

NORDRHEIN WESTFALEN

DAS REISEMAGAZIN | AUSGABE 02/14

*Gesund.
Munter.*

GESUND

Auszeit für die Seele – NRW bringt die Erholung zurück

AKTIV

Gepäckfreies Wandern in NRW – die Sauerländer Wandergasthöfe

STÄDTE

Münster – ein Wochenende in einer der lebenswertesten Städte der Welt

KULTUR

Schloss Corvey – das fünfte UNESCO-Weltkulturerbe in NRW



HERBSTZEIT IST

Wohlfühlzeit IN NRW

Herbst – das ist Kuschel- und Wohlfühlzeit. Man genießt die letzten Sonnenstrahlen, das Farbenspiel in den Wäldern und die Natur, freut sich aber auch schon auf behagliche Abende und Entspannung im Warmen. Wer alles auf einmal möchte, dem empfehle ich einen Trip nach NRW. Ob Indian Summer in den Buchenwäldern der Eifel oder des Rothaargebirges, der Geschmack saftiger Äpfel vom Niederrhein oder das wohlige-warme Gefühl beim Eintauchen in eine der vielen Thermal-Quellen – hier lässt sich der Herbst mit allen Sinnen genießen.

Und das Beste: Solche Auszeiten tun Körper und Seele gut und machen damit das Immunsystem „winterfest“. Dabei lassen die Angebote nichts zu wünschen übrig: Ob man von einem Lama Gelassenheit lernen möchte, beim Rad-Coaching seine Fitness steigert oder sich lieber in einem der Sauerländer Wandergasthöfe verwöhnen lassen will – alles ist möglich. Auch die Kultur läuft im Herbst wieder zu Hochform auf. Und natürlich gilt für uns alle:
Wir freuen uns auf Besuch in NRW!

Heike Döll-König
Dr. Heike Döll-König, Geschäftsführung Tourismus NRW e.V.

facebook.com/DeinNRW | twitter.com/DeinNRW | www.dein-nrw.de/newsletter

IMPRESSUM HERAUSGEBER: Tourismus NRW e.V. | Völklinger Str. 4 | 40219 Düsseldorf | Tel.: +49 (0) 211 913 20-500 | Fax: +49 (0) 211 913 20-555 | Vertretungsberechtigter Vorstand: Olaf Offers | Geschäftsführung: Dr. Heike Döll-König | V.i.S.d.P. & Verantwortlicher gem. § 55 Abs. 2 Rundfunkstaatsvertrag: Markus Delcuve, Völklinger Str. 4, D-40219 Düsseldorf | Amtsgericht: Düsseldorf | Vereinsregisternummer: VR 10493 | Verantwortlich für den Inhalt: Sebastian Kaiser, Katja Heuer | **KONZEPTION UND REALISATION:** Kauna, Posnik, Spohr GmbH | Zeughausstraße 13 | 50667 Köln | Tel.: +49 (0) 221 952 749-0 | www.kps-kommunikation.de | Chefredaktion: Dr. Patrick Krause | Redaktion: Stefan Kappers | Projektmanagement: Marcel Otten | Art Direction: Christina Claßen | Grafik: Loreen Ramirez | Das Magazin hat eine Gesamtauflage von 185.000 Exemplaren und liegt der WELT am SONNTAG, der ZEIT und dem Lesezirkel bei | **HERSTELLUNG UND DRUCK:** Druck & Werbung Ott, Dortmund | Leitung: Klaus-Peter Ott

BILDNACHWEISE TITELSEITE: © Tourismus NRW e.V., Dominik Ketz | **EDITORIAL:** S. 2, groß: © Ferienwelt Winterberg; Klein: Frau Dr. Döll-König, © Tourismus NRW e.V. | **INHALT:** S. 3: 1. © Tourismus NRW e.V., Dominik Ketz; 2. © Sauerländer Wandergasthöfe e.V.; 3. © Diemar Wirtlich, Münster Marketing; 4. © Schloss Augustsburg, Horst Gummersbach; 5. © Anja Fröhlich | **GEWINNSPIEL:** © Brien Wirtschaft und Tourismus GmbH | **REGIONEN:** S. 4-5: 1. © Mats Bäcker; 2. © Kreis Mettmann; Marano Dharin; 3. © Münster Marketing; 4. © Teutoburger Wald Tourismus, Ithara Bielefeld; 5. © Eifel Literatur Festwal; 6. © Niederrhein Tourismus; 7. © Sauerland-Radwelt e.V., Dennis Strassmann; 8. © MEMG; 9. © Revierpark Wischlingen, Dortmund; 10. © KölnTourismus GmbH, Udo Haake; 11. © Rhein-Erft Tourismus e.V.; 12. © Touristikverband Siegerland-Wittgenstein, Arno Jährling; 13. © Carola Thomen Bad Aachen, Robi; 14. © Uwe Völkner/Fotopointer FOX; 15. © Holger Piewowar; 16. © Pressamt der Bundesstadt Bonn | **GESUND:** S. 6 © Tourismus NRW e.V., Dominik Ketz; S. 7 © Touristik Preislich Oldendorf; S. 8, oben: Brochhauser Steine, Olsberg; © Tourismus NRW e.V., Dominik Ketz; unten: © Ferienwelt Winterberg; S. 9, oben: © Tourismus NRW e.V., Dominik Ketz; unten: © See Park Janssen WDR; S. 10, links: © Tourismus NRW e.V., Dominik Ketz; rechts: © Fotolia; S. 11, oben: © Touristikinformation Lennestadt und Kirchhundem, unten: © Staatsbad Meinberg GmbH | **AKTIV:** S. 12, oben: © Sauerländer Wandergasthöfe e.V.; unten: © Hotel Deimann; S. 13, v. u. n. u.: © Sauerländer Wandergasthöfe e.V.; © Sauerländer Hof; © Landgasthof Saemer; © Hotel Deimann; © Landgasthof Saemer; S. 14 © Tourismus NRW e.V., S. 15, v. u. n. u.: © Agatur Berna; © Niederrhein Tourismus GmbH; © Studio Aust; © Hotel Fira & Ice | **STÄDTE:** S. 16-17: Kubewinkel © Ralf Emmerich, Teget-Kommisario; Pröbmann Stadt Münster; Kunst am Aase © Ralf Emmerich, Schlager Münster; © Michael Bank, Rathaus Münster; © Münster Marketing, Ralf Emmerich | **KULTUR:** S. 18, oben: © Kulturkreis Hoeser - Corvey gGmbH, unten: Horst Gummersbach; S. 19: 1. © Tourismus NRW e.V., Oliver Franke; 2. © V. Stetz, und fertig wird'er doch, Walter-Richartz-Museum & Fondation Carpedo, Köln; 3. © Museo gal Bargeilo, Florenz; Foto: Italienisches Ministerium für Kulturgüter und Tourismus; 4. © Rühr Tourismus, Jochen Schillius; S. 20: 1. © kaysalp; 2. © Max Sievogt Galerie Neue Meister, Staatliche Kunstsammlungen Dresden, Kunstsammlung NRW; 3. Granatenerlager der Gutthoffnungshütte (GHH), Oberhausen, um 1916; © LW-Industriemuseum; S. 21: links: Neanderthaler Mädchen; © Neanderthal Museum; rechts: Kompressorhalle Kokerei Hansa; © Schneider | **GENUSS:** S. 22-23, links: 1-2. © Anja Fröhlich; rechts: © Finest Spirits & Beer Convention

AUS DEN REGIONEN 4-5 ■ **NRW GESUND 6-11** **WO DIE ERHOLUNG GEBLIEBEN IST** Auszeit in NRW ■ **NRW AKTIV 12-13 SAUERLÄNDER WANDERGASTHÖFE** Wanderlust ohne Wanderlast ■ **14 NRW ZUM AUSBÜCHSEN** Bewunders- und bewandert ■ **15 RADWANDERN IN NRW** Per Velo von Aachen bis Venlo ■ **NRW STÄDTE 16-17** **EIN WOCHENENDE IN MÜNSTER** Eine der lebenswertesten Städte der Welt ■ **NRW KULTUR 18-19** **ZEITZEUGEN DER GESCHICHTE** UNESCO-geschützte Baudenkmäler in NRW ■ **20 AKTUELLE AUSSTELLUNGEN IN NRW** ■ **21 ZEITREISEN DURCH DIE EPOCHEN** ■ **NRW GENUSS 22-23** **HAUPTSACHE NICHT „MASTIG“** Ullrich Langhoff, Genussbotschafter des Niederrheins, im Gespräch ■ **23 GENUSS, QUALITÄT UND VIELFALT** Finest Spirits & Beer Convention



6



12



16



18



22



**MITMACHEN
UND
GEWINNEN**

ZU GEWINNEN: WANDERN DURCHS SAUERLAND MIT COACH-BEGLEITUNG!

Zwei Fliegen mit einer Klappe: Bei dem Programm **Walk&Coach** in Brilon im Sauerland geht man auf dem sprichwörtlichen „Lebensweg“. Fern von Alltag und Stress verbindet sich unter kundiger (Lebens-)Führung persönliche Lebensplanung mit Bewegung.

Profi-Coach Anne Rabeneck legt mit den Teilnehmern in einem langen Gespräch die gewünschten Themen des Wander-Coachings fest und bewegt in einer 3-Stunden-Tour Körper und Geist; die Naturerfahrung regt zu vielseitigen Perspektivenwechseln an – sowohl landschaftlich als auch mental! Selbst schwierige Lebenssituationen und Herausforderungen bewältigen die Teilnehmer im „laufenden“ Dialog mit zusehends leichterem Gepäck. Mit im Paket ist die Übernachtung in einem 3-Sterne-Hotel. Diese interessante Erfahrung an der frischen Luft gibt es nun für NRW Reisemagazin-Leser: Wer nicht auf dem Holzweg ist, hat mit seiner richtigen Antwort die Chance, **Walk&Coach** im Gesamtwert von 520,- Euro zu gewinnen.

UND HIER DIE PREISFRAGE:

WIE NENNT MAN DAS SAUERLAND AUCH?

