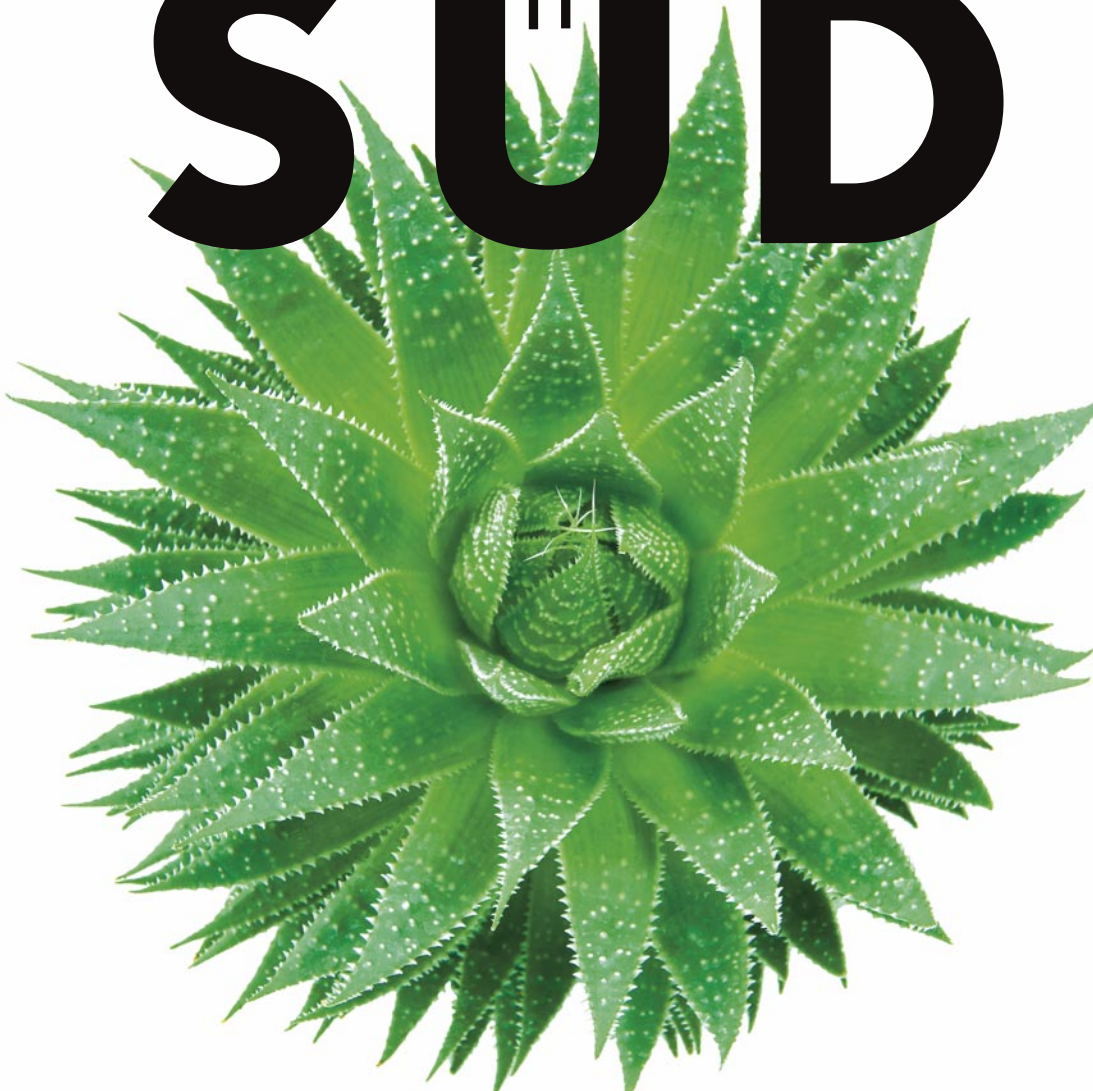


M Ü N C H E N

S Ü D



GRÜNWALD HARLACHING PULLACH SOLLN STARNBERG WÜRMTAL



Zukunftsmusik. Spielen wir für Sie jetzt mit viel Soul.

**Der erste vollelektrische Porsche.
Soul, electrified. Der neue Taycan.**

Der neue Taycan beeindruckt mit zukunftsweisender Technik, Porsche typischer Performance, Konnektivität, atemberaubender Beschleunigung, großer Reichweite. Und: seiner Seele. Elektrisierender Fahrspaß mit dem Taycan erwartet Sie ab sofort auch bei uns im Porsche Zentrum 5 Seen.

Porsche Zentrum 5 Seen
Hörmann Sportwagen GmbH
Am Römerstein 53
82205 Gilching-Argelsried
Tel. +49 8105 3766-0
Fax +49 8105 24761
www.porsche-5seen.de



Liebe Leserin, lieber Leser,



Sie halten die Frühjahrsausgabe von MünchenSÜD in Händen und ich hoffe, Sie finden bei einer guten Tasse Kaffee ein wenig Zeit darin zu schmökern.

Jetzt scheint die Sonne abends schon wieder länger. Man wacht mit Vogelgezwitscher auf und der Wintermantel und die Stiefel, die heuer ohnehin selten zum Einsatz kamen, können wir in den Keller räumen.

Unser zauberhaftes München bietet auch dieses Jahr mit seinen Museen, Galerien und Ausstellungen anspruchsvollen Kunstgenuss. Aber auch im angrenzenden Süden zeichnen sich diverse Kunstvereine dadurch aus, diese kreativen Welten erlebbar zu machen.

Geht es Ihnen auch so? Mit dem Frühlingserwachen kommt neue Energie und man möchte vieles umsetzen, neu anschaffen und mit dem Frühjahrsputz sein Zuhause zum Strahlen bringen. Das Leben findet wieder mehr im Freien statt und wir zeigen Ihnen auf den Seiten 106 bis 125, welche Outdoor-Trends uns heuer begleiten werden.

Eine Extraportion Energie liefert uns auch ein Kurzurlaub in das wunderschöne Südtirol. In dieser Ausgabe stellen wir Ihnen das Gröndental mit seinen zahlreichen Möglichkeiten vor. Ob kulinarisches Hüttenwandern, Mountainbiken oder die Sterneküche über den Wolken – hier ist für jeden etwas dabei.

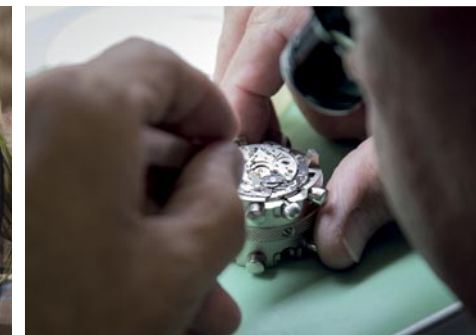
Ich wünsche Ihnen viel Spaß und Anregung beim Lesen.

Herzlichst Ihre

Sabina Würz
Herausgeberin-Chefredakteurin



Bei Juwelier Bauer legen wir Wert auf Kompetenz, erstklassige Qualität und optimalen Service. Mit diesen Werten stehen wir Ihnen bestmöglich bei allen Fragen zur Seite.



6

lifestyle



Das MEWO in Memmingen feiert die zeitgenössische Kunst in spektakulären und sorgfältig kuratierten Ausstellungen.

©EBERLE & EISFELD

Kunstvoller Süden

Nicht nur Museen und Galerien in München bieten anspruchsvollen Kunstgenuss. Im Alpenvorland gibt es ambitionierte Institutionen, die ausgewählte Ausstellungen für interessierte Besucher präsentieren und eine Entdeckungsreise wert sind. ➔



„Schattiger Weg“
von Reiner Wagner,
Galerie Thoma in
Starnberg

Die Kunststadt München verfügt seit jeher über internationale Strahlkraft, deren Museen und Szene jedes Jahr Abertausende Besucher aus aller Welt anzieht. Pinakotheken, Kunsthallen, Galerien und Messen, wie die Stroke oder Highlights, überbieten sich mit sorgfältig kuratierten Veranstaltungen, um Kunstinteressierte anzuziehen und einen aktuellen Stand gerade der zeitgenössischen Kunst zu präsentieren. Doch auch in den angrenzenden Gemeinden im Süden sind ambitionierte Events zu erleben, wobei sich vor allem diverse Kunstvereine darin auszeichnen, vor Ort die kunstvollen Welten erlebbar zu machen. So zum Beispiel in der Stadt Rosenheim, wo der dortige Kunstverein eine wichtige Ver-

mittlungsinstanz ist. Eine seiner wichtigen Aufgaben besteht in der Präsentation von aktuellen, experimentellen und innovativen Positionen von sowohl überregional als auch international anerkannten Kreativen. Als weitere Aufgabe übernimmt der Kunstverein die Pflege und Förderung der regionalen Kunst. Hierbei werden zum einen junge, qualifizierte Künstler mit einer ersten Ausstellung und Katalogförderung unterstützt und zum anderen präsentiert er anerkannte und langjährige Mitglieder mit Werkschauen. Er bietet ein abwechslungsreiches Jahresprogramm mit fünf Einzel- bzw. thematischen Gruppenausstellungen, einer Mitgliederausstellung, der Ausstellung Kunst+Handwerk sowie der jurierten, überre-



Das alte Wasserkraftwerk in Rosenheim ist die perfekte Bühne für die anspruchsvollen Inszenierungen aktueller Maler und Bildhauer des Kunstvereines Rosenheim.



gional beachteten Jahresausstellung in der Städtischen Galerie Rosenheim. Zusätzliche Führungen, Künstlergespräche, Lesungen, Vorträge, Publikationen etc. ergänzen das Ausstellungs- und Vermittlungsprogramm. Das aktuelle Programm in den wunderbaren Räumen eines alten Wasserkraftwerks findet man unter: www.kunstverein-rosenheim.de.

An Kletterkünstler auf der Kampenwand oder an die Kochkünste von Sternekoch Heinz Winkler in seiner Residenz denken viele zunächst, wenn sie den Namen Aschau hören. Wahre Kunstliebhaber indes verbinden

mit dem 6.000-Seelen-Dorf im Chiemgau schon seit längerer Zeit den Verein „Kunst und Kultur zu Hohenaschau“ (einem Ortsteil von Aschau), der 2011 sein 20-jähriges Jubiläum feierte. Sehenswert sind schon allein dessen Ausstellungsräume in einer ehemaligen, vor 100 Jahren gebauten Luxus-Reitanlage in einem idyllischen Park zu Füßen von Schloss Hohenaschau, die 1999 bezogen wurden. Das Programm des Vereins in der Provinz ist freilich alles andere als provinziell und sucht seinesgleichen – nicht nur zwischen München und Salzburg, sondern weit darüber hinaus. Dass der Verein Kunst und Kultur zu Hohenaschau heute einen so exzel-

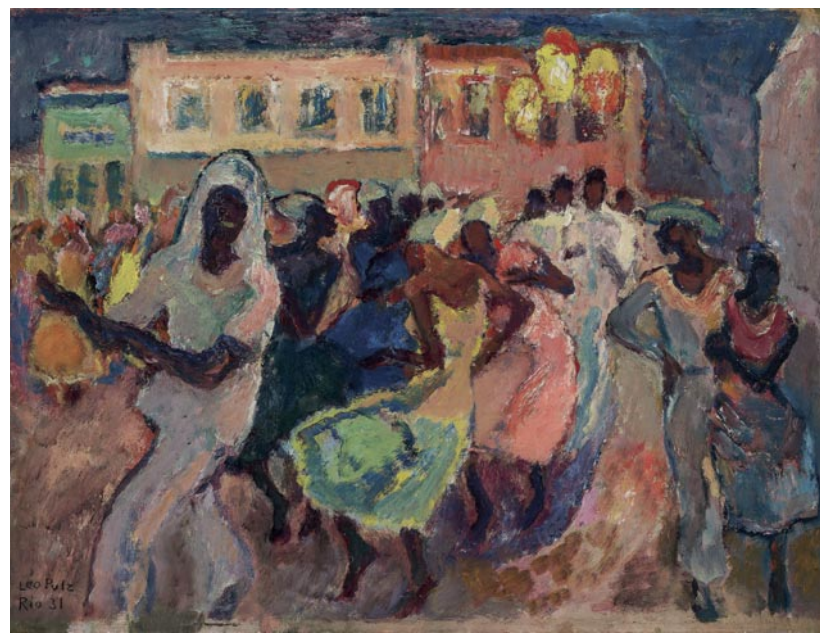
lenten Ruf in der Kunstszene der Republik genießt, ist vor allem einem Mann zu verdanken – Rudolph Distler. Der Maler aus Aschau steuert als Kurator seit der Gründung des Vereins 1991 unbeirrt dessen künstlerische Ausrichtung. „Wir entziehen uns – bei allem Respekt – dem Heer malender und bildhauernden Amateure“, lautet Distlers Prämisse. Ein klarer Kurs, der nicht immer auf Verständnis stößt, der jedoch die besondere Aschauer Art prägt. „Doch wir wollen nicht nur professionelle Künstler zeigen, die im Scheinwerferlicht des Kunstmarkts stehen, sondern auch



Schloss Hohenaschau



In Räumen des Schlosses Hohenaschau finden Kunstevents statt, die weit über die Region hinaus wirken. Künstler mit internationalem Renommé stellen hier gerne vor einem kenntnisreichen Publikum aus.



LEO PUTZ

1869 – 1940 Meran/München

KARNEVAL IN RIO OELGEMÄLDE

sign. Leo Putz Rio 31
Werksverz. Nr. 1651

Thoma
GALERIE

Achbeimstraße 4 · 82319 Starnberg
Tel.: 0 81 51-97 37 15
www.thomagalerie.de
info@thomagalerie.de
Di.–Fr. 14–19 Uhr, Sa. 11–16 Uhr



Nicht nur der Titel einer Ausstellung aus dem Jahr 2019: Der Kunstverein Garmisch-Partenkirchen steht für die Leidenschaft, mit der man sich für bildende Künstler und ihre Arbeiten engagieren kann.

Absolventen aus den Kunstakademien. Ihnen wollen wir ein Forum bieten, damit Wertschätzung entgegenbringen und – nicht zuletzt – Gelegenheit geben, ihre Werke zu verkaufen und dadurch ihr Leben zu organisieren“, so Distlers Anliegen. Natürlich durchstreifte der Kurator auch Münchener Gefilde. So entdeckte er in der Künstlerkolonie an der Domagkstraße Ransome Stanley und Bernhard Springer. In jüngster Zeit machte ein Leipzig-Zyklus in Hohenaschau von sich reden und Namen wie Yvette Kiessling, Jörg Ernert und Andreas Wachter. Selbst Arno Rink, der Begründer der „Leipziger Schule“,

konnte Distlers Werben nicht widerstehen. Seine Ausstellung in Hohenaschau war offensichtlich so bemerkenswert, dass sogar das „ZDF-Heute-Journal“ darüber berichtete. Über 100 Ausstellungen von gegenständlicher, figurativer Malerei gab es hier seit 1991, dazu auch Lesungen, Konzerte und Kabarett.
www.kuku-hohenaschau.de

Der Künstlerbund Garmisch-Partenkirchen e.V. wurde 1965 als gemeinnütziger Verein von einer Gruppe bildender Künstler gegründet, um einerseits das kulturelle



VON LIEBE GETRAGEN MIT FREUDE TRAGEN

Schwungvoll und flott in das Jahr 2020 mit brandneuen, trendigen Styles - angesagte Inspirationen von „Fuß bis Kopf“!

LASSEN SIE SICH ÜBERRASCHEN UND VERFÜHREN. WIR FREUEN UNS AUF SIE!

DAS PREUSSEN – SCHUHWERK & ACCESSOIRES, Maximilianstraße 8, D-82319 Starnberg

DASPREUSSEN.DE



Kunst ist immer auch Dialog zwischen verschiedenen Genres. Hier sinnfälligerweise dargestellt in Werken von Sascha Graper bei einer Exhibition des Kunstvereines Garmisch-Partenkirchen.





Wichtig ist Kunstvereinen auch immer lokaler Bezug und Förderung von Künstlern der Region, wie bei „Die besten Zeiten sind vorbei“ von M. v. Brentano.

Leben im „Oberland“ zu bereichern und vor allen Dingen den Künstlern eine Plattform für Ausstellungen zu bieten. In regelmäßigen sogenannten „Jahresausstellungen“, die meist in der Galerie des Marktes Garmisch-Partenkirchen stattfinden, haben die Mitglieder die Möglichkeit, neue Werke einer breiten Öffentlichkeit zu präsentieren. In die Ausstellungsprojekte werden immer wieder auch Gastaussteller eingebunden, sodass der Kunstverein eine breite Palette an Positionen repräsentiert. Mittlerweile hat sich das Spektrum der Ausstellungsorte auf die Museen in Partenkirchen und Oberammergau erweitert

und seit 2006 widmen sich die Ausstellungen zunehmend jeweils einer speziellen, meist aktuellen Thematik, zu der die Künstler ganz gezielt ihre Position beziehen. Darüber hinaus gibt es Führungen, Künstlergespräche, Lesungen und musikalische Darbietungen, die das kulturelle Angebot der Ausstellungen unterstützend bereichern. Die Zielsetzung des Vereins geht immer mehr dahin, durch professionelle, künstlerisch gesetzte Positionen das aktuelle Geschehen zu thematisieren und mit dem Publikum in Dialog zu treten.

www.kuenstlerbund-gap.de



#MY ALPINE LIFE BALANCE

ST Ms



BEST WELLNESS FRIENDS CLUB - SCHON DABEI?
PUNKTE SAMMELN & VORTEILE
GENIEßEN! INFORMATIONEN UNTER
BESTWELLNESSHOTELS.AT



NATURHOTEL
WALDKLAUSE

#GANZNAHMITTENDRIN
waldklause.at



ASTORIA
RESORT
SEEFELD
TIROL
A STORY A LEGEND

#ASTORIAMOMENTS
astoria-seefeld.com



©EBERLE & EISFELD

Auch der Kunstverein Tölzer Land e.V. ist das Dach für gemeinsame Interessen seit nunmehr 30 Jahren. Mehrmals im Jahr treffen sich Künstler und Künstlerinnen sowie Kunstinteressierte, ob Mitglied oder Gast, zur Diskussion und Planung von Aktivitäten, Ausstellungen und

Kunstprojekten. Eine Besonderheit: Auf dem Plateau des Blombergs bei Bad Tölz hat der Kunstverein 2008 einen „Kunstwanderweg“ mit anfänglich 17 Skulpturen, Plastiken und Land-Art eröffnet. 2009 und 2012 entstanden mit dem Landart- und Bildhauersymposium und dem

Eine neue Nutzung für historische Gebäude oder ungewohnte Sichtweisen gehören zum Konzept der Kunstinstitutionen des Voralpenlandes. So wird ein altes Postamt zur ambitionierten MEVO Kunsthalle (oben und rechts) oder ein einfacher Wanderweg auf dem Blomberg (rechte Seite) zu einem spektakulären spirituellen Kunsterlebnis.



©Achim Kukullies



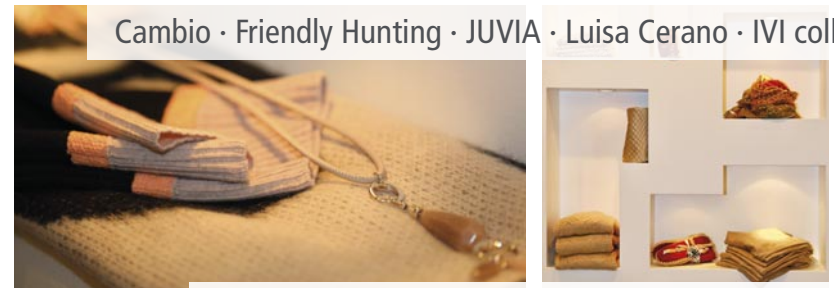
©KreuzAs-stock.adobe.com

Symposium „Green Art“ weitere Kunstwerke. 2015 und 2016 wurden weitere Kunstwerke aufgebaut. Aktuell sind 28 Kunstwerke von namhaften Künstlern aus Oberbayern zu sehen. Der Kunstwanderweg steht unter dem Motto „Sinneswandel“. Mit dieser außergewöhnlichen Ausstellung möchten die Künstlerinnen und Künstler

Denkankstöße geben, uns sensibilisieren und zu ungewohnten Wahrnehmungsprozessen anregen. Seit seiner Eröffnung befindet sich der Kunstwanderweg in einem stetigen Wandel: Objekte kommen hinzu, vergehen oder werden an einem anderen Ort aufgestellt (www.kunstverein-toelzerland.de). Nur ein paar Beispiele für diese



Cambio · Friendly Hunting · JUVIA · Luisa Cerano · IVI collection · MarcCain



RIANI · Dorothee Schumacher · Steffen Schraut



**EVI GRUNDL
MODEHAUS**





Auch Design gehört für die Macher der Kunsthalle MEWO in Memmingen zu dem ständig wechselnden Programm. Die großzügigen Räume des alten Postamts werden so meisterhaft bespielt.
©EBERLE & EISFELD

Art von Institutionen, deren Beitrag zum kulturellen Leben so wichtig ist.

