Die Ausstellung „Der Magier der Nacht - zwischen Romantik und Impressionismus“ würdigt den deutschen Maler Louis Douzette (1834 - 1924) zu dessen 100. Todestag. Seine Motive fand der Künstler, der in der Stadt Barth bis zu seinem Lebensende wohnte und ihr Ehrenbürger ist, in der Natur und Landschaft. Bekannt sind vor allem seine Mondscheingemälde. Erstmals werden auch Werke aus dem Nachlass des Malers gezeigt, der 2021 an das Vineta Museum übergeben wurde.

vineta-museum.de

ADVENTSZAUBER

IM NORDEN



Kinderpunsch und Kunsthandwerk, Schmalzgebäck und stimmungsvolle Lieder: Advents- und Weihnachtsmärkte tauchen die Region in zauberhaften Lichterglanz. Hier eine Auswahl:

- **27.11. bis 22.12.2023:**
Rostocker Weihnachtsmarkt
- **27.11. bis 30.12.2023:**
Schweriner Weihnachtsmarkt
- **30.11. bis 21.12.2023:**
Greifswalder Weihnachtsmarkt
- **14.12. bis 17.12.2023:**
Weihnachtsmarkt in Waren (Müritz)
- **15.12. bis 17.12.2023:**
Weihnachtsmarkt Hansestadt Demmin
- **15.12. bis 17.12.2023:**
Wolgaster Weihnachtsmarkt
- **15.12. bis 17.12.2023:**
Barther Weihnachtsmarkt
- **16.12. bis 17.12.2023:**
Ludwigsluster Schlossweihnacht

Rostock leuchtet zur Weihnachtszeit



31.12.2023 - 01.01.2024 • Ückeritz
Silvester am Strand

Silvester am Strand mit Sand und Wellenrauschen – das können Feierfreudige in Ückeritz erleben. Für wohlige Wärme sorgt ein Lagerfeuer und für die richtige Stimmung das Höhenfeuerwerk. Auf der Promenade des Bernsteinbades bieten Gastronomen dazu Kulinarisches an. ueckeritz.de



23.01.2024 • Papendorf
Klavierkonzert in der Villa

Ein besonderes Hörerlebnis bietet die Villa Papendorf: Die mehrfach preisgekrönte Pianistin Anna Vinnitskaya spielt „Franck, Skrjabin, Widmann & Schumann“. Die Künstlerin, die an der Hochschule für Musik und Theater in Hamburg als Professorin lehrt, verzaubert auf den Bühnen von Brüssel, Budapest bis Boston ihr Publikum – und nun auch in Papendorf. villa-papendorf.de



Villa Papendorf



In Wismar dreht sich alles um den Hering

09.03. - 24.03.2024 • Wismar
Hering satt

Wenn am Hafen die Kutter mit dem Heringsfang einlaufen, Köche den frischen Fisch auf hölzernen Karren zu Musik durch die historische Altstadt zum Markt fahren und das große Heringsbraten startet, dann wird wieder zu den traditionellen Wismarer Heringstagen eingeladen. 16 Tage lang bieten die teilnehmenden Restaurants der Hansestadt Spezialitäten rund um den wohl bekanntesten Speisefisch der Welt an.

tip.de/obfos (Kurz-URL)



Bitte vor Reiseantritt beim Veranstalter erkunden, ob die Termine wie geplant stattfinden.

Reiseauskunft: bahn.de/mv
Weitere Veranstaltungen und aktuelle Infos: auf-nach-mv.de

DIE SCHWIMMENDE SAUNA



GEWINNSPIEL

In der Flusssauna Rostock schwitzt man sich auf der Warnow gesund



In der schwimmenden Sauna in gesunder Hitze schwitzen – und zum Abkühlen einfach ins Wasser der Warnow springen: Diesen Traum haben Sandra und Ronald Kley sich und ihren Gästen kurzerhand selbst erfüllt. Ihre Flusssauna auf dem Hausboot steht bis zu sechs Personen zu festen Terminen offen oder kann exklusiv von Gruppen gemietet werden.

Während draußen frostige Luft und eisiges Wasser warten, steigt drinnen die mollige Wärme aus dem kleinen Ofen. Schweißperlen bilden sich auf der Haut, die Blutgefäße beginnen sich zu weiten und es setzt eine wohlige Entspannung von Körper und Geist ein. Durch den Wechsel von Hitze und anschließender Abkühlung werden Kreislauf und Stoffwechsel angekurbelt und das Immunsystem gestärkt.

Die Idee zur schwimmenden Schwitzhütte hatten die Kleys im Herbst 2015, als sie mit der Familie auf einem Hausboot in der Mecklenburgischen Seenplatte unterwegs waren. Ein kleiner Holzofen spendete Wärme und Schutz vor der

kühlen Herbstluft. Was wäre, dachten sich die beiden, wenn man diesen Effekt für eine Sauna nutzen würde? Das natürliche Tauchbecken wäre ja immer dabei. Kurzentschlossen beauftragten die Kleys eine Werft mit dem Bau eines Hausbootes samt Sauna: Die Flusssauna war geboren.

Neben Schwitzkabine mit Panoramafenster sorgen auf dem fest vertäuten Hausboot ein gemütlicher Ruheraum, eine Terrasse, eine kleine Küche, Bad und wärmende Decken für Komfort. Über die Badeleiter geht es direkt ins Wasser der Warnow. Wer einen Aufenthalt buchen möchte, schaut sich am besten online nach Terminen um oder vereinbart einen eigenen Zeitraum mit Freund:innen oder Familie. Übrigens: Den Saunaspaß gibt es auch als Gutschein zum Verschenken.

Die Flusssauna liegt am Steg A der Marina „Ocean's End“ im Stadthafen Rostock. Vom Hauptbahnhof fahren die Straßenbahnlinien 1, 2, 3 und 4 bis zur Haltestelle „Stadthafen“. Von dort sind es noch rund 750 Meter.

flusssauna-rostock.de



Saunieren auf der Warnow

Wann entstand die Idee zur Flusssauna Rostock?

Senden Sie Ihre Antwort mit dem Betreff „**unterwegs zum Saunavergnügen**“ unter Angabe Ihrer Postadresse im Gewinnspielzeitraum vom 7.10. bis 7.11.2023 per E-Mail an gewinnspiel@terra-press.de oder als Postkarte an terra press GmbH, Albrechtstr. 18, 10117 Berlin.

Unter allen richtigen Antworten verlosen wir einen „Glutstein“ für die Flusssauna Rostock: vier Stunden Saunavergnügen mit bis zu 6 Personen im Stadthafen Rostock, inklusive Wasser und Obst. Einlösbar nach Anmeldung und Verfügbarkeit.

Teilnahmebedingungen und Datenschutz

Veranstalter der Gewinnspiele ist die terra press GmbH, Albrechtstraße 18, 10117 Berlin. Von der Teilnahme ausgeschlossen sind Teilnehmer:innen unter 18 Jahren, Gewinnspiel-Services und Mitarbeiter:innen der terra press GmbH sowie ihre Angehörigen. Mehrfach-Teilnahmen werden nicht berücksichtigt. Eine Übertragung des Gewinns, Umtausch oder Barauszahlung sind nicht möglich. Personenbezogene Daten werden ausschließlich für die Abwicklung des Gewinnspiels erhoben, verarbeitet und genutzt, ausschließlich zu diesem Zweck gegebenenfalls an Dritte übermittelt und nach Abschluss des Gewinnspiels gelöscht. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Weitere Infos unter: terra-press.de/teilnahmebedingungen