- a) Land der 1.000 Seen
- b) Land der 1.000 Berge

Beantwortung der Frage unter www.dein-nrw.de/gewinnspiel oder per Postkarte an: Tourismus NRW e.V. Stichwort: NRW Magazin Völklinger Str. 4 40219 Düsseldorf

Einsendeschluss: 28.09.2014



www.dein-nrw.de/gewinnspiel

MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG VOM
Ministerium für Wirtschaft, Energie,
Industrie, Mittelstand und Handwerk
des Landes Nordrhein-Westfalen



EUROPÄISCHE UNION
Investition in unsere Zukunft
Europäischer Fonds
für regionale Entwicklung



Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Bei mehreren richtigen Antworten entscheidet das Los. Die Gewinner werden von uns benachrichtigt. Mit der Teilnahme am Gewinnspiel erklärt sich der Teilnehmer einverstanden, in Zukunft per Post interessante Angebote von Tourismus NRW e.V. zu erhalten.



1



2



3



4

**NORD
RHEIN
WEST
FALEN**

**AUS
DEN**

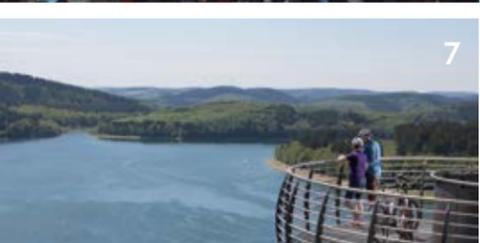
REGIONEN



5



6



7



8



9



10



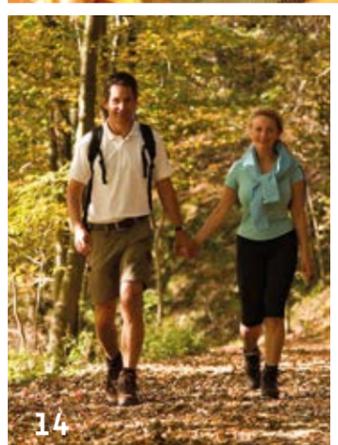
11



12



13



14



15



16

1 DÜSSELDORF FESTIVAL! 10. BIS 28.09.2014

Eine Entdeckungsreise durch die Kulturen der Länder. Höhepunkte sind unter anderem die Tanzkompanien Fabulous Beast und die Compagnie Accrorap, die Fado-Königin Carminho, L'Ultra Bal aus Frankreich und Nostalgia 77, die Tiger Lillies sowie die Compagnie 111 und der Cirkus Cirkör. Weitere Informationen und Tickets unter www.dticket.de, Übernachtungspaket unter www.duesseldorf-tourismus.de/hotelpakete

2 UNTERWEGS AUF DEM NEANDERLAND STEIG

„Raus in die Natur“ heißt es im Herbst im neanderland/ Kreis Mettmann. In diesem Jahr werden die letzten Etappen des rund 230 km langen neanderland STEIGs eröffnet. Auf 17 Einzelstappen erwarten den Wanderer neben abwechslungsreichen Moor-, Heide- und Waldlandschaften auch kulturelle Sehenswürdigkeiten wie Museen, Kirchen und historische Bauten. www.neanderlandsteig.de

3 KUNST UND KULTUR IN MÜNSTER

Vom 18. bis 21.09.2014 wird Münster beim Schauraum Spezial zu einer Mixtur aus Kunst und Kultur. Illuminationen, Ausstellungen, Lounges, Musik und eine vielfältige Gastronomie bieten Besuchern einen Mix für alle Sinne. Besonderes Highlight: Das LWL-Museum für Kunst und Kultur eröffnet am Samstag nach mehrjähriger Bauzeit seinen spektakulären Neubau. www.tourismus.muenster.de

4 ZEIT FÜR WARMER QUELLEN – THERMEN IM TEUTOBURGER WALD

Sich ein paar Tage Entspannung gönnen: Dies ist in den erstklassigen Thermen und Wellness-Bädern der Urlaubsregion Teutoburger Wald ein guter Tipp für Herbst und Winter. Die entsprechenden Hotels, davon einige mit eigenen Wellnessangeboten, machen den Kurzurlaub im Teuto zu einer runden Sache. www.wellnessplus-teutoburgerwald.de

5 HEISSE (LITERATUR)- FESTIVAL-HERBST IN DER EIFEL

Drei Literatur-Festivals bieten im Herbst hochkarätige Unterhaltung: das Eifel-Literatur-Festival u.a. mit Frank Schätzing, die Nordeifel-Mordeifel-Krimitage vom 10. bis 14.09.2014 mit Lesungen oder Krimi-Dinner an ungewöhnlichen Schauplätzen und die neue Veranstaltung Lit.Eifel 2014 mit Philosophie-Professor Markus Gabriel, Moderatorin Sabine Heinrich u. v. a. m. www.eifel.info

6 NIEDERRHEINISCHES FREILICHTMUSEUM GREFRATH

Im Niederrheinischen Freilichtmuseum wird die Kultur des Niederrheins lebendig. Wie wurde hier früher gelebt und gearbeitet? Die vielen historischen Facetten können in den Hofanlagen und Werkstätten sowie in der Dorenburg und im Spielzeugmuseum entdeckt werden. Regelmäßig finden Veranstaltungen und Ausstellungen statt. www.niederrhein-tourismus.de

7 RUHR-SIEG-RADWEG: BAHNTRASSEN- RADELN VON FLUSS ZU FLUSS

Wer die Farbenvielfalt der Sauerländer Wälder auf zwei Rädern entdecken möchte, für den gibt es jetzt eine neue Route: Der Ruhr-Sieg-Radweg verbindet auf 113 steigungsarmen Strecken-Kilometern zwei bedeutende Flüsse und drei Regionen miteinander. Der attraktive Tourenverlauf folgt dabei zu großen Teilen ehemaligen Eisenbahnrouten. Und am Wegesrand laden viele attraktive Erlebnisorte zu dem ein oder anderen Zwischenstopp ein. www.ruhr-sieg-radweg.de

8 6. MÖNCHENGLADBACHER TASCHENLAMPENKONZERT

Live und Open Air am 20.09.2014, 19 Uhr. Das Mönchengladbacher Taschenlampenkoncert der Band Rumpelstil. Swingende, rockende Live-Melodien, spannende Choreografien und Tausende Lichter sorgen für magische Momente. Für Kinder ab 3 Jahren. www.ik-mg.de Tickets: www.adticket.de

9 ENTSPANNEN IM RUHRGEBIET

Entspannung findet man im Ruhrgebiet vor allem in den Thermen, Bädern und Saunen der acht Revierparks. Hier können die Energietanks wieder voll aufgeladen werden. Wer es lieber bewegter mag, geht spazieren oder nutzt die Möglichkeiten zum Wassersport, Klettern oder Schlittschuhlaufen. Die Revierparks bieten Fitness für jeden Geschmack. www.ruhr-tourismus.de/wellness

10 KÖLN ENTDECKEN PER VELO

Besonders bei schönem Wetter sind Fahrradtouren durch Köln beliebt. Mit den Sehenswürdigkeiten aus der Kölner Römerzeit und dem Mittelalter, mit den Parks, dem Stadtwald und dem Grüngürtel sowie den zahlreichen Biergärten und Ausflugslokalen hat Köln viel zu bieten, was sich zu erkunden lohnt – auf eigene Faust oder auch mit einer geführten Stadttour per Leihfahrrad. www.koeln-tourismus.de/stadterlebnis/aktiv-sport

11 JEDEM KAFF SEINE BURG

Bei der 50 km langen Radtour ‚Jedem Kaff seine Burg‘ wird man mit Hilfe der kostenlosen App QuoRadis zu vielen Schlössern und Burgen im Rhein-Erft-Kreis navigiert. Spannende Geschichten, erzählt durch Videos, Fotos und Audiobeiträge, eine schöne Landschaft vor den Toren Kölns und tolle Couponing-Angebote machen die Tour zu einem ausgefallenen Erlebnis. www.rhein-erft-tourismus.de/de/freizeit/radfahren

12 QUELLENREICH SIEGERLAND-WITTGENSTEIN

Der Waldreichtum in der Region Siegerland-Wittgenstein hält einen prägenden Schatz verborgen: Die Quellen der Flüsse Eder, Lahn und Sieg. Auch unzählige weitere Mittelgebirgsbäche entspringen hier auf dem Rothaarkamm auf über 600 Metern Höhe. Die Flüsse erblicken nur jeweils wenige Kilometer voneinander entfernt das Tageslicht und liegen allesamt direkt am Rothaarsteig. www.siegerland-wittgenstein-tourismus.de

13 CAROLUS THERMEN BAD AACHEN: ENTSPANNEN WIE DIE RÖMER

Schon die Römer haben sich im Aachener Quellwasser entspannt. Die Carolus Thermen Bad Aachen setzen die Tradition heute in moderner Form fort. Ein von imposanten Säulen getragener Badebereich lädt zum Verweilen im warmen Mineral-Thermalwasser ein. Die Saunawelt besticht durch ein vielfältiges Angebot an finnisch-baltischen Saunen sowie durch einen großen orientalischen Badebereich. www.carolus-thermen.de

14 7. REICHSHOF RAD- UND WANDERWOCHE

Natur pur heißt es während der Rad- und Wanderwoche vom 20. bis 28.09.2014. Täglich finden unterschiedliche Touren in der abwechslungsreichen Bergischen Landschaft statt. Den Höhepunkt bildet der 1. Eckenhäaner Landmarkt. Rund um das Bauernhofmuseum werden handwerkliche Einzelstücke, ein Kinderprogramm, Live-Musik und regionale Köstlichkeiten geboten. www.dasbergische.de

15 QUALITÄTSWANDERWEG DER BERGISCHE WEG

In zwei Tagesetappen führt der Bergische Weg durch die prachtvollen Wälder und das abwechslungsreiche Mittelgebirge der Bergischen Drei von Solingen-Gräfrath bis nach Altenberg. An den Abenden verwöhnen Gastgeber ihre Gäste mit regionalen Gaumenfreuden, bei denen man den Tag gemütlich ausklingen lassen kann. www.die-bergischen-drei.de

16 IM HERBST UNTERWEGS IN BONN UND IM SIEBENBERG

Ein Besuch der Ausstellung ‚Outer Space – Faszination Weltraum‘ in der Bundeskunsthalle oder eine Schifffahrt entlang des herbstlich gefärbten Siebengebirges ist in jeder Hinsicht ein Erlebnis. Von Bonn aus ist Königswinter ein lohnenswerter Ausstiegspunkt für Siebengebirgswanderungen mit dem Aussichtspunkt Drachenfels und dem Schloss Drachenburg. www.b-p-s.de

WO die Erholung GEBLIEBEN IST

*Auftanken im Sauerland,
im Teutoburger Wald und in den Heilbädern
und Kurorten Nordrhein-Westfalens.*

Zurück aus dem Urlaub, fragen wir uns schon nach kurzer Zeit: „Wo ist eigentlich die Erholung hin?“ Wäre es nicht ideal, wenn wir auch im Alltag mehr Energie hätten? Und einfach zwischendurch die Körper- und Seelenreserven auftanken könnten? Kein Problem: Angebote für das persönliche Wohlbefinden liegen viel näher, als man vielleicht denkt. Die Naturlandschaften NRW haben eine therapeutische Wirkung. Schon ihr Anblick öffnet Herz, Lunge und Seele. Im Sauerland oder im Teutoburger Wald liegen Frischzellen-Kurorte, die besonders nachhaltig wirken. Einerseits ist man schnell da, andererseits bieten die Heilstätten mittlerweile medizinisch-therapeutische und sportliche Konzepte, die mit Omas Kuraufenthalt von damals kaum noch etwas gemeinsam haben.