Unter www.kunst-spektrum.de/kv-bayern finden sich noch weitere Kunstvereine in ganz Bayern, die sich direkt vor der Haustür befinden und große Aufmerksamkeit für ihre Aktivitäten verdienen.

Es gibt auch zahlreiche Museen in Bayern. Einige davon sind berühmt wie das Buchheim Museum am Starnberger See oder das Franz-Marc-Museum in Kochel. Es gibt aber noch unbekanntere Häuser, für die hier stellvertretend die MEWO Kunsthalle in Memmingen stehen soll. Seit 2005 bietet diese ein außergewöhnliches Programm mit Ausstellungen zur zeitgenössischen Kunst sowie zur Kulturgeschichte. In bis zu zehn Ausstellungen pro Jahr vermittelt das Haus einen äußerst vielfältigen Blick auf kulturelle Phänomene und künstlerische Fragestellungen, zeigt spektakuläre internationale Kunst und eröffnet überraschende Einblicke in die lokale Kulturlandschaft. Neben einem breitgefächerten Angebot für pädagogische Einrichtungen bietet das MEWO Führungen, Workshops und Ateliernachmittage für Kinder aller Altersstufen, Erwachsene und Senioren an. Seit 1. Mai 2019 verzichtet man auf die Erhebung eines Eintrittsgeldes und bietet so vorbildhaft „Kultur für Alle!“. Die Kunsthalle findet sich im ehemaligen königlich bayerischen Postamt, direkt neben dem Bahnhof, welches ➔



Mode & Tracht in höchster Qualität



VON & ZU  OLEANA  BASSET.

Mia's Trachten & Couture

Inh. Carolin Diel
Ottostrasse 92 | 85521 Ottobrunn
phone +49 (0)89 605479
www.mias-trachten-couture.de
Mo-Fr. 10-13 Uhr und 15-18 Uhr
Sa 10-13 Uhr

15% Rabatt
auf Ihren ersten
Einkauf gegen
Vorlage dieses
Gutscheins

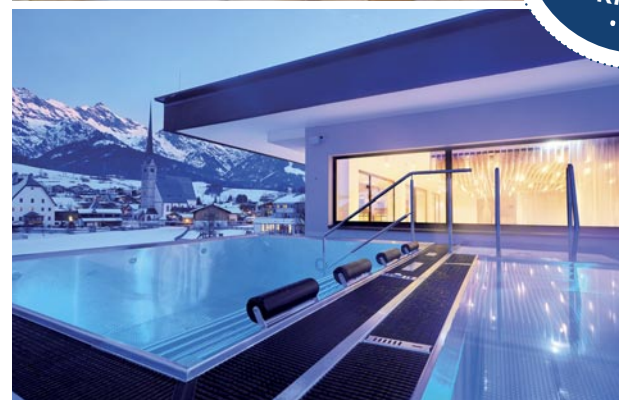
der Stadt von der Memminger Wohnungsbau e.G. (MEWO) kostenfrei zur Verfügung gestellt wird. Auf 850 m² Ausstellungsfläche sind die vielfältigen Räume auf drei Etagen um den überdachten Lichthof herum angeordnet, von der großzügigen und lichten Pakethalle im Erdgeschoss bis zum hervorragend ausgestatteten Grafikkabinett im Dachgeschoss (www.mewo-kunst-halle.de). Wie auch bei den bereits vorgestellten Kunst-

vereinen wurde also auch hier ein ungewöhnlicher Ort einer neuen Nutzung zugeführt und signalisiert neben der künstlerischen Ambition auch eine Kontinuität im Interesse der Region.

Das Engagement unzähliger privat betriebener Galerien soll hier auch nicht zu kurz kommen. Wie das der Galerie Thoma in Starnberg, deren Inhaberin Doris Welker



Die langen Fluchten des MEWO bieten Raum für jede Art von Kunst von der klassischen Ausstellung bis hin zur Installation.
©EBERLE & EISFELD



die HOCHKÖNIGIN
magic mountain resort *****

BOOK NOW
SKI IN
SKI OUT
...



WinterSPASS - 4=3 > ab 444,-

07.03.2020 - 13.04.2020

Comfort Double Room MARIA ALM

Ideal um unsere neue HOCHKÖNIGIN mal zu testen oder einfach nur ein paar Urlaubstage zu genießen. Wer von Sonntag bis Donnerstag bucht, dem schenken wir sogar eine Nacht!



HOCHKÖNIGSTRASSE 27 . A-5761 MARIA ALM . TEL.+43 6584 7447
urlaub@hochkoenigin.com . www.hochkoenigin.com





Eines haben moderne Museen und Kunstvereine gemeinsam: Workshops für Kinder und Erwachsene, bei denen zum Mitmachen animiert und ein ganz persönlicher Zugang zur Kunst und eigenen Kreativität ermöglicht wird. ©Susanne Marx

liebevoll kuratierte und qualitätsvolle Ausstellungen zusammenstellt. Oft sind es bekannte Künstler wie Oskar von Schab mit lokalen Motiven der im wahrsten Sinne malerischen voralpenländischen Landschaften, aber auch ganz besondere Bildserien internationaler Berühmtheiten wie Leo Putz und anderen (www.thomagalérie.de). Häuser wie dieses gehören zum Kaleidoskop

des Kulturbetriebes im Münchner Umland und sind Facetten des Wunsches, den auch die Kunstvereine und Museen erfüllen: Kunst und Kultur nicht nur konzentriert in den großen Institutionen der Landeshauptstadt zu erleben, sondern auch Unentdecktes und noch Unbekanntes lokaler klassischer und zeitgenössischer KünstlerInnen im nahen Umfeld genießen zu können. Für

Münchner bedeutet dies, ruhig einmal den Blick über die Stadtgrenzen hinaus zu richten und sich von der Vielfalt an Engagement und Kompetenz zu einem anregenden Ausflug in den kunstvollen Süden inspirieren zu lassen. ■

Edward Harrison-Compton, „Stimmung am Starnberger See“. Engagierte Galerien, wie die Galerie Thoma in Starnberg, gehören zum großen Spektrum von Kunstinstitutionen zwischen München und den Alpen.



Hauptstraße 9 · 82319 Starnberg
Tel. 08151/97 34 300

Mo, Mi, Fr 10-18 Uhr · Do 10-20 Uhr · Sa 10-15 Uhr
Annahme immer Mittwochs oder nach Vereinbarung

Tegelbergstraße 2 (Eingang Naupliastreße) · 81545 München
Tel. 089/642 21 28

Mo-Fr 10-13 Uhr und 14-18 Uhr · Sa 10-17 Uhr
Annahme immer Di und Do oder nach Vereinbarung



Richard David Precht
©VANMEY PHOTOGRAPHY

glück.tage im Kufsteinerland – wo das Glück zu Hause ist

Alle Menschen dieser Welt sehnen sich nach einem glücklichen Leben. Auch wenn jeder Glück anders definiert: Sicherheit, Gesundheit, stabile Beziehungen, Natur, Berufung und Sinnfindung gehören auf jeden Fall dazu. Einige inspirierende DenkerInnen haben bereits Antworten auf wichtige Fragen

rund ums Glück gefunden. Ihre Worte und Beispiele können Wegweiser für uns sein.

Im Mai 2020 feiert das „warmherzige Festival für Selbsterdenker“ bereits seinen fünften Geburtstag. Ob die Sehnsucht nach Glück neuerlich Menschen im Kufsteinerland verbindet und zum Nachdenken anregt, werden die fünften glück.tage zeigen, die wieder außergewöhnliche Vortragsabende und Side-Events im Programm haben. Den Eröffnungsabend am Donnerstag, 14. Mai, gestaltet der bekannte deutsche Philosoph Dr. Richard David Precht, der schon 2016 für einen ausverkauften Abend im Passionsspielhaus Erl sorgte. In seinem mitreißenden Vortrag „Eine andere Gesellschaft – Regeln für die Menschlichkeit“ entwirft Precht Antworten auf drängende Gesellschaftsfragen nach Sinn und Menschlichkeit, Motivation und Glück.

Am Freitag, 15. Mai 2020, spricht der renommierte „Baum-Guru“ und Holz-Unternehmer Erwin Thoma im Kultur-Quartier der Festungsstadt Kufstein über „Glück-Strategien der Natur“ und die Frage, wie die Weisheit der Bäume unser Leben auf der Erde nachhaltig verbessern und die Folgen von Klimawandel und Umweltzerstörung rückgängig machen könnte. Am Samstag, den 16. Mai, dürfen wir erstmals miterleben, wie das Künstler-Ehepaar Tobias und Julia Moretti exklusiv für die glück.tage 2020 ein gemeinsames Literatur & Musik-Programm auf die Bühne des Thierseer Passionsspielhauses bringt. Unterstützt werden sie dabei von Julias Ensemble „Wood Sounds“ auf historischen Instrumenten. Das Motto des Abends lautet „Von Mensch zu Mensch“.

Und noch ein Tipp zur Anreise: Das BayernTicket der Bahn ist bis Kufstein gültig.

Informationen und Tickets unter www.glueck-tage.com

Die Festung Kufstein ©Lolita



5 JAHRE GLÜCK

glück.tage

LITERATUR, PHILOSOPHIE, NATUR & GENUSS

www.glueck-tage.com
KUFSTEIN
14. - 16.
Mai 2020



RICHARD DAVID PRECHT · ERWIN THOMA
TOBIAS MORETTI & JULIA MORETTI

Tickets: www.oeticket.com
T: +43 512 341034 (Büro IBK)
www.eventim.de

SPARKASSE
Kufstein

Kufsteinerland
verbindet

Daniel Sontheimer,
Geschäftsführer von
Dr. Heindl Tresore



Sicher ist sicher

Sicherheit ist ein Grundbedürfnis des Menschen. Verunsichert durch Meldungen von Einbruchserien, stellt sich die Frage nach den richtigen Maßnahmen, um Wertgegenstände und Dokumente vor ungebetenen Besuchern zu schützen. MünchenSÜD sprach mit Daniel Sontheimer, der seit März 2019 das Traditionsunternehmen Dr. Heindl Tresore GmbH leitet, und fragte ihn auf was es beim Kauf eines Tresors ankommt.

Warum ist der Kauf eines Tresors ratsam? Aufgrund der stetig wachsenden Anzahl von Einbruchserien ist der Kauf eines Tresors laut Polizei und Versicherung das beste Mittel, sich gegen Diebstahl und Einbruch zu schützen. Hinzu kommt die Flexibilität, jederzeit auf seine Wertsachen oder Bargeld zugreifen zu können, gerade in Zeiten der Nullzinspolitik oder drohender Strafzinsen. Ein Tresor bietet den sichersten Aufbewahrungsort für Dokumente und alles, was wichtig und wertvoll ist, auch im Falle eines Brandes.

Welche Sicherheitsstufe ist die richtige? Welchen Tresor Sie wählen sollten und wie hoch die Sicherheitsstufe mindestens sein sollte, ist zum einen abhängig vom Umfang der Wertgegenstände und zum anderen von den Vorgaben der Versicherung.

Welche Tresormodelle stehen zur Auswahl? Prinzipiell unterscheidet man zwischen privater oder gewerblicher Nutzung. Bei privater Nutzung stehen unter anderem Wertschutz-, Dokumenten-, Möbel- und Waffentresore zur Verfügung. Bei gewerblicher Nutzung kommen

überwiegend Einwurf-, Schlüssel-, Hotel-, BTM- und Datensicherungstresore zum Einsatz. Alle Modelle sind auf Wunsch mit einem speziellen Feuerschutz erhältlich. Ob der Tresor mit einem Schlüssel, elektronischem oder mechanischem Tastenschloss oder gar mit biometrischem Fingerabdruck verschließbar sein soll – wir bieten für jeden Zweck den richtigen Tresor.

Lieferung, Transport und Montage? Unsere Transporteure verfügen über langjährige Erfahrung im Tresortransport und bringen den Tresor auch bei schwierigen Rahmenbedingungen zur gewünschten Verwendungsstelle. Die Realisierbarkeit wird selbstverständlich durch uns geprüft. Die Lieferung erfolgt diskret mit einem neutralen Fahrzeug.

Tresore sofort ab Lager? Mehrere 100 Tresore verschiedener Größen und Sicherheitsklassen finden Sie in unseren Ausstellungsräumen zur Besichtigung und zur sofortigen Lieferung oder Abholung. Das für Sie individuell passende Modell finden wir – je nach Anforderung – in einem persönlichen Beratungsgespräch heraus. www.heindl-tresore.de



Größte Fachkompetenz für Tresore seit 1975

Verkauf / Beratung / Reparaturen / Umbauten / Maßanfertigungen
Tresortransporte und Entsorgung / Leihtresore / Öffnen von Tresoren

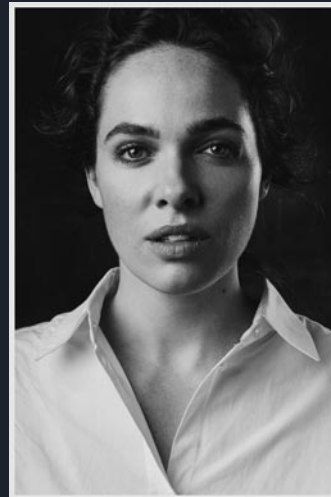


**DR. HEINDL
TRESORE GMBH**
seit 1975 in München

Tegernseer Landstraße 141 / 81539 München
Tel. 089/6923387 / info@heindl-tresore.de
www.heindl-tresore.de



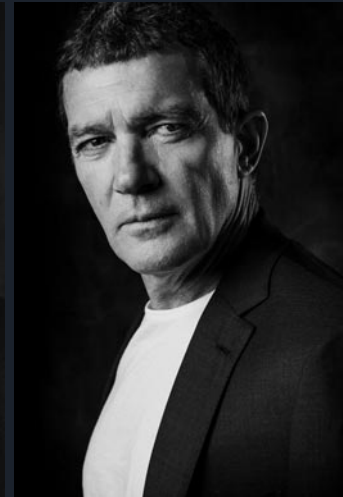
Florian David Fitz



Verena Altenberger Diptychon



Ralph Fiennes



Antonio Banderas

„Meine Lieblingsbilder sind die, die Ruhe und Sensibilität ausstrahlen“

Mike Kraus – Regisseur, Fotograf und Musiker. Über seine aktuellen Projekte, seine Leidenschaft zur Musik und den Beginn seiner Karriere als Fotograf haben wir mit ihm bei einem Cappuccino über den Dächern von Schwabing gesprochen.

Du bist ein sehr vielseitiger Künstler: Du hast in Florenz Fotografie studiert, anschließend an der Columbia University in Chicago deinen Abschluss in Regie und Kamera gemacht. Seit über zehn Jahren arbeitest du in erster Linie als Porträtfotograf. Wie kam es dazu? Als Regisseur arbeite ich ja schon über 18 Jahre lang. Die Fotografie habe ich dann auch zur

Profession gemacht. Menschen sind für einen Fotografen immer interessant, und da ich viele Schauspieler kenne, dachte ich mir, ich fange mal mit Porträts an. Es ging los mit meinem Freund Herbert Knaup. Das Shooting lief so gut, dass er mich weiterempfohlen hat. Als Nächstes habe ich dann Sebastian Koch und Armin Rohde fotografiert ... und so kam der Stein ins Rollen.

Inzwischen hast du viele internationale Prominente vor deiner Linse gehabt, die ja alle ständig fotografiert werden. Was zeichnet deine Fotos aus? Ich fotografiere dieses Jahr wieder im Auftrag des Münchner Filmfests. Da möchte ich meine Art der Lichtsetzung zei-





Herbert Knaup

gen, die ich jedes Jahr etwas variere. Mein Stil ist ein bisschen cineastisch, da ich ja vom Film komme. Ich habe das Handwerk von der Pike auf gelernt, war Kameraassistent und Beleuchter. Deshalb setze ich die Künstler gerne in ein Licht, das sie in einer bestimmten Art „formt“. So entsteht meist eine gewisse Dramatik. Außerdem mag ich den direkten Blick in die Kamera sehr gerne. Man sagt ja auch, dass die Kamera Einblicke in die Seele des Fotografierten gewährt. Meine Lieblingsbilder sind die, die Ruhe und Sensibilität ausstrahlen, denn damit findet man den Zugang zu den Menschen.

Johann von Bülow sagt über eure Zusammenarbeit: „Mike geht mit dem Licht um wie ein Bildhauer mit dem Meißel.“ Das hat er schön gesagt. Ja, das Formen der Gesichtszüge durch Licht und Schatteneinwirkung ähnelt vielleicht wirklich der Bildhauerei.

Was macht für dich einen guten Fotografen aus? Ein Fotograf muss Licht setzen können. Dadurch siebt es sich schon mal aus. Er muss einen eigenen Stil und eine eigene Bildsprache haben, so wie die meisten namhaften Fotografen, zum Beispiel Peter Lindbergh. Seine Arbeiten finde ich wirklich wunderschön.

Du bist auch als Werbefilmer sehr gefragt, hast aber auch schon Dokumentationen gemacht. Steht irgendwann ein Spielfilm auf →



quelle
chalet
salena

luxury & private lodge

Das neue Chalet Salena - Ihr Luxusurlaub in traumhaftem Ambiente



In wundervoller idyllischer Lage umgeben vom spektakulären Bergpanorama der Dolomiten, bieten sieben edel ausgestattete Premium-Chalets private Wohnräume für anspruchsvolle Genießer.



©michael huber | www.huber-fotografie.at

Chalet Salena
luxury & private lodge

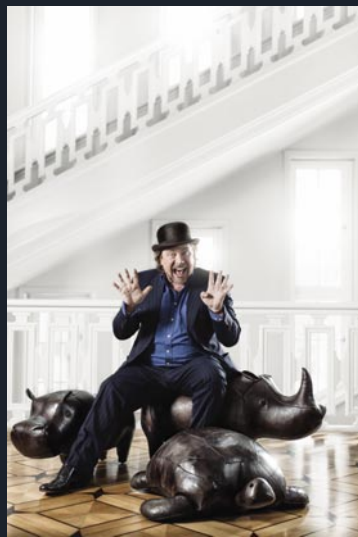
Tel. +39 0474 781008
info@chalet-salena.com
www.chalet-salena.com



Emma Thompson
Bild unten: Armin Rohde

dem Plan? Auf jeden Fall. Ich habe mein Studium für Regie und Kamera geliebt und möchte zum Spielfilm zurückkehren. Die Idee und der Wunsch werden täglich klarer und drängeln sich immer stärker nach vorne.

Mit einem eigenen Drehbuch? Ja, ganz sicher. Auch in der Musik war es mir immer wichtig, eigene Texte zu schreiben und zu komponieren. Nach den vielen Konzerten bin ich immer noch stolz auf den einen oder anderen Songtext. Deswegen möchte ich mich auch bei einem Filmprojekt 100-prozentig einbringen – vor allem beim Skript. Wobei ich keineswegs auf Unterstützung verzichten würde.



Mike Kraus wurde 1973 in Wien geboren, studierte in Florenz und Chicago und ist seit Ende der 1990er-Jahre international als Fotograf und Regisseur erfolgreich. Er lebt mit Frau und Tochter in München. Seine Freizeit verbringt er gerne in seinem Atelier: Zu guter Jazzmusik malt er am liebsten auf große Leinwände.

Und welches Genre? Es sollte authentisch sein. Eine Geschichte aus dem wahren Leben. Beispielsweise ein Thriller oder auch eine Komödie. Ich finde die romantische Komödie sehr reizvoll, da es eine echte Herausforderung ist, sie nochmal frisch und anders zu erzählen.

Mike, du bist auch leidenschaftlicher Musiker und hattest einige Jahre eine eigene Band – eigentlich wäre Musikfotograf doch viel naheliegender, als Porträts zu fotografieren ... Live-Fotografie interessiert mich nicht. Aber in der Tat plane ich, zukünftig vermehrt Musiker zu fotografieren.

Wäre auch Berufsmusiker eine Option gewesen? Bei einem Vater wie Peter Kraus, der deutschen Rocklegende, könnte man meinen, dass du schon als kleiner Junge musiziert hast. Wir waren keine Familie, die unter dem Weihnachtsbaum gesungen hat; mein Vater singt zu Hause eigentlich nie. Erst während meines Studiums kam ich zur Musik. Über acht Jahre bin ich viel in Clubs aufgetreten, habe Alben aufgenommen – das war eine fantastische Zeit. Ohne Musik könnte ich zwar nicht leben, aber als Berufsmusiker muss es dein Leben ausmachen. Und die Nr. 1 in meinem Leben ist im Moment meine Familie.

