



Ein Sommernachtstraum unter freiem Himmel

Knapp 1000 Besucher beim Picknickkonzert auf der Klosterhofwiese

Seligenstadt (ah) Was für ein Glück mit dem Wetter: Entgegen allen Vorhersagen blieb der Regen aus und die Sonne begleitete das siebte Picknickkonzert der Main-Philharmonie vom ersten bis zum letzten Ton. Unter dem Motto „Ein Sommernachtstraum“ hatte das Orchester am Sonntag auf der Klosterhofwiese in Seligenstadt eingeladen – und fast 1.000 Besucherinnen und Besucher ließen sich dieses besondere Klassikerlebnis unter freiem Himmel nicht entgehen.

Schon lange vor Konzertbeginn war zu beobachten, wie die Gäste mit Klappstühlen, Picknickdecken und gut gefüllten Bollerwagen in Richtung Kloster zogen. Auf der Wiese entstand nach und nach eine bunte Konzertlandschaft: Manche Besucher machten es sich auf Stühlen, teilweise sogar mit integriertem Sonnenschutz, bequem, andere saßen an mitgebrachten Tischen oder lagerten entspannt auf ihren Decken. So wurde

das Picknickkonzert seinem Namen einmal mehr gerecht – klassische Musik und sommerliche Lebensfreude gingen eine wunderbare Verbindung ein.

Für die musikalische Reise in die Welt von Feen, Elfen, Geistern und Teufeln sorgte die Main-Philharmonie unter der Leitung von Daniel Stratiwsky. Der Orchesterleiter ist längst zu einem festen Bestandteil des Picknickkonzerts geworden. Seine informativen, zugleich humorvollen Moderationen führten das Publikum durch das Programm und gaben den einzelnen Werken einen unterhaltsamen und verständlichen Rahmen. Im Mittelpunkt standen zwei Komponisten, die die Musik am Vorabend der Romantik entscheidend prägten: Carl Maria von Weber und Felix Mendelssohn Bartholdy. Weber, dessen 200. Todesjahr in diesem Jahr gewürdigt wird, war mit Ausschnitten aus seiner Oper „Der Freischütz“ sowie seinem zweiten Klari-



nettenkonzert vertreten. Besonders eindrucksvoll war dabei die renommierte Klarinetistin Shelly Ezra. Mit virtuoson Läufen, großen Sprüngen und ebenso zarten wie gefühlvollen Passagen zeigte sie die ganze Ausdrucksvielfalt ihres Instruments. Auch die Sopranistin Megan

Henry begeisterte das Publikum. Als Ännchen aus Webers „Freischütz“ brachte sie nicht nur ihre stimmlichen Qualitäten, sondern auch die erzählerische und spielerische Seite ihrer Rolle zur Geltung. Der musikalische Ausflug in Webers romantische Welt führte dabei vom Kampf zwi-

schen Gut und Böse bis zum erlösenden Happy End. Den Höhepunkt des Abends bildete schließlich Felix Mendelssohn Bartholdys berühmte Bühnenmusik zu Shakespeares „Ein Sommernachtstraum“. Seit ihrer Entstehung im Jahr 1843 entführt sie das Publikum in eine fantastische Welt voller

Feen, Elfen und nächtlicher Verwirrungen. Auf der Klosterhofwiese schien diese Welt an diesem Sommerabend besonders lebendig zu werden. Und natürlich durfte am Ende der berühmte Hochzeitsmarsch nicht fehlen. Zwischen den einzelnen Stücken belohnten die Zuhörerinnen und Zuhörer die Musikerinnen und Musiker immer wieder mit kräftigem Applaus. Auch am Ende des Konzerts wollte der Beifall kaum abebben.

Das siebte Picknickkonzert zeigte damit einmal mehr, warum sich die Veranstaltung längst zu einem beliebten Klassikevent weit über Seligenstadt hinaus entwickelt hat. Fast 1.000 Menschen genossen Musik, Sommer und das besondere Ambiente des Klosterhofs – ganz entspannt auf Stühlen, an Tischen oder auf Picknickdecken. Ein wahr gewordener „Sommernachtstraum“, bei dem diesmal sogar das Wetter seine Rolle perfekt spielte.

Foto: ah

Neuer Besucherrekord beim Nachtschwimmen

Seligenstadt (ah) Das neunte Nachtschwimmen im Seligenstädter Freischwimmbad war ein Wechselbad der Gefühle für die DLRG als Veranstalter: Nachdem es tagsüber 38 Grad heiß war, zogen kurz vor Eröffnung um 21 Uhr Wolken auf. Doch diese verabschiedeten sich schnell wieder und die Badegäste ließen sich nicht abhalten ins Kühle Nass zu stürmen. Die langen Schlangen Warten vor dem Eingang, die aber schnell abgearbeitet wurden, ließ auf einen Rekordbesuch hoffen. Als um halb eins der letzte Schwimmer das Wasser

verließ, stand mit 890 Badegästen ein neuer Bestzahl auf dem Tacho. Um den reibungslosen Ablauf kümmerte sich das 61-köpfige Team der DLRG Seligenstadt mit starker Unterstützung der Stadt Seligenstadt, anderer DLRG-Gruppen und des THWs.

Innerhalb einer Stunde nach dem regulären Badeschluss hatten die Rettungsschwimmer das Bad für die Nacht hergerichtet mit professioneller Beleuchtung, Musik, Technik und Versorgung – und in derselben Nacht wieder für den normalen Badebetrieb abge-



baut. Dabei war die Stimmung entspannt, die vielen Jugendlichen und Familien und auch Ältere genossen die besondere Atmosphäre. Bis auf die regulären Eingangskontrollen gab es keine Aufgaben für den Sicherheitsdienst. Erstmals konnten Tickets auch im Online-Vorverkauf erworben werden. Die DLRG-Jugend zeltete mit 24 Nachwuchs-Rettern im Bad.

Marius Müller, Verantwortlicher und Vorsitzender der DLRG Seligenstadt, war sichtlich begeistert von der Veranstaltung: „Es war heiß, es war voll und zugleich sehr entspannt – es ist super gelaufen. Das macht Lust auf das 10. Nachtschwimmen nächstes Jahr. Vielen Dank an die

zahlreichen ehrenamtlichen Helfer, die Stadt und die Sponsoren!“. Weitere Infos zur Veranstaltung und Fotos unter www.nachtschwimmen.info

Foto: ah

RheinMainVerlag

JETZT TICKETS ONLINE IM TICKETSHOP SICHERN

GIANT ROOKS
02.10. Frankfurt, myticket Jahrhunderthalle

GROSSE REIHE BEETHOVEN 5
Julia Fischer
17. + 18.09. Frankfurt, Alte Oper

ELFMORGEN UND FREUNDE
23.01.2027 Wiesbaden, Schlachthof

HEINER WIESN
HESSISCHES OKTOBERFEST
23.10. - 07.11. Darmstadt-Nord, Heiner Wiesn Festzelt

TICKETS SICHERN UNTER mein-suedhessen.adticket.de

IN KOOPERATION MIT **ADticket**

NEU: ROLLER

Als Beilage in Teilen dieser Ausgabe

FK
FRIEDRICH KLUCKE

EXPERTENRAT im Innenteil

PERSONAL TRAINER
0160 / 91 63 03 72

Beilagen-Hinweis

In der heutigen Ausgabe finden Sie Beilagen folgender Firmen (einige Beilagen finden Sie nur in Teilen der Ausgabe):

Edeka, Expert, Lidl, Marktkauf Stenger, Möbel Roller, Netto, Penny, Rossmann, Trinkgut, toom BM, XXXLutz, ZuhauseZauber,

27. AUG 2026
18.00 Uhr

Vortrag für Patienten & Interessierte

CHRONISCHER HUSTEN

Was steckt dahinter?