GUT AUFGESTELLT FÜR DEN ALLTAG

Vor allem, wenn sich nach dem Urlaub wieder der Alltagsstress einstellt, begleitet von Verspannungen körperlicher wie psychischer Art, liegt nichts näher als der Besuch von Heilbädern und Kurorten in Nordrhein-Westfalen wie Bad Salzuflen, Bad Meinberg, Bad Hermannsborn oder Bad Holzhausen. Aber auch Saalhausen, Winterberg, Geldern und Gelsenkirchen haben für Schnell-Erholungssuchende heilsame Überraschungen parat ...

Effektive Naherholung mit natürlichen Heilmitteln und hohem Qualitätsstandard, rundum betreut von Spezialisten und gastfreundlichen Hoteliers: Das alles finden Erholungsbedürftige besonders im Sauerland und im Teutoburger Land zuhauf. Das Spektrum reicht vom klassischen Kneipen bis zu Wander-Coaches, mit denen man unterwegs seine persönlichen Themen durchspricht. Andernorts begegnet man auch Lamas, deren ruhige Ausstrahlung die Seele auspendelt. Denn es muss nicht gleich Lateinamerika sein. NRW bietet Fitness für alle, ganz ohne Reisetstress und auch mal zwischendurch.

www.nrw-gesund.info

WANDERN DEN Ohren zuliebe. MIT TINNITUS LEBEN LERNEN



Haus des Gastes mit Kurpark in Bad Holzhausen

Fieeep! Und da ist es passiert. Mit einem Tinnitus ist man aber nicht am Ende, sondern an einem neuen Anfang: Das Team von **HolsingVital** in Preußisch Oldendorf/Bad Holzhausen trägt per Training verschiedenen Ursachen des Tinnitus Rechnung. Das 7-Tage-Programm umfasst neben Vollpension in einem schönen Hotel psychologische Beratung, Yogakurse, Entspannungs-, Manual- und Trainingstherapie sowie begleitete Tinnitus-Wanderungen durch die Bad Holzhauser VitalWanderWelt. Der Tinnitus-Coach weicht dem Besucher kaum von der Seite – und auch für nachhaltiges Training wird gesorgt.

www.nrw-gesund.info/holsingvital

DIE NEUE Bewegung

Joggen, Bewegung, Fitness: Was zu „Trimm-dich-fit“-Zeiten einmal mit Kniebeugen und Balkenstemmen auf dem Sportparcours begann, ist heute Standard. Wer nichts von sportlichem Ausgleichsprogramm zu Beruf und Alltag wissen will, braucht schon eine gute Ausrede.

Ganz ohne körperliche Kraft und Widerstandsfähigkeit geht es nämlich nicht, sonst mehren sich die Symptome der Belastungen. Dabei ist Sport nicht unbedingt mit Leistung gleichzusetzen. Die **Ferienwelt Winterberg** bietet beispielsweise ein individuelles Trainingsprogramm, das jedem auf die Sprünge hilft.

„Joggst du noch ODER LÄUFST DU SCHON?“, FRAGT MAN IN WINTERBERG

Das etwas andere Ganzkörpertrainingsprogramm in der **Ferienwelt Winterberg** ist eine Fabrik für Laufhelden. Hier hilft man auch den „innersten Schweinehund“ zu besiegen. Das ist sehr persönlich gemeint: Das intensive Laufpaket umfasst unter anderem 15 Personal-

Laufhelden in Winterberg

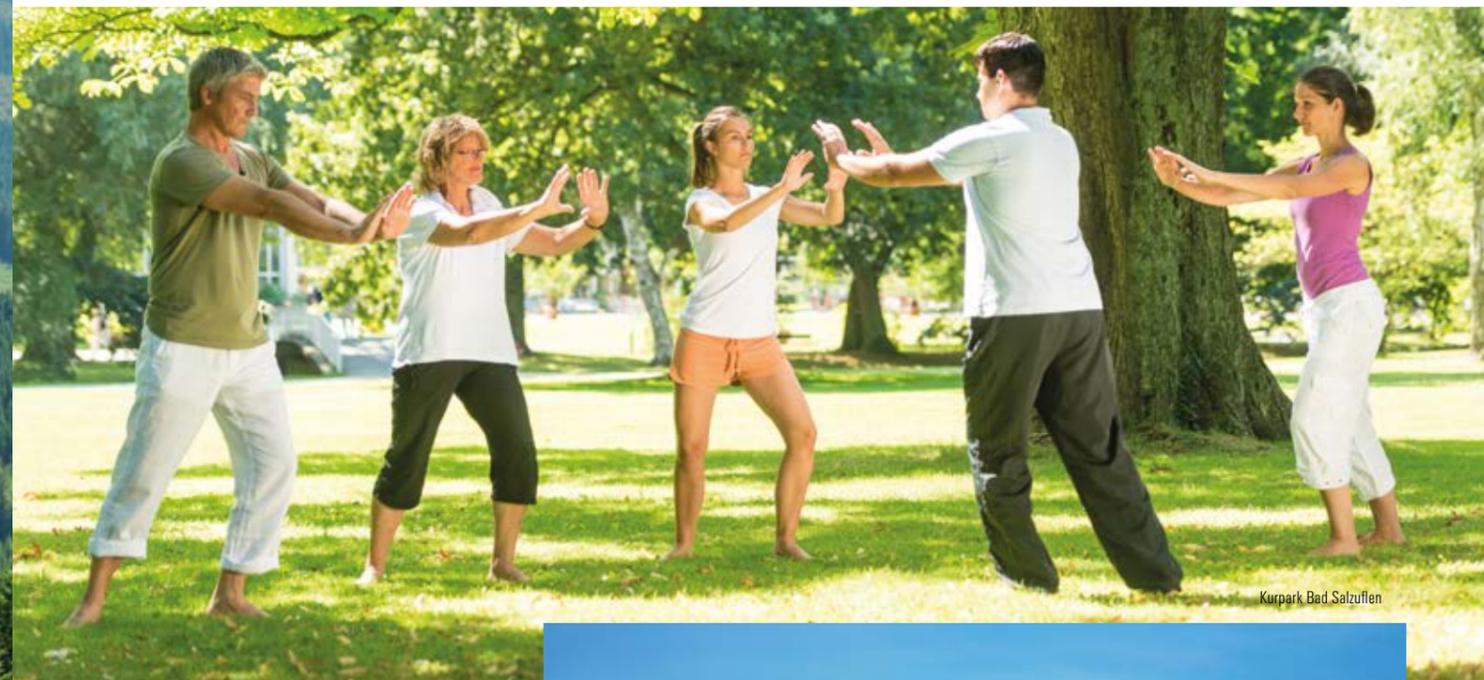


Training-Einheiten à 60 Minuten. Ob Laufestieg oder -optimierung, unter Anleitung von Sportexperten und -profis entdecken die Teilnehmer eine vollkommen neue Beweglichkeit und Leidenschaft. Laufen ist mehr als Joggen, vor allem in unberührter Natur. Neben Lauftechnikanalyse und Sensomotoriktraining stehen Entspannungsangebote und Trailrunning-Einheiten auf dem Programm. Optional gibt es Leistungsdiagnostik und das Ernährungscoaching basefood* on top – nur Ausreden gibt es nicht!

www.nrw-gesund.info/winterberg-laufhelden

Durchatmen UND ABNEHMEN

Wie viele Diäten hat man schon „durch“, wie viele Signale von Überlastung hat der Körper nicht schon geschickt: Zeit, proaktiv etwas in Sachen Gesundheit zu unternehmen. Das muss keineswegs langweilig sein. Vor allem nicht in Nordrhein-Westfalen.



Kurpark Bad Salzuflen

Bewegen, entspannen, Energie atmen in Bad Salzuflen

Stress und Alltagsprobleme einfach wegatmen: das funktioniert. Und am besten in Bad Salzuflen. Hier gewinnt man dank salziger Luft neue Energie und innere Widerstandskraft – unter der Anleitung einer Diplom-Psychologin und den Sportwissenschaftlern und Physiotherapeuten des **Staatsbad Vitalzentrums**. Neben Bewegung und Entspannung stehen täglich persönliche Coaching-Gespräche und Selbstmanagement-Strategien auf dem 7-Tage-Programm.

Die Salzufler Sole mit ihrer natürlichen Heilkraft tut ihr Übriges, damit die Gäste beim Aquafloating und dem bewussten Atmen der salzhaltigen Luft Spannungen abbauen und neue Kraft schöpfen können.

www.nrw-gesund.info/salzuflen-energieatmen



See Park Janssen

Erfolgreiches Abnehmen MEDIZINISCHES MOTIVATIONS- COACHING IN GELDERN

Aus Erkenntnissen der Motivationspsychologie und aus telemedizinischen Verfahren entwickelte Prof. Dr. med. Stephan Martin vom **Westdeutschen Diabetes- und Gesundheitszentrum** in Düsseldorf dieses ganzheitliche Programm, inklusive Training, Coaching und Kochkurs im Gasthotel. Nach persönlicher Einführung durch Prof. Dr. Martin er-

folgt ein zwölfwöchiges medizinisches Motivations-Coaching mit sechs Gesprächseinheiten und individuellen Ratschlägen zu Ernährung und Bewegung sowie mit Vereinbarung und Überprüfung von Zielvereinbarungen. Mit allen Annehmlichkeiten des Hotels See Park Janssen.

www.nrw-gesund.info/wdgz-motiviertabnehmen

BEWEGUNG PER *Fontbewegung...*

... auch so kann Fitness trainiert werden.

Dafür stehen in Nordrhein-Westfalen ungewöhnliche Tiere zur Verfügung: Allen voran der gute alte Drahtesel, auf dem keine Etappensiege erzielt, sondern neue Energien gewonnen werden sollen. Oder auch das Lama, das auf ungewöhnliche Weise zur Gelassenheit beiträgt.