Was sind deine nächsten Projekte? Ich bereite gerade zwei Ausstellungen vor: Im Stadtmuseum Schwäbisch-Gmünd wird meine Fotoausstellung „Vénération“ wiederholt, die ich im Frühjahr 2019 bereits im Showpalast in München gezeigt habe (22. März bis Ende August). Dafür habe ich, ähnlich wie Autos, in aufwendiger Studio-Ästhetik edle Showpferde fotografiert. Die Fotos sind sehr minimalistisch, aber der Aufwand war wirklich enorm. Sie zeigen die Schönheit dieser edlen Tiere.

Meine zweite Ausstellung findet vom 16. Mai bis Ende August im Falkensteiner Schlosshotel in Velden am Wörthersee statt. Es ist eine Mixed Media Ausstellung mit Kunstwerken, die derzeit in meinem Atelier entstehen. Eine Mischung aus Fotografie und Malerei, wobei die Fotografie das Sichtbare darstellt und die Malerei die nicht erkennbare Vielfalt des Universums.

www.mikekraus.works, www.soapimages.com ■

Kanzlei am Starnberger See

Familienrecht. Fey & Kollegen.



Klar in der Sache – echt in der menschlichen Begegnung.

Unsere südlich von München gelegene **Kanzlei am Starnberger See** ist auf **familienrechtliche Angelegenheiten** spezialisiert.

Im Alten Forstamt • Weilheimer Str. 7 • 82402 Seeshaupt
Tel.: 0 88 01 - 91 34 06 • Fax: 0 88 01 - 91 34 07
kontakt@kanzlei-am-starnberger-see.de

www.kanzlei-am-starnberger-see.de

Worte in Würde. Taten von Herzen

„Im Anfang war das Wort.“ Dieser Satz steht zu Beginn des Johannes-Evangeliums und mit ihm beginnt die Schöpfungsgeschichte. Denn Worte sind unsere Begleiter, können tröstend sein und eine ungehörte Geschichte erzählen. Unsere Welt hat es verlernt, über den Tod zu reden. Wir verschweigen ihn, versuchen ihn zu verdrängen. So fehlen uns oft die richtigen, eigenen Worte, persönlichen Schmerz auszudrücken und unsere ureigenen Gefühle und Ängste zu formulieren.

Gerd W. Stolp, ist nicht nur Trauerredner, der in wertschätzenden Sätzen den Verstorbenen würdigt und den Hinterbliebenen Trost spendet. Er ist ein kompetenter Begleiter in schweren Stunden, der fast unsichtbar organisiert. Er nimmt die trauernden Familien an die vertrauensvolle Hand, um sie auf einem schweren Weg zu begleiten, der voller Schmerz sein mag. Aber er ist auch Neubeginn, und für diese schöne Erkenntnis ist kein institutioneller Glaube nötig. Der Glaube an Gott, oder auch der Nicht-Glaube, ist eine zutiefst persönliche Er-

fahrung und auch Entscheidung, die es zu respektieren gilt. Denn jedes Leben ist eine spirituelle Reise mit vielen aufgeworfenen Zweifeln, gewonnenen Erkenntnissen und schließlich hoffnungsvollen Wünschen nach dem einen persönlichen Gott, der einen in Frieden und auch Freude empfangen möge. Diesen individuellen Glauben muss ein Trauerredner erfassen, ihn von den Angehörigen erfragen, um die Zeremonie würdig und den Wünschen des Verstorbenen gemäß zu gestalten.

Er kann im Gegensatz zu manchem Geistlichen hier freier sein im Erkennen, wem er den Gang in eine neue Welt bereitet. Der angemessene Raum, in dem diese Tür geöffnet wird, kann überall sein: unter freiem Himmel an einem geliebten Ort, in der feierlichen Atmosphäre einer Aussegnungshalle oder Kirche; aber auch in einem Kino, wie im Fall der lebensfrohen Besitzerin der Lichtspiele, für deren Gedenkfeier kein anderer Ort in Frage kommen konnte. Gerd W. Stolp ist ein empathischer Mensch, der Trauernde begleitet und die richtigen und angemessene- ➔

nen Worte findet. Er übernimmt die weltlichen Dinge, damit die Hinterbliebenen sich ganz mit ihrem Gedenken befassen können. Das bedeutet, dass er Gäste empfängt, sie an ihre Plätze geleitet und die Trauerfeier wie ein stiller Zeremonienmeister lenkt.

Eine anspruchsvolle Aufgabe, die so vielfältig ist wie die Menschen, denen er das letzte Geleit gibt. Der eine bat um andächtige Stille, der andere um seine Lieblingsmusik, die man zu einem solchen Anlass nicht erwarten würde und der Nächste hat gar nichts bestimmt, da er nie an den eigenen Tod gedacht hatte. Gerade hier beginnt die herausfordernde Aufgabe. Wer war der Verstorbene? Wie sahen ihn seine Familie, seine Freunde? Die Beschäftigung mit einem Leben, voll von Lachen und Schmerz, angefüllt mit Jahren, mit Erwartungen und Enttäuschungen will erfasst werden und angemessen gewürdigt. Als wäre man ein Freund, der hier spricht und dem man vertrauensvoll diese Zeremonie überlässt. Dann könnte es geschehen, dass die Anwesenden erkennen, wie lebendig der Verstorbene in ihren Herzen ist und für immer sein wird. Wie sehr ihre Trauer von der eigenen Angst vor dem Tod geprägt ist. Das richtige Wort kann den Zuhörer dazu bringen über sich selbst nachzudenken und echten Trost in diesen Fragen zu finden.



Nichts kann den Tod ungeschehen machen, aber der richtige Umgang mit diesen Tagen stiftet Sinn in einer Zeit, die sinnlos scheint. Es werden im tiefen Schmerz ewige Fragen gestellt, zu denen es nur schwer die richtigen, wahren und endgültigen Antworten gibt. Aber manchmal ist die existenzielle Frage an sich schon ein wertvoller Gewinn an tieferer Erkenntnis und Reflexion des eigenen Daseins. Es kann leichter sein, diesen Weg nicht alleine zu gehen, sich nicht um Nebensächliches Gedanken machen zu müssen. Den Rahmen für dieses einschneidende Erlebnis zu geben, ist die Aufgabe des Trauerredners. Das Gedenken in würdige Worte zu fassen und als ein Vertrauter verlässlich und von Herzen zu handeln.

Dann ist eine Aufgabe erfüllt, die zunächst nicht erfüllbar zu sein scheint. Im Schmerz Trost zu geben und in der Dunkelheit ein Licht zu entzünden, damit das Gedenken an den Toten und an das einschneidende Ereignis seiner Beisetzung ein Moment ist, an den man sich nicht nur in Schmerz, sondern sogar mit dem einen oder anderen heiteren Gedanken erinnern kann. www.trauerredner-stolp.de ■

*Der aus Heidelberg stammende
Betriebswirt Gerd W. Stolp ist
seit 2002 selbstständiger
Kommunikationstrainer,
Mental-Coach und
Trauerredner.*



Gerd W. Stolp

Gerd W. Stolp
Trauerredner



Ihr Trauerredner für einen
würdevollen Abschied

*Das schönste Denkmal,
das ein Mensch bekommen kann,
steht in den Herzen der Mitmenschen.*

Albert Schweitzer



Rote Powerknolle

Fitmacher oder No-Go?

Der Roten Bete wird – wie ja vielen Gemüsen – eine ungeheuer gesundheitsfördernde Wirkung nachgesagt. Auch darauf gehen wir gleich ein. Trotzdem scheiden sich an ihr die Geister. Die einen können gar nicht genug von ihr bekommen, die anderen verziehen das Gesicht. Vielleicht liegt das auch nur an der richtigen Zubereitung?

Powerfood für (fast) alle

Aber holen wir uns doch tatsächlich erst einmal mit der gesundheitsfördernden Wirkung der roten Knolle ein wenig Appetit. Rote Bete steigert die (sportliche) Leistungskraft. Denn sie ist reich an Nitrat, das im Körper zu Stickstoff reduziert wird. Der wiederum regt unter anderem die Durchblutung an. Deswegen trinken Sportler gerne zwei bis drei Stunden vor dem Training ein Glas Rote-Bete-Saft. Da die Rote Bete auch relativ arm an Zucker (8 g/100 g), aber reich an Ballaststoffen (2,4 g), Eiweiß (2 g, das ist für ein Gemüse relativ hoch), Wasser und vielen Nährstoffen ist, passt sie auch im Rahmen

einer Diät. Ihr Kohlenhydratgehalt ist relativ niedrig (ca. 9 g, also fast alles nur durch ihren natürlichen Zucker), gleichzeitig enthält sie viele Antioxidantien und Ballaststoffe, die die Aufnahme dieses Zuckers verlangsamen – daher ist sie sogar für Diabetiker geeignet. Dass sich der Urin nach dem Genuss von Roter Bete verfärbt, ist für manchen befremdlich, aber absolut harmlos. Im Gegenteil: Der Farbstoff, der dafür verantwortlich ist, nennt sich Polyphenol Betanin – und das wiederum stärkt das Immunsystem und wirkt nachweislich entzündungshemmend, insbesondere, wenn man die Knolle roh zu sich nimmt. ➤



©robertsre-shutterstock.com

Es gibt allerdings auch Menschen, denen man gerade den rohen Genuss der Roten Bete nur in Maßen empfehlen kann. Denn sie enthalten auch Oxalsäure, die die Bildung von Nierensteinen fördert. Und auch Säuglingen unter sechs Monaten sollte man keine Rote Bete geben, da sie empfindlich auf Nitrat reagieren.

Um mit einem positiven Aspekt abzuschließen: Rote Bete macht klug. Das enthaltene Stickoxid regt die Bildung von neuen Synapsen und Nervenzellen im Gehirn an. Für manche Kantine also vielleicht das Gemüse!

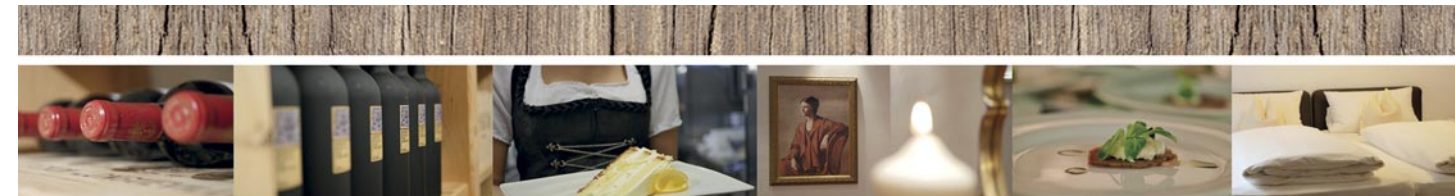
Wie schmeckt Rote Bete denn nun wirklich?

Vorab: Wir sprechen hier von frischen Rote-Bete-Knollen, und zwar nur selbst gegarten. Es geht nicht um die gesüßten, weil sonst eher geschmacklosen Exemplare, die in Folie eingeschweißt sind! Die Köchin, Autorin und Food-Consulterin Antje de Vries hat gerade ein Buch „Abenteuer Geschmack“ geschrieben, in dem sie sich sehr ausführlich mit dem Geschmack von 15 Gemüsen in ihren verschiedenen Aggregatzuständen beschäftigt. Dazu hat sie natürlich wunderbare Rezepte entwickelt, von denen wir hier zwei präsentieren dürfen. Aber sie hat

sich eben auch sehr ausführlich mit den Geschmacksportraits der einzelnen Gemüse beschäftigt. So auch mit der Roten Bete, die tatsächlich immer erst auf den „zweiten Blick“ in Duft und Geschmack überzeugt: Von außen und ungewaschen ist sie eine bräunliche Knolle, die gerade im Winterlager auch ein bisschen rau und schorfig wird.

„Ihre speziellen Aromen und ihre besondere Schönheit“, schreibt Antje de Vries, „geben die Knollen erst beim Aufschneiden preis: extrem hartes, festes Fruchtfleisch, das sich bei jungen Knollen leuchtend blutrot, bei älteren tief

burgunderrot präsentiert“. Und zum Duft: „Der erste typische Duftindruck ist zwar flüchtig, dafür intensiv erdig, wie frisch umgegrabener Ackerboden, leicht holzig bis zu modrig, schimmelig, an sich bunt durchmischende, vielschichtige Waldgerüche erinnernd.“ Die Autorin gibt zu, dass diese Beschreibung zwar blumig klingt, aber genau diese Geruchserlebnisse „Rote-Bete-Hasser nicht ganz zu Unrecht als ‚muffig‘ erschnuppeln“. Doch wer sich von diesem ersten Duft-Eindruck nicht abschrecken lässt, kann sich vom Geschmack ebenso beeindrucken lassen wie von der wunderschönen Farbe des Innenlebens der roten Knolle. ➔



FR. 27.03. ab 19:00 Uhr

Jazz-Abend

Das Trio Andrea Hermenau (Klavier & Gesang), Tim Collins (Vibraphon) und Philipp Mai (Kontrabass) begeistert mit sanften bis modernen Klängen und einer gemütlichen Atmosphäre.

FR. 24.04. ab 19:00 Uhr

Schafkopfreffen

Zeit für eine Partie, auf geht's zum Karteln! Wir laden zum Schafkopfreffen ein. Wir bitten um rechtzeitige Anmeldung.

FR. 16.05. ab 10:00 Uhr

Oldtimertreffen

Ob mühevoller Kleinarbeit, liebevoll restauriert oder im Originalzustand - es wird gestaunt, gefachsimpelt und Probe gefahren. Das Ganze wird begleitet von Country Live Musik sowie kulinarischen Genüssen!



Hotel
Restaurant
Biergarten

WALDGASTHOF
BUCHENHAIN

Am Klettergarten 7 - 82065 Baierbrunn - Tel: 089 7448840
info@hotelbuchenhain.de
www.hotelbuchenhain.de

Rohe Rote Bete mit Kreuzkümmel und griechischem Joghurt

spannend frisch und würzig, mit mineralischem Aroma

400 g Rote Beten (möglichst mit Grün)

200 g griechischer Joghurt (10 % Fett)

4 EL Olivenöl 1 TL Honig (z. B. ein kräftiger Tannenhonig)

½ TL Kreuzkümmelsamen

Meersalz

1. Die Roten Beten gründlich mit kaltem Wasser waschen, anhängende Wurzeln und Wurzelhaare entfernen. Zarte Blätter abschneiden und beiseitelegen. Die übrigen Stängel und Blätter für einen guten Halt beim Reiben an den Roten Beten lassen. Junge Knollen mit schöner Haut ungeschält verwenden, ältere Knollen schälen. Die Roten Beten mit der Küchenreibe fein in eine Schüssel raspeln.

2. Den Joghurt mit dem Olivenöl glatt rühren und auf vier Teller verteilen. Die geraspelten Roten Beten und die zarten Blätter locker auf den Joghurt geben. Den Honig darüberträufeln. Den Kreuzkümmel im Mörser nach Belieben fein oder grob zerstoßen und daraufstreuen. Jeweils mit einer Prise Salz würzen.

TIPP: Frisch geerntete Rote Beten enthalten oft so viel Zucker, dass der Honig gar nicht notwendig ist. Bereits gelagerte Knollen (wie jetzt im Winter bzw. frühem Frühjahr) erhalten durch ein wenig Honig die Süße zurück. Der Farbstoff der Roten Beten hinterlässt auf Textilien und der Haut harthäufige Flecken. Deshalb beim Verarbeiten am besten eine Küchenschürze und Einmalhandschuhe tragen.

Rote-Bete-Suppe mit Dill, Garnelen und Buttermilch

erdig mit frischer Säure, feiner Süße und Mineralik

600 g Rote Beten | 200 g Möhren | 2 Schalotten | 400 g Kartoffeln

1 kg Garnelen (roh, mit Kopf und Schale; z. B. rotschalige Tiefsee-Garnelen)

1 Bund Dill | 4 EL Öl 200 ml Weißwein

1,6 l Fischfond (oder Gemüsebrühe) | Meersalz | 1 Lorbeerblatt

1 Bio-Zitrone | 200 g Buttermilch | schwarzer Pfeffer

1. Von den Roten Beten und den Möhren die Wurzel- und Stielansätze abschneiden und entsorgen. Von den Schalotten die Wurzelansätze abschneiden und ebenfalls entsorgen. Rote Beten, Möhren, Schalotten und Kartoffeln gründlich waschen und schälen, die Schalen aufbewahren. Die Gemüse in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Die Garnelen abbrausen und schälen, die Schalen gut abtropfen lassen und beiseitestellen. Die Garnelen entlang des Rückens leicht aufschlitzen und den Darm herausziehen. Das Garnelenfleisch in ca. 1 cm lange Stücke schneiden. Den Dill waschen und trockenschütteln. Die Blätter abzupfen, grob hacken und abgedeckt im Kühlschrank beiseitestellen. Die Dillstiele aufbewahren.

2. Einen Topf auf hoher Stufe erhitzen. 2 EL Öl hineingeben und die Garnelenschalen darin kurz anrösten. Die Gemüseschalen hinzufügen und mitrösten. Mit dem Weißwein ablöschen. Den Fischfond, 1 Prise Salz, die Dillstiele und das Lorbeerblatt hinzufügen. Alles ca. 30 Min. köcheln lassen und anschließend durch ein Sieb in eine Schüssel passieren (falls die Schalen sehr verunreinigt waren, durch ein Tuch gießen).

3. Die Zitrone waschen, trockenreiben und halbieren. Eine Hälfte in Spalten schneiden und beiseitestellen, von der anderen Hälfte die Schale abreiben und den Saft auspressen. Den gehackten Dill bis auf 1 EL mit der Buttermilch und der Zitronenschale verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

4. Das übrige Öl (2 EL) in einem Topf erhitzen und die Gemüsewürfel darin bei mittlerer Hitze anschwitzen. Den Gemüse-Garnelen-Fond angießen und das Gemüse in 10 - 15 Min. bissfest garen. Die Garnelen hinzufügen. Die Suppe mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. 5. Die Suppe auf vier Teller verteilen und je 1 Klecks Dill-Buttermilch hineingeben. Den übrigen gehackten Dill (1 EL) darüber streuen und die Zitronenspalten dazu servieren. Der ideale Begleiter ist geröstetes Sauerteigbrot.

So viele Variationen – von sauer bis schokoladig süß

Antje de Vries begibt sich im Buch dann auf einen Geschmacksparcour, den wir hier nur andeuten können. Und was die Rote Bete dabei so besonders macht: Man kann sie sowohl roh als auch gegart als auch „pickled“, also eingemacht, genießen oder eben in einem dieser Zustände als Zutat verwenden. Ein Tipp aus unserer eigenen Redaktion zum Garen: Rote Bete gehören nicht im Kochtopf oder Schnellkochtopf mit Wasser gegart, sondern am besten im Backofen. Besonders gut schmecken sie, wenn man sie dort auf einem Salzbett langsam garen lässt. Einfach Backpapier so zuschneiden, dass man jeweils eine Knolle locker einwickeln kann (und dann oben mit einem Bindfaden zuschnüren). Auf dieses Backpapier grobes Meersalz streuen und auf dieses Salzbett die Knolle setzen. Das Päckchen locker verschnüren und im Ofen bei 160°C backen lassen, bis die Knollen weich sind (muss man mit einem Pieksler prüfen). Kommen diese Roten Bete dann aus dem Ofen, kann man sie auch einfach so verzehren – sie sind dann wunderbar weich und leicht gesalzen. Ein zweiter



Tipp, den man im Buch findet: Will man Rote Bete einmachen, dann gleichviel Essig wie Apfelsaft und dafür keinen Zucker verwenden. So bekommen die Knollen eine fruchtig-frische Süße statt einfach nur essigsauer zu sein.

Übrigens kann man die Roten Bete auch als wirklich alternative süße Kleinigkeit vernaschen: Die Knolle in Scheiben schneiden, im Ofen trocken backen und dann vor jedem Bissen in Kakaopulver dippen. Das können Sie sich nicht vorstellen? Einfach mal ausprobieren ...