Neue Stadthalle Langen, Kleiner Saal, Südliche Ringstraße 77, 63225 Langen

Dr. T. Stein, Chefarzt der Med. Klinik III / Pneumologie

Weitere Informationen unter:
Tel.: 06103 / 912 - 14 92 oder t.firat@asklepios.com
www.asklepios.com/langen

ASKLEPIOS
KLINIK LANGEN

Asklepios Klinik Langen, Röntgenstr. 20, 63225 Langen

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Med. Fußpflege

Behandlung von eingewachsenen Nägeln, Hühneraugen usw., Fußzonenmassage, Fuß-French-Nagelmodellage

Mobile Fußpflege

Fachgerechte Maniküre & individuelle Massagen

Josefine Touarha · Tel. 06182/992360 · Mobil: 01577-3751467
Hainburg · Ketteler Str. 38 · www.josefines-fusspflegestudio.de

Du bist nicht mehr da, wo Du warst,
aber Du bist überall, wo wir sind.

Renata Schwarzkopf

* 04.08.1927 † 16.08.2026

In Gedenken:

Manfred und Sandra Schwarzkopf
Marco und Beate Schwarzkopf
Dennis, Marvin, Kai, Jan, Eva, Anna



Die Beisetzung findet am
11. September 2026 um 11 Uhr
auf dem Friedhof in Seligenstadt statt.



Stadtarchiv geschlossen

Seligenstadt (RA) Das Stadtarchiv der Einhardstadt Seligenstadt bleibt am Dienstag, 25. August, aus personellen Gründen geschlossen. Das Stadtarchiv mit Sitz in Froschhausen hat regulär dienstags von 9 bis 12 sowie von 14 bis 17 Uhr geöffnet. Wichtige Anfragen können per E-Mail unter stadtarchiv@seligenstadt.de gestellt werden.

Stadtradeln für mehr Klimaschutz in Seligenstadt

Seligenstadt (RA) Seit 2013 treten Schülerschaften, Einwohnergemeinschaft und Personen aus der Kommunalpolitik für mehr Klimaschutz und Radverkehr in die Pedale. Seligenstadt ist wieder vom 24. August bis 13. September mit von der Partie. In diesem Zeitraum können alle, die in Seligenstadt leben, arbeiten, einem Verein angehören oder sich sonst verbunden fühlen bei der Kampagne STADTRADELN des Klima-Bündnis mitmachen und möglichst viele Radkilometer sammeln. Anmelden können sich Interessierte schon jetzt unter www.stadtradeln.de/seligenstadt. Dazu benötigt man die App "Stadtradeln" (im Appstore oder Google playstore) auf dem Handy, und kann damit alle Fahrten tracken, die Ergebnisse einsehen und im Chat Nachrichten an die Teammitglieder versenden. Beim Wettbewerb STADTRADELN geht es um Spaß am Fahrradfahren, aber vor allem darum, möglichst viele Menschen für das Umsteigen auf das Fahrrad im Alltag zu gewinnen und dadurch einen Beitrag zum Klimaschutz zu leisten. Etwa ein Fünftel der klimaschädlichen Kohlendioxid-Emissionen in Deutschland entstehen im Verkehr, sogar ein Viertel der CO2-Emissionen des gesamten Verkehrs verursacht der Innerortsverkehr. Wenn circa 30 Prozent der Kurzstrecken bis sechs Kilometer in den Innenstädten mit dem Fahrrad statt mit dem Auto gefahren würden, ließen sich etwa 7,5 Millionen Tonnen CO2 vermeiden. Alle Interessierten können ein STADTRADELN-Team gründen bzw. einem beitreten, um beim Wettbewerb teilzunehmen. Eine Teilnahme als Einzelradler ist im „Offenen Team“ natürlich auch möglich. Dabei sollten die Radelnden so oft wie möglich das Fahrrad nutzen. Der Startschuss zum Stadtradeln fällt am Montag, 24. August um 12.15 Uhr. Mit einer kleinen Tour gemeinsam mit Vertretern der weiterführenden Schulen und allen Interessierten radelt der Erste Stadtrat Oliver Steidl vom Parkplatz vor der Einhardschule zum Marktplatz. Erster Stadtrat Oliver Steidl hofft auf eine rege Teilnahme (aller Bürger/-innen, Parlamentarier/-innen und Interessierten) beim STADTRADELN, um dadurch aktiv ein Zeichen für mehr Klimaschutz und mehr Radverkehrsförderung zu setzen. Seid dabei und radelt mit! Mal schauen, wieviel Kilometer wir in Seligenstadt zusammenbekommen. Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an: Kerstin Ehnert, Tel. 06182-87-1030, E-Mail: Vorzimmer_STR@seligenstadt.de Mehr Informationen unter www.stadtradeln.de

AZUBI-TALK bringt Jugendliche und Betriebe zusammen

Anmeldeschluss für Arbeitgebende 1. September

Seligenstadt/Mainhausen/Hainburg (RA) Welche Ausbildung passt zu mir? Welche beruflichen Perspektiven bietet ein Unternehmen? Und wie sieht der Arbeitsalltag tatsächlich aus? Antworten auf diese Fragen erhalten Schülerinnen und Schüler beim diesjährigen AZUBI-TALK am Dienstag, 8. September, in der Kreuzburghalle in Hainburg Klein-Krotzenburg. Von 8 bis 14 Uhr haben ausbildungsinteressierte Jugendliche der weiterführenden Schulen aus Seligenstadt, Mainhausen und Hainburg die Gelegenheit, sich über unterschiedliche Berufe und Praktikumsmöglichkeiten zu informieren. Im Mittelpunkt stehen dabei Gespräche mit Ausbilderinnen und Ausbildern sowie Auszubildenden. „Der Übergang von der Schule in das Berufsleben ist ein wichtiger Schritt. Der AZUBI-TALK bietet Jugendlichen die Möglichkeit, Unternehmen persönlich kennenzulernen, Fragen zu stellen und konkrete Einblicke in verschiedene Berufsfelder zu erhalten“, erklärt Bürgermeister Dr. Daniell Bastian. „Gleichzeitig ist die Veranstaltung eine hervorragende Gelegenheit für unsere regionalen Betriebe, frühzeitig mit den Fachkräften von morgen in Kontakt zu kommen.“ Die Veranstaltung beginnt mit einem Impulsvortrag zum Thema „Gehaltsentwicklung in der Ausbildung“. Anschließend berichten Auszubildende aus ihrem Berufsalltag und stehen den Jugendlichen in einer Gesprächsrunde Rede und Antwort. Im weiteren Verlauf präsentieren sich die teilnehmenden Unternehmen im Rahmen einer Ausbildungs- und Praktikumsbörse. Individuelle Gespräche ermöglichen es den Jugendlichen, sich gezielt über Ausbildungsplätze und Praktika zu informieren. Die Teilnahme ist kostenfrei. Da die Zahl der teilnehmenden Arbeitgebenden begrenzt ist, ist eine verbindliche Anmeldung bis spätestens 1. September erforderlich. Interessierte Betriebe können sich online über die städtische Homepage anmelden: www.seligenstadt.de/wirtschaft/wirtschaftsfoerderung