Kein Stress MIT DEM STRESS: KRAFT TANKEN IM HERZEN DES RUHRGEBIETES



Stressabbau mit Lama

Sie spucken gar nicht, dafür sind sie die Ruhe selbst – die Entspannungskünstler Kasimir, Dancer, Caruso, Hannibal und Diego. Mit ‚Kein Stress mit dem Stress – Entspannen lernen von den Lamas‘ leitet die prämierte Sportwissenschaftlerin und lizenzierte HeartMath®-Trainerin **Beate Pracht** ein außergewöhnliches Programm zum Herunterkommen. Bei einer Lamawanderung im Industriekultur-Flair lässt man die innere Anspannung schnell hinter sich und schaltet in ein langsames Tempo. Innere Ruhe und Gelassenheit bauen sich beim HeartMath®-Training auf und Schmerzen bei den Zilgri-Minuten-Übungen ab. Zurück im Alltag sind die Teilnehmer die Ruhe selbst und lassen sich nicht so schnell aus der Spur bringen – ganz wie ihre tierischen Vorbilder.

www.nrw-gesund.info/prachtlamas-entspannung

**NORDRHEIN
WESTFALEN** GESUND
BRUNNENKUNST THERAPIE BEWÄHRT

VERTRETbares KONZEPT – PERSÖNLICHES RAD-COACHING ZUR *Optimalfitness*

Die **Park Klinik Bad Hermannsborn** im Teutoburger Wald hilft auch dem müdesten Pedalritter in den Sattel – mit dem **MENTORbikeTeuto-Konzept**, das an der Deutschen Sporthochschule Köln mitentwickelt wurde. Und zwar ganz ohne Durchhalte-, Leistungs- oder Windschattenstress. Denn der Tretwiderstand ist entsprechend der persönlichen Belastungsgrenze jedes Einzelnen programmiert. Dafür sorgen Chefarzt Dr. Hochreuther und sein Team aus Sportwissenschaftlern und

**NORDRHEIN
WESTFALEN** GESUND
BRUNNENKUNST THERAPIE BEWÄHRT



Mit dem Rad-Coach zur Optimalfitness

Physiotherapeuten. Das Programm bringt die Teilnehmer durch motivierendes Coaching, gezielte Ernährung und speziell abgestimmte Regenerationseinheiten dazu, das eigene Leistungspotenzial zu verbessern und dauerhaft sportlich aktiv zu bleiben. Während der vier Tourtage sind ausgewiesene Experten und Coaches am Start, die auf ihre sportlichen Schützlinge aufpassen. Für ausreichend Vitalmahl- und Wellnesszeit ist gesorgt.
www.nrw-gesund.info/teuto-mentorbike



Luftkurort Saalhausen

Sich hängen LASSEN IN NRW

Gewusst wo: Wer ganz sanft in Sachen Erholung unterwegs sein möchte, entdeckt Nordrhein-Westfalen als Kur-, Kneipp- und auch Kräuter-Oase.

Kneippen MIT KRÄUTERN IM LUFTKURORT SAALHAUSEN

Gegen alles ist ein Kraut gewachsen: Um diese These zu stützen, führen vier professionelle Spurenleser (Coaches) ihre Gäste auf den Weg zur persönlichen Frische. „Vitale Kräuter sammeln, verstehen und genießen“ lautet das Motto. Darunter versteht man vor allem, den Ursprung der Ernährung kennenzulernen sowie neue, natürliche Zutaten bis hin zu deren Zubereitung im Kochseminar zu entdecken – ganz abgesehen von der natürlichen Bewegung beim Kräutersuchen in der Natur.

Während des dreitägigen Aufenthalts an der frischen Luft mit Wanderungen, Mittagessen und Lunchpaket entdeckt man einen persönlichen Zugang zu einer eigentlich ganz alten neuen Ernährungsweise. Abends gibt es Wellness mit Klangschale, Vitalmeditationen, Tautreten nach Kneipp und vieles mehr – Hauptsache, es trägt zur natürlichen Regeneration bei.

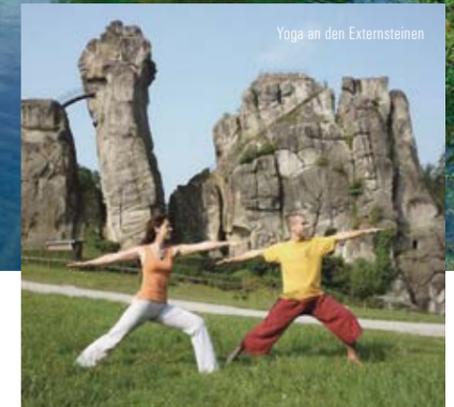
www.nrw-gesund.info/saalhausen-kraeuterkunde

**NORDRHEIN
WESTFALEN** GESUND
BRUNNENKUNST THERAPIE BEWÄHRT



Viele weitere
Erholungsmaßnahmen
in Nordrhein-Westfalen, ganz
ohne Stress und gleich
„hinterm Haus“,
bietet die Broschüre NRW Gesund,
anzufordern beim
Tourismus NRW e.V.
(siehe Impressum)
oder unter

www.dein-nrw.de/prospekte



Yoga an den Externsteinen

Stressabbau UND PRÄVENTION IN BAD MEINBERG

Schulmedizin trifft auf Naturheilkunde: Das historische **Mineral- und Moorheilbad Staatsbad Meinberg** verbindet die hauseigene Tradition mit asiatischen Heilungsmodellen – und mit Erfolg. Neben Anwendungen zum Stressabbau wie Nordic Walking, Moor und Yoga gibt es auch die Möglichkeit zu Ayurveda-Behandlungen, Wander-Coaching und das Wellness-Paket der MediClin Rose Klinik.

Maik Huneke, Facharzt für Allgemeinmedizin, kümmert sich im persönlichen Gespräch darum, persönliche Ziele festzulegen, und misst die Herzfrequenzvariabilität, um nach einem 4-Tage-Programm (inklusive Unterkunft und HP) den Vorher-Nachher-Unterschied zu prüfen und die Gäste zum persönlichen Stressabbau über den Aufenthalt hinaus zu beraten.
www.nrw-gesund.info/meinberg-stressabbau

**NORDRHEIN
WESTFALEN** GESUND
BRUNNENKUNST THERAPIE BEWÄHRT

Weitere Infos zum Gesundheitsurlaub auch beim Sauerland Tourismus (www.sauerland.com),
Teutoburger Wald Tourismus (www.teutoburgerwald.de) und bei der Gesundheitsagentur NRW (www.gesundheitsagentur-nrw.de)

Wanderlust ohne Wanderlast:

Die Sauerländer Wandergasthöfe

Wem Gott will rechte Gunst erweisen, den schickt er ohne Gepäck auf große Tour. Damit niemand auf der Strecke bleibt, präsentiert das NRW Reisemagazin gepäckfreie Wander- und Entdeckungstouren im Sauerland.



Traumhaftes Ambiente

Die wunderschönen Berge und Täler Nordrhein-Westfalens erkunden, durch Moore und Mischwälder marschieren, kulturelle Kleinode bewundern und abends im Gasthof einkehren – ein Heimspiel für Westfalen. Für den Gast bedeutet das: Rundum-Betreuung von Hof zu Hof, mit ausführlichem Verwöhnprogramm und vor allem leichtem Lunchpaket statt schwerem Gepäck, dafür mit einem herzlichen Empfang und Wohlfühl-Ambiente von Abmarsch bis Ziel. Zu diesem Zweck haben sich die Sauerländer Wandergasthöfe auf beliebten Strecken vernetzt. Unterwegs fühlt man sich nie allein gelassen. Welch eine Last fällt da von den Schultern!



Das Sauerland, auch „Land der 1.000 Berge“ genannt, bietet gleich eine ganze Palette an gepäckfreien Wanderpaketen. „Alle 16 Sauerländer Wandergasthöfe sind familiengeführt und sorgen rundum für das Wohlergehen der Gäste“, sagt Kerstin Bäumer vom 4-Sterne-Hotel **Sauerländer Hof** in Hallenberg. Sie ist eine von mehreren Hoteliers, die gemeinsam ein Wander-Angebotspaket mit Gepäcktransfer geschnürt haben. Kein Wunder, dass es kaum Drückeberger gibt: „Die allerwenigsten setzen sich beim Weitertransport des Gepäcks mit in den Wagen“, verrät Frau Bäumer und lacht. „Wir bieten zum Beispiel müden Wanderern eine Panoramasauna mit Blick in die weite Landschaft.“ Das klingt nach sprichwörtlichem „unbeschwertem Wandervergnügen“.



Alexandra und Julia Seemer

Alexandra Seemer vom **Landgasthof Seemer** in Wenholthausen bringt mit Wellness und Massagen müde Körper schnell wieder auf die Beine. Sie ist zertifizierte Wanderführerin und begleitet ihre Gäste gerne durch Berg und Tal. Ihren Gruppen kann sie dazu viele Geschichten aus der Gegend bieten. „Unsere Gäste sollen einfach eine schöne Zeit bei uns haben“, erklärt sie die hohe Motivation der Wandergasthof-Betreiber. „Auch wenn sich unterwegs jemand den Fuß verknackst oder Blasenpflaster, Leihrucksack und Regencapes gewünscht sind, können die Gastgeber helfen.“ Die Wandergäste zwischen 25 und 75 Jahren nehmen diesen Service dankend an – wo kommt man schon in solch leichten Geh-Genuss durch die pure Natur?