Die beiden Rezepte aus „Abenteuer Geschmack“ sind jedenfalls beide ganz leicht nachzumachen und werden vielleicht doch den einen oder anderen Skeptiker überzeugen. Guten Appetit! ■

„Abenteuer Geschmack“ von Antje de Vries, GU-Verlag 2019
288 Seiten, ca. 300 Fotos
Format: 21 x 26,5 cm, Hardcover
Preis: 29,99 €
ISBN: 978-3-8338-7235-8

MODERNES LANDHOTEL IM SÜDEN MÜNCHENS



08178 99 88 08
www.hotel-schlee.com



**FEIERN SIE IHRE FAMILIENFESTE BEI UNS.
FESTSAAL UND HOTEL IN EINEM HAUS!**

UNSER HOTEL SOWIE DIE BAR UND DAS
RESTAURANT SIND GANZJÄHRIG GEÖFFNET. KEIN RUHETAG

Bahnhofstraße 5 | 82069 Hohenschäftlarn



7 Tage die Woche
durchgehend geöffnet.
Warme Küche von 11.30 bis 23.00 Uhr.

08178 99 85 55
www.il-brigante.de

IL BRIGANTE

Ristorante - Bar - Pizzeria

Aloe Vera - Schönheitselixier und Heilpflanze

Wunderpflanze, Quelle der ewigen Jugend, Überlebenskünstlerin, so wird die Aloe Vera oft bezeichnet. Schon seit einigen tausend Jahren wird sie als Heilpflanze geschätzt, die ägyptischen Königinnen Nofretete und Kleopatra sollen ihre Alabasterhaut damit gepflegt haben. Was diese Wüstenpflanze so besonders macht und was sie alles kann, erfahren Sie hier. ➔



Es war am Strand von Barbados, vor 15 Jahren, als ich meine erste Erfahrung mit Aloe Vera machte. Ich lag unter dem Sonnenschirm auf einer Liege, als ein Einheimischer auf mich zukam und auf meinen Unterarm deutete. Ich hatte es noch gar nicht bemerkt: Er war an einer Stelle von der Sonne verbrannt. Der Einheimische hatte frisch geschnittene Aloe-Vera-Blätter bei sich. Im Nu hatte er ein Stück geschält und legte mir das Gel auf die verbrannte Stelle. Es war herrlich kühl. Bevor er weiterging, füllte er mir noch ein bisschen davon in einen Becher ab und sagte, dass ich die Stelle mehrmals damit vorsichtig einreiben sollte, dann sei es morgen wieder gut. So schlimm verbrannt, wie die Stelle war: „niemals“,

dachte ich. Doch siehe da – er hatte recht. Am nächsten Morgen war so gut wie nichts mehr zu sehen und zu spüren. Seither liebe ich dieses Wunder der Natur.

Eine noch nachhaltiger wirkende Erfahrung machte Margot Esser mit Aloe Vera: Auf einer Reise nach Übersee hatte sie einen Unfall, bei dem sie schwere Verbrennungen im Gesicht und am Oberkörper erlitt. Vor Ort wurde sie über einen längeren Zeitraum von Naturheilkundigen mit Aloe-Vera-Gel und anderen besonderen Pflanzen behandelt. „Vollkommen überwältigt erlebte ich, wie sich meine Haut unter der heilsamen Wirkung dieser Pflanzen in Verbindung mit liebevoller und achtsamer Berüh-

©sommali-stock.adobe.com



Erste Hilfe bei
Sonnenbrand.
©Maridav-shutterstock.com



52 wellness

Entscheidend für einen hohen Wirkstoffgehalt ist ein gesundes Wachstum der Pflanzen über mindestens drei Jahre in biologischem Anbau.

©tilialucida-stock.adobe.com

runge regenerierte“, so Esser, die nach diesem Erlebnis ihren Job aufgab und vor nunmehr über 30 Jahren das Unternehmen „Pharmos Natur“ (www.pharmosnatur.de) in Bernried am Starnberger See gründete, bei dem die Aloe Vera ganz im Zentrum steht.

Aloe Barbadensis Miller – die einzig wahre Aloe

Die Aloe Vera ist eine Pflanzenart aus der Gattung der Aloen in der Unterfamilie der Affodillgewächse. Aufgrund ihrer stacheligen Blätter ähnelt sie zwar eher den Kakteen oder Agaven, gehört aber zu den Liliengewächsen. Als Sukkulente kann sie in ihren Blättern beachtliche Mengen an Wasser und Nährstoffen speichern und kommt daher lange Zeit ohne Wasser oder Erde aus. Sie wird auch Wüstenlilie genannt und wächst in allen tropischen und subtropischen Regionen. Die Aloe Vera trifft

man mit vielen Beinamen, denn im 18. Jahrhundert war sie ein beliebtes Forschungsobjekt von einigen Botanikern. Die einzig wahre, die heute auch in der Kosmetikindustrie verwendet wird und Gegenstand von wissenschaftlichen Studien ist, ist die „Aloe Barbadensis Miller“. Sie wurde 1768 nach dem englischen Botaniker Philipp Miller benannt, der sie auf der Insel Barbados entdeckte.

Das Blatt besteht aus drei Schichten: der Blattrinde, einer Schicht mit gelbem, bitterem Saft und dem Blattgel in der Mitte. Die Blattrinde und der bittere, gelbe Saft sind zur Kosmetik-Herstellung nicht geeignet. Dieser Saft enthält Anthranoide, auch Aloin genannt, ein Inhaltsstoff mit abführender Wirkung, der heute jedoch kaum noch als Abführmittel verwendet wird, unter anderem, weil er seit einiger Zeit im Verdacht steht, krebserregend zu sein.



Christina Meyer
haare | kosmetik | day spa
Ottobrunner Str. 37
82008 Unterhaching

Telefon: 089-615 34 337
info@christinameyer.de

Öffnungszeiten:
Mo - Fr 9.00 - 20.00 Uhr
Sa. nach Vereinbarung

Parkplätze direkt vor dem Haus und in unmittelbarer Nähe vorhanden.

INTERNATIONAL
FLAGSHIP
SALON
LA BIOSMETIQUE®
PARIS

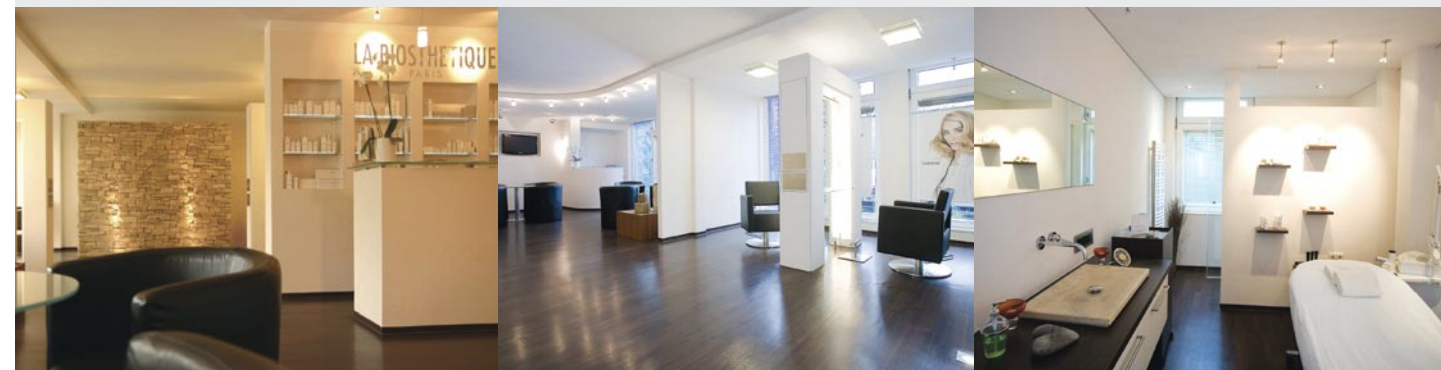
TOP HAIR
SALON DES JAHRES 2010
GEWINNER

HEALTH & SPA
BEST DAY SPA 2011
WINNER

HEALTH & SPA
BEST FACIAL TREATMENT 2012
WINNER

christina meyer

HAARE | KOSMETIK | DAY SPA



www.christinameyer.de



Ein besonderes Qualitätsmerkmal ist es, wenn die Aloe-Vera-Blätter einzeln von Hand geschält werden.
©jessica priass-shutterstock.com

Ganz anders dagegen das Gel. „Es ist Heilpflanze und Schönheitselixier zugleich“, sagt Dr. Kristina Kraus, Apothekerin und Inhaberin des Naturkosmetikshops für Nischenmarken, „Greenglam“, in Augsburg (www.greenglam.de). „In der Kosmetik verwendet man das Gel gerne, da es sehr viele unterschiedliche Substanzen enthält, die der Haut gut tun, wie die B-Vitamine, Vitamin C, E und A, wichtige Mineralstoffe, Enzyme, Aminosäuren, Lipide und Proteine.“ Wissenschaftler haben bis dato schon rund 200 Wirkstoffe nachgewiesen.

Wirkung von außen und innen

Entscheidend für die Wirkweise ist der Anbau der Pflanzen: ökologisch, in einem ausgewogenen tropischen oder subtropischen Klima, am besten in Mischkultur. Die Ernte sollte frühestens nach drei Jahren erfolgen. Je optimaler die Wachstumsbedingungen, desto höher ist der Gehalt des Hauptwirkstoffs Alverose (auch Acemannan), und somit die Wirkstoffdichte der Inhaltsstoffe. Wobei keiner der Wirkstoffe einzeln für die heilende und wohltuende Wirkung der Pflanze



©kunaor-shutterstock.com

Feste Zähne an einem Tag

bieten wir Ihnen seit über 15 Jahren durch den digitalen Workflow unseres modernen CEREC-Systems: Zähne scannen, herstellen und einsetzen. In nur einer Sitzung, ohne Abdruck, schmerzfrei und komfortabel werden Ihre Zähne high-end-keramisch ästhetisch versorgt. Bleaching und die professionelle Zahnreinigung begleiten schonend für Ihre Zähne unser Angebot.

Durch moderne digitale 3D-Implantatplanung mit DVT und mit dem Know-how aus fast 20 Jahren implantologischer Erfahrung bieten wir Zahnimplantatversorgungen auf höchstem Niveau an – minimalinvasiv und schonend. So können wir Ihnen feste Zähne an nur einem Tag ermöglichen. Mit starken Partnern wie Straumann-Implantatgroup und Sirona sowie mit hervorragenden Münchner zahntechnischen Laboren gelingt der Erfolg für Ihre festen Zähne. Das schenkt Ihnen neue Zufriedenheit, Selbstbewusstsein und Freude, das Essen und das Leben noch mehr mit allen Sinnen genießen zu können.

Ich lade Sie auf ein erstes persönliches Beratungsgespräch ein, bei dem ich gern auf Ihre speziellen und individuellen Wünsche eingehe.

Ihre Zahnärztin Dr. Elena Worthington M.Sc.



DR. ELENA WORTHINGTON
Master of Science in Oral Implantology
ZAHNÄRZTIN

www.zahnarzt-gruenwald.de

Tölzer Straße 8 | 82031 Grünwald
Tel. 089-6413254





Bei der Eigenherstellung von Cremes und Co. gilt es, zwei Aspekte zu beachten: die kurze Haltbarkeit und sauberes Ausschälen der Blätter.
©Pixel-Shot-shutterstock.com

verantwortlich ist, sondern der synergetische Effekt der einzelnen Stoffe. Immer mehr weltweit durchgeführte wissenschaftliche Studien belegen inzwischen die Wirkung der Aloe Vera für verschiedene Anwendungsbereiche.

Äußerlich angewendet wirkt Aloe Vera kühlend, beruhigend und entzündungshemmend bei Verbrennungen, Sonnenbrand und laut Erfahrungsberichten von Patienten auch nach der Strahlentherapie. Wie das Ergebnis einer an der Universität Freiburg durchgeführten Studie von 2006 gezeigt hat, war die Therapie mit 97,5%igem Aloe-Vera-Gel nach UV-induzierten entzündlichen Hautveränderungen erfolgreicher als mit einem Kortisonpräparat. Auch zur antientzündlichen Wirkung bei Hautkrankheiten wie Neurodermitis, Ekzemen oder auch Genitalherpes konnte die Wirkung von Aloe Vera nachgewiesen werden. Ebenso wird der Juckreiz bei Insektenstichen gemindert.

Generell ist Aloe Vera ein wahres Schönheitselixier für die Haut: Es spendet intensiv Feuchtigkeit, hilft bei Hautirritationen, regeneriert die Haut, regt die Kollagenproduktion an und ist somit ein echtes Anti-Aging-Wunder. Innerlich wirkt sich der reine Aloe-Vera-Saft oder frisch geschnittenes Gel positiv auf das Immunsystem und den gesamten Organismus aus. Zudem schützt und regeneriert es die Schleimhäute, die sich vom Mund bis zum Darm durch den ganzen Körper ziehen, und deren Zustand sich ebenfalls im Hautbild widerspiegelt.



©kedrov-shutterstock.com

Do-it-yourself – Cremes und Co. in eigener Herstellung

Nun findet man ja inzwischen in jedem Gartencenter Aloe-Vera-Pflanzen. Da könnte man sich doch eigentlich auch ein oder zwei Pflanzen ins Wohnzimmer stellen und sich seine Hautpflegeprodukte selbst herstellen. „Man kann sich schon eine Creme, Maske oder Peeling nach Rezepten selbst herstellen oder auch nur das Gel verwenden, doch bei der Eigenherstellung von Aloe-Vera-Produkten sollten zwei Dinge unbedingt beachtet werden: Zum einen die kurze Haltbarkeit des Gels (drei bis vier Tage im Kühlschrank), zum anderen besteht die Gefahr, dass man nicht nur das reine Gel aus dem Blatt

herauslöst, sondern auch etwas vom Aloin „erwischt“, was zu Hautreizungen führen kann. „Beim Auslösen des Gels muss man sehr genau arbeiten“, erklärt die Augsburger Apothekerin Dr. Kraus, die schon einige Bücher über selbst hergestellte Kosmetik geschrieben hat.

Unser Tipp: Frieren Sie das herausgelöste Gel direkt nach dem Auslösen portionsweise ein. Es eignet sich nicht nur zur Abkühlung der Haut, sondern auch zum Untermischen in Joghurts oder zum Mixen von Smoothies oder einem gesunden Cocktail.

Da die Wirkstoffdichte wie beschrieben, von den Wachstumsbedingungen abhängt, ist es ratsam, genau zu prü- ➔



Villa Med

IHR PRAXISZENTRUM

INNERE & ALLGEMEINMEDIZIN

- Internistische Diagnostik mit Ultraschalluntersuchung der Schilddrüse, Innere Organe, Halsschlagadern und Gefäße
- Reisemedizin und Gelbfieberimpfstelle der WHO
- Ästhetik Botulinumtoxin, Shiny Skin Therapy
- Metabolic-Balance
- Stoffwechsel- und Leistungsanalyse

Buchen Sie
Ihren Termin
online!



Andrea Thanner

Fachärztin für Allgemeinmedizin, metabolic-balance, Hypertensiologin, Ernährungsmedizinerin



Dr. med. Stephanie Siebold

Fachärztin für Innere- & Allgemeinmedizin, Sportmedizinerin & Leistungsdiagnostik, Hypertensiologin, Notfallmedizin

Ihre Hausarztpraxis in Pullach mit breitem Spektrum direkt am S-Bahnhof Großhesselohe.

INNERE & ALLGEMEINMEDIZIN · ERNÄHRUNGSMEDIZIN · SPORTMEDIZIN · REISEMEDIZIN

VillaMed · Sollner Str. 19 · 82049 Pullach · Tel. 089.72719480 · www.praxispullach.de

fen, bei welchem Anbieter (es finden sich zahlreiche im Internet) man die Aloe Vera kauft. Blätter und Pflanzen aus ökologischem Anbau von den eigenen Plantagen sind zum Beispiel bei dem Naturkosmetikunternehmen „Santaverde“ erhältlich. (www.santaverde.de)

„Augen auf“ beim Kauf von Aloe-Vera-Produkten gilt grundsätzlich, denn aktuell wird der Markt geradezu überschwemmt: von Cremes über Strumpfhosen bis hin zum Spülmittel. Wie Überprüfungen der Stiftung Warentest ergaben, ist oft nur eine verschwindend geringe Menge an reinem Aloe-Vera-Saft enthalten, geschweige

Tipps für Ihr persönliches Verwöhn- und „Reparatur“-Programm

Eine Gelmaske zur Beruhigung gereizter Haut, auch nach Sonnenbrand und Insektenstichen; Trockenheitsfältchen werden gemindert. Sie enthält hochkonzentriertes Aloe Vera (60%), Hyaluronsäure und Panthenol.

Dr. Schrammek – 75 ml, 32 €
www.schrammek.de



denn wurden Pflanzen mit hoher Qualität verwendet. Ein Billigprodukt kann nicht die gleiche Qualität wie ein hochpreisiges haben, denn allein die Herstellung durch Schälung der Blätter von Hand verursacht höhere Kosten. **Unser Rat:** Informieren Sie sich über das Unternehmen und überprüfen Sie die Angaben zu den aufgeführten Inhaltsstoffen. Denn nur bei einem hohen Wirkstoffgehalt kann das Allround-Talent Aloe Vera seine Heilkraft auch voll „ausüben“.



Pflaster mit Aloe-Vera-Extrakt für kleine Verbrennungen, Schürf- oder Schnittwunden und Blasen. Es besteht aus natürlichen Bambus-Fasern, ist hypoallergen und vollständig abbaubar.

Patch – 25 Stück, 6,99 €
gesehen bei Greenglam



Ein echtes Allround-Genie für Gesicht und Körper: Die feuchtigkeitsspendende Pflege „Aloe Vera Gel with Mint“ beruhigt und regeneriert strapazierte und trockene Haut nach dem Sonnenbad oder der Rasur und erfrischt an heißen Sommertagen.

LIGNE ST BARTH – 200 ml, € 53,50
gesehen bei Ludwig Beck

Schmerzen müssen nicht sein

In weit über 90% der Fälle sind wir in kurzer Zeit in der Lage, Ihnen zu helfen, Ihre Schmerzen dauerhaft entscheidend zu reduzieren und meist schon ganz zu beseitigen – auch wenn Sie sich schon viele Jahre damit plagen mussten.

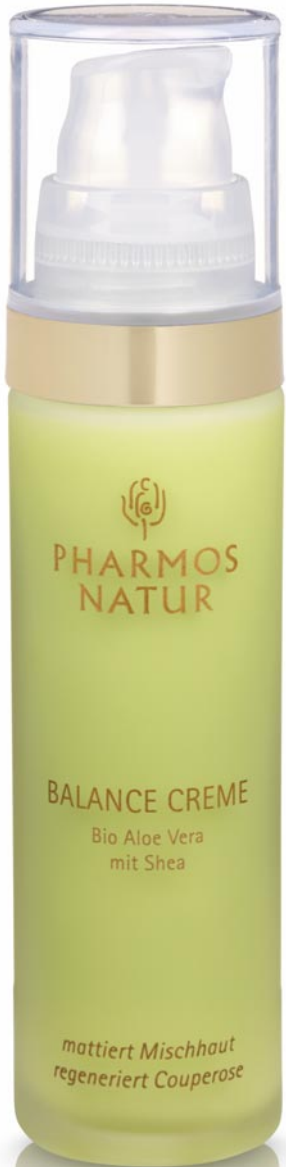
Ganz natürlich und körpergerecht, ganz ohne Schmerzmittel, Spritzen oder Operationen behandle ich Sie z. B. bei Migräne, Nacken-, Schulterschmerzen, Golfellenbogen, Karpaltunnelsyndrom, Rücken-, Hüft-, Knie-, Bein- oder Haluxschmerzen.

www.liebscher-bracht.com



Dr. Markus Hundhammer
Schmerztherapeut

Waschgel für Körper und Gesicht mit Bio Aloe Vera in Glas-Mehrwegflaschen.
Takuna – 250 ml, 9,90 €
gesehen bei Greenglam



Die ideale Gesichtspflege für die sensible Mischhaut mit Bio Aloe Vera mit Sheabutter, besonders geeignet bei Couperose.
PHARMOS NATUR – 50 ml 64 €
www.pharmosnatur.de



Der Drink enthält 99,7% reines Aloe-Vera-Gel mit einer frischen zitronigen Note, ist reich an Vitamin C, zuckerfrei und ohne Konservierungsstoffe. Zur Aufrechterhaltung eines normalen Immunsystems.
Forever – 1l, 32,75 €
www.be-forever.com



SOPHIE LEHMEYER - PRAXIS FÜR LOGOPÄDIE

In meinen beiden Praxen in Solln und Pullach finden Sie eine fundierte, kompetente und auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Therapie.

Wir verfügen dabei über eine breit gefächerte Ausbildung als Logopädinnen und Sprachheilpädagoginnen mit vielfältigen Fort- und Weiterbildungen sowie langjähriger Berufserfahrung.



