Zugunsten der Berliner-Dom-Stiftung

Ein Sonderkonzert der Benefizreihe „Grundton D“, die der Deutschlandfunk (DLF) gemeinsam mit der Deutschen Stiftung Denkmalschutz (DSD) seit 1991 veranstaltet, erklingt anlässlich des 20. Jahrestages des Mauerfalls am 9. November 2009 um 20.30 Uhr im Berliner Dom. Unter Leitung ihrer Chefdirigenten spielen vier Ensembles Werke von Schubert, Beethoven, Schönberg, Wagner und Mendelssohn. Der Erlös des Konzerts kommt der im Februar dieses Jahres gegründeten Berliner-Dom-Stiftung zugute.

Advent auf Usedom ein Wintermärchen?

Jetzt werden die Tage kürzer und es wird schon zeitig dunkel. Das ist auch die Zeit, wo man sich bei Kerzenschein gerne zurücklehnt, das vergangene Jahr noch einmal Revue passieren lässt und sich auf die Advents- und Weihnachtstage freut.

Aurora Lacasa

Ein Urlaub auf der Insel und wenn es auch nur wenige Tage sind, ist immer ein ganz besonderes Erlebnis. Spätestens bei der Hinfahrt über die“Zecheriner Brücke“, wenn man aus Berlin-Brandenburg kommt, hat man das unbeschreibbare Gefühl, dass man eine eigene Welt betritt. Egal, ob Frühling, Sommer, Herbst oder Winter – Usedom ist zu jeder Zeit eine Reise wert. Mitten in Bansin erwartet Sie das familiengeführte Vier Sterne Superior Hotel „KAISER SPA HOTEL ZUR POST“.In Zusammenarbeit mit dem Reiseveranstalter Wörlitz Tourist Berlin bietet das Hotel für den 1.Advent ein besonderes Special an.

Eine weihnachtliche Lesung mit Geschichten aus verschiedenen Ländern am Freitagabend steht am Beginn des weihnachtlichen Wochenendes.

Einer kleinen Adventsmarkt im Winterwald in der Lobby und ein Weihnachtskonzert mit „Aurora Lacasa“ unter dem Titel: „Weihnachten in Frieden“ sind die nächsten Überraschungen dieser Fahrt.

Wer kennt nicht ihre unverkennbare Stimme aus nunmehr vier Jahrzehnten Unterhaltungskunst. Die Weihnachtssendung“ Weihnachten in Familie“ mit Frank Schöbel und Ihren beiden Töchtern war jahrelang nicht aus dem Fernsehen wegzudenken. Seit einiger Zeit ist Aurora Lacasa wieder auf Konzerttournee mit den Programmen „Weihnachten in Frieden“ und „Spurensicherung“ und begeistert Jung und Alt. Die Musik ist nicht nur ein Teil Ihres Lebens – sie widerspiegelt in ihrer Person in unglaublicher Form Poesie, Nachdenklichkeit und Lebensfreude.

Zum Weihnachtskonzert am 28.11.2009 im Hotel wird Sie „Bekanntes und Vertrautes“ aber auch bislang Ungehörtes mit Ihren internationalen Musikern den Gästen darbieten. Wenn Sie dann mit Ihrem Publikum deutsche Weihnachtslieder anstimmt, werden viele Emotionen frei.

Erleben Sie mit uns einen wunderbaren 1.Advent auf Usedom.

www.hzp-usedom.de, www.woerlitztourist.de, www.aurora-lacasa.de

Anzeige

Adventszauber auf Usedom

Weihnachtskonzert mit Aurora Lacasa in Bansin

Zu einer heiteren Adventsreise laden wir Sie ins First Class Kaiser Spa Hotel Zur Post ein, deren Höhepunkt ein erlesenes Konzert mit Aurora Lacasa ist. Mit einer weihnachtlichen Lesung, einer Advents-Kaffeetafel und dem Wellnessbereich des Hauses sind weitere Akzente gesetzt!