■ Unbeschwertes Vergnügen auf der Nordschleife

Die wohl malerischste Schleife, die man im Sauerland drehen kann, verläuft von Ostwig über Remblinghausen und Föckinghausen zurück nach Ostwig: Wandergasthof-Hopping mit jeweiliger Übernachtung, inklusive Frühstück, Lunchpaket für unterwegs und Gepäcktransfer zum nächsten Ziel gibt es im **Flair Hotel Nieder**, **Landhotel Donner** und **Waldhaus Föckinghausen**.

www.dein-nrw.de/sauerland-nordschleife

■ Westfälische Gastlichkeit genießen zwischen Hunau und Valme

Der Sauerländer Wandergasthöfe e.V. lädt ein – und das Gepäck obendrein. Das **Hotel Kleins Wiese**, der **Landgasthof Rüppel** und das **Landhotel Büker** kümmern sich jeweils um den Gepäcktransfer und das leibliche Wohl.

www.dein-nrw.de/wandern-hunau



Entspannung finden



Kulinarische Verwöhnmomente

■ Gepäckfrei auf Schlemmertour

Lokal wandern bedeutet lokal genießen – auch kulinarisch. Die Wandergasthöfe **Landhotel Astenrose**, **Hotel Deimann** und **Gasthof Voss** bieten neben Gepäcktransfer und Lunchpaket auch regionale Spezialitäten.

www.dein-nrw.de/sauerland-schlemmertour

■ Auf dem Sauerland-Höhenflug ohne Sack und Pack

Vier Tage ausgearbeitete Routen, leckeres Essen und prima Service auf ganzer Strecke bietet die 49-Kilometer-Tour zwischen Wildewiese, Wenholthausen, Oberhenneborn und Holthausen, inklusive Taxitransfer zum Ausgangspunkt. Mit dabei: **Landgasthof Steinberg**, **Landhotel Sauerländer Hof Wenholthausen**, **Wüllners Landgasthof**.

www.dein-nrw.de/sauerland-schlemmertour

■ Sportlich: Gipfelstürmertour auf dem Kamm des Rothaargebirges

Von Gipfel zu Gipfel – bei dem aktiven 4x4-Programm über 75 Kilometer kommt der Kreislauf auf Touren: Jeweils vier Übernachtungen, Lunchpakete und Gepäcktransfers pflastern den Weg der buchstäblichen Top-Tour. Abends darf man im **Landhotel Büker**, **Landhotel Müller**, **Sauerländer Hof Hallenberg** oder im **Landgasthof Gilsbach** vier Mal ausruhen und sich verwöhnen lassen.

www.dein-nrw.de/sauerland-gipfelstuermer

www.dein-nrw.de/sauerland-wandern



Weitere Aktivangebote bietet die Broschüre „Deine Premium-Erlebnisse in Nordrhein-Westfalen“, anzufordern beim Tourismus NRW e.V. (siehe Impressum) oder unter

www.dein-nrw.de/prospekte

BEWUNDERNS- UND BEWANDERNSWERT: NRW ZUM AUSBÜCHSEN

Es gibt keine Ausreden: Überall in Nordrhein-Westfalen liegt der nächste Aktiv-Schwerpunkt gleich um die Ecke. Zwischen den Kunstwegen im Neanderland, dem Bergischen Panoramasteig und dem Natursteig Siegfried bei Köln/Bonn, den Hermannshöhen oder dem Rothaarsteig stehen unterschiedlichste Panoramen zum Bestaunen zur Verfügung; nur „erwandert“ müssen sie noch selbst werden. Wer das zu anstrengend findet, kann Erlebnis- und Ferienwelten nebenan entdecken.

KUNSTWEGE IM NEANDERLAND

Nicht nur wegen unseres berühmten Vorfahren ist das Neanderland bekannt: Auch die Wanderwege lohnen einen Abstecher in den Kreis Mettmann. Die Kunstwege sind von Werken internationaler Maler und Bildhauer gesäumt. Einfach wandern und staunen!
www.dein-nrw.de/neanderland-kunstwege

DIE HERMANNSHÖHEN

Zwei nahtlos ineinander übergehende Wanderwege bilden ein Netzwerk von insgesamt 226 Kilometern puren Wandervergnügens. Die zwei Kammwege, der Eggeweg und der Hermannsweg, sind traditionsreiche Strecken, auf denen schon die alten Germanen wandelten.
www.dein-nrw.de/hermannshoehen-wandern

BERGISCHER PANORAMASTEIG

244 Kilometer Wanderparadies – nur 40 Kilometer von Köln entfernt! Zwischen Rhein, Agger und Wupper gibt es zwischen Panoramen und Kulturlandschaften jede Menge am Wegesrand zu entdecken. Die Strecke lässt sich in zwölf Tagesetappen unterteilen.
www.dein-nrw.de/bergisches-wanderland

DER ROTHAAARSTEIG

154 Kilometer unterwegs auf dem ‚Weg der Sinne‘: Rothaarsteig-Qualitätsbetriebe laden zwischen Brilon, dem Kahlen Asten, in Hilchenbach-Lützel, im ‚QuellenReich‘ der Flüsse Eder, Lahn und Sieg bis nach Dillenburg im Westerwald zum Einkehren und Übernachten ein. Erleben Sie den Rothaarsteig mit sechs Rothaarsteig-Spuren auch von einer ganz neuen Seite. Konzipiert als Halb- und Ganztages-Touren sorgen die Premiumwege für reizvolle Erlebnisse. Das ist Rothaarsteig pur, inklusive wilder Landschaften durch Berg und Tal.
www.dein-nrw.de/rothaarsteig

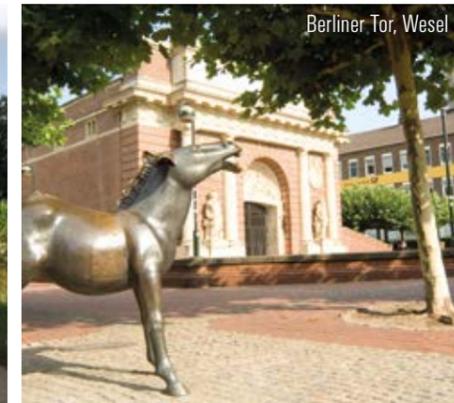
NATURSTEIG SIEG

Ein bisschen Ur-Wald und atemberaubende Bergblicke direkt vor der Haustür. Manuel Andrack schreibt in ‚Die schönsten Wanderwege in Nordrhein-Westfalen‘: ‚Der absolute Knaller beim Natursteig Siegfried ist die gute Erreichbarkeit der einzelnen Etappen.‘
www.dein-nrw.de/natursteig-sieg

Per Velo von Aachen bis Venlo (RAD-)WANDERN IN NORDRHEIN-WESTFALEN



Niers-Radwanderweg



Berliner Tor, Wesel



RheinRadWeg



Hotel Fire & Ice, Neuss

In Nordrhein-Westfalen herrscht oftmals noch tiefer Frieden inmitten unberührter Naturlandschaften. Um möglichst weit zu kommen, lohnt es sich, das Fahrrad zu Hilfe zu nehmen. Die zahlreichen Radwanderwege bieten viel Abwechslung.

FLACHETAPPE: DER NIERS-RADWANDERWEG

Wasserburgen, Klostergärten, grüne Weiden und die unendliche Weite des sprichwörtlichen Niederrheins warten auf Radwanderer, die sich die knapp 100 Kilometer von Straelen nach Goch und zurück vornehmen – freilich nicht ohne sich unterwegs in zwei komfortablen Hotels mit reichhaltigem Frühstück und Zugang zu Wellness und Fitness ordentlich zu regenerieren. Inklusive Gepäcktransfer.
www.dein-nrw.de/niers-radwandern

LEARNING BY BIKING: DIE NIEDERRHEINROUTE

Wie heißt der Bürgermeister von Wesel? Ganz recht. Aus der Nähe von Wesel stammt auch Konrad Duden. Wer auf dem rechten Weg bleibt, übernachtet etwa in seinem Geburtshaus, dem heutigen Hotel Haus Duden, und kann in der ersten Bibliothek Deutschlands mit Büchern und Hörbüchern nach jeder Etappe Lesesport betreiben (oder kommt im Welcome Hotel Wesel unter). Mit im Marschgepäck: Besuch des Weinfreilichtmuseums in Hamminkeln.
www.dein-nrw.de/niederrheinroute

WANDERN IM NATURPARK MAAS-SCHWALM-NETTE

Die berühmten klappernden Mühlen am rauschenden Bach und Landstriche, wo sich Fuchs und Hase „gute Nacht“ sagen: Im zertifizierten Wanderparadies Wasser.Wander.Welt. zeigt sich der Niederrhein von seinen schönsten Seiten. Zwei Mal übernachtet man zwischen variablen Etappen im 3-Sterne-Hotel Landhotel Linden Am Venekotensee. Zum Paket gehören Kaffee und Kuchen in Brüggeln.
www.dein-nrw.de/niederrhein-naturpark

VOLLER ABWECHSLUNG: DIE RUR-OLEF-ROUTE

37 wunderschöne Kilometer von Gemünd über Schleiden nach Hellenthal schafft man bequem ohne Gepäck und mit zwei Übernachtungen. Unterwegs zeigen sich die Offenlandschaften, die Schleidener Schlosskirche sowie das Wildgehege Hellenthal mit seiner Greifvogelstation. Am dritten Tag geht es 21 Kilometer über den Premiumwanderweg Eifelsteig zurück nach Gemünd.
www.dein-nrw.de/rur-olef-route

GANZ GEMACH GENIESSEN: DER RHEINRADWEG

Die Langsamkeit entdecken auf knapp 60 Kilometern zwischen Wesel und Emmerich über Xanten und Rees: Das schaffen bei zwei Übernachtungen und Frühstück in 4-Sterne-Hotels auch Einsteiger, die Landschaft und Freizeit genießen wollen (am Ziel eigene Rückreise).
www.dein-nrw.de/rheinradweg

TIPPS UND WELLNESS INKLUSIVE: ABENTEUERWOCHE EIFELSTEIG

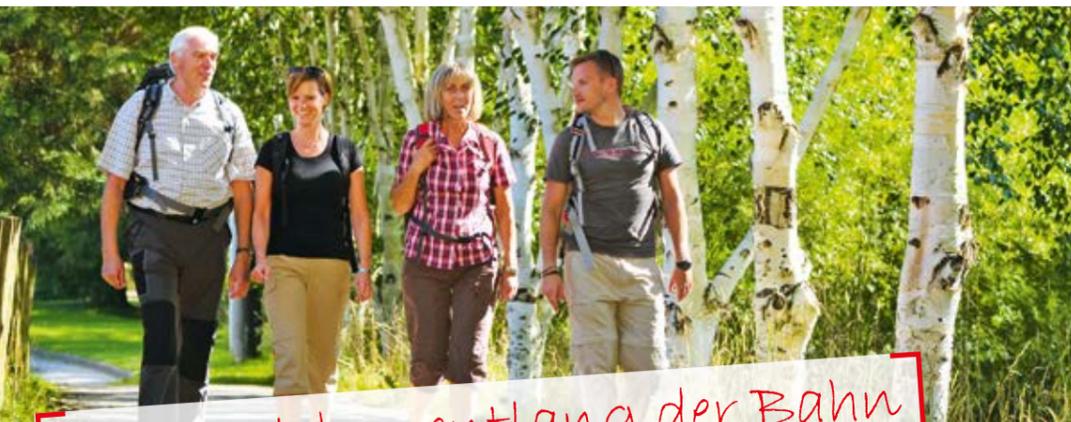
Jeweils dreieinhalb bis maximal sechs Stunden geht es sieben Tage bergab, bergauf, durch Moore, vorbei an Maaren, Felspassagen, Heidelandschaften, Mischwäldern – und in ausgesuchte Herbergen am Wegesrand, wo sich müde Häupter fallen und verwöhnen lassen können.
www.dein-nrw.de/eifelsteig