Gerhard Holzgreve als weiterer ehrenamtlicher Versichertenberater

Regelmäßige Sprechzeiten im Nachbarschaftshaus

Seligenstadt (DK) Mit dem August hat Gerhard Holzgreve für Seligenstadt die Tätigkeit des Versichertenberaters aufgenommen und bietet regelmäßige Sprechzeiten im Nachbarschaftshaus an. Der ehrenamtlich tätige Versichertenälteste der DRV Hessen übernimmt damit die Nachfolge des im März verstorbenen Rolf Jäger, der seit 2019 für die Deutsche Rentenversicherung in Seligenstadt tätig gewesen ist. „Wir sind Herrn Jäger sehr dankbar, dass er so viele Jahre verlässlich eine wichtige Vor-Ort-Anlaufstelle für Menschen auf dem Weg in den Ruhestand gewesen ist. Der Beratungsbedarf in Bezug auf die Rente ist hoch und daher ist es sehr wichtig, dass mit Gerhard Holzgreve unser Winfried Ruppel, der in dieser Funktion seit Januar 2025 Rolf Jäger unterstützt hatte, nun seinerseits Hilfe bekommt und die große Sprechstunde nachfrage wieder zu zweit schultern kann“, so Bürgermeister Dr. Daniell Bastian. Gerhard Holzgreve hat sich bei der Deutschen Ren-



tenversicherung Hessen (DRV) zum Versicherungsältesten ausbilden lassen. Der gebürtige Seligenstädter war im aktiven Berufsleben durch seine langjährige Erfahrung als Betriebsratsvorsitzender bereits sehr vertraut mit dem Thema Rente. Da er nun seit dem 1. Juli selber Rentner ist, möchte der 63-Jährige seine Kenntnisse ehrenamtlich zur Verfügung stellen. „Es ist für viele schwer, sich fundiert mit dem Thema zu befassen und einen Antrag zu stellen. Ich erlebe das ja auch im privaten Kreis. Nicht jeder hat einen Rechner zu Hause.

Ich kann die Anträge aber digital übermitteln“, so Versichertenältester Holzgreve. „Es ist uns sehr wichtig, niederschwellige Beratungsstellen vor Ort anzubieten, was vom Leiter des Nachbarschaftshauses, Gerrit Kratz, stetig ausgebaut wird“, betont Erster Stadtrat Oliver Steidl. Die Fachleute der Deutschen Rentenversicherung geben Hilfeleistung bei Kontenklärung und Rentenansprüchen und beantworten Fragen. Die Beratungsleistung ist kostenfrei. **Winfried Ruppel:** Kontakt: 06182/8419886, winfried.ruppel@gmx.de Wann: jeden Freitag von 9:30 bis 12:00 Uhr Wo: im Erdgeschoss (Bistro) des barrierefreien Nachbarschaftshauses (Am Hasenpfad 31) **Gerhard Holzgreve** Kontakt: 06182/27602, rente.gerhard.holzgreve@t-online.de Wann: jeden zweiten Montag (ungerade Kalenderwoche) von 16 bis 18 Uhr Wo: im Erdgeschoss (Bistro) des barrierefreien Nachbarschaftshauses (Am Hasenpfad 31)

Seligenstadt Marketing stellt Geschäftsführung neu auf

Christian Gabler und Wolfgang Pachali übernehmen die ehrenamtliche Geschäftsführung der Seligenstadt Marketing & Tourismus GmbH

Seligenstadt (DK) Die Seligenstadt Marketing & Tourismus GmbH ist unter neuer Leitung: Ab sofort teilen sich Christian Gabler und Wolfgang Pachali die Geschäftsführung und übernehmen diese Aufgabe ehrenamtlich. Ihr Hauptaugenmerk richten beide Geschäftsführer auf ein wirkungsvolles Stadtmarketing und auf eine erfolgreiche touristische Vermarktung. Ihr Ziel ist es, die Marke Seligenstadt zu schärfen, die Besonderheiten der Stadt noch sichtbarer zu machen, die Innenstadt weiter zu stärken und die Einhardstadt als touristisches Ziel weiter zu profilieren. „Wir kehren zu unserem früheren Ansatz der ehrenamtlichen Geschäftsführung zurück und sind sehr froh und dankbar, zwei erfahrene Marketingexperten dafür gewonnen zu haben“, so Bürgermeister Dr. Daniell Bastian und Wolfgang Reuter vom Gewerbeverein. Ein besonderer Dank gilt der bisherigen Geschäftsführerin Marie Servais, die das Unternehmen zum 1. Juli verlassen hat, für ihr Engagement und die geleistete Arbeit. Sie hatte die Geschäftsführung übernommen, um Wirtschaftsförderung und Stadtmarketing stärker miteinander zu verknüpfen. „Marie Servais hat viele wichtige Impulse gesetzt und die Gesellschaft gut ausgerichtet. Auf diesem soliden Sockel können wir aufbauen und die GmbH weiter zukunftsfähig machen“, so Bürgermeister Dr. Daniell Bastian. „Christian Gabler ist 57 Jahre alt, lebt seit 20 Jahren in Seligenstadt und ist Geschäftsführer einer international tätigen mittelständischen Verbundgruppe. Mit Wolfgang Pachali kehrt ein ausgewiesener Kenner der Seligenstädter Stadtmarketingarbeit in die Geschäftsführung zurück. Bereits in der Gründungs- und Aufbauphase der Gesellschaft war er in dieser Funktion ehrenamtlich tätig“, so Richard Fecher. „Wolfgang Pachali und Christian Gabler stehen für eine ehrenamtlich getragene, klar fokussierte und partnerschaftlich ausgerichtete Geschäftsführung.“ Foto: Stadt Seligenstadt





Das Bild zeigt die Helfer Adelaide und Horst Happel und Michael Dauter und der Spender Herr Göring aus Rödermark. Foto: p

Riesengroßer Zuspruch für Spenden-Aktion

Seligenstadt (DK) Am Wochenende fand die große Ukraine Spenden-Aktion der Kolpingsfamilie Seligenstadt statt, es war ein riesengroßer Zuspruch, es kamen Spender nicht nur aus Seligenstadt, sondern auch aus der näheren Umgebung, sogar aus Alzenau. Die Schwerpunkte der Spender

waren Hygiene-, Lebensmittel-, Werkzeuge-, Spiele-, Medizinischer-Bedarf- Stromerzeuger und Bargeld wurden direkt bei der Sammelstelle abgegeben. Wir bedanken uns bei den vielen kleinen und großen Spendern. Die Kopingsfamilie Seligenstadt startet am 27.08.2026 um 08:00 Uhr am Marktplatz

mit 2 Klein-Transportern und Anhängern zu ihrer ca. 1.600 km langen Tour in die befreundete Stadt Nowowolynsk/Ukraine, Pfarrer Selzer spendet uns noch den Reisesegen. Nach einer Woche sind wir wieder in Seligenstadt zurück. Wer noch Spenden abgeben möchte, kann sich mit Horst Happel Tel.