3 Tage Busreise vom 27.11.-29.11.2009

Im Reisepreis inkl.: • Busfahrt • 2 Übern./Frühstücksbüfett im First Class Kaiser SPA Hotel Zur Post in Bansin • 2x Abendessen • 1x Kaffee und Kuchen • Nutzung des Wellnessbereiches mit Schwimmbad, Sauna und Dampfbad • Lesung mit Weihnachtsgeschichten • weihnachtliches Konzert mit Aurora Lacasa • Reiseleitung • Ausflüge: Greifswald mit Stadtführung, Winterwanderung nach Heringsdorf, Inselrundfahrt, Benz, Schloss Mellenthin

Preis pro Person im DZ 239,-

Wörlitz Tourist – Urlaub wie er mir gefällt!

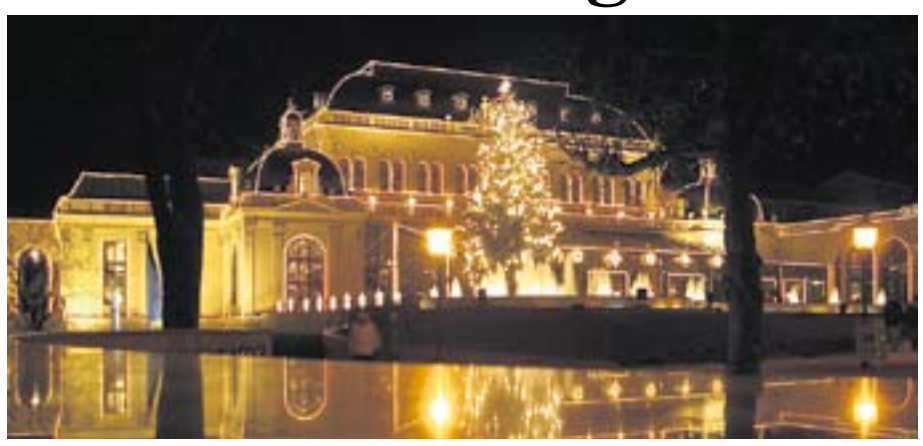
Beratung & Buchung: 030 / 42 21 95 10 www.woerlitztourist.de

Ihre Anzeige erreicht uns unter Telefon: 53 21 22 14

Anzeige

Tracht und Prügeltorten

Weihnachten, wie es einmal war - die Adventmärkte der Kleinen Historischen Städte



Weihnachtsmarkt vor dem Casino in Baden. Foto: Maro& Partner

Die Kleinen Historischen Städte versprühen in der Vorweihnachtszeit eine märchenhafte Stimmung und verzaubern Urlauber mit traditionellen Adventmärkten, die inmitten der mittelalterlichen Stadtkerne das charmante Flair des historischen Österreichs verbreiten und ein Weihnachten zeigen, wie es früher einmal war...

Sie sind nicht groß und neu sind sie auch nicht. Und doch verleihen die Kleinen Historischen Städte - kurz KHS genannt - Österreich einen ganz besonderen Glanz und ziehen sich wie Perlen an einer Kette durch das Land: Von Feldkirch im äußersten Westen bis zur östlichsten Stadt Rust, vom Bodensee bis zum Neusiedler See. Diese städtischen Juwelen strahlen umso heller, je dunkler die Jahreszeit wird. Ihre volle Leuchtkraft zeigen sie Jahr für Jahr in der Weihnachtszeit, dann erstrahlen alle achtzehn Städte in einem Lichtermeer und jede gibt auf individuelle Weise ein romantisches Bild von Brauchtum, Festlichkeit und Tradition. Die Luft ist erfüllt von weihnachtlichen Klängen und Düften, die einen in längst vergangene, besinnlichere Zeiten zurückversetzen. Historische Marktplätze, liebevoll restaurierte Fassaden und verwinkelte Gässchen sind die Kulisse für Hüttenzauber, Lichterspektakel und viele einzigartige Advent-Veranstaltungen.