Praxis am Krankenhaus Martha Maria
Wolfratshauerstraße 99
81479 München
T: 0 89 / 75 90 58 80



Praxis am Krankenhaus Martha Maria
Wolfratshauerstraße 99
81479 München
T: 0 89 / 75 90 58 80



Praxis Pullach
Am Kirchplatz 8
82049 Pullach
T: 0 89 / 890 540 545

info@logopaedie-lehmeyer.de | www.logopaedie-lehmeyer.de



HNO-Privat-Praxis Prof. Dr. med. Kerstin Lamm

Ihre Spezialistin für
Tinnitus
Schwindel
Gleichgewichtsstörungen
Hörstörungen

Ihre Fachärztin für
Husten Schnupfen Heiserkeit
Schnarchdiagnostik
Stimm- und Sprachstörungen
Allergologie



Keramik-Implantat: ästhetisch - natürlich - sicher

„Der Schönheit ist es vergönnt, am meisten bemerkt zu werden“, schrieb schon der griechische Philosoph Sokrates vor fast 2.500 Jahren. Untersuchungen belegen heute, dass Mund und Zähne zu den wichtigsten Kriterien bei der Beurteilung der Schönheit eines anderen Menschen gehören. Makellos weiße, gerade Zähne und ein gesundes Zahnfleisch spielen dabei eine große Rolle. Viele Patienten mit Zahnproblemen sehnen sich danach, wieder lachen, kauen und sprechen zu können – mit schönen und festen Zähnen. Ein regelmäßiges, vollständiges und intaktes Gebiss muss heutzutage nicht mehr von Geburt an gegeben sein, sondern kann vom richtigen Zahnarzt, dank moderner künstlicher Zahntechnik, „bissfest“ geschaffen werden.

Gesunde Zähne erhalten die Gesundheit

Langes Zuwarten bei Zahnproblemen kann nicht nur für das Gebiss, sondern für den ganzen Körper zu gesundheitlichen Problemen führen. Allergien, Immunschwächen, Kopfschmerzen und sogar Diabetes können durch bakteriell bedingte Entzündungen im

Mundraum oder aber auch durch Metalle im Körper wie Amalgam, Zinn, Kupfer, Palladium, Iridium, Silber, Gold und Titan u.a. hervorgerufen werden.

Weg vom Metall, hin zur Keramik

Bisher waren gewisse Behandlungen im zahnmedizinischen Bereich nur mit dem Einsatz von Metallen u.a. Titan möglich. „Das hat sich zum Glück und dank modernster Technik und einer absolut bioverträglichen Hochleistungskeramik aus Zirkonoxid, geändert. Wir verwenden schon seit Jahren Zahnersatz und Implantate der Firma ZERAMEX®-Keramik“, erklärt Dr. Burkard Bott. Der Zahnersatz mit dem zweiteiligen ZERAMEX®-Keramik-Implantat und der metallfreien Krone ersetzt wunderbar Zahnwurzel und Zahn, sieht optisch sehr gut aus und ist absolut biokompatibel, so Dr. Bott weiter.

So funktioniert das Einsetzen des Keramik-Implantats

Ein Keramikimplantat wird genauso eingesetzt wie ein Titanimplantat. Nach der örtlichen Betäubung wird das Keramik-Implantat mittels sanfter, gewebeschonender OP-Technik an die gewünschte Stelle des Kiefers platziert. Im Laufe der folgenden Wochen und Monate wächst das Zahnimplantat in den Kieferknochen ein. Bei ausreichender Festigkeit kann dann der eigentliche Zahnersatz (Krone, Brücke oder Prothese) angebracht werden.



Vorteile des ZERAMEX®-Keramik-Implantats

Das ZERAMEX®-Keramik-Implantat ist neutral zu anderen Biowerkstoffen sowie zum menschlichen Körper und wirkt aufs Zahnfleisch wachstumsfördernd. Das Keramik-Implantat zeichnet sich durch hervorragende Gewebsverträglichkeit aus, da es vom Organismus nicht als Fremdkörper angesehen wird. Die geringe Ablagerung von Zahnbelag führt zu entzündungsfreiem Zahnfleisch. Die ZERAMEX-Implantate sind zudem weltweit die einzigen zweiteiligen Implantate, die konsequent ohne Metall verschraubt werden und daher zu 100 Prozent metallfrei sind.

Mythen wie „Keramik breche leichter, würde nicht einheilen oder auch die Verlustrate bei Keramikimplantaten sei viel zu hoch“, haben sich bis heute auch in Langzeitstudien nicht bestätigt. Im Gegenteil: „Wir haben die Erfahrung gemacht, dass ZERAMEX®-Keramik-Implantate den höchsten Anforderungen an Festigkeit, biomechanischer Stabilität, Passgenauigkeit und Langlebigkeit erfüllen und eine zuverlässige Alternative zu Titanimplantaten bieten“, erzählt Dr. Bott.

**Privatpraxis für Zahnheilkunde
Dr. Burkard Bott & Kollegen
Tel. 089/64 63 00**

81545 München-Harlaching, Theodolindenplatz 5
info@privatzahnarzt-bott.de, www.privatzahnarzt-bott.de



Prof. Dr. Andreas
Riederer

Die vergrößerte Nasenmuschel

Auf jeder Seite der Nase hängen seitlich drei sogenannte Nasenmuscheln (Grafik). Diese sind horizontal angeordnet, bestehen innen aus einem Knochen, der von Schleimhaut bedeckt ist. Die oberen sind für das Riechen (1 und 2) und die unteren für die Klimatisierung

(Erwärmung, Befeuchtung und Reinigung – 2 und 3) der eingeatmeten Luft zuständig. Ist die Schleimhaut der Nasenmuscheln entzündet, so schwellen diese an, verstopfen dadurch die Nase und produzieren vermehrt Nasenschleim. Viele Patienten wirken diesen Symptomen mit einem abschwellenden Nasenspray entgegen. Dieses führt aber

schon nach kurzer Zeit zur Abhängigkeit, sodass es immer engmaschiger eingenommen werden muss. Nachhaltiger sind bei akuten Entzündungen deshalb Inhalationen von warmer Luft oder warmen Dämpfen, sowie die vorsichtige Verwendung von einem Cortisonhaltigen Nasenspray.

Falls bei chronischen Entzündungen der Nasenmuscheln das Cortison-Nasenspray seine abschwellende, anti-entzündliche Wirkung nicht erfüllt, können bei weitgehend normal ausgerichteter Nasenscheidewand die unteren

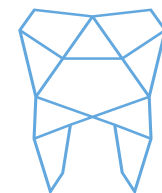
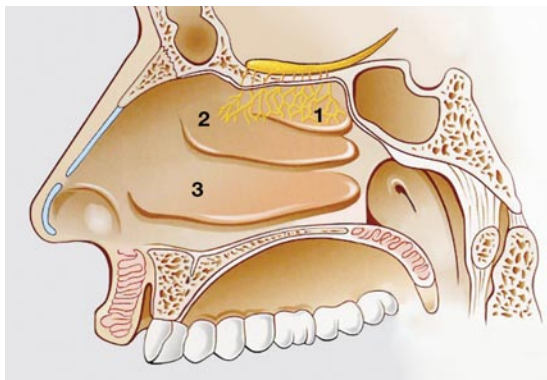
Nasenmuscheln (3) verkleinert werden. Je nach Ausmaß der Reduktion kommen hierfür unterschiedliche chirurgische Verfahren in Betracht. Eine geringe Schwellung, aber auch Verwachsungen zur Nasenscheidewand können ambulant in lokaler Betäubung mithilfe eines

sogenannten CO₂-Lasers relativ schmerzlos verkleinert werden. Man kann auch den Nasenknochen brechen und zur Seite verlagern um mehr Platz zu schaffen. Größere Veränderungen werden mit einer tiefen Verödung der Nasenmuscheln mittels der sogenannten Radiofrequenz behandelt. Eine andere Methode ist die Teilentfernung

des Muschelknochens. Dieses chirurgische Vorgehen schont die Schleimhaut, ist jedoch deutlich aufwendiger. Da die zuletzt genannten Eingriffe schmerzhafter sind, werden sie in den meisten Fällen in einer kurzen Narkose durchgeführt.

Prof. Dr. med. Dr. med. habil. Andreas Riederer
Hals-, Nasen-, Ohrenheilkunde,
plastische Operationen, Allergologie
Tel. 089/74443578

81479 München, Sollner Str. 65b, www.hno-riederer.de



**ZAHNZENTRUM
SOLLN**

Albrecht M. Walther & Kollegen



Sind Sie auf der Suche nach einer Zahnarztpraxis, in der Sie professionell und individuell auf Ihre Bedürfnisse angepasst betreut und behandelt werden?

Sie sind bei uns als Patient und Mensch gut aufgehoben. Vereinbaren Sie doch einfach einen Termin.

Wir freuen uns auf Sie!

- Ästhetische Zahnheilkunde und Füllungstherapie
- Betreuung von Angst- und Schmerzpatienten
- Professionelle Zahnreinigung und Prophylaxe, Zahnaufhellung
- Prothetische Versorgung mit Implantaten, Kronen (CAD-Technik), Brücken und Prothesen aus deutschen Meisterlaboren
- Endodontie (Wurzelkanalbehandlung)
- Parodontologie
- Familienzahnheilkunde vom Kindes- bis zum Seniorenalter



Termine nach Vereinbarung in den Zeiten

Mo 07.30 - 19.00 Uhr

Di 07.30 - 20.00 Uhr

Mi 09.00 - 15.00 Uhr

Do 10.00 - 20.00 Uhr

Fr 09.00 - 15.00 Uhr

Sa nach Vereinbarung

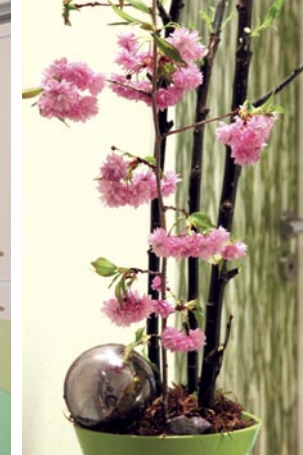
Sollner Str. 65 b
81479 München

Tel 089 - 785 31 30

Fax 089 - 784 90 87

Mail info@zahnzentrum-solln.de

Web www.zahnzentrum-solln.de



Radiologie Dr. Roedel

Hohe medizinische Kompetenz, Hightech und persönliche Nähe

In München Harlaching finden Sie eine „etwas andere Radiologie“. Das Grün der umliegenden Gärten spiegelt sich auch in der modernen Radiologie wider: bodentiefe Fenster, lichtdurchflutete Räume, Wände aus Glas und Gräsern. Hinter der ansprechenden, fast filigran wirkenden Optik stecken jedoch ärztliche Kompetenz und innovative Hochleistungstechnologie. MünchenSÜD spricht mit Frau Dr. med. Roedel.

Frau Dr. Roedel, welche radiologische Hochleistungstechnologie erwartet denn den Patienten bei Ihnen? Kernspintomographie (MRT), Computertomographie (CT), voll-digitale Mammographie usw. – jede Bildgebung stets so präzise und schonend, wie heute möglich. Unser Mikrodosis-CT spart z.B. bis zu 87 Prozent üblicher Röntgenstrahlen durch innovativste Verfahren ein, die Niedrigdosis-Mammographie beeindruckt

ebenso durch höchstmögliche Einsparung, der MRT arbeitet ganz ohne Röntgenstrahlen.

Was macht Ihre Praxis sonst noch einzigartig, Frau Dr. Roedel? Hochtechnologie ist Mittel und nicht Zweck. Ich möchte deshalb Ihren Blick auf anderes lenken: auf die ärztliche Kunst, auf die Betreuung des Patienten und die ärztlich-interdisziplinäre Kommunikation.

Woran machen Sie das fest, Frau Dr. Roedel?

Das schönste Kompliment sind für mich die vielen ärztlichen Kolleginnen und Kollegen anderer Fachrichtungen, die sich an mich wenden, wenn sie selbst als Patient radiologische Diagnostik brauchen, die auch ihre Familienmitglieder und Freunde zu mir schicken – und natürlich auch ihre Patienten.

Seit über 25 Jahren bin ich im Raum München als Radiologin in einem medizinischen Querschnittsfach tätig, und mit Ärzten aller medizinischen Fächer vernetzt. Sie nutzen mich deshalb nicht nur als Diagnostikerin, sondern auch als Wegweiser zu den besten Spezialisten und als Medical Coach.

Welches Feedback bekommen Sie sonst von Patienten, Frau Dr. Roedel?

Das schönste Feedback ist, dass Stammpatienten teilweise schon seit über 10 Jahren zu mir kommen. Und dies mit größtem Vertrauen, gewachsen aus jahrelanger positiver Erfahrung – einer Erfahrung, die sie an ihre Familien und gute Freunde weitertragen und weiterempfehlen. Oft höre ich Attribute

wie: Kompetenz, Nähe, Respekt, Wertschätzung, Freundschaft, Güte, Wärme, Hilfsbereitschaft, Gastfreundschaft.

Die intensivsten Beziehungen zu Patienten entwickeln sich oft auch aus einer erfolgreichen Früherkennungsdiagnostik, die weiteres Leben schenkt und Lebensqualität. Dies bieten wir u.a. auf folgenden Gebieten an: Brustdiagnostik, Prostata, Herz, Gefäße, Lungendiagnostik/Raucher-Check, Ganzkörper-MRT, Osteoporose. Sehr interessante Details dazu finden Sie übrigens auf unserer Website www.roedel.de

**Radiologische Praxis
Dr. med. Brunhilde Roedel
Tel. 089/44 23 44 00
81545 München-Harlaching
Isenschmidstraße 19
www.roedel.de**



Dr. med.
Brunhilde Roedel

Natürlich schön

Falten bekommt jeder Mensch im Laufe seines Lebens, der eine mehr, der andere weniger. Wer etwas dagegen tun, aber sich nicht „unter's Messer“ legen möchte, findet hier einen Überblick über einige der neuesten nicht- bzw. minimalinvasiven Methoden, die die Haut wieder jünger und frischer aussehen lassen. Dazu eine Auswahl innovativer Pflegeprodukte. ➔



Eigentlich sollte das Selfie nur zeigen, wie der neue Lippenstift aussieht. Doch was ist das? Irgendwie hängen die Bäckchen, um die Augen herum sind es einige Fältchen mehr geworden, und der Hals sah doch neulich auch noch weniger knittrig aus ... Während die einen es als Zeichen eines gelebten Lebens ansehen, möchten die anderen die Zeit zurückdrehen. Doch nicht jeder möchte oder benötigt dafür ein „großes“ Facelifting. Wir haben bei einigen der besten Schönheitsexperten nachgefragt, wann welche der „sanften“ Methoden geeignet ist.



Hyaluronsäure eignet sich nicht nur zur Faltenbehandlung, sondern auch zum Volumenaufbau.

©Yakobchuk Olena-stock.adobe.com

Liquid Lifting mit Hyaluronsäure

Wenn es um Hautverjüngung und ein frisches Aussehen geht, fällt oft sofort das Stichwort „Hyaluronsäure“. Dabei handelt es sich um gelartige Stoffe, die auch natürlicherweise in der Haut vorkommen und die viel Wasser speichern. Doch im Alter nimmt der natürliche Gehalt an Hyaluronsäure in der Haut ab: Sie wird schlaff, trocken, spröde und faltig. Wird die Hyaluronsäure wieder zugeführt, d. h. unter die Haut gespritzt, gewinnt diese ihre Spannkraft und ihr Volumen zurück und sie wirkt insgesamt frischer.

Das Unterspritzen von Hyaluronsäure eignet sich optimal zur gezielten Behandlung von Falten (z. B. Nasolabialfalte, Lippenkonturen), zur Straffung der Haut, zum Volumenaufbau (z. B. Korrektur der Hängebäckchen) sowie zur flächigen Hautverjüngung, z. B. der Wangen oder an Hals und Dekolleté. Das Schöne: Der Effekt ist sofort sichtbar. „Ich gebe meinen Patienten während der Be-

handlung einen Spiegel, sodass Sie selbst hinsichtlich des Ergebnisses mitentscheiden können“, sagt Dr. Nicole Schramm (www.praxis-haut-haare-hormone.de). „Durchschnittlich kommen die Patienten nach einem halben Jahr zur Auffrischungsbehandlung, das hängt jedoch vom Ausgangszustand der Haut ab. Ab einem gewissen Alter empfehle ich einen mehrstufigen Therapieplan bzw. die Kombination mit anderen Methoden. Der ideale Behandlungsumfang sollte immer zu einer absolut natürlichen, frischen, jugendlicheren Ausstrahlung führen – nicht mehr und nicht weniger“, lautet die Devise der Grünwalder Hautexpertin.

Bei einigen Arealen wie der „Zornesfalte“ bringt Hyaluronsäure aber wenig, denn aufgrund der permanenten Bewegung der Stirnregion würde es „verschoben“ werden. Hier ist Botox das Mittel der Wahl. Im Anschluss an die Behandlung kommt es selten zu kleinen blauen Flecken oder leichten Schwellungen.

Microneedling

Je älter wir werden, desto mehr schwindet die Dichte und Stabilität der kollagenen Fasern in der Haut. Diese zu regenerieren und zu erneuern, ermöglicht das Microneedling, die sanfte Form des „Medical Needling“. Dabei wird mit einem mit Nadeln besetzten Roller mit kontrolliertem Druck das gewünschte Hautareal behandelt bis kleine Blutungspunkte auftauchen, eine Art Schürfwunde entsteht. Durch die kleinen Einstiche in tiefe Hautschichten kommt es zu Minimalverletzungen, die den Bindegewebefasern den Impuls geben, sich zu regenerieren und zu erneuern. „Sehr gut bewährt hat sich die Methode bei



Der Effekt des Microneedlings kann durch eine begleitende Behandlung mit Vitamin-A-Säure verstärkt werden.

©Neeila-shutterstock.com

kleinen Fältchen im Gesicht, insbesondere um den Mund herum, an Kinn und Wangen und bei Aknenarben“, erklärt Dr. Caroline Kim, Fachärztin für Plastische und Ästhetische Chirurgie aus München (www.dr-kim.de/ www.facelift-drkim.de). „Eine begleitende Behandlung mit Vitamin-A-Säure verstärkt den Effekt“, so die Medizinerin. „Der neueste Trend ist die Kombination mit Eigenfett (sog. Nanofett), denn die darin enthaltenen Stammzellen unterstützen den Regenerationsprozess.“ Das Eigenfett (wenige Milliliter) wird z. B. von den Oberschenkeln abgesaugt, verflüssigt und dann mit einer Art Stempel in die Haut injiziert oder nur über die behandelte Fläche massiert.

Bereits wenige Tage nach dem Microneedling fühlt sich die Haut fester und frischer an; nach rund sechs Wochen





Eine gute Methode zur Straffung von „Champagnerbäckchen“ ist das Fadenlifting.
©lado2016-stock.adobe.com

sind die endgültigen Resultate sichtbar (weniger tiefe Fältchen oder Narben, feineres Hautbild). „Das Ergebnis hält über zirka zwölf Monate an, oft ist eine dauerhafte Verbesserung zu beobachten“, so Dr. Kim. „Eine gelegentliche Nachbehandlung (einmal jährlich) ist zu empfehlen, denn der Alterungsprozess geht ja weiter. Um einen guten Effekt zu sehen, sind mindestens zwei bis drei Behandlungen erforderlich.“

Für ein, zwei Tage treten leichte Rötungen und Schwellungen auf und die Haut ist lichtempfindlicher. Für Patienten mit Entzündungen (Akne, Herpes) oder Rosacea kommt Microneedling nicht infrage.

Fadenlifting

Spätestens ab 40 Jahren verliert das Gesicht seine klaren Konturen. Die Folge sind kleine „Champagnerbäckchen“, ein erschlaffender Kinn- und Halsbereich oder müde aussehende Augen durch hängende Lider. Das Fadenlifting ermöglicht es, diese Bereiche wieder zu

straffen und anzuheben, aber auch leichte Asymmetrien im Gesicht auszugleichen. Dazu werden mit einer Micro-Nadel Fäden unter die Haut geschoben und sanft angezogen. So kann ganz nach Wunsch gestrafft werden. Je nach Anwendungsbereich und Effekt werden unterschiedliche Fäden verwendet: glatte, mit kleinen Kegelchen oder mit Widerhaken. Wer jetzt denkt: „Hilf! Fäden im Gesicht?“, den kann Dr. Marion Moers-Carpi (www.hautok.de/fadenlifting) beruhigen: „Alle Fäden sind nicht nur hauchdünn, sondern auch sehr gut verträglich und lösen sich nach ein bis zwei Jahren von selbst wieder auf.“

Das Fadenlifting ist inzwischen sehr beliebt, weil die Ergebnisse wirklich schön sind.“ Und: es gibt einen Sofort- und einen Langzeiteffekt, der bis zu einem Jahr anhält, denn zusätzlich wird die Haut langfristig angeregt, neues Kollagen zu bilden. „Die glatten Fäden eignen sich zum Auffüllen, die mit Kegelchen zum Heben, z. B. der Wangenpartie, und die mit Widerhaken geben einen guten Liftingeffekt“, so die Münchner Dermatologin. Die Behandlung dauert, je nach Größe des zu behandelnden Areals, 30 bis 60 Minuten.