FIRE, ICE, BIKE: FÜNF TAGE NIEDERRHEIN ZUM NIEDERKNIE

Besser geht's nicht: Wahlweise „Ski oder Rodel heil“, in den 8.000-qm-Kletterpark – oder direkt aufs Rad und die Umgebung erkunden, zurück ins 4-Sterne-Superior-Hotel Fire&Ice und in die Panorama-Sauna: Das Neusser allrounder mountain resort macht Winter- wie Sommermärchen möglich. Vier Übernachtungen inklusive zwei Abendessen.
www.dein-nrw.de/allrounder-klettern

BETONT GESUND: FERIENWELT WINTERBERG

Achtsam wandern, wandeln und dabei auftanken – zum Beispiel im staatlich anerkannten Heilklima der Ferienwelt Winterberg als Wellness-Tour mit Waldpädagogin; inklusive zwei Übernachtungen in Pension oder Hotel.
www.dein-nrw.de/winterberg-waldwellness



Naturerleben entlang der Bahn

Rad- und Wanderbahnhöfe Nordeifel



Rad- und Wanderbahnhöfe in der Nordeifel

- aussteigen und einsteigen: vom Bahnhof ins attraktive Wegenetz der Nordeifel
- bequem von Bahnhof zu Bahnhof radeln oder wandern
- flexible Streckenlängen
- Einkehr- und Übernachtungsmöglichkeiten
- Informationspunkte zu Rad- und Wanderwegen



www.radundwanderbahnhoe-fe-eifel.de

Das Projekt wird gefördert durch:



Ein Wochenende in

Münster

Von der UN als eine der lebenswertesten Städte der Welt eingestuft, doppelt so viele Fahrräder wie Einwohner, Wiege des Westfälischen Friedens, voller Studenten und entsprechend quirlig ... Was will eine Stadt mehr? Sie werden sich umschauen, was es da noch alles zu entdecken gibt. Münster, wir kommen. Ein Wochenende sollte man einplanen, um die Stadt in ihren vielen Facetten genießen zu können. Und so könnte es aussehen ...



Münsters berühmtes Tatort-Duo: Boerne & Thiel

Samstag

ist Shopping- und Touri-Tag. Das kompakte Programm umfasst die Pflicht-Sehenswürdigkeiten und andere Dinge, die es nur in Münster gibt. Und abends wird es am Hafen hip und kreativ.

9:00 ABGEFAHREN

When in Münster, do as the Munsteraner ... und das bedeutet: Fahrrad mieten und das echte Münster-Feeling einatmen! Zum Beispiel am Hauptbahnhof, wo es eine der größten Fahrradstationen in Deutschland gibt. Mit dem Fahrrad kommt man in Münster schnell von A nach B. Zum Beispiel zur Promenade: die ehemalige Stadtbefestigung und heutige „Fahrradautobahn“ umschließt die Altstadt. Im Herbst inszeniert deren Baumtunnel einen bunten „Indian Summer“. Radmuffel setzen sich in den HopOn-HopOff-Münsterbus.

10:00 WOCHENMARKT ZUM EINSTIMMEN

Rise and Shine ... Ab zum Wochenmarkt! Auf dem Münsteraner Kult-Treff auf dem Domplatz geben sich mittwochs und samstags Student, Angestellter, Banker und Taxifahrer ein Stelldichein. Zwischen Obst, Gemüse, frischem Fisch und Fleisch aus der Region ist an den Kaffee-, Reibekuchen-, Backfisch- und Spezialitätenständen immer Zeit für ein Pläuschchen. Der Markt dauert bis 14:30. Zwei Stunden sollte der Neuling allerdings einplanen, so viel gibt es hier zu sehen.

12:00 HIGH NOON AM DOM

Was man in Münster gesehen haben muss, ist der grundsanierte Dom, der mit seinem hellen Sandstein innen geradezu erstrahlt. Besonders sehenswert die astronomische Uhr aus der Renaissance, die noch bis 2071 von allein läuft und auch den Stand der Sonne und der Planeten anzeigt. Aber nicht zu spät kommen: Punkt 12 Uhr läutet das Glockenspiel.

12:30 FRIEDEN IM RATHAUS

Rathäuser gibt es überall, aber das Historische Rathaus am Prinzipalmarkt ist ein absolutes Must-see, wurde hier schließlich mit dem Spanisch-Niederländischen Frieden ein Teil des Westfälischen Friedens besiegelt. Im sprichwörtlichen Friedenssaal fallen die Original-Holzvertäfelungen aus dem 16. Jahrhundert besonders auf.



Kunst am Aasee

Fürstbischöfliches Schloss Münster



Historisches Rathaus Münster



20:00 REHBERGER IM MONDSCHEN BEGEGNEN

Münster ist bekannt für seine zahlreichen Kunstskulpturen, zu denen immer wieder Neuanschaffungen hinzukommen. Die letzte ist eine besondere Attraktion. Seit Juni sorgen Tobias Rehbergers Installationen ‚The Moon in Alabama‘ im gesamten Bahnhofsviertel für Furore rund um mausgraue Stromkästen, die aufleuchten, sobald anderswo auf der Welt der Mond aufgeht.

21:00 TÜRMEN!

Ab 21 Uhr (außer dienstags) heißt es Ohren spitzen. Denn dann ertönt alle halbe Stunde bis Mitternacht die „Türmerin“ vom Lambertikirchturm über der Altstadt – vermutlich die bekannteste Angestellte der Stadt.

KREATIV ZUM HAFEN

Münsters neuestes und hipstes Viertel ist der Stadthafen, unter Münsteranern auch „Kreativkai“ genannt. Da ist der Coconut Beach nicht weit, und wenn es nicht warm genug ist, bietet sich im Heaven die Eventgastronomie mit Thai-Küche in einer alten Lagerhalle an. Freitag und Samstag sollte man als älteres Semester bis 23 Uhr das Dessert eingenommen haben, danach erklärt die jüngere Generation den Laden zur Partyzone.

Sonntag

Sonntag ist Museums- und Ausflugstag: mit dem Schwerpunkt auf dem einen oder anderen, je nach Wetterlage. Danach geht es zur Entspannung in die Parks und Gärten und abends gut westfälisch in die Pinten.

14:00 SHOPPEN AUF HOHEM NIVEAU

Neben den Fußgängerzonen gibt es rund um die Lambertikirche viele Geschäfte zu entdecken, auch Besonderes und Kurioses. Fast obligatorisch ist eine Kaffeepause im Café Kleimann, das neben großartigem Kuchensortiment für seine Marzipanreationen bekannt ist; sogar Doktorhüte und Babyschühchen aus Marzipan finden sich dort!

WIEDER ZUM KIND WERDEN

Wer das MuKK am Alten Fischmarkt mit Kindern betritt, wird vermutlich arm. Aber auch als Erwachsener fühlt man sich im größten Kinderkaufhaus Deutschlands bald wie Alice im Wunderland. Der schöne Innenhof lädt zu einer Pause ein.

17:00 BAROCK-SCHOCK

Die unter Münsteranern sogenannte „Barockinsel“ mit dem Erbdrostenhof und der Dominikanerkirche ist vom Architekten Johann Conrad Schlaun geprägt. Das Stadtpalais Erbdrostenhof kann man leider nur von außen bewundern. Gleich um die Ecke liegt die Clemenskirche, die mit ihren Engeln, Wolken und Putten bei Hochzeitspaaren sehr beliebt ist.

ARCHITEKTUR

Moderne Architektur gibt's in Münster auch: zum Beispiel die ausgezeichnete Stadtbücherei hinter der Lambertikirche oder das Hansecarré in der schicken Stubengasse, die 2010 den Städtebaupreis gewann und in der sich außer einem modernen Stadthotel viele nette Cafés und Geschäfte befinden.

10:00 TAG IM MUSEUM: MODERN ART UND MODERN ARCHITECTURE

Das LWL-Museum für Kunst und Kultur ist in aller Bescheidenheit ein Stück New York in Münster: Kunst und Kultur vom Feinsten und Mondänsten. Der spektakuläre Neubau öffnet am 20.09.2014 seine Pforten. Das Kunstmuseum Pablo Picasso Münster im alten Stadtpalais ist das erste und bisher einzige Picasso-Museum Deutschlands. Beim Blick hinunter erkennt man auf dem Picassoplatz des Meisters Konterfei als Großbild. Das Museum für Lackkunst ist ein Geheimtipp: eine weltweit einzigartige Sammlung von Lackkunst aus Ost- und Südostasien, Europa und der islamischen Welt mit Objekten aus über zwei Jahrtausenden.

15:00 AB ZUM AASEE!

Genug mit Kultur, nun steht der kulinarische Genuss im Vordergrund! Auf zu den Aasee-Terrassen zu Kaffee oder spätem Lunch oder auf das wohl berühmteste Tretboot der Welt, in das sich Aasee-Schwänin Petra unsterblich verliebt hatte. Wer einen Segelschein besitzt, kann sogar in der Segelschule ein Boot leihen.

17:00 SPAZIEREN, SKULPTUREN, ZOO

Wenn es langsam wieder in den Beinen zuckt, geht es auf Zeitreise im Freilichtmuseum Mühlenhof mit rekonstruierten Gebäuden aus dem Münsterland. Das Sonnenkollektoren-E-Boot Solaris schippert zum Allwetterzoo

sowie zum Planetarium mit einer der spektakulärsten Projektionstechniken in ganz Deutschland.

19:00 EIN PROSIT AUF DIE UNBEDENKLICHKEIT

Im Himmel gibt's kein Bier ... in Münsters einziger und letzter Brauerei dafür aber gleich in zahlreichen Sorten. Bei Pinkus Müller im Kuhviertel gibt es neben dem berühmten Bio-Bier urige westfälische Küche. Die Tische sind randvoll mit eingeritzten Signaturen etlicher Studentengenerationen. Hier an der Kreuzstraße kann man in diversen Kneipen den Zug durch die Gemeinde fortsetzen, der zum Beispiel in der historischen Studentenpinte Cavete endet. Was für ein Wochenende!

www.dein-nrw.de/muenster

Gehen Sie in die Verlängerung:

■ VIER TAGE MÜNSTER ZUM PREIS FÜR DREI!