Wer die Keramikstadt **Gmunden am Traunsee** im Winter besucht, der darf den einzigartigen Adventmarkt im Ambiente des weltberühmten Seeschlosses Ort vom 20. bis 21. Dezember nicht verpassen: Mitten im See funkeln Kerzen wie Schneesterne, der Duft von Bratäpfeln und Zimt liegt in der Luft und als persönliches Weihnachtsgeschenk kann man ein selbstgemaltes Keramikhäferl in der Gmundner Keramik brennen lassen. An den Adventwochenenden findet auch der traditionelle Adventmarkt am Museumsplatz statt.

In der **Brunnenstadt Imst** werden an ausgewählten Plätzen und Fenstern der alten Imster Oberstadt die schönsten Exponate heimischer Krippen präsentiert. Neben dem Krippenpfad gibt es auch auf dem Weihnachtsmarkt in der Innenstadt viel zu entdecken: Kinder werden vom Weihnachtswald, die Eltern von der romantischen Pferdekutschenfahrt, den Krampus-,Nikolaus- und Christkindlumzügen begeistert sein. Einmalig ist die Kunststraße, die ab Ende November bis 20. Dezember die Arbeiten von 30 Künstlern unter freiem Himmel zeigt.

Der Weihnachtszauber auf der **Festung Josefsburg** in Kufstein ist weit über die Landesgrenzen hinaus bekannt: In den alten Festungsgängen zelebriert man an den Adventwochenenden das 10jährige Jubiläum im Kaiserturm und im Schlossgarten. Vom handgefertigten Adventschmuck über erlesene Destillate bis hin zur Tiroler Prügeltorte, die man auf einer mit Teig betröpfelten Holzwalze, dem sogenannten Prügel backt, werden hier alle Weihnachtswünsche erfüllt. Auch der Weihnachtsmarkt im Stadtpark, der Dorfadvent **Ebbs** und der Christkindlmarkt **Thiersee** sind eine Reise wert.

Im malerischen **Steyr** ist das Christkind seit mehr als 300 Jahren zuhause, als 1702 die Wallfahrtskirche Christkindl erbaut wurde. Aus dem Weihnachtspostamt des Wallfahrtsortes werden pro Jahr zirka zwei Millionen Weihnachtsbriefe verschickt. Zum 60. Jubiläum transportieren wieder Oldtimer Postbusse und Chauffeure in Originaluniformen die Gäste von Steyr nach Christkindl. Über 400 der schönsten und größten Krippen, Österreichs erstes Weihnachtsmuseum und Europas ältestes Stabpuppentheater machen die Weihnachtszeit in Steyr zu etwas ganz Besonderem. Ab 20. November lädt der Steyrer Christkindlmarkt auf der Promenadenallee und ab 28. November der stimmungsvolle Weihnachtsmarkt „Altstadt Steyr“ herzlich zum besinnlichen Feiern ein

Die 3- und 4-Sterne-Hotelgutscheine der Kleinen Historischen Städte eröffnen Weihnachtsfans neben einer individuellen Urlaubsplanung auch ausgezeichnete Geschenkmöglichkeiten und eine große Auswahl an komfortablen Hotels in allen achtzehn romantischen Städten. Bereits ab 38,- Euro verbringt man selbst oder der Beschenkte eine Nacht im 3-Sterne-Hotel und für 58 Euro im 4-Sterne-Hotel, jeweils inklusive Frühstücksbuffet. * Preis pro Person im Doppelzimmer, info@khs.info, www.khs.info

Gewinn B: Wir verlosen sechs Gutscheine für den Aufenthalt in 4-Sterne-Hotels in „Kleinen historischen Städten“, für jeweils zwei Personen mit drei Übernachtungen.

„Winterspeck adé“

Mit SPEED-FIT bleiben Berliner Frauen auch im Winter schlank“! Das Berliner Fitness-System hilft Frauen, ihre Figur auch über den Winter und die kommenden Feiertage ohne Diät schlank und straff zu halten.