An den Eintrittspunkten der Fäden kann es zu blauen Flecken und leichten Schwellungen kommen, die sich aber gut überschminken lassen. Nach einer Gesichtsbehandlung sollte man auf dem Rücken schlafen und auf starke Mimik-Bewegungen verzichten – also im Kino lieber eine Dokumentation als eine lustige Komödie anschauen! Das Fadenlifting kann auch am Körper angewendet werden. ➔

MEDIZINISCHE KOSMETIK – HAUT UND HAAR IN GUTEN HÄNDEN!

GESICHT

- Retinoltherapie Zein Obagi
- Akne-Behandlung
- Anti-Aging-Behandlung
- Chemical-Peeling

HAND & FUSS

- Maniküre & Pediküre
- Lack (O.P.I.)
- Massagen

NEU! CLEAR-LIFT LASERBEHANDLUNG BEKÄMPFT AKNE MIT LANGZEITWIRKUNG!

NEU! HARMONY SHR – DAUERHAFT HAARENTFERNUNG – SCHONEND SCHMERZARM FÜR ALLE HAARTYPEN!



KOSMETIKINSTITUT DR. SCHRAMM

Emil-Geis-Str. 2
82031 Grünwald

Tel. 089 – 649 10 253
www.kosmetik-gruenwald.de



ÄSTHETIK

LASERMEDIZIN

KLASSISCHE HAUTERKRANKUNGEN

ANTI-AGING-MEDIZIN

NEU! ACCENT XLI BODYFORMING – STRAFFUNG + REDUKTION VON FETTZELLEN UND CELLULITE – SICHER UND SCHMERZFREI!

NEU! HARMONY XL PRO – SCHONENDE TATTOOENTFERNUNG OHNE NARBEN!

ULTHERAPY & LIQUIDLIFTING KUNSTVOLL ANGEWANDT – FÜR NATÜRLICHE SCHÖNHEIT, DIE SICH SELBST TREU BLEIBT.



PRIVATPRAXIS HAUT • HAARE • HORMONE DR. MED. NICOLE SCHRAMM

Emil-Geis-Str. 2
82031 Grünwald

Tel. 089 – 649 57 628
www.praxis-haut-haare-hormone.de



Vampirlifting (PRP)

Kommen wir zu einer Methode, die zwar gruselig klingt, aber eine geradezu verblüffend einfache und effektive Behandlung zur Hautstraffung und Hauterneuerung ist. Und da mit dem eigenen Blut behandelt wird, kommt es zu keinen allergischen Reaktionen oder Unverträglichkeiten, also eine sehr gute Alternative für Patienten, die keine Hyaluronsäure vertragen.

Und so funktioniert es: Es werden 15 Milliliter Blut aus der Armvene entnommen, das so aufbereitet wird, dass die roten Blutbestandteile vom Plasma getrennt werden.

Das Resultat ist ein hochkonzentriertes Serum, das PRP (Platelet-Rich-Plasma), bestehend aus sehr hohen Mengen an Blutplättchen, körpereigenen Wachstumsfaktoren und Proteinen. Dieser „Cocktail“ regt die Haut von Grund auf zur Erneuerung und Straffung an, indem er mit ultrafeinen Nadeln im entsprechenden Hautareal unterspritzt wird. Für optimale Ergebnisse wird eine Kombination mit Microneedling in einer Sitzung empfohlen. Das hat den Vorteil, dass das Plasma durch die beim Microneedling zahlreich geschaffenen offenen Kanäle eindringen kann. Der Effekt wird so erheblich verbessert. Das Ergebnis ist sofort sichtbar und hält ein bis eineinhalb Jahre an.

Das Vampirlifting empfiehlt sich bei kleineren Falten und Fältchen, fahler Haut mit Elastizitätsverlust, eingesunkenen Augenpartien bzw. Augenringen, leichten Tränensäcken, großporiger Haut mit Aknenarben, aber auch bei kosmetisch störenden Narben. Kontraindiziert ist das Vampirlifting bei Infektionserkrankungen, die durch Blut übertragen werden können, bei Neurodermitis, Schuppenflechte und während der Schwangerschaft. Es können kleine Blutergüsse, Rötungen und Schwellungen auftreten, die gewöhnlich nach ein bis zwei Tagen abgeklungen sind. Je nach Indikation werden eine (Hautvitalisierung) bis drei (z. B. bei Akne oder Augenringe) Sitzungen empfohlen. ➔



Beugen Sie der Hautalterung vor, indem Sie direkte Sonne meiden und Produkte mit hohem Lichtschutzfaktor verwenden. ©Markomarcello-stock.adobe.com

VEGANE ALTERNATIVE
ZUR UNTERSPRITZUNG



ERHÄLTlich BEI DEN PARFÜMERIEN
BRÜCKNER, FLAIR, LA BELLE, PRASCH, THEATINER, WIEDEMANN



la BEAUTÉ INTELLIGENTE

RIVOLI.CH



Nach einer Laserbehandlung sieht das Gesicht nie überbehandelt aus.
©Juta-shutterstock.com

Laserbehandlung

Je nach Anwendungsbereich und Diagnose werden unterschiedliche Laser verwendet. Zur Glättung von Falten und zur Verjüngung des Hautbildes kommt der sogenannte fraktionierte Laser zum Einsatz, auch „Faltenlaser“ genannt. Mit ihm wird zunächst die oberste Hautschicht punktuell abgetragen. Anschließend sorgen die körpereigenen Heilungsprozesse in Kombination mit der dosierten Wärmeabgabe des Lasers für die Neubildung von Kollagen und Elastin – beides verantwortlich für eine glatte und straffe Haut.

Eine Behandlung mit dem Faltenlaser eignet sich besonders zur Therapie lichtgeschädigter Haut, zur Glättung feiner Fältchen und Falten (auch nur partiell an Oberlippe und Kinn), aber ebenso für Narben, Pigment- und Altersflecken oder allgemeinen Hautunregelmäßigkeiten. „Selbst für bisher schwierig zu behandelnde Bereiche, wie z. B. die Unterlider, können wir mit dem

Faltenlaser gute Ergebnisse erzielen“, erläutert Dr. Rosa Maria Kaiser. „Und nach einer Laserbehandlung sehen die Gesichter nie überbehandelt aus. Neben dem Soforteffekt stellt sich nach vier bis acht Wochen der Langzeiteffekt ein, der ungefähr zwölf Monate oder länger anhält. Ob eine Sitzung ausreicht oder mehrere vonnöten sind, hängt ganz vom Ausgangsbefund und vom Wunschergebnis ab“, betont die Münchner Fachärztin für Haut- und Venenerkrankungen (www.haut-venen-center.de).

Das sogenannte fraktionierte Laser-Skin-Resurfacing ist ein schonendes und in der Regel komplikationsloses Verfahren. Die Nebenwirkungen bei einer Faltenbehandlung: In den folgenden Tagen schält sich die Haut und kann leichte Rötungen aufweisen, für ungefähr drei Tage ist man nicht „gesellschaftsfähig“. Bei einer Laserbehandlung darf man nicht gebräunt sein und sich minde-

stens vier Wochen nach der Behandlung nicht in der Sonne aufhalten.

Ultraschall

Ultraschall ist eine weitere wirkungsvolle, nicht invasive Alternative für all diejenigen, die zu einem chirurgischen Facelift noch nicht bereit sind, sich aber einen natürlichen Lifting-Effekt wünschen, ohne längere Ausfallzeiten in Kauf nehmen zu müssen. Ideal ist die Ultraschall-Methode für alle Areale, die zu hängen beginnen, wie etwa die Wangen-, Kinn- und Hals- bzw. Dekolletépartie. Auch kleine Augenfältchen und eine abgesunkene Augenbrauenpartie lassen sich erfolgreich behandeln.

Die fokussierte Ultraschallenergie gelangt in die tiefen Unterhautschichten, die man sonst nur bei einer OP erreicht. Wie bei anderen Ultraschallverfahren wird ein glatter Ultraschallkopf über die zu behandelnden Hautareale geführt. Dabei nehmen die Patienten ein punktuell Vibrieren sowie eine vorübergehende Wärmeentwicklung wahr. Die im Gewebe freigesetzte Ultraschallenergie strafft die tieferen Gewebeschichten und regt die Neubildung von Kollagen und Elastin an: Nach und nach wird die Haut straffer. Das Endergebnis ist in der Regel nach sechs Monaten sichtbar und hält rund zwei bis drei Jahre an. Je nach Gesichts- oder Körperpartie dauert die Behandlung 30 bis 90 Minuten. Unmittelbar nach der Behandlung können leichte Rötungen zu sehen sein, die nach wenigen Stunden wieder abklingen, ferner sind leichte Schwellungen und Berührungsempfindlichkeiten möglich, sehr selten auch Blutergüsse und ein vorübergehendes Taubheitsgefühl. ➔

TAGESFARM Kosmetik Spa

Exklusiv bei uns in der
TAGESFARM Kosmetik Spa

Natural Biotech
COSMECEUTICALS

Skin Boosters CHRONOS
Behandlung von Juliette Armand

Juliette Armand
THE PERSONAL PROFESSIONAL SKINCARE

Verschieben Sie Hautalterung
auf später

Weltweit das fortschrittlichste
„nichtinvasive“ Anti-Aging-
Behandlungssystem

einzigartig – wirkungsvoll
sensationell

Einführungspreis 139 Euro statt 189 Euro

TAGESFARM Kosmetik Spa
Wolfratshauer Str. 246 | 81479 München
Tel: +49 89 7916183 | info@tagesfarm-muenchen.de
www.tagesfarm-muenchen.de



Intelligente Hautpflege

Beim Kauf einer Creme sollten Sie nicht nur auf den Hauttyp achten, sondern auch auf die Inhaltsstoffe. Hier eine kleine Auswahl von Pflegeprodukten, die aufgrund ihrer hochwirksamen Inhaltsstoffe und neuester Technologien die Hautalterung verzögern bzw. Fältchen minimieren können.

L' Eau de Jour ist ein veganes Anti-Aging-Serum-Spray für den Tag. Dank der neuartigen ASP-Technologie (Advanced Skin Precursors) regt es die natürliche Produktion von Hyaluronsäure an und optimiert die Synthese von Kollagen und Elastin. ASP sind feine, sogenannte Vorläufermoleküle, die die natürliche Eigenkraft der Hautzelle stimulieren und reaktivieren. Das Sprüh-Serum schützt vor Umwelteinflüssen und UV-Strahlen; die Haut fühlt sich aufgepolstert und straffer an. Rivoli, 50 ml ca. 218 €



Das Dekolleté-Serum ist ein hochkonzentrierter Wirkstoffcocktail mit marinem Kollagen, Extrakt vom persischen Schlafbaum sowie hoch- und niedermolekularen Hyaluronsäuren. Es gibt der Haut ihre Elastizität zurück, das Dekolleté wirkt praller und glatter. www.bynacht.com
100 ml ca. 140 €



Die neue Maske mit Superstone™-Komplex aus Vulkangestein und Amazonas-Tonerde lässt das Hautbild verfeinert und strahlend frisch erscheinen. Fermentierte Pionierpflanzen stimulieren die hauteigene Zellerneuerung und Kollagenproduktion, aktivieren die Barrierefunktion und unterstützen die Hydratisierung in den unteren Hautschichten. www.ambuja.de – 100 ml 190 €



Die reichhaltige 24-h-Lifting-Creme enthält Vitamin E sowie wertvolle Wirkstoffe aus der Traube, die als Radikalfänger wirken und die Haut vor lichtbedingten Alterungsprozessen schützen, und ist auch für empfindliche Haut geeignet. www.vinoble-cosmetics.at – 50 ml ca. 158 €



Elly verabschiedet sich aus Grünwald

Liebe Patientinnen,
liebe Patienten,

meine Zeit in Grünwald ist nach fast 20 Jahren vorüber. Auf eigenen Wunsch gehe ich nun neue Wege.

Leider kann ich mich aus rechtlichen wie datenschutztechnischen Gründen nicht persönlich von Ihnen verabschieden. Doch möchte ich nicht einfach gehen, ohne mich für Ihr grenzenloses Vertrauen in meine Behandlungen und Ihre jahrelange Treue zu meiner Person zu bedanken.

Danke für die vielen Gespräche, ob witzig, freudvoll, traurig oder ängstlich – ich möchte keines davon je missen. Sie alle werden weiter ein Teil meines Lebens bleiben. All die gewonnenen Erfahrungen haben viel Einfluss auf mich genommen, haben mich geprägt und zu einem besseren Menschen gemacht.

Ich wünsche Ihnen allen von Herzen das Beste für die Zukunft, viel Gesundheit, Glück und Freude und verbleibe

Ihre
Elly Bretz

ebretz@web.de



Engagement und kompetente Betreuung



Dr. P. Hege

Seit 2005 praktiziert Dr. Pascal Hege und neu hinzugekommen Dr. Andreas Nouriani in der fachärztlich-internistischen Gemeinschaftspraxis mit Schwerpunkt Gastroenterologie im MediCenter Solln. In den großzügigen Praxisräumen bieten die beiden Mediziner ein umfassendes Spektrum an moderner und ambulanter Medizin in Diagnostik und Therapie. Neben der Durchführung von Vorsorgedarm- und Magenspiegelungen mit gegebenenfalls notwendigen Polypentfernungen und umfassenden Ultraschalluntersuchungen für eine effektive Herz- und Lungendiagnostik sind auch präventive Gesundheitschecks sowie eine kompetente Ernährungsberatung Bestandteile des breiten Spektrums.

Dabei wird in der Praxis auf eine intensive Patientenbetreuung in persönlicher und menschlicher Atmosphäre besonders großer Wert gelegt.

**Dr. med. Pascal Hege,
Dr. med. Andreas Nouriani**
Tel. 089/744 19 70

Praxis für Innere Medizin – Gastroenterologie im MediCenter Solln
81479 München, Wolfratshauer Str. 216
www.gastroenterologie-muenchen-solln.de



Das seelische und körperliche Wohlbefinden ihrer Patienten liegt Frau Dr. Kornelia Hackl, Fachärztin für Urologie, Andrologie und Sexualmedizin ganz besonders am Herzen.

Gerade urologische und sexualmedizinische Themen sind für Patienten häufig scham- und angstbesetzt.

Nur mit Empathie und Einfühlungsvermögen gelingt es, die individuellen Bedürfnisse der Patienten zu verstehen, auf ihre Wünsche einzugehen und ihnen die Angst zu nehmen. Ein jeder Patient verspürt sofort im ersten Gespräch, dass er in seiner Einzigartigkeit wahrgenommen wird. Die Ernsthaftigkeit, mit der auf seine Belange eingegangen wird, hilft ihm, die oft delikaten Probleme offen anzusprechen und das eigene Unbehagen zu verlieren. Das so entstandene Vertrauensverhältnis zwischen Arzt und Patient ist die Basis für eine erfolgreiche Behandlung.

Dr. med. Kornelia Hackl
Urologin – Andrologin
Tel. 089/759 00 159

81479 München, Wolfratshauer Str. 216
www.hackl-urologie.de



SOLLN
mediCenter

Kompetente Fachärzte für Prävention und Therapie

Dermatologie, Haut- und Venenkrankheiten
**Dr. med. Rosa M. Kaiser, Dr. med. Norbert Prinz,
Dr. med. Igor Kamionek** 089/744 92 150

Gynäkologie, gyn. Endokrinologie, Reproduktionsmedizin
Präventionsmedizin, ambulante und stationäre Operationen
Dr. med. Rainer Lorch, Dr. med. Wolf Bleichrodt
089/79 07 88 66

Innere Medizin – Gastroenterologie
Dr. med. Pascal Hege, Dr. med. Andreas Nouriani
089/744 19 70

Orthopädie
Dr. med. Christine Bachmann 089/750 76 90

Urologie-Andrologie
Dr. med. Kornelia Hackl 089/759 00 159

Innere- und Allgemeinmedizin
Dr. med. Babrak Kasi 089/79 88 55, Mi. 089/7450 1110

Psychologische Beratung, Coaching, Einzel- und Paartherapie
Dipl.-Psych. Constanze Bleichrodt 089/790 788 87

www.medicenter-solln.com
Wolfratshauer Str. 216 · am S-Bahnhof Solln

Immobilien und
wahre Werte.



Wertvoll ist, was Ihnen viel bedeutet.

RIEDEL ist einer der führenden Experten für die Bewertung und Vermittlung anspruchsvoller Immobilien in München und im Fünf-Seen-Land.

Als Familienunternehmen mit über 35 Jahren Erfahrung wissen wir, was unseren Kunden wirklich wichtig ist: Ein kompetenter und integrierter Begleiter, dem sie voll und ganz vertrauen können, der die Bedeutung ihrer Immobilie genau versteht. Denn in Häusern und Wohnungen wird gelebt, geliebt, vieles erfahren.

Es sind diese wertvollen Momente, die den wahren Wert einer Immobilie ausmachen. Und mit denen wir so achtsam umgehen, als wären es unsere eigenen.

Nymphenburg Tizianstraße 50
089 15 94 55 - 0
ny@riedel-immobilien.de

Bogenhausen Prinzregentenstraße 70
089 15 94 55 - 40
bo@riedel-immobilien.de

Schwabing Hohenzollernstraße 21
089 15 94 55 - 30
sw@riedel-immobilien.de

Gräfelfing Bahnhofstraße 77
089 15 94 55 - 20
gr@riedel-immobilien.de

Werte leben.

riedel-immobilien.de



Grünwald - Toplage am Forst
Klassisch schöne High-End-Villa auf traumhaftem Grundstück
Bj. 2016, Grd. 1.007 m², Wohnfläche ca. 364 m², 7 Zimmer,
EA-B, 71,8 kWh/m², EEK:B, Erdwärme, KP € 5.800.000
Büro Schwabing 089 15 94 55 - 30



Gauting - Würmtal
Moderne Architektenvilla mit repräsentativem Charme
Bj. 2007, Grd. 1.126 m², Wohnfläche ca. 255 m², 7 Zimmer,
EA-V, 74,0 kWh/m², EEK:B, Öl, KP € 2.980.000
Büro Gräfelfing 089 15 94 55 - 20



München - Laim
Neubau von vier Stadthäusern mit Garten
Bj. 2020, Grd. 114 - 209 m², Wfl. ca. 131 - 146 m², je 5 Zimmer
Energieausweis wird ermittelt, KP € 1.149.000 - 1.390.000
Büro Bogenhausen 089 15 94 55 - 40



München - Hadern
Neubau: Exquisites Penthouse mit spektakulärem Rooftop
Bj. 2019, Wohnfläche ca. 148 m², 4 Zimmer, zzgl. 1 Stpl.,
EA-B, 39,07 kWh/m², EEK:A, Gas, KP € 1.990.000
Büro Nymphenburg 089 15 94 55 - 0

Rauhe Eleganz

Beton stand lange für einen industriellen Baustoff für Nutzbauten. Aktuell wird dieses natürliche Material neu definiert und setzt im Interior Design mit seiner klaren und herben Schönheit überraschende Akzente. →



*Kaum zu glauben, dass es Beton ist. Schwungvolle Badewanne Wave von dade design.
©dade-design.com*



Mit Beton lassen sich auch kleinere Objekte und Accessoires formen, wie dieser futuristische Wolf von REHFORM.

In unserer Wahrnehmung ist Beton ein oft nicht positiv belegter Baustoff der Moderne. Wir denken an gesichtslose Trabantenstädte und schmucklose Zweckbauten. Aber dieses vielfältig einsetzbare Material hat eine glanzvolle Geschichte, die manchen überraschen mag. „Opus caementicium“ war der Stoff, aus dem die Alten Römer ihre Architekturträume verwirklichten. Aus gebranntem Kalk und verschiedenen Zugaben, wobei vor allem vulkanischer Tuff verwendet wurde, haben sie wie bei modernem Beton durch Zugabe von Wasser widerstandsfähige Bauelemente geschaffen, die aber bis zur Aushärtung formbar und später nicht einfach starr

waren, sondern sich fast elastisch an wechselnde Temperaturen anpassen konnten. Die wichtigste Eigenschaft war die hohe Aufnahmefähigkeit von Feuchtigkeit. So setzten die antiken Baumeister den Stoff vor allem für die berühmten Aquädukte und Hafengebäude ein, ohne die die Hauptstadt des Imperiums nie so erfolgreich zu versorgen gewesen wäre. Ein Bauwerk, das die Jahrhunderte quasi unbeschädigt überstand, ist das Pantheon. Der gigantische Kuppelbau wäre ohne diese Technik nicht möglich gewesen und wie so Vieles ging dieses Wissen mit dem Untergang des Reiches für Jahrhunderte verloren. Erst im Zuge der industriellen Revolution



*Ein Monument des natürlichen Baustoffes ist das Pantheon in Rom. Seit Jahrtausenden stabil und in seiner Architektur bis heute stilprägend.
©Ruben Kabalo*



Beton ist natürlich feuerfest und eignet sich daher perfekt für offene Feuerstellen. Hier in Kombination mit einem Edelstahlschale von CO33.

des 19. Jahrhunderts wurden erst wieder entsprechende Verfahren für größere Bauten entwickelt und so gilt Beton, wie auch der Stahl, als Symbol einer neuen Zeit.