Sich ein bisschen mehr Zeit nehmen, entspannt einkaufen, Münster auch noch am Montag genießen: Bei drei Übernachtungen in Münster am Wochenende ist die Nacht zum Montag „für lau“. Im Preis mit einbegriffen: die Stadtrundfahrt mit dem Münsterbus, eine „Seefahrt“ mit dem Solarschiff auf dem Aasee (bis 18.10.2014), ein 5-Euro-Gutschein bei einem Mindesteinkauf von 10,- Euro in den Münster Arkaden und ein Münster-Ticket für den Nahverkehr.

www.dein-nrw.de/muenster-wochenende

Weitere Stadtangebote:

■ AACHEN EROBERN: MIT DER NRW WELCOME BOX

Aachen erleben wie ein Kaiser: für ein oder zwei Nächte, natürlich mit der obligatorischen Führung durch den Dom und Eintritt in die Schatzkammer. Die dazugehörige NRW Welcome Box hätte Karl der Große bestimmt auch gerne in Anspruch genommen: Vergünstigungen zahlreicher Aachen-Angebote von Kultur bis Shopping sowie ÖPNV-Tagesticket.

www.dein-nrw.de/shopping-aachen

■ MIT DER STRETCH-LIMO INS CENTRO. – LUXUS-SHOPPING IN OBERHAUSEN

Wohnen im Best Western und sich von dort per Stretch-Limo in ein Shopping-Paradies chauffieren lassen – auf Shopping Queens warten im CentrO. Oberhausen über 200 Fachgeschäfte sowie eine Restaurant- und Flaniermeile. Der Clou: Die im Angebot enthaltene NRW Welcome Box bietet zusätzlich zum ganzen Spaß über 60 Gutscheine mit Ermäßigungen, zum Beispiel für die Stadtrundfahrt oder das SEA LIFE-Aquarium.

www.dein-nrw.de/shopping-centro

www.dein-nrw.de/staedte

Zeitzeugen DER GESCHICHTE

Aufsehenerregende Ausstellungen und das neu ernannte Schloss Corvey locken gerade jetzt zu den fünf UNESCO-Weltkulturerbestätten nach NRW.

Aachener und Kölner Dom, die Schlösser Augustusburg und Falkenlust sowie Zeche und Kokerei Zollverein: Dieser Herbst ist ideal für eine Reise zu den bedeutendsten Kultur-Kronzeugen in NRW. Und jetzt wird die Tour noch etwas länger: Seit dem 21. Juni trägt auch das Schloss Corvey in Höxter den Titel UNESCO-Weltkulturerbe. Die ehemalige Benediktinerabtei am Weserufer wurde im 9. Jahrhundert im Auftrag Karls des Großen erbaut. Von hier aus trugen Mönche den christlichen Glauben bis nach Nordeuropa. Corvey war über Jahrhunderte geistiges, politisches und kulturelles Zentrum. Bis heute sind das Schloss mit seiner herausragenden Bibliothek und die Abteikirche mit ihrem Vorbau, dem Westwerk, beeindruckend schön und bestens erhalten. Eine Besichtigung ist unbedingt zu empfehlen.

Aachen feiert gerade rund um den Dom den 1.200. Todestag von Karl dem Großen. Er wählte Aachen zu seinem Lieblingsort und regierte von hier aus fast ganz Europa. Daran erinnert die Ausstellungstrilogie ‚Karl der Große. Macht Kunst Schätze‘ bis zum 21.09.2014. Der Dom war übrigens 1978 Deutschlands erstes Denkmal auf der UNESCO-Liste. Seit genau 30 Jahren sind die Brühler Schlösser Augustusburg und Falkenlust dort verzeichnet. Die märchenhaften Bauten von Kurfürst Clemens August waren stilbildend in Europa: Sie gehören zu den ersten Schöpfungen des Rokoko in Deutschland. Ein Besuch lohnt sich: Der wunderschöne Schlosspark ist nach langer Sanierung gerade wieder eröffnet worden.

Rund um den Dom gibt es in Köln immer Grund zum Feiern. Derzeit ist es die Ankunft der Reliquien der Heiligen Drei Könige vor 850 Jahren, eine Ausstellung im Museum Schnütgen erinnert daran. Das Wallraf-Richartz-Museum ehrt den Dom mit einer Schau über das Motiv der Kathedrale in der Kunstgeschichte. Im Essener Welterbe Zollverein wird des Ersten Weltkrieges gedacht: ‚1914 – mitten in Europa‘ heißt die Ausstellung in der überwältigenden Industrie-Architektur der Kokerei. Hinein geht's übrigens mit der Standseilbahn – wie der Besuch aller Weltkulturerbestätten in NRW ein unvergessliches Erlebnis.

www.dein-nrw.de/kultur



1



2



3



4

UNESCO AKTUELL – VON AACHEN BIS ZOLLVEREIN

1 AACHEN ZUM SCHAUEN UND STAUNEN

Die Kaiserstadt steckt voller Überraschungen, Hotspots und Shoppingmöglichkeiten, vor allem im Jubiläumsjahr 2014 mit vielen Veranstaltungen zur Erinnerung an Karl den Großen. Unbedingt sehenswert sind das UNESCO-Weltkulturerbe Aachener Dom und die Domschatzkammer, die Altstadt und die renommierten Museen, von denen eines auf der Reise gratis besichtigt werden kann. Je nach Wunsch mit ein oder zwei Übernachtungen.

www.dein-nrw.de/aachener-dom

2 ‚DIE KATHEDRALE. ROMANTIK–IMPRESSIONISMUS– MODERNE‘

Kirchen und Kathedralen: die größten Schätze unserer Kultur wurden oftmals selbst künstlerische Objekte. Vom 26.09.2014 bis 18.01.2015 geben sich im Kölner Wallraf-Richartz-Museum große Werke aus den Museen aus aller Welt ein Stelldichein. Zum Bestaunen von Kathedralen aus unterschiedlichster Sicht von Caspar David Friedrich bis Andy Warhol. Zum Besuch empfiehlt sich die Einzel- oder Familien-MuseumsCard, mit der man die meisten Kölner Museen gratis besichtigen kann. www.dein-nrw.de/die-kathedrale

3 ‚DIE HEILIGEN DREI KÖNIGE. MYTHOS, KUNST UND KULT‘ IM MUSEUM SCHNÜTGEN

Seit 850 Jahren ruhen die Gebeine der Heiligen Drei Könige im UNESCO-Weltkulturerbe Kölner Dom: 1164 fanden sie hier ihre letzte Ruhestätte. Zum Jubiläumsjahr lädt Köln ins Museum Schnütgen ein, wo 120 Kunstwerke zum Thema der drei Weisen aus dem Morgenland ausgestellt werden. Mit der Einzel- oder Familien-MuseumsCard erschließt sich neben frühchristlichen Grabmalen, liturgischen Prachthandschriften und Altarbildern des Mittelalters auch der Zugang zu beliebig vielen Kölner Museen im Laufe der zwei folgenden Tage.

www.dein-nrw.de/heiliges-koeln

4 ESSEN.KULTUR.ENTDECKEN – EINE ERLEBNISREISE INS HERZ DER METROPOLE RUHR

Das UNESCO-Weltkulturerbe Zollverein und das „schönste Museum der Welt“ mit Namen Folkwang sind nur zwei Highlights auf dem viertägigen Kulturtrip durch die Ruhrmetropole (inklusive 4-Tages-Ticket für Bus und Bahn). Auch die Villa Hügel und die Domschatzkammer lassen sich neben ausgiebigen Shopping- und Erkundungstouren vom citynahen B&B Hotel aus entspannt besuchen. Und ein Dinner in der Dampfbräuerei Borbeck ist auch noch drin!

www.dein-nrw.de/essen-entdecken

EINE REISE WERT:

Aktuelle Ausstellungen in NRW

Ägypten am Rhein, Skulpturen mitten in der Natur und Historie in industriellem Ambiente? Kein Widerspruch, sondern gelebte NRW-Kultur. Jeder Ausflug ein Gewinn:

1 NATUR UND KULTUR AUF EINEM FLECK: SKULPTUREN-PARK WALDFRIEDEN

Tony Craggs international beachtete Freilichtausstellung für skulpturale Werke in Wuppertal vereint Kunst und Natur vortrefflich. Bis 12.10.2014 zu Gast: Skulpturen von Stephan Balkenhol. Zweiter Stopp auf der Kurzreise ist das Von der Heydt-Museum mit einer der reichsten Kunstsammlungen Deutschlands. Ab 14.10.2014 zu sehen: Pissaro, Vater des Impressionismus. Ideal als Reiseangebot mit zwei Übernachtungen inklusive Abendessen im Wuppertaler TRYP Hotel. Bis 31.12.2014.

www.dein-nrw.de/skulpturenpark-waldfrieden

2 NACH ÄGYPTEN! DIE REISEN VON MAX SLEVOGT UND PAUL KLEE IM DÜSSELDORF-PACKAGE

Die Kunstsammlung Nordrhein-Westfalen stellt die unterschiedliche Ägypten-Wahrnehmung zweier großer Künstler gegenüber. Eine Kurzreise nach Düsseldorf reicht, um Orient und Rheinland auf einen Schlag zu entdecken und dazu die ständige Sammlung der „heimlichen Nationalgalerie“ zu genießen: Ticket, WelcomeCard für weitere Düsseldorfer Museen und Welcome Drink im hotel friends sind im Preis inbegriffen. Bis 04.01.2015.

www.dein-nrw.de/k20-aegypten

3 ÜBERWÄLTIGEND: DAS GESCHAH ,1914 – MITTEN IN EUROPA'

1914 – Auf den Spuren einer Epochenwende: Die beeindruckende Ausstellung über den Ersten Weltkrieg in der Essener Kokerei Zollverein betont die gesellschaftlichen und industriellen Umwälzungen dieser Epoche besonders im Ruhrgebiet. Neben der hautnahen Audio-Führung lässt man sich bei der Ausstellung ‚Über Kohle und Kumpel‘ im Denkmalpfad Zollverein auf Schacht XII buchstäblich „verladen“. Am dritten Tag lässt die 100-minütige Stadtführung kaum Fragen offen. Inklusive Übernachtung und Frühstück. Bis 26.10.2014.

www.dein-nrw.de/1914

Zeitreisen DURCH DIE EPOCHEN

Hinab in die Zeche, per Museumsbahn über Industriegelände oder per GPS in die Steinzeit: Die Zeitreisen an Rhein und Ruhr sind nicht nur anschaulich und interessant, sondern enthüllen auch das eine oder andere Geheimnis.