06182/27243 mail: horsthappel@web.de oder Heinz Wenzel 0177 6690 883 mail: heinz.wenzel@web.de in Verbindung setzen. Geldspenden können Sie überweisen auf das Konto: Kolpingsfamilie Seligenstadt IBAN: DE97 506 521 24 0001 0022 29.

CDU-Stammtisch

Seligenstadt (DK) Die CDU Seligenstadt lädt wieder alle interessierten Bürgerinnen und Bürger am Mittwoch, 26. August, um 20 Uhr herzlich zu ihrem regelmäßigen Stamm-

tisch im Gasthof „Zum Riesen“ ein. Die Mandatsträger der CDU aus der Stadt Seligenstadt sowie aus dem Kreis Offenbach stehen für Fragen, Anregungen und

Kritik zur Verfügung. „Lassen Sie uns in lockerer Atmosphäre über die aktuellen Entwicklungen in unserer Stadt ins Gespräch kommen“, betont Parteichef Stephan Böhm.

Seniorenkino im August

„H wie Habicht“ am Freitag dem 28. August

Seligenstadt (DK) Am Freitag, 28. August, zeigt das Kino Turmpalast (Bahnhofstr. 14) um 14 Uhr den Film „H wie Habicht“ in einer Sondervorstellung für Seligenstädter Se-

niorinnen und Senioren. Der Kartenverkauf zum Preis von 7 Euro startet am Tag der Vorstellung um 13:30 Uhr an der Kinokasse. „Nach dem Tod ihres geliebten Vaters (Brendan Gleeson) verliert Helen (Claire Foy) den Halt und zieht sich in Erinnerungen an gemeinsame Tage in die Natur zurück. Um der Trauer zu entkommen, beschließt sie, einen eigenen Habicht zu zähmen – die wilde Mabel. Zwischen Forschung und Alltag in Cambridge richtet sie ihr Leben ganz auf das Tier aus: Der Gefrierschrank füllt sich mit Futter, das Tele-

fon bleibt ausgeschaltet. Während Helen versucht, Mabel zu bändigen, erkennt sie, dass sie selbst da-bei eine tiefgreifende innere Wandlung durchläuft.“ (Quelle: <https://www.filmstarts.de/kritiken/326668.html> vom 10.08.2026) Für Kinobesucher mit Rollstuhl steht eine transportable Rampe für die Eingangstreppe zur Verfügung. "Bitte melden Sie sich vorher an, dann können die Außensitze im Saal reserviert werden, falls Sie nicht im Rollstuhl sitzen möchten", informiert Peter Schlosser vom Kino Turmpalast (Tel.: 889611).

Senioren Union lädt zum Dämmerschoppen

Froschhausen (DK) Die Senioren Union der CDU Seligenstadt lädt herzlich zu einem Dämmerschoppen am Freitag, 4. September, ab 17 Uhr ein. Veranstaltungsort ist das Gelände des Geflügelzuchtvereins Froschhausen. In entspannter spätsommerlicher Atmosphäre stehen Begegnung, Austausch und gute

Gespräche im Mittelpunkt. „Der persönliche Austausch ist für uns besonders wichtig. Gerade bei einer solchen Veranstaltung möchten wir zuhören, Anregungen aufnehmen und gemeinsam über die Themen sprechen, die die Menschen vor Ort bewegen“, erklärt Parteivorsitzender Stephan Böhm.

EXPERTENRAT

Der Gangzyklus – man erkennt uns am Gehen

Kennen Sie das? Man sieht jemanden schon von weitem und erkennt ihn am Gang, noch bevor man das Gesicht sieht. Jeder Mensch hat eine eigene Art zu gehen. Schrittlänge, Tempo, Haltung, Armschwung und Rhythmus ergeben fast so etwas wie eine persönliche Bewegungssignatur. In der Bewegungslehre spricht man vom Gangzyklus. Er beschreibt, was vom ersten Bodenkontakt eines Fußes bis zum nächsten Bodenkontakt desselben Fußes passiert. In dieser Zeit muss der Körper Gewicht aufnehmen, stabilisieren, nach vorne bringen und wieder abgeben. Das Interessante ist: Dieser Gangzyklus läuft bei den meisten Menschen ziemlich ähnlich ab – Tag für Tag, Schritt für Schritt. Auch wenn man zwischendurch bewusster geht, wiederholt der Körper über Monate und Jahre oft dieselben Muster. Und damit leider auch dieselben kleinen Ausweichbewegungen. Gehen ist kein reines Beintraining. Fuß, Knie, Hüfte, Becken, Wirbelsäule, Arme, Atmung und Gleichgewicht arbeiten zusammen. In einem Moment muss der Körper stabil über einem Bein stehen, im näch-



sten Moment loslassen, rotieren und den nächsten Schritt vorbereiten. Am Ende haben wir zwei Möglichkeiten. Die eine ist Optimierung: Wir versuchen, bewusster, leichter und „schlauer“ zu gehen. Die andere ist Krafttraining: Je stärker und belastbarer der Körper ist, desto mehr kleine Fehler kann er sich erlauben, ohne sofort Probleme zu bekommen. Im Idealfall verbinden wir beides. Wir verbessern die Bewegung und bauen gleichzeitig Kraft auf. Denn Gehen ist Training, das ohnehin jeden Tag stattfindet.

Ihr Friedrich Klucke
Fitnessökonom (B.A.) und



Personal Trainer
Bei Rückfragen kontaktieren Sie mich gerne bei WhatsApp: +4916091630372
friedrich.klucke@live.de
www.friedrichklucke.de

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung

Rhein MainVerlag

Volksinvest
Investieren für alle.

Jetzt investierbar

Solarpark Ratekau

Festzins
ab 5,50%

Ihr Einstieg in erneuerbare Energien:
Ab 50 € in den Solarpark Ratekau investieren.

Highlights

- Zeichnungssumme: ab 50 EUR
- Festzins: 5,50 % - 7,50 % p.a. je nach Tranche
- Möglicher Erfolgszins: 0,50 % p.a. im optimistischen Szenario
- Rückzahlung: zum Laufzeitende; optionale Teil-Rückzahlungen während der Laufzeit

Emittent:
Green Vision Two GmbH & Co. KG
Holzdamm 28-32
20099 Hamburg

POWERED BY
FINEXITY RODO MEDIENGRUPPE

Gesetzlicher Risikohinweis: Der Erwerb dieser Wertpapiere ist mit erheblichen Risiken verbunden und kann zum vollständigen Verlust des eingesetzten Vermögens führen.