Der Industrial Wohnstyle ist eine Referenz an diese Zeit und seit Jahren immer angesagter. Klare Linien mit industriellen Materialien wie Eisen geben modernen Wohnwelten ein reduziertes und doch elegantes Gesicht. Es sind meist Unikate mit Ecken und Kanten, die hier Einzug halten. Freiliegende Holzbalken und stumpfes Metall schaffen eine Atmosphäre von minimalistischer Schönheit. Es ist ein Stil für Individualisten, die keine Angst vor

der Reduktion auf das Wesentliche haben. Die Rauheit des Betons ist jedoch nicht ohne eine etwas eigene Behaglichkeit, die durch einzelne besondere Stücke geschaffen und betont wird. Kein Wunder, dass im Zuge dieser Entwicklung Beton als Gestaltungsmittel neu entdeckt wurde. Das Steingemisch ist nicht nur stabil, langlebig und pflegeleicht. Es ist auch beliebig formbar und lässt daher bisher ungeahnte Design-Entwürfe mit dieser Flexibilität zu. Der Werkstoff ist ein Naturprodukt: Zement aus Kalkstein und Ton wird mit Sand oder Kies und Wasser vermischt, dann in eine Schalform gegossen und ausgehärtet. Man kennt das Gießen von Betonwänden



HOFQUARTIER

Vielfalt des Besonderen

ÖFFNUNGSZEITEN

Mo – Fr 10:00 – 18:00 Uhr

Sa 10:00 – 16:00 Uhr

HOFQUARTIER

Hochstraße 21–23

82024 Taufkirchen

www.hofquartier.de



Licht • Audio • Böden • Farbe • Möbel • Markisen und Beschattungen • Sportwagen und Oldtimer • Fliesen • Mosaik
Schwimmteiche • Armaturen • Bad • Gartenmöbel • Design-Leuchten • Naturböden • Innenausstattung
Sonnensegel • Whirlpool • Türen • Terrasse • Dampfbäder • Feuerstellen • Design • Fertigschwimmbecken
Glaserei • Naturstein • Parkett • Küchendesign • Gartenbau • Kulinarik • Teiche • Pools • Saunas • Sanitär
UND VIELES MEHR ...



Die schlichte Eleganz und überaus praktischen Eigenschaften des Materials hinsichtlich Pflege und Lebensdauer sind ideal für einen Einsatz in einer Alno-Küche.

zwischen senkrechten Verschalungen, doch im Möbelbau gehen die gestalterischen Freiheiten viel weiter. Es gibt spektakuläre Betonmöbel, die massiv gegossen werden – Arbeitsplatten und Tische mit klarer Form – stabil und selbsttragend, aber auch schwer. Viele Gestalter arbeiten mit spielerischeren Entwürfen und zarteren Stärken, so bei Lampen und Wohnaccessoires.

Selbst für Objekte, die eher für Filigranität stehen, wird er benutzt. Lampenschirme werden heutzutage aus Beton produziert. Sie sind oft nicht hundertprozentig perfekt gegossen, sondern haben unregelmäßige Ränder und kleine Lufteinschlüsse, die den Leuchtkörpern eine lebendige Struktur geben. Fast erinnern sie an japanische Teetassen, die ja auch von kleinen Fehlern, vom



Filigran spendet diese Pendelleute aus Beton von REHFORM mit ihrem schlichten Schirm wohlige Licht.



Fotograf: Stefan Mehringer



Exklusive Neubau-Dachterrassenwohnungen

Wohnungsbeispiel: 4 Zimmer | ca. 126 m² Wohnfläche | 5. OG + DG | hochwertige Ausstattung
exklusive Einbauküche | sonnige Dachterrasse | Neubauerstbezug

Kaufpreis: € 2.289.900,- | Stellplatz: € 49.000,- | Gesamtkaufpreis: € 2.338.900,-

Energiewerte: EA-B, 69 kWh (m²*a), Hzg. Gas, BJ. 2019, EEK B

Beratung und provisionsfreier Verkauf

Telefon: 089 / 30 617 - 888 www.dawonia.de

Dawonia

Witterungsbeständig ist Beton natürlich der ideale Werkstoff für Outdoor-Möbel wie der Tisch Tobi-Ishi von B&B Italia.



Satten Klang ohne Vibrationen erzeugen diese Boxen mit natürlichen Holzbeinen von REHFORM.

Unperfekten des Wabi Sabi leben. Ein innovativer Designer ist hier die Firma Rehform (www.rehform.com). Die innere Ausstrahlung der Beton-Pendelleuchte ist bares Gold wert: Behutsam wird die Innenfläche des puristisch geformten Lampenschirms mit roter Anlegemilch ausgestrichen und darauf Blatt für Blatt das 24-karätige Edelmetall aufgebracht. Die diffuse Reflexion des sanften Goldtons verstärkt die Helligkeit des Lichts und intensiviert seine wärmende Wirkung. Ein stilsicheres Crossover von minimalistischer Härte und zarter Sinnlichkeit. Doch dies ist nur ein Produkt der Designerschmiede, die sich auf überraschende Objekte aus Beton spezialisiert hat. Besonders zu erwähnen ist auch der Stereolautsprecher,

der die hohe Dichte des Werkstoffes für eine vibrationsarme Akustik nutzt, die einen unverfälschten Sound bietet.

Es ist vor allem das als elegant empfundene Grau des Betons, welches es so beliebt macht. Eine Farbe, die als Basis im Ambiente jede Gestaltung zulässt. Entweder man bleibt puristisch oder setzt dem Einfachen und Klaren auffallende Elemente wie Stuck und opulente farbige Möbel entgegen. Zudem ist Grau nicht gleich Grau. Durch Beigabe von Pigmenten zur Rohmasse kann man unendliche Facetten bis hin zu leicht glitzernden Oberflächen erreichen. So wird Beton als industriell anmuten-



Bei diesem Schreibtisch hat sich CO33 für einen modernen Materialmix aus Metall, Holz und Beton entschieden. Die freie Formbarkeit des Naturstoffes macht alle denkbaren Designs möglich.



der Boden gerade in Lofts anstatt klassischem Estrich eingesetzt. Dabei sind eben nicht nur Stabilität und Leichtigkeit in der Pflege entscheidend, sondern auch diese Anmutung eines rauen, individuellen Geschmacks. Je nach gesetzten Kontrasten – entweder mit kühlem Blau oder sogar kräftigen Pastellfarben – ändert sich dieser neutrale Farbton, ohne dass man Hand anlegen müsste. Einmal verwendet, lässt er neue Einrichtungsideen zu. In der Mode nannte man dies einmal „Das kleine Schwarze“, das einfach immer ging. Interessanterweise macht klares Grau auch in der Textilindustrie dem absolut Dunklen immer mehr Konkurrenz. Und hier ist es Zeit, mit einem Vorurteil aufzuräumen: Beton ist nicht einfach nur rau. Eine entsprechend verarbeitete und behandelte Oberfläche ist angenehm und fast samtig. Geschützt vor Schmutz mit einer Imprägnierung erhält er eine wunderbar angenehme Haptik und hat als Naturmaterial eine praktische Wirkung für das Raumklima. Es speichert Wärme und Kälte je nach Jahreszeit und Verwendung. Im Sommer ist so ein klarer, strenger Esstisch aus Beton eine Quelle für Kühlung und in der kalten Jahreszeit speichert eine Oberfläche aus diesem innovativen Material auch das letzte bisschen Wärme aus einfallendem Tageslicht. Beton lebt und atmet und ist nicht einfach nur lebloser Stein.

Diese perfekten Temperaturresonanzen führen natürlich auch zum Einsatz in Küche und Wärmeversorgung. Gegossene Kochinseln aus Leichtbeton mit unterschiedlichster Ausstattung und Gestaltung sind schon länger



IMMOBILIEN
INTERPRES



**Bereit für Ihre
Immobilienaufgaben.**

- + Immobilienverwaltung
- + Immobilienmakler
- + Verkehrswertgutachten
- + Beratung rund um die Immobilie

Alles Gute in Immobilien.

089 613 85 80

www.immobilien-interpres.de

Der formalen Fantasie sind keine Grenzen gesetzt und so entsteht auch der skurile iPhone-Schrein von REHFORM.

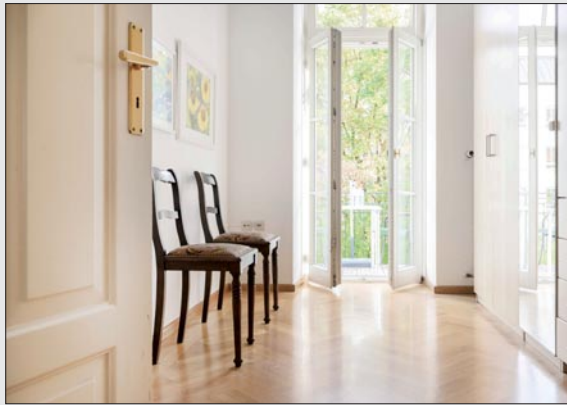


Während des Gießens von Beton kann man modernste Lichttechnik in die entstehende Struktur beliebig integrieren, wie bei diesem Waschtisch von SIUT.

ein Thema. Bei Beton kann man sich die separate Arbeitsplatte sparen. Die Oberflächen sind resistent gegen Verletzungen durch Klagen, genauso wie Teig sich schwer tut, beim Backen hier kleben zu bleiben. Oft reicht dann warmes Wasser, um fleckenlos sauber zu machen. Wichtig ist dabei die entsprechende Versiegelung: Entweder matt oder glänzend, nicht nur nützlich, sondern in der Unterschiedlichkeit eine weitere Gestaltungsmöglichkeit. Genauso halten diese individuell gegossenen Körper Einzug in die Welt der Öfen und Kamine. Es liegt nahe, dass sich jemand, der sich für ein klares reduziertes Ambiente entschieden hat, nicht unbedingt für einen Kachelofen erwärmen kann. Sichtbeton als Fläche lässt sich nach Wunsch bearbeiten. Haptik und Optik entsprechend herausarbeiten. Perfekt kombinierbar mit Glas und Metall entsteht so ein spektakulärer Blickfang, der in seinen thermischen Eigenschaften allen

modernen Anforderungen von effizientem Energieeinsatz gerecht wird.

Beton ist also der wohl einzige Baustoff, den man Innen und Außen einsetzen kann. Ob ein grober Klotz oder ein filigraner Lampenschirm, als glatt polierte Oberfläche oder stark haptisches Objekt, hier hat das Design einen Stoff in den Händen, den man nach Belieben formen, nutzen und entwickeln kann. Sein grobes Image hat er schon lange verloren und seine einfache Eleganz in Kombination mit seinen außergewöhnlichen physikalischen Eigenschaften macht ihn für viele zu dem zeitgemäßen Material, mit dem man seine Ideen ganz individuell umsetzen kann. Wie die Idee einer riesigen freitragenden Kuppel, die ein Baumeister vor 2.000 Jahren mitten in die Ewige Stadt setzte und die bis zum Bau des Doms in Florenz im 15. Jahrhundert die größte ihrer Art war. ■



Lehel: Attraktiv & zentral – Altbauwohnung im Lehel, Wohnfläche ca. 103 m², 3 Zimmer, Baujahr 1864, Fahrstuhl im Haus vorhanden, Balkon zum Innenhof, Energieausweis nicht erforderlich, da Denkmalschutz, Kaufpreis € 1,82 Mio. (zzgl. Provision für Käufer 3,57 % inkl. MwSt.), E&V ID W-02H3V5
München City Center · +49 (0)89-23 70 83 00



Glockenbachviertel: Exklusiver Wohnraum nahe Gärtnerplatz, Wohnfläche ca. 231 m², 5 Zimmer, Baujahr 2017, TG-Stellplatz, Bedarfsausweis: Endenergiebedarf kWh/(m²a): 34,00, Gas, Strom, BJ 2016, Kaufpreis € 3,94 Mio. (zzgl. Provision für Käufer 3,57 % inkl. MwSt.), E&V ID W-02GENA
München City Center · +49 (0)89-23 70 83 00



Icking – Walchstadt: Baldurshag – Einmaliger Landsitz mit Tradition, Wohnfläche ca. 520 m², Grundstücksfläche ca. 3.375 m², 15 Zimmer, Baujahr 1916, Energieausweis wird erstellt, Kaufpreis € 5,485 Mio. (zzgl. Provision für Käufer 3,57 % inkl. MwSt.), E&V ID W-02FLUC
Münchner Süden · +49 (0)89-649 88 60



Icking – Ebenhausen: Sonne pur im Isartal! Wohnfläche ca. 274 m², Grundstücksfläche ca. 1.442 m², 10 Zimmer, Baujahr 1969, Bedarfsausweis: Endenergiebedarf kWh/(m²a): 159,80, Öl, Baujahr Anlagentechnik: 1983, Kaufpreis € 1,970 Mio. (zzgl. Provision für Käufer 3,57 % inkl. MwSt.), E&V ID W-02H9WN
Münchner Süden · +49 (0)89-649 88 60



Pullach im Isartal: Moderne Architektur in historischem Gewand, Wohnfläche ca. 428 m², Grundstücksfläche ca. 389 m², 12 Zimmer, Baujahr 1893, Verbrauchsausweis: Endenergieverbrauch kWh/(m²a): 80,50, Fernwärme, Baujahr Anlagentechnik: 2014, Energieklasse: C, Kaufpreis € 7,25 Mio. (zzgl. Provision für Käufer 3,57 % inkl. MwSt.), E&V ID W-02F771
Münchner Süden · +49 (0)89-649 88 60

Engel & Völkers Immobilien Deutschland GmbH · Lizenzpartner der Engel & Völkers Residential GmbH

München City Center · Residenzstraße 23 · 80333 München · +49 (0)89-23 70 83 00

München · Ismaninger Straße 78 · 81675 München · +49 (0)89-998 99 60

Münchner Süden · Südliche Münchner Straße 6a · 82031 Grünwald · +49 (0)89-649 88 60

www.engelvoelkers.com/muenchen · Immobilienmakler



ENGEL & VÖLKERS



Linke Seite: Das leicht geschwungene und doch klassische Sofa „Apollo“ steht im Zentrum dieses harmonischen Ensembles. Die Möbel aus unterschiedlichen Serien lassen sich durch ihre elegante Formgebung Ton in Ton kombinieren.

Rechts: Der Tisch „Astrum“ korrespondiert perfekt mit dem riesigen Lampenschirm. Sie bilden eine wohnliche Achse, um die sich das tägliche Leben drehen kann.

Unten: Die Kommoden „Alcor“ dienen nicht einfach nur der Aufbewahrung. Sie sind klar gestaltete Objekte, die reine Funktionalität mit anspruchsvoller Ästhetik verbinden.



Zeitlose Räume

Design beginnt mit einem Gedanken, einer Idee. Diese entspringen dem Wunsch neue Räume zu gestalten, das Leben derjenigen zu inspirieren, die sie bewohnen. Für Antonio Citterio, Art Director von MAXALTO, bedeutet es, die Objekte des Hauses immer neu zu überdenken. So entstehen seine „Neo Classici Moderni del Intero“.

Die Kollektion MAXALTO hat eine Geschichte. Von Afra und Tobia Scarpa 1975 gegründet, hat seit 1993 der Designer Antonio Citterio die gestalterische Verantwortung für die Evolution dieses ästhetischen und unternehmerischen Konzepts. Es ist eine kontinuierliche Zeitreise, bei der das Design in der Tradition der Gründer immer neu gedacht wird. Räume zu schaffen und zu erneuern bedeutet Erfahrungen und Stile der Vergangenheit zu nutzen. Dabei darf man nicht stehen bleiben, sondern sollte einen Fluss der Inspiration entstehen lassen, bei dem es gleichgültig ist, ob wir uns in der Vergangenheit oder bereits in der Zukunft befinden. Dann entsteht Zeitlosigkeit,

werden Klassiker und Ikonen geschaffen. Entlang dieser Reise sind wir an den fantastischen Visionen der 60er- und 70er-Jahre und dem Eklektizismus der 80er- und 90er-Jahre vorbeigegangen. Zeiten, in denen mit neuen Materialien wie Kunststoff oder Metallen hemmungslos formgebend experimentiert wurde.

Nun befinden wir uns in einer Gegenwart, die sich wieder auf klassische Designs besonnen hat, ohne in simpler Nachahmung zu erstarren. Einflüsse wie Art Deco oder Klassizismus kommen zurück in zeitgemäßer Interpretation. Dann entsteht zum Beispiel ein Sofa wie



„Apollo.“ Auf den ersten Blick in reiner klarer Linie bekommt es durch seine sanft geschwungenen Armlehnen eine neue Lebendigkeit. Das ist ein „New Classic“, wie er Antonio Citterio vorschwebt. Natürliche Materialien und Stoffe; zurückhaltend elegant geben sie der Form den Vortritt, sorgen aber für die nötige wohnliche Atmosphäre. Ein gestalterisches Konzept, das vor allem eines erlaubt, die unendliche Kombination, den individuellen Akzent und damit die Gestaltung gesamtheitlicher Räume, in denen das Leben entspannt und doch inspiriert gelebt werden kann. Es ist das Vertrauen darin, Dinge erneuern zu können, ohne jeder Mode folgen zu müssen. Man muss es sich in kontinuierlicher Arbeit verdienen, ein Klassiker wie die eleganten Kollektionen von MAXALTO zu werden.

B&B Italia Store München

Maximiliansplatz 21, 80333 München

Tel. +49 (0)89/461 368 0

store@beitalia.de, www.beitalia.com

Öffnungszeiten: Di bis Fr 10:00 - 18:00 Uhr,

Sa 10:00 - 17:00 Uhr

Offene Sommerräume

Der Traum von einer perfekten Outdoor-Lounge an mediterranen Ufern. Hier wahr geworden mit der Boxx Lounge und dem sanften Licht der Star Lampen von solpuri.

Jedes Jahr fällt der Blick auf Garten und Terasse. Man denkt über Veränderungen nach, die die sonnigen Jahreszeiten außerhalb der vier Wände wohnlicher machen. Wir stellen einige neue Trends vor, die für ein sommerliches Lebensgefühl sorgen. ➔



Sogar ein Gartenschlauch kann zu einem Schmuckstück für die Terrasse werden. Golden Dust von Garden Glory.



Wir alle sind ungeduldig, sehnen uns danach, die Outdoor-Saison wieder zu eröffnen. Kaminfeuer, Kerzenlicht und behagliche Gemütlichkeit – alles schön und gut, aber es wird Zeit, dass die Tage länger, die Abende lauer und das Leben wieder leichter wird. Der erste Tag, an dem wir die Gartenmöbel wieder aufstellen, die Polster aus ihrem Exil holen und eine brennende Kerze auf den Tisch stellen können, wird sehnsüchtig erwartet. Dann erwacht auch die Lust etwas zu verändern und dem neuen Sommer ein anderes Motto zu geben. Denn unsere Terrasse wird für einige Wochen zum eigentlichen Wohnzimmer,

zum Lebensmittelpunkt für Familie und Freunde. Entsprechend haben klassische Gartenmöbel ausgedient. Das Lounge-Gefühl, das aus mediterranen Hotels und Clubs importiert wurde, ist der Trend. Die Liegewiese hat den Stuhl abgelöst und Terrassen und Balkone sind zentrale Lebensräume, die das Interieur der eigenen vier Wände durch bodentiefe Fenster fortführt und abrundet.

Da wir uns hier in der Natur und im Grünen bewegen, ist Nachhaltigkeit in diesem Jahr ein wichtiges Kriterium. Zertifizierte Herkunft des Materials, vor allem bei Holz aus



Die Romeo Lounge von MBM (Münchener Boulevard Möbel) sorgt mit seiner leichten Metallkonstruktion für ein schwebendes Sommergefühl.