Begegnungen im Neandertal



Kompressorenhalle auf Kokerei Hansa

■ STEINZEIT PER GPS – MIT GEOCACHING ZUM NEANDERTHALER

Den Neandertaler entdecken wie anno 1856: Per GPS geht es an der Düssel entlang auf den Spuren der Menschheitsgeschichte bis zur Fundstelle unseres indirekten Vorfahren – und unterwegs stößt man immer wieder auf rätselhafte Funde und kleine Schätze. Natur und Kultur pur, inklusive Museumseintritt und Führung. Urige Typen dürfen im Garten des Neandertal Museums sogar grillen!

www.dein-nrw.de/neandertal-geocaching

■ ZUM NEANDERTHALER – WOHLFÜHLREISE IN DIE VORZEIT

Das Wellness-Hotel Land Gut Höhne und das Neandertal Museum Mettmann laden zur Fundstelle des Neandertalers ein – zu Fuß oder per Fahrrad. Wieder zurück, kann man neben der Museumsbesichtigung und Führung auch dem Schwimmbad und der Sauna einen Besuch abstatten. Das Wohlfühl-Package für alle, die das Angenehme mit dem Wissenswertem verbinden wollen.

www.dein-nrw.de/neandertaler

■ NOSTALGIE PUR: BAHN-ZEITREISE DURCH INDUSTRIEGELÄNDE

An Hochöfen, gläsernen Brücken und anderen beeindruckenden Monumenten der Industriekultur vorbei zuckelt die historische Straßenbahn zur beeindruckenden Dortmunder Kokerei Hansa – und vermittelt dabei die Geheimnisse der Koksproduktion. Bis Oktober an jedem dritten Sonntag im Monat um 11 Uhr und um 14 Uhr.

www.dein-nrw.de/nostalgie

■ ÜBER UNTERWELTEN: ZEICHEN UND ZAUBER DES ANDEREN RAUMS

Von der Hölle bis zur Zeche: Unterwelten haben die Menschheit schon immer fasziniert. Das LWL-Industriemuseum Zeche Zollern in Dortmund präsentiert neben Michelangelos ‚Jüngstem Gericht‘ und Auguste Rodins ‚Höllentor‘ auch Unterwelten anderer Kulturen – und natürlich den Bergbau, die faszinierende Unterwelt des Ruhrgebiets. Dienstags bis sonntags sowie an Feiertagen von 10 bis 18 Uhr. Bis 02.11.2014.

www.dein-nrw.de/unterwelt



2



3

Ob Nierchen, Pfötchen oder Rapfen: Hauptsache nicht „mastig“

Dr. Patrick Krause und Ullrich Langhoff im
Gespräch in der Küche des Lippeschlößchen



GENUSS, QUALITÄT UND VIELFALT

Festival feiner Nasen:
Vom 17. bis 19.10.2014 findet in
Bochum zum ersten Mal die
Finest Spirits & Beer Convention
Rhein/Ruhr statt.

*Ullrich Langhoff, Genussbotschafter des Niederrheins,
will seinen Landsleuten fast vergessene Köstlichkeiten
der Region wieder schmackhaft machen.*

Restaurant Lippeschlößchen
Willy-Brandt-Str. 2
(ehemals Hindenburgstr. 2)
46485 Wesel
Tel.: 0281 / 4488

Ullrich Langhoffs Restaurant **Lippe-
schlößchen** liegt an einem perfekten
Ort: dort, wo die Lippe bei Wesel in den
Rhein mündet. Vorne brummt der Landstra-
ßenverkehr, nach hinten aber bietet sich das
Schauspiel namens Lippe-Renaturierung: ein
schönes Stück Landschaft, in dem sich ein
Fluss wieder auf natürliche Art breitmacht.
Dort wachsen büschelweise Basilikum, Salbei
und Rucola. In der Lippe-Aue entdeckte sei-
ne Frau Jutta sogar Kräuter, die sonst nur in
England vorkommen; vermutlich sind deren
Sporen einmal mit britischen Bomben auf nie-
derrheinischen Boden gefallen. Kurz bevor die
Lippe in das Delta mündet, tummeln sich in
einem gestauten Bereich Lachse, Zander und
Rapfen, eine seltene Mischung aus Karpfen
und Barsch. „Gelebte Nachhaltigkeit“ nennt
Langhoff das Biotop direkt hinter dem Haus.
Das entspricht genau seinem Geschmack.



lingt typisch niederrheinisch: „Wenn ich ge-
fragt werde, warum keine Ananas auf der Spei-
sekarte stehen, sag ich, weil die am Niederrhein
nicht wachsen.“

Regionalität, Naturnähe und Nachhaltigkeit
sind die Eckpfeiler seiner Philosophie. Alles,
was bei ihm in den Topf wandert, besorgt
Langhoff täglich bei zwölf bio-zertifizierten
Betrieben der Umgebung. Die Erklärung

Im Herbst kommen stattdessen Wurzel- und
Wintergemüse auf den Teller, in Begleitung
mit frisch erlegtem Wild aus der Lippe-Aue
oder dem Diersfordter Wald: Hirsch, Hase,
Wildschwein und sogar Wildtauben („die wer-
den hier geschossen wie warm' Brot“).

Sein Stil hat eine klare Ausrichtung: Eher wie
bei Muttern als pseudomodern, aber bio und
möglichst leicht.

**„Okay, das ist Fett pur.
Aber mit der Schwarte
dran zu einer Erbsensuppe?
Der Knaller!“**

„Himmel und Erde“ mit Blutwurst vom Bent-
heimer Bioschwein oder auch Rapfen sind
niederrheinische Klassiker. Aber selbst solche
Gerichte interpretiert Langhoff neu – wenn er
sie nicht sogar wiederentdeckt:

„Ich habe wieder saure Nierchen auf der Spei-
sekarte, wie früher. Es kostete sehr viel Mühe,
noch welche zu bekommen, denn Nieren wer-
den nur noch als Tierfutter verwendet. Da
musste ich meinen Bio-Züchter bitten, welche
für mich zurückzulegen.“

Viele solcher Gerichte aus seiner Kindheit sei-
en in den vergangenen 30 Jahren fast gänzlich
von der Speisekarte verschwunden. Im Falle
der Schweinepfötchen vielleicht verständlich:

„Die konnten wir als Kinder nur mit den Hän-
den essen, weil beim Einkochen klebrige Stärke
und Emulgatoren heraustreten. Aber mit Speck
und Zwiebeln sämig gekocht, in der Suppe
nachgegart und mit Senf serviert? Klar, das ist
Fett pur, aber an und für sich eine Delikatesse.
Mit der Schwarte dran zu einer Erbsensuppe?
Der Knaller!“, verspricht Langhoff.

„Die Gäste kennen solche Dinge fast nicht mehr,
aber wenn sie es serviert bekommen, sind sie be-
geistert.“ Vor allem, weil die Gerichte modern
und leicht und nicht „mastig“, nämlich schwer
mit Soßen beladen, auf den Tisch kommen,
wird der Genussbotschafter des Niederrheins
gelobt. Und „wenn es modern und pfiffig ist,
dann interessieren sich die Gäste wieder für die
gute alte Küche“.

Das gilt auch fürs Dessert: „Einkochen ist wie-
der ein Hit am Niederrhein. Die reißen mir
eingemachte Pflaumen, Kirschen und Gelees
aus den Händen.“ Keine Frage: Die wenigsten
seiner Gäste kommen an die Lippe-Aue, um
sich etwas zu bestellen, was nicht typisch nie-
derrheinisch ist.

Der Genuss steht im Mittelpunkt der **Finest Spirits
& Beer Convention**. Nun findet sie zum ersten Mal
in Nordrhein-Westfalen statt. Der Standort Bochum
dürfte für Besucher und Veranstalter von besonderer
Anziehungskraft sein; sowohl das Umland als auch
die Nachbarländer sind in Sachen Qualitätsbiere und
-spirituosen keine weißen Flecken auf der Land-
karte. Mittlerweile zieht es Brauer und Brenner aus
ganz Europa auf die etablierte Genuss-Messe. Nach
den erfolgreichen Anfängen in der bayerischen Hei-
mat hat Veranstalter Frank Böer den westlichen Teil
Deutschlands avisiert, um in einer Heimstatt von Bier,
Schnaps & Co. einem interessierten Publikum Spe-
zialitäten, Sorten und Sondersude von nah und fern
zu präsentieren.

„NOSINGS“ STATT FREIBIER

Der besondere Anreiz der Veranstaltung: Hier geht
es vor allem um die Leistungen kleiner, feiner Be-
triebe, die handwerklich gut gemachte Innovationen
servieren wollen. Von „Craft“ und „Finest Spirits“ ist
dann die Rede. Denn die **Finest Spirits & Beer
Convention** ist keine Freibierveranstaltung, sondern
Treff für Neugierige, die Qualität genießen wollen;

nicht in vollen Zügen, sondern in kleinen Dosen. Um
in den Genuss der gebotenen Vielfalt zu kommen,
probiert man ein kleines Schlückchen oder belässt
es bei Spirituosen sogar beim „Nosing“, dem bloßen
Riechen; schließlich will man von den „Finest Spirits
& Beers“ möglichst reichhaltig profitieren. Zum Eintritt
(20,- Euro) gibt es vier Verkostungscoupons, weitere
können nachgekauft werden.

17.–19.10.2014
Jahrhunderthalle Bochum
www.fsb-convention.com

Wer zuerst kommt, mahlt zuerst: **Eintrittskarten
für die Finest Spirits & Beer Convention in
Bochum zu verlosen!** Die ersten fünf Teilnehmer
gewinnen jeweils zwei Tickets.*

Einfach das Kontaktformular unter
www.nrw-genuss.de/kontakt ausfüllen,
das Wort „Verlosung“ und eine
Rückrufnummer angeben.

*Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die fünf Gewinner werden von uns benachrich-
tigt. Mit dem Ausfüllen des Kontaktformular erklärt sich der Teilnehmer einverstan-
den, in Zukunft per Post interessante Angebote von Tourismus NRW e.V. zu erhalten.

Offen!

Ab 20. September in Münster

LWL-Museum für Kunst und Kultur
Münster



Foto: Koman Mensing, artidoc.de