Die Advents- und Weihnachtszeit steht schon bald wieder vor der Tür. Selbst gebackene Plätzchen, Lebkuchen und Glühwein verleiten in den nächsten Wochen zum ausgiebigen Genuss. Alle Jahre wieder fragt sich jede Frau, wie sie trotz dieser Leckereien ihre Figur halten oder sogar ein paar Pfunde abnehmen kann, ganz ohne Diät oder obskure Wundermittel.

Die Kundinnen von SPEED-FIT kennen die Antwort auf diese Frage. Durch ein neuartiges Trainingssystem werden in kurzer Zeit fast alle Muskelgruppen trainiert. Das Training mit ermöglicht neben dem Muskelaufbau und der Gewichtsreduktion auch weitere Vorteile für die eigene Gesundheit und das Wohlbefinden. Die Haut wird straffer, Fett abgebaut und Cellulitis reduziert. Das optimiert nicht nur den eigenen Gesundheitszustand, sondern steigert auch die Lebenslust und stärkt das Selbstvertrauen.

Das Training findet am sogenannten SPEEDtrainer statt, welcher Elektroimpulse erzeugt und diese mithilfe einer speziellen Trainingsausrüstung auf den Körper überträgt. Eine Trainingseinheit dauert lediglich 15 Minuten. In dieser Zeit erfolgt alle fünf Sekunden ein Impuls, der die Muskeln zur Kontraktion bringt und auch tiefer gelegene Muskeln erreicht, die mit normalen Fitnessgeräten meist gar nicht oder nur schwer trainiert werden können.

Zwei Trainingseinheiten von 15 Minuten pro Woche sind ausreichend, da eine Trainingseinheit etwa 20 bis 30 Stunden herkömmlichem Fitnesstraining entspricht. Studien der sportwissenschaftlichen Universität Bayreuth und der Sporthochschule Köln belegen die Erfolge, die mit dem ganzheitlichen Training erreicht werden können. Die Leistungsfähigkeit wird nachweislich erheblich gesteigert, der Körper geformt und gestrafft. Hartnäckig hält sich allerdings das Gerücht, Krafttraining lasse Frauen muskulös aussehen. Doch dieser Mythos ist falsch. Nur wenige Frauen sind aufgrund ihrer Genetik in der Lage, Muskeln wie ein Mann aufzubauen. Im Vergleich zu Männern produzieren Frauen nur etwa ein Drittel des männlichen Geschlechtshormons Testosteron, welches mit verantwortlich für den Aufbau von Muskelpaketen ist.

„Unsere Kundinnen sind von dem Training begeistert, da sie mit geringem Aufwand ihren Körper fit halten können und so auch jünger wirken. Der Winterspeck hat gegen das Konzept keine Chance. Niemand muss damit befürchten, dass nach den Festtagen die Hose nicht mehr passt“, erklärt Geschäftsführer Torsten Danneberg.

Weitere Informationen sind im Internet unter www.SPEED-FIT.de abrufbar.

Berlin begeistert Spanien

Die Stadt Berlin erhielt am 23.10. 09 im spanischen Oviedo den „Prinz-von-Asturien-Preis für Völkerverständigung. Erstmalig wurde der „spanische Nobelpreis“ damit an eine Stadt verliehen.

Anlass für die Preisvergabe ist der 20. Jahrestag des Mauerfalls. Berlin wird in der Kategorie Einheit geehrt: für die Überwindung der Teilung und als Zentrum des Zusammenwachsens von Ost- und Westeuropa.

„Diese Auszeichnung adelt das überaus positive Image, das Berlin bei den Spaniern hat“, sagt Burkhard Kieker, Geschäftsführer der Berlin Tourismus Marketing GmbH. „Als angesagte Trend- und Lifestyle-Metropole ist die Stadt eines der beliebtesten Reiseziele für spanische Besucher. In diesem Jahr haben wir bereits mehr als 400.000 Übernachtungen in den Berliner Beherbergungsbetrieben gezählt.“ In den vergangenen zehn Jahren sind die Zahlen der spanischen Besucher sprunghaft angestiegen.

Fortsetzung auf Seite 6

Anzeige