So strahlend hell wie die Sonne des Mittelmeeres ist die Club-Lounge von solpuri mit ihrer klassisch reduzierten Formensprache.



nachhaltiger und lokaler Forstwirtschaft, sollte bei der Kaufentscheidung ein wichtiges Kriterium sein. Tropenhölzer sind einfach mittlerweile ein No-Go und sowieso nicht entscheidend für gutes Design und neue Ideen. Es gibt auch Anbieter, die neue Objekte aus Altholz anbieten. Dies schlägt zwei Fliegen mit einer Klappe: Umweltschutz und Vintage-Look. Dieser ist auch im Outdoor-Bereich ein Renner. Shabby Chic aus recyceltem Holz mit entsprechenden Farbnuancen und gewagtem Materialmix mit Metall oder Rattan. Dieses Crossover kann man auch mit ganz eigenen Ideen bereichern. Dann wird das alte Hirschgeweih zur Halterung für den Gartenschlauch oder die Kühlbox für Getränke verschwindet in der alten Truhe, die sonst auf dem Speicher vergessen stand.

Der absolute Trend ist aber die Lounge. Sitz- und Liegegruppen, die den Stil des eigenen Wohnzimmers aufnehmen oder bewusst einen Kontrast setzen. Entscheidend ist dabei die Variabilität der Elemente. Fußteile, die je nach Wunsch eine Liegewiese erzeugen oder bei Partys als zusätzliche Sitzgelegenheit dienen können. Dabei sind klare Formen und zurückhaltende Farben anzuraten. Denn Schlichtheit bietet die Bühne für viele kleine Stars der Inszenierung. Kissen und Decken geben jeder Couchlandschaft den letzten Schliff und sind jedes Jahr entsprechend Farb- und Materialtrends ganz einfach auszutauschen und auch in den dunklen Monaten in den Innenräumen zu nutzen. Wichtig ist die Wahl entsprechender Textilqualitäten, die wasserabweisend und



Zwei absolute Trends in einem Objekt. Grobes Geflecht in Form einer Recamiere, hier von DEDON.



*Wie eine Muschel umfängt „Canasta“
von B&B Italia entspannte Sonnen-
anbeter und Lebenskünstler.*



*Bei der Kingston Serie von
Cane-line trifft das Trendmaterial
Rattan auf futuristische und
doch klare Formen.*



**ROHBAU-
FERTIGSTELLUNG
IM SOMMER**

rh
RIEGERHÖFE

**LAGE UND QUALITÄT
DIE EINFACH ÜBERZEUGEN.
WILLKOMMEN IN DEN
RIEGERHÖFEN**

HOCHWERTIGE NEUBAU-EIGENTUMS-
WOHNUNGEN IM MÜNCHNER SÜDEN

WWW.RIEGERHOEFE.DE ☎ **089 / 15 701 215**

EIN PROJEKT DER EURYTOS UNTERNEHMENSGRUPPE. EXKLUSIV VERTRIEB DURCH DIE KW AG.



Im Schatten eines üppigen Baumes lässt es sich auf der Pevero Isola von UNOPIU selbst in der Mittagshitze aushalten. Eine wahre Insel des Dolce far niente.

Die moderne Interpretation der klassischen Recamiere von Cane-line haucht dieser traditionellen Objektform neues Leben ein.



pflegeleicht sind. Dies gilt auch für die Bezugsstoffe der Möbel, die leicht abzuziehen und zu reinigen sein sollten, damit das sommerliche Vergnügen auch über Jahre farbenfroh und ungetrübt bleibt. Ein Klassiker, der seinen Weg zurück in die Gärten findet, ist die Recamiere. Es ist ein kombiniertes Sitz- und Liegemöbel, das auf Entwürfe aus dem 19. Jahrhundert zurückgeht. Sie wirkt sehr leicht und luftig und ist ein absoluter Blickfang, den man mit entsprechenden Stoffen perfekt kombinieren kann. Dann kann man sich auch bei kühleren Temperaturen auf der Terrasse in eine gemütliche Decke kuscheln und bei einem selbst gemixten Drink Sternschnuppen zählen.

Neben Holz sind auch widerstandsfähige Materialien wie Aluminium im angesagten Industrialstyle in schlichten Designs als neutrale Basis für Möbel gefragt. Vor allem trendiges Grau ist zurückhaltend genug, um den knalligen Tönen der austauschbaren Bezüge den Vortritt zu lassen. Denn auch im Outdoor-Bereich findet man eine aktuelle Strömung, die letztes Jahr im Interior Design für Furore gesorgt hat: Mut zur Farbe. Dabei geht es nicht nur um sonnenfreudige Akzente wie Laternen, Kissen oder einzelne Objekte wie Tischchen oder Fußbänke. Möbel erstrahlen in Orange oder Gelb, ob nun neu gekauft oder selbst angestrichen. Sommerliche Töne, seien sie kräftig oder pastellig, müssen einfach





So leicht und spielerisch wie der Sommer ist diese moderne Version einer Hollywood-Schaukel „Heaven Swing“ von MBM.



So offen wie der weite Blick auf das sommerliche Meer. Das System Brixx mit seinen Einzelementen ist unschlagbar variabel. Von DEDON.



Die Pinie ist der traditionelle Sonnenschirm des Südens. Die formschöne Lounge von Garpa kann dieses mediterrane Lebensgefühl in Ihren Garten transportieren.

sein. Zurückhaltende Eleganz ist eben nicht alles, es soll wieder lebendiger und fröhlicher werden, gerade im Garten, um den Sommer in seiner Schönheit zu feiern. Bei allen Möbeln schleicht sich eine Variante ein, die man vielleicht so nicht vermutet hätte. Gerade bei Liegewiesen kommt die Boxspring-Höhe in Mode. Dafür braucht man natürlich entsprechende Flächen, aber warum nicht im Sommer ein solches Objekt in ein Bett umwandeln und draußen übernachten?

Ein Material erlebt zurzeit eine absolute Renaissance: Rattan. Eine Zeit lang war es ziemlich out, aber in Zeiten nachhaltiger Naturstoffe besinnt man sich wieder darauf. Auch Mischgeflechte wie Polyrattan, die natürlich pflegeleichter und haltbarer sind, werden wieder öfter angeboten. Auffallend ist der Trend zu größeren Geflechten. Es sieht einfach natürlicher und rauer aus und passt bestens zu der gefragtesten Bodenversion, den Gartendielen: mal schmal, mal breit, ob im naturbelassenen Zustand oder sogar farbig. Der Holzboden für Balkon und Freifläche schafft einfach die beste Erinnerung an entspannte Abende am Meer oder auf See. Dazu sollte man auch ruhig einmal an farbenfrohe Teppiche als Kontrast und Akzent denken. Die innovativen Materialien dazu gibt es längst. Dann sollte man auch für entsprechende Bepflanzung sorgen. Denn der eigene Dschungel ist nicht nur visuell ansprechend →

Wissen Sie, welcher Kissentyp Sie sind?

Wir haben es.



Der kleine Laden mit der großen Auswahl
und der kompetenten Beratung

82031 Grünwald

Tel. 089 / 641 18 08

Baumgartner@betten-beer.de

Parkplatz vor dem Haus

Gerne beraten wir Sie auch zu Hause

Öffnungszeiten

Mo. bis Fr. 9.00 – 13.00 Uhr

Mo. bis Fr. 14.00 – 18.00 Uhr

Sa. 9.30 – 13.00 Uhr

Betten BEER

Seit 15 Jahren – Direkt am Marktplatz 11



Bequemer als im Fat-Sofa von B&B Italia lassen sich die schönsten Stunden des Jahres kaum genießen

chend, sondern spendet manchmal willkommenen Schatten, schützt vor unangenehmem Wind oder ungewollten Blicken. Gerade seinem Hang zu ausufernden Farnen oder Palmen sollte man nachgeben, denn sie sind wirklich der Outdoor-Trend der Saison. Je wilder, je satter im reinen Grün, umso besser. Für die Nacht kann man für seinen eigenen Dschungel auch entsprechende Beleuchtungsquellen wählen. Beliebt sind besonders offene Feuerstellen, ob mit Holz oder Gas betrieben, abgeschlossen oder in Form von Schalen, die Sicherheit bieten, aber eben auch eine Lagerfeuer-Atmosphäre schaffen.

Vergessen wir nicht die Kulinarik. Nicht einfach nur Grillen, sondern die Einrichtung einer echten temporär nutzbaren Outdoor-Küche liegt im Trend. Die Sehnsucht, das Leben im Sommer ins Freie zu verlegen, ist hier konsequent zu Ende gedacht. Ob eine gemauerte Zeile oder ein mobiles Gerät, auf dem nicht nur Fleisch gelingt – zu allem gibt es entsprechende Lösungen. Dazu gehört auch ein Gewächshaus, das längst im Zeichen gesunder Ernährung einen wachsenden Siegeszug erfährt. Dieses gibt es in jeder Größe und garantiert frisches Gemüse und aromatische Kräuter das ganze Jahr über. Eine Ecke im Garten findet sich dafür immer und ist alles

Zum angesagten Vintage Look gehört einfach diese witzige Gießkanne von Garpa.



andere als spießig, sondern in Zeiten von Bio, Vegan und Bauernmärkten wirklich sehr angesagt. Die Zeit für reine schmucklose Zweckmöbel, auf denen man am Sonntag einfach nur Kaffee und Kuchen zu sich nimmt und die dann wieder in der Garage verstaut werden, ist also absolut vorbei. Ob Vintage, klassische Eleganz oder Villa Kunterbunt, eines ist allen Trends gemein: die Schaffung eines richtigen in all seinen Elementen abgestimmten offenen Raumes. Beschützt von grünen Pflanzen, mit ausgesuchten Möbeln, die auch innerhalb einer Wohnung

wirken könnten, und ausgefallenen Wohn-Accessoires – von modernen Textilien bis hin zu zweckmäßigen Beleuchtungskörpern – wird eine veritable Wohnsituation erschaffen, die nur vom funkelnden Sternenhimmel begrenzt wird. Es ist ein angenehmer Wohlfühlort nur für ein paar Monate. Es sei denn, man entschließt sich, dem Ensemble durch einen eigenen Wintergarten Dauerhaftigkeit zu verleihen. Auf jeden Fall ist das Ziel eine stimmige Erweiterung des individuellen Interieurs, das man sich in der eigenen Wohnung für die übrige Zeit geschaffen hat – ein zusätzlicher Raum für die schönste Zeit des Jahres ■



THOMAS UTECHT
Geschäftsstelleninhaber

VP **VON POLL**
IMMOBILIEN®

VERKAUF | VERMIETUNG | BEWERTUNG

... durch langjährige Erfahrung besser!

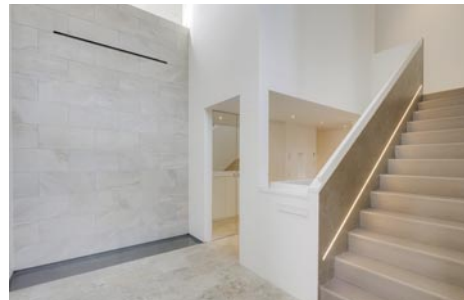
**WIR MACHEN IHRE IMMOBILIE
ZU UNSERER HERZENSANGELEGENHEIT**

Geschäftsstelle München-Süd
Wolfratshauer Str. 210, 81479 München
muenchensued.gruenwald@von-poll.com
089-55 27 84 80

QUARTIER ACHT

EXKLUSIVE IMMOBILIEN

QVIII



TUTZING – DAS HAUS AM SEE

Klare Linien, saubere Lichtführung – das beeindruckende Gebäude präsentiert auf drei Etagen ein modernes Wohnkonzept bis ins Detail! Durch bodentiefe Verglasungen fällt der Blick auf den Starnberger See und die bayrische Alpenkette vom Wendelstein bis zur Zugspitze. Wohlüberlegte Raumfolgen führen von innen nach außen, in kommunikative und private Bereiche. Offene, erhöhte Küche, 4 m Raumhöhen, Fußbodenheizung, Kamin, separates Gäste-Apartment, Garage und Stellplätze.

Wohnfläche ca. 229 m², Grundstück ca. 600 m², 4 SZ, 3 Bäder.

Energie: 82,60 kWh/(m²a), verbrauchsorientiert
Heizung: Gas
Baujahr: 2013

ID 3540, Kaufpreis: 1.995.000 € zzgl. Maklercourtage 3,57 %, inkl. MwSt.



THE CUBE – MODERNES BAUHAUS IN GRÜN WALD

Auf besondere Weise anspruchsvoll präsentiert sich das weiße Bauhaus. Mit seiner klaren Kubatur und interessanten Blickachsen ist das puristische Bauwerk ideal proportioniert. Breite Fensterfronten und die großzügige Raumaufteilung geben Spielraum für moderne Wohnkonzepte. Die große Design-Wohnküche bietet Platz für family & friends und begeistert mit Gaggenau Geräten und langen Arbeitsflächen. Edle Böden in Schiefer und Eiche, offener Kamin, Wellness-Bereich und Doppelgarage.

Wohnfläche ca. 265 m², Grundstück ca. 1.089 m², 4 SZ, 3 Bäder.

Energie: 57 kWh/(m²a), bedarfsorientiert
Heizung: Erdwärme
Baujahr: 2013

ID 3526, Kaufpreis: 4.100.000 € zzgl. Maklercourtage 3,57 %, inkl. MwSt.



126
nah & fern



Im Olymp der Berggötter

Über den Wolken Südtirols

*Grandiose Ausblicke, wie
hier auf die Geislergruppe,
ergeben sich beim Wandern
im Grödental.
© Val Gardena Grödental*



Blick auf St. Ulrich im Grödental. Im Hintergrund kann man den Langkofel und links die Sella-gruppe erkennen.
© Val Gardena Grödental

Kulinarisches Hüttenwandern, Mountainbiken auf der legendären Sellaronda, Hüttentrekking um die Krone Grödens oder Sterneküche über den Wolken: Ein Urlaub in Gröden steckt zu jeder Jahreszeit voller Überraschungen. In der Heimat von Bergsteigerlegende Luis Trenker kommt man nicht nur in den Genuss von 300 Sonnentagen im Jahr – das spektakuläre Bergpanorama bietet eine fast magische Kulisse für alpine Outdoor-Erlebnisse und einen Genussurlaub, der lange in Erinnerung bleiben wird. Denn beim Tête-à-Tête mit dem majestätischen Langkofel inmitten des UNESCO-Welterbes der Dolomiten erlebt man unvergessliche Urlaubsmomente.

Ob für Romantiker, die den zum Greifen nahen Sternenhimmel beobachten wollen, für wagemutige Abenteurer

oder für aktive Familien mit Kindern – in Gröden entdeckt jeder sein ganz persönliches Urlaubsparadies und die spektakulären Bergmassive wie den Sellastock oder den Langkofel hat man dabei stets im Blick.

Von Sonnenauf- bis Sonnenuntergang

Von gemütlichen Genusswanderungen bis hin zu steilen Klettertouren: Gröden hält für jeden Naturliebhaber die optimale Route bereit. In Gröden bietet sich auf 600 km bestens beschilderter Wanderwege ein immer wieder neues Panorama auf die einzigartige Landschaft der Dolomiten. 14 Lifтанlagen sorgen für den bequemen Auf- und Abstieg zu erblühenden Almen und insgesamt 60 Berghütten. Das Val Gardena Active Programm verzaubert dabei Tag und Nacht mit geführten Touren durch die



Die 43 Kilometer einer Langkofel-Umrandung sind auch für wenig Geübte durchaus zu schaffen und bieten einmaligen Naturgenuss. © Val Gardena Grödental



*Die Almen und Wiesen sind im
Frühjahr ein wahres Blumenmeer.
Der Blickfang unter den Bergen
des Grödentals ist die
Langkofelgruppe. Am linken
Bildrand erkennt man noch
die Sellagruppe.
© Val Gardena Grödental*



Mit einem Michelin-Stern schmücken darf sich Küchenchef Mario Porcelli vom Alpenroyal Gourmet Restaurant in Wolkenstein.

märchenhafte Landschaft des Grödentals. Die Erkundung des Naturparks Puez Geisler, kulinarische Hüttenwanderungen und Sonnenaufgangsausflüge mit Wildbeobachtung sind nur einige der Highlights, die den Urlaub hier so spektakulär machen.

Mountainbiken für Legenden

Bei leichten Radausflügen durchs behütete Langental, bei Bike-Touren in der Steinernen Stadt und auf der Seiser Alm oder auf der legendären Sellaronda MTB Track TOUR – mit dem Bike können Urlauber die einzigartige Natur der Dolomiten auf knapp 600 Streckenkilometern optimal entdecken. Insgesamt 21 Tagestouren können

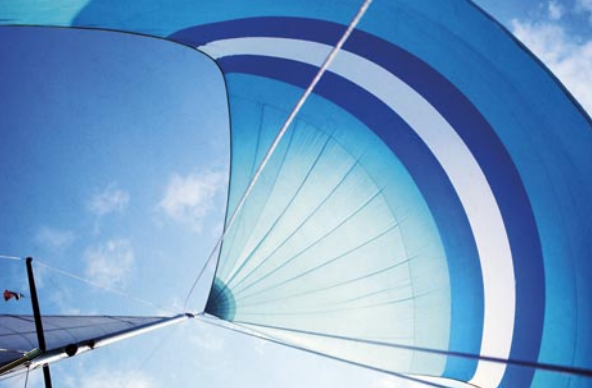
rund um die Orte St. Ulrich (1.236 m), St. Christina (1.428 m) und Wolkenstein (1.563 m) bezwungen werden. Die Destination Gröden ist eine „Approved Bike Area“ in Südtirol.

MünchenSÜD-Tipp: Genuss über den Wolken

Neben den sieben 5-Sterne-Hotels des Grödentals, darunter das neu eröffnete Granbaita Dolomites funkeln auch stets kulinarische Sterne am Grödener Sternenhimmel: Die Anna Stuben in St. Ulrich und das Alpenroyal Gourmet Restaurant in Wolkenstein glitzern mit ihren erneut bestätigten Michelin-Sternen hell am Feinschmecker-Firmament. www.valgardena.it ■

Segeln

„Über den Wind können wir nicht bestimmen, aber wir können die Segel richten“, das wussten schon die alten Wikinger. Die Münchner Gewässer sind ein wenig kleiner als die Meere der Wikinger, aber Segel setzen kann man hier auch ganz wunderbar. Wir haben uns mal umgeschaut, wer sich wo am schönsten an die Pinne setzen kann. ©Herbie-stock.adobe.com



Japanischer Schwertkampf

verlangt ein Grundmaß an Ausdauer, Körperbeherrschung, Kraft und Geduld. Die moderne und sportorientierte Variante schult aber auch den Geist. Fitness mit Entspannungsfaktor?

©snaptitude-stock.adobe.com

Die nächste Ausgabe erscheint im Mai 2020

Impressum

Verlag MünchenSüd Verlag GmbH, Bavariafilmplatz 3, 82031 Grünwald, **Telefon: 089/666271-16** redaktion@muenchensued.de, www.muenchensued.de **Geschäftsführer** Sabina Würz, Rudolf F. Würz **Chefredaktion** Sabina Würz **Redaktion** Anja Zahm **Art Direktion** Ruben Kabalo **Anzeigenleitung** Anja Zahm **Autoren** Stephanie Bräuer, Wolfgang Kehl, Tina Lindner, Angela Müller, Friederike Müller **Lektorat** Angela Müller



Hinweis: Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos keine Gewähr. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, Aufnahme in Onlinemagazine und Internet sowie Vervielfältigungen jeder Art nur nach vorheriger schriftlicher Zustimmung des Verlags. Die redaktionell werbenden Unternehmen tragen alleine die Verantwortung für den Inhalt und die rechtliche Zulässigkeit der für sie hergestellten Text- u. Bildunterlagen. Redaktionell werbende Unternehmen stellen den Verlag im Rahmen seines Anzeigenauftritts von allen Ansprüchen Dritter und von eventuell entstehenden Kosten für Rechtsvertretung frei.

ZEN-ATO PAK-ET

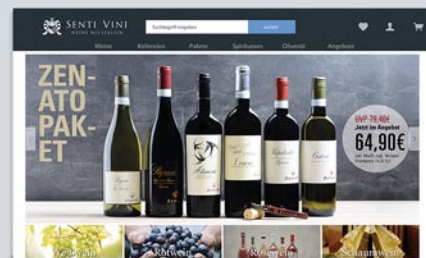


UVP 79,40€
Jetzt im Angebot

64,90€

inkl. MwSt. zzgl. Versand
Grundpreis 14,42 €/L

ONLINESHOP



www.sentivini.de mit Käuferschutz

WEINHANDLUNG



Am Werbering 4, 85551 Kirchheim

HAUSMESSE 28. MÄRZ 2020



Tickets: www.sentivini.de/hausmesse

A modern dining room with a round glass table, six chairs, and large windows. The room features a herringbone wood floor, a vase of flowers on the table, and two pendant lights hanging above the table. The background shows a wall with a framed picture and two large windows with white frames.

QVIII

QUARTIER ACHT

EXKLUSIVE IMMOBILIEN

Südliche Münchner Str. 8 | 82031 Grünwald
T +49.89.6495580
empfang@quartieracht.de
www.quartieracht.de