Scannen für mehr Infos!

Goldhaus Obertshausen

VERTRAUEN IST GOLD WERT

Ihr Partner für den Ankauf von Wertgegenständen wie zum Beispiel:

- Gold
- Silber
- Uhren
- Bestecke & Zinn
- Schmuck
- Münzen
- Barren
- Antiquitäten

Seit über 20 Jahren Ihr Experte vor Ort!

Vertrauen ist Gold wert – besonders, wenn es um Erbstücke und Schmuck geht. Ich bin Holger Honig, Inhaber des Goldhaus Obertshausen und seit über 20 Jahren Ihr Ansprechpartner für den fairen Ankauf von Gold, Silber und Edelmetallen. In angenehmer Atmosphäre berate ich Sie ehrlich, diskret und mit Feingefühl. Ganz ohne Druck – aber mit viel Erfahrung. Schauen Sie vorbei – ich nehme mir Zeit für Sie!

Holger Honig

Holger Honig | Bahnhofstraße 58 | 63179 Obertshausen
Tel.: 06104 9531315 | www.goldhaus-obertshausen.de
Di-Fr: 10.00-13.00 Uhr | 15.00-18.00 Uhr oder nach Vereinbarung

P rechts von der Kirche vor dem Pfarrhaus

Ausbau Westring Gehweg

Erschließungsarbeiten im Neubaugebiet „Südwestlich des Westrings“

Seligenstadt (DK) Im Dezember 2025 wurde der letzte ausgebaut Abschnitt des Westringes für den Verkehr freigegeben. Hier wurde direkt bei der Abnahme festgestellt, dass im Bereich der Querungsstellen zu den neuen Straßen des Neubaugebietes, An der Zierlache und Azaleenweg, eine falsche Entwässerungsrinne eingebaut wurde. „Unser Bauamt hat sofort reagiert und bereits im Dezember 2025 Verbesserungsmaßnahmen geplant. Die bauliche Umsetzung haben unsere Fachleute aus gutem Grund wegen des starken Schülerverkehrs in die Sommerferien 2026 gelegt“, erläutert Bürgermeister Dr. Daniell Bastian. Die Situation des Gehweges im Westring wird aus Sicht der Straßenverkehrsordnung wie folgt beschrieben: Bei dem Weg parallel zum Westring

handelt es sich um einen Gehweg mit dem Zusatzzeichen „Radfahrer frei“.

Dies bedeutet rechtlich unter anderem:

- Fußgänger haben Vorrang. Der Weg bleibt rechtlich ein Gehweg. Radfahrer dürfen diesen zwar nutzen, müssen jedoch besondere Rücksicht auf Fußgänger nehmen. Dies gilt insbesondere auch gegenüber mobilitätseingeschränkten Menschen, beispielsweise Personen mit Sehbeeinträchtigungen, Rollstuhlfahrern oder Nutzern von Rollatoren. Aus diesem Grund wurden beziehungsweise werden dort auch entsprechende barrierefreie Elemente wie Tast- und Rollborde vorgesehen.
- Radfahrer müssen ihre Geschwindigkeit anpassen. Sie dürfen Fußgänger we-der ge-

fährden noch behindern und müssen jederzeit bremsbereit sein. Auch ohnekonkrete Geschwindigkeitsvorgabe darf nur so schnell gefahren werden, dasskeine Gefahr für Fußgänger entsteht. In der Praxis entspricht dies häufig einer Geschwindigkeit in Schrittgeschwindigkeit.

- Die Benutzung ist freiwillig. Anders als bei benutzungspflichtigen Radwegen besteht keine Verpflichtung zur Nutzung dieses Weges.
- An Querungsstellen bestehen keine besonderen Vorrechte für Radfahrer.Da es sich nicht um einen Radweg handelt, müssen Radfahrer bei Querungendie geltenden Vorfahrtsregelungen beachten und gegebenenfalls warten. Fallserforderlich, ist das Absteigen sinnvoll.

Die gewählte Ausgestaltung

wurde insbesondere vor dem Hintergrund entwickelt, dass auch Schulkinder den Weg sicher nutzen können, die nach den Regelungen der Straßenverkehrsordnung für die ausschließliche Nutzung eines Gehwegs bereits zu alt sind. Die Querungsstellen wurden daher so gestaltet, dass sie für alle Verkehrsteilnehmenden, die sich entsprechend der vorgesehenen Nutzung des Gehwegs verhalten, sicher nutzbar sind und den geltenden Anforderungen entsprechen. Für Radfahrer, die zügiger unterwegs sein möchten oder die Nutzung eines Gehwegs mit den entsprechenden Regelungen als Einschränkung empfinden, steht zudem die neue Fahrbahn nach dem Ausbau zur Verfügung. Uns ist bewusst, dass die besonderen Regelungen eines Gehwegs mit dem Zusatzei-

chen „Radfahrer frei“ nicht allen Nutzern gleichermaßen bekannt sind. Dies kann dazu beitragen, dass die Gestaltung der Querungsstellen aus unterschiedlichen Blickwinkeln unterschiedlich bewertet wird. Gleichzeitig haben wir die Rückmeldungen zum Fahrkomfort der Querungsstellen aufgenommen und geprüft. Unabhängig von der verkehrsrechtlichen Bewertung wurde die Situation daher verbessert. Aus diesem Grund wurden die Querungsbereiche im Bereich der vorhandenen Absenkungen für Rollstuhlfahrer angepasst, um den Fahrkomfort für Radfahrer sowie zugleich die Nutzbarkeit für Rollstuhlfahrer, Rollatornutzer und Personen mit Kinderwagen zu verbessern. In diesem Zusammenhang wurde auch die geringfügig größere Tiefe der eingebauten Muldenrinne kor-

rigiert. Eine Verbreiterung der abgesenkten Bereiche ist dabei bewusst nicht vorgesehen, um keine zusätzlichen Anreize für höhere Fahr- und Querungsgeschwindigkeiten zu schaffen. Ergänzend werden Maßnahmen zur Verbesserung der Verkehrssicherheit umgesetzt. Dazu zählen zusätzliche Beschilderungen und Markierungen, die sowohl den Kraftfahrzeugverkehr als auch den Radverkehr auf die jeweilige Verkehrssituation aufmerksam machen. Mit diesen Anpassungen möchten wir eine möglichst sichere und komfortable Nutzung für alle Verkehrsteilnehmer erreichen. Gleichzeitig bleibt es wichtig, dass alle Nutzergruppen weiterhin gegenseitige Rücksicht nehmen und die jeweiligen Verkehrsregeln beachten.



Jahrgang 1942/43 Hainstadt

Der Jahrgang 1942/43 Hainstadt trifft sich mit Partnern am Mittwoch, 26. August

2026 ab 12.00 Uhr im Restaurant Casa da Leone Hainstadt, Ernst-Ludwigstr. 1

Französisch Sprachclub

Seligenstadt (DK) Der nächste französische Sprachclub in Seligenstadt, organisiert vom

europäischen Freundeskreises Seligenstadt (EFS), findet am Mittwoch 26. August, um 19.30 Uhr im Restaurant "Zur Guten Quelle", Grabenstraße 20, statt. Weitere Informationen erhalten Interessenten von Ali Mediouni per Mail an die Adresse ali.mediouni@efs-seligenstadt.de

VdK Hainburg

Hainburg (DK) Der monatliche Kaffeeeklatsch des VdK OV Hainburg findet am Montag, 31.August, ab 14.30 Uhr in der Gaststätte "Alt Hainstadt" in der Mittelseestraße statt. Der Ortsverband freut sich auf rege Teilnahme.

Impressum

DER KURIER

Herausgeber:
Marco Schwarzkopf; Rhein Main Verlags GmbH, Bieberer Straße 137, 63179 Obertshausen, Tel. 06104-667204-0, info@rheinmainverlag.de
Geschäftsführung: Bernd Maas, Angelika Hofferberth
Erscheinungsweise: Samstag zum Wochenende in Seligenstadt, Mainhausen, Hainburg
Büro: Bieberer Str. 137, 63179 Obertshausen
Tel. 061 04 - 66 72 04 - 0

Redaktion: Silke Theurer (V.i.S.d.P.)
E-Mail: redaktion@heimat-zeitungen.de
Anzeigen: anzeigen@heimat-zeitungen.de
Redaktions- und Anzeigenschluss: Dienstag, 12 Uhr
Layout und Anzeigensatz: EMG Medienfabrik GmbH, Theresenstraße 2, 61462 Königstein
Druck: Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG, Gutenbergstraße 1, 63571 Gelnhausen
Vertrieb: EGRO Direktwerbung GmbH, Obertshausen, Tel. 061 04 - 49 70 - 0

Seligenstadt (DK) Ab nächstem Wochenende den „Kurier“ ganz bequem beim Brötchenkauf, am Kiosk oder direkt am Marktplatz mitnehmen: Im unverkennbaren Rot der Wochenzeitung sind

die Zeitungsboxen an unterschiedlichen Standorten zu finden. Hier kann man sich künftig aktuellen Ausgaben aus dem Zeitungsständer nehmen: Bei der Bäckerei Wolz

in Seligenstadt in der Aschaffener Straße, in Zellhausen in der Babenhäuser Straße, in Mainflingen in der Brüder-Grimm-Straße, in Klein-Welzheim in der Kettelerstraße; bei der Bäckerei

Nitschke in Froschhausen in der Offenbacher Landstraße, beim Kiosk an der Hauptstraße in Hainstadt und natürlich beim „Kurier“ am Marktplatz.

Foto: DK

Café K

Seligenstadt (DK) Das Café K der Evangelischen Kirchengemeinde in Seligenstadt beendet seine Sommerpause und präsentiert am Sonntag, 13. September, ab 17 Uhr die Formation „Flut’n Bass“ mit ihrem aktuellen Programm „Elektrolyte“.

Stefanie Wagner mit ihren Flöten und Norbert Dömling am Bass sind ein außergewöhnliches Duo, das ungewöhnliche und faszinierende Klangwelten schafft, kraftvoll wie zart, auf alle Fälle experimentell. Der Eintritt in der Aschaffener Str. 105, neben der

Evangelischen Kirche in Seligenstadt, ist frei. Zum Ausgang bittet das Team des Café K um

eine Spende, um die Veranstaltung auch in den nächsten Monaten weiterführen zu können.

DER KURIER

AUSLAGESTELLEN
Hier finden Sie unsere Zeitung:

63500 Seligenstadt:
Bürgeramt, Frankfurter Str. 100
Einhardhaus, Aschaffener Str. 3
Rathaus, Marktplatz 1
Der Kurier, Marktplatz 13
AVIA Tankstelle, Dudenhöfer Str. 34
Aral Tankstelle, Frankfurter Str. 102A
Sattler Tankstelle, Steinheimer Str. 111

63533 Mainhausen:
(Zellhausen) Eni Service Station Tankstelle, Industriestr. 2

63512 Hainburg:
(Hainstadt), Kiosk/Lotto, Hauptstr. 61
(Klein-Krotzenburg) Shell Tankstelle, Siemensstr. 2

Sie möchten auch gerne Auslagestelle werden?
Melden Sie sich gerne unter:
info@rheinmainverlag.de

Auslagestellen werben bei uns günstiger!

www.rheinmainverlag.de

DER KURIER Erste Hilfe

Überfall, Verkehrsunfall110
Feuer, Erste Hilfe, Rettungsdienst112
Polizeistation Seligenstadt0 61 82 / 8 93 00
Giftnotruf0 61 31 / 192 40
Ärztlicher Notdienst116 117
Zahnärztlicher Notdienst018 05 / 60 70 11
Evidensia Tierarztpraxis Seligenstadt . 0 61 82 / 2 10 26
Seelsorge-Telefon116 123
Hilfe-Telefon Gewalt gegen Frauen116 016
Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch . 0800 / 22 55 530
Asklepios Klinik Seligenstadt0 61 82 / 83-0
Emma-Klinik Seligenstadt0 61 82 / 96 00
Klinikum Aschaffenburg0 60 21 / 3 20
Klinikum Hanau0 61 81 / 2 96 - 0
Sana Klinikum Offenbach0 69 / 8 40 50
Ketteler Krankenhaus Offenbach0 69 / 8 50 50
EVO-Störungsdienst Strom0800 / 80 60 30 30
ZWO-Störungsdienst Wasser0 61 06 / 6 99 50
Schlüsseldienst BERND KAUL, 24 h. 0 61 82 / 99 19 85
Kartenverlust: Sperr-Notruf116 116
Stadtverwaltung Seligenstadt0 61 82 / 87 - 0

DER KURIER NOTDIENSTE

22. bis 28. August

22 AHORN-APOTHEKE HANAU
Salzstraße 11, Telefon 0 61 81 / 25 21 47

23 ADLER-APOTHEKE NIEDER-RODEN
Puisseauxplatz 1, Telefon 0 61 06 / 7 27 67

24 RATHAUS-APOTHEKE OBERTSHAUSEN
Schubertstraße 5, Telefon 0 61 04 / 7 35 36

25 EASY-APOTHEKE KLEIN-KROTZENBURG
Fasaneriearkaden 9, Telefon 82 06 10

26 APOTHEKE ST. PETER WEISKIRCHEN
Schillerstraße 11-13, Telefon 0 61 06 / 51 52

27 PAM-APOTHEKE OBERTSHAUSEN
Königsberger Straße 2, Tel. 0 61 04 / 4 09 91 88

28 PALATIUM-APOTHEKE SELIGENSTADT
Palatiumstraße 3, Telefon 37 68

ANZEIGE

Im 5:2-Takt zum Wohlfühlgewicht Intervallfasten alltagstauglich umsetzen

Abnehmen ohne ständigen Verzicht? Genau das wünschen sich viele Menschen, die bewusster leben und ihr Wohlfühlgewicht erreichen möchten. Eine Methode, die dabei immer beliebter wird, ist das Intervallfasten nach dem 5:2-Prinzip.

Einfach, flexibel und gut in den Alltag integrierbar

Die 5:2-Methode ist unkompliziert: An fünf Tagen pro Woche wird normal gegessen, an zwei nicht aufeinanderfolgenden Tagen wird die Kalorienzufuhr deutlich reduziert – meist auf etwa 500 bis 600 Kalorien täglich. Dadurch entsteht ein Kaloriendefizit, ohne dass man sich dauerhaft eingeschränkt fühlt. Viele Menschen empfinden diese Flexibilität als großen Vorteil im hektischen Alltag. Zudem berichten Anwender häufig davon, dass sie sich bewusster mit ihrer Ernährung auseinandersetzen.

Unterstützung an Essens- und Fastentagen

Wer beim Intervallfasten zusätzliche Unterstützung sucht, findet mit



formoline Intervall 5:2 eine speziell entwickelte 4-Wochen-Kombipackung für das 5:2-Prinzip. Dabei werden Essens- und Fastentage gezielt begleitet. An den normalen Essentagen kommt **formoline L112** zum Einsatz. Der Wirk-Ballaststoff natürlichen Ursprungs bindet einen Teil der aufgenommenen Nahrungsfette, sodass diese dem Körper nicht vollständig als Kalorien zur Verfügung stehen. Studien zeigen, dass dadurch die Gewichtsreduktion unterstützt wird.¹ Für die

Fastentage enthält die Kombipackung zusätzlich **formoline mannan**. Der pflanzliche Ballaststoff aus der Konjak-Wurzel quillt im Magen auf und sorgt für ein angenehmes Sättigungsgefühl. Gerade an Tagen mit reduzierter Kalorienzufuhr kann das hilfreich sein, um Heißhunger vorzubeugen und kleinere Portionen leichter einzuhalten.

Mit der 5:2-Methode werden Fettverbrennung und Stoffwechsel für eine effektive Gewichtsabnahme angeregt. **formoline Intervall 5:2** unterstützt das Intervallfasten gezielt und erleichtert so dessen Umsetzung im Alltag.

Weitere Informationen gibt es unter www.formoline5zu2.de.



Erhältlich in der Apotheke

Info: www.formoline5zu2.de • **formoline L112** Lipidbinder zur Gewichtsreduktion und zur Gewichtskontrolle, vermindert die Kalorienaufnahme aus den Nahrungsfetten. **Medizinprodukt Klasse III (CE 0123)**. Anwendung im Rahmen einer moderaten Diät. • **Gegenanzeigen:** Allergie gegen Krebsierprodukte. • **Nebenwirkungen:** sehr selten Verdauungsbeschwerden. Bitte beachten Sie auch die Gebrauchsinformation. • **formoline mannan**, Glucomannan trägt im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung zu Gewichtsverlust bei. • Referenzen: ¹Certmedica, Kurzbericht über Sicherheit und klinische Leistung der L112-Produktreihe. <https://certmedica.com/sscp> • Hersteller: Certmedica International GmbH, Magnolienweg 17, 63741 Aschaffenburg.

Chronischer Husten – Was steckt dahinter?

Vortrag der Asklepios Patientenakademie in Langen



Langen (PM) Vortrag der Asklepios Patientenakademie Langen am Mittwoch, 27. August, um 18 Uhr in der Neuen Stadthalle Langen, Kleiner Saal: „Chronischer Husten – Was steckt dahinter?“ Referent ist Dr. med. T. Stein, Chefarzt der med. Klinik III/Pneumologie.

Wir kennen es alle: Ein Husten kommt immer ungelegen, ist unangenehm und oft langwierig. Husten ist dabei eine zweischneidige Sache: Zum einen ist das Husten ein lebenswichtiger Reflex zur Freihaltung und Selbstreinigung der Atemwege, zum anderen kann er anstrengend und schmerzhaft sein und zur Verbreitung von Infektionskrankheiten beitragen.

„Dauert ein Husten länger als acht Wochen an, wird er als chronisch bezeichnet und soll-

te unbedingt fachärztlich abgeklärt werden“, erklärt Dr. Stein. Dies gilt auch dann, wenn als Begleitsymptome eines akuten Hustens der weniger lange andauert, Auswurf, Fieber und Schmerzen hinzukommen. Die Symptome können dabei ganz unterschiedliche Ursachen haben. So kann chronischer Husten z. B. von einem grippalen Infekt, einer Vergiftung, einer Herz-

Foto: Asklepios

Energetische Erstberatung – Unabhängiger Rat

Klein-Krotzenburg (DK)

Am Mittwoch, 26. August, bietet die Arbeitsgemeinschaft Mensch und Umwelt Hainburg (AMU) wieder die „Energetische Erstberatung“ an. Von 18 bis 20 Uhr stehen die ehrenamtlichen Energieexperten im Computerraum der Kreuzburghalle Klein-Krotzenburg bereit, um alle Fragen rund um Heizen, Dämmen und Eigenstrom-Erzeugung zu beantworten. So bereiten sich Interessierte vor für ein Beratungsgespräch



sollten Teilnehmer etwa 30 bis 60 Minuten Zeit einplanen. Um eine möglichst genaue Einschätzung geben zu können, empfiehlt es sich, die Verbrauchsabrechnungen für Öl oder Gas sowie Strom der letzten zwei Jahre mitzubringen. Die Erstberatung findet regelmäßig an jedem letzten Mittwoch im Monat statt. Eine Anmeldung zur besseren Planung unter info@amu-hainburg.de ist erwünscht, aber auch Kurzsentschlossene sind herzlich willkommen.

Foto: p

„Jetzt sind wir Premium!“

Hausgeräte Lagerverkauf in Waldacker stellt sich neu auf: größer, schöner und noch preiswerter

Rödermark-Waldacker (ahl)

Seit dem 1. Juli dieses Jahres präsentiert sich der Hausgeräte-Lagerverkauf in Waldacker in neuem „Gewand“: größer – schöner und noch preiswerter oder einfach ausgedrückt: Premium! Das neue Gesamtkonzept für den Bereich „Weiße Ware“, also Waschmaschinen, Trockner, Herde und Backöfen, Kühlschränke, Kühl-Gefrierkombinationen (Stand- und Einbaugeräte), Gefrierschränke und Geschirrspüler umfasst Markengeräte führender Hersteller wie Miele Liebherr, Bosch, Siemens, Neff, AEG, Haier, Gorenje, Hisense, Samsung, LG, Hoover (u.v.a.m.). Ob A-Ware, B-Ware (mit kleinen optischen Fehlern) oder Ausstellungsgeräte: unsere Preise scheuen keinen Vergleich und sind oft günstiger als im Internet! Natürlich bei voller Garantie von zwei Jahren. Stellen Sie uns auf die Probe! Unser altbewährtes Premium-Verkaufsteam (teils seit über 20 Jahren in Waldacker aktiv) wird sich um Ihre Wünsche individuell kümmern. Und beim Verkauf endet unsere hohe Kompetenz natürlich

nicht, denn unser hauseigener Liefer- und Montage-Service wurde ebenfalls personell ausgebaut. Wir liefern schnell, pünktlich und preiswert! Und ihr Altgerät wird selbstverständlich von uns entsorgt. Auch nach dem Kauf eines Hausgerätes können Sie auf den Service unseres Hauses zählen. Wenn es tatsächlich mal Probleme oder Fragen geben sollte, stehen wir Ihnen jederzeit mit Rat und Tat zur Verfügung.

Unser Lagerbestand umfasst derzeit rund 4.000 Geräte, die Auslieferung der gekauften Ware erfolgt in der Regel innerhalb von 24 Stunden, in speziellen Notfällen (sofern die Kapazität vorhanden ist) wird noch am selben Tag geliefert! Und wenn nach Jahren doch mal was kaputt geht? Dann aktivieren wir unseren Reparatur-Service, der Sachverstand und Schnelligkeit unter Beweis stellt.

Alles in allem präsentiert sich mit Premium-Hausgeräte ein Standort-Geschäft mit Jahrzehntelanger Erfahrung und einer beispiellosen Kompetenz. Kontakt: telefonisch unter 06074-98657, per Mail: info@premium-elektrofachhandel.de www.premium-elektrofachhandel.de Öffnungszeiten: MO, DI, DO, FR von 10-12.30 und 14.30 – 18 Uhr, Mittwoch und Samstag von 10 – 13 Uhr

Foto: p



www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung

Rhein MainVerlag

DU BIST MEISTER DEINES FACHS.

Und das soll auch so bleiben.

Digitales Marketing war nie für dich gemacht? Muss es auch nicht.

- Ohne Marketingwissen.
- Ohne Agenturkosten.
- Ohne komplizierte Tools.



JETZT gratis Demo buchen statt 99€ und mit nanos digitale Werbung schalten.

nanos.ai | AG Müllerstr. 12 | D-13353 Berlin

nanos

ANZEIGE

Entzündung rund um den Nagel?

Jetzt frühzeitig handeln.

Ein kleiner Einriss, ein drückender Nagel oder eine Verletzung bei der Nagelpflege kann Bakterien eindringen lassen. Die Haut wird rot, warm, geschwollen und schmerzt. Am Finger oder Zeh kann das schnell unangenehm werden. Deshalb erste Anzeichen ernst nehmen und frühzeitig behandeln.

Pflanzliche Hilfe bei Hautentzündungen
ilon Salbe classic wirkt entzündungshemmend und antibakteriell. Der pflanzliche Wirkkomplex unterstützt die Ausreifung der Entzündung und die Regeneration der Haut.

Pflanzliche Hilfe aus der Apotheke

ilon Salbe classic
PZN 10056674 / 25 g



Bei einer Zunahme von Rötung, Schwellung oder Schmerzen sowie bei ausbleibender Besserung nach drei Tagen sollte ärztlicher Rat eingeholt werden.
ilon® Salbe classic. Wirkstoffe: Lärchen terpentint, Terpentintöl vom Strandkiefern-Typ, Eukalyptusöl. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Behandlung leichter, lokal begrenzter, eitriger Entzündungen der Haut, wie z. B. Eiterknötchen, entzündete Haarbälge und Schweißdrüsenentzündungen, ausschließlich aufgrund langjähriger Anwendung. Enthält Butylhydroxytoluol. **Stand:** 12/2024. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Cesra Arzneimittel GmbH & Co. KG, Flugstraße 11, 76532 Baden-Baden.

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen, ☎ 03944 - 36160, www.wm-aw.de Fa.

FRAU MONIKA kauft an:
Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Figuren, Porzellan, Schallplatten, Eisenbahn, Leder- und Krokotaschen, Silberbesteck, Bleikristall, Zinn, Modeschmuck, Möbel, Kleider, Alt- und Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Gardinen, Uhren, Münzen, Bernstein, Perlen, Bilder, Gobel, Messing, Teppiche, Orden, Fernglas, Puppen, Perücken, Krüge, komplette Nachlässe sowie Haushaltsauflösungen.
Kostenlose Besichtigung und Wertschätzung +++ 100% seriös und diskret +++ Barabwicklung vor Ort. Mo - So von 08 - 21 Uhr
Tel.: 069 / 15 02 95 93

Simone, 62 J., gelernte Floristin, arbeite jetzt noch Teilzeit in der Altenpflege, bin eine sehr schöne, ausgeglichene Frau, schlank mit vollem Busen, möchte nicht mehr länger auf Liebe und Zärtlichkeit verzichten. Ich bin sehr treu, ehrlich u. romantisch und könnte auch zu Dir ziehen! Ich freu mich schon auf Deinen Anruf pv Tel. 0151 - 20593017

Dachdecker & Spenglerarbeiten
Stell- und Flachdächer aller Art.
Telefon: +49 174 4186370

Herr Eiffler kauft an
Pelze aller Art, Alt u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Briefmarken, Uhren, Perlen, Modeschmuck, Bernstein-schmuck, Perücken, Puppen, Leder- und Krokotaschen, Figuren, Eisenbahnen, Ferngläser, Bleikristalle, Kleidung, Orden, Gobel, Messing, Bilder, Zinn, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen, auch Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Wertschätzung.
Zahle absolute Höchstpreise! 100% seriös und diskret! +++Barabwicklung vor Ort+++ Mo. - So.: 8.00 - 20.00 Uhr ☎ 06105 / 9 67 60 55

Kaufe Autos
PKW, Busse, LKW, Geländewagen, Wohnwagen/-mobile, Traktoren, Bagger, auch mit Mängeln, Zustand egal. Bitte alles anbieten, zahle bar und fair.
24 Stunden erreichbar!
06157 / 91 68 006
0177 / 31 05 303

Automarkt

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen
Tel. 03944/36160, www.wm-aw.de Fa.

Kaufe Wohnmobile & Wohnwagen, Zustand egal auch mit Mängel Tel. 0174/6004673

Herr Kunzmann kauft an
Pelze aller Art, Alt- u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Uhren, Perlen, Modeschmuck, Bernsteinschmuck, Perücken, Puppen, Leder- und Krokotaschen, Figuren, Eisenbahnen, Ferngläser, Bleikristalle, Kleidung, Orden, Gobel, Messing, Bilder, Zinn, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen. Auch Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Wertschätzung.
Zahle absolute Höchstpreise! 100% seriös und diskret! +++ Barabwicklung vor Ort +++ Mo. - So.: 8.00 - 20.00 Uhr Tel.: 06104 / 98 79 935

Herr Berger kauft Pelze, Nerze, Silberbesteck, Altgold, Bruchgold, zahngold, Goldschmuck und Uhren aller Art. Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Briefmarken, Kleider, Bernstein, Münzen, Zinn, Perlen, Kupfer, Bleikristall, Ferngläser, Perücken, Teppiche, Bilder, Ölgemälde, Möbel, Porzellan, Leder- und Krokotaschen, Krüge, Modeschmuck, Gardinen, Puppen, Perücken, Orden, Figuren, komplette Nachlässe auch Haushaltsauflösungen. 100% seriös und diskret. Kostenlose Beratung und Anfahrt sowie kostenlose Wertschätzung. Zahle Bar vor Ort, täglich von 07:30 - 20:30 Uhr. Gerne auch am Wochenende. Tel.: 069 - 25 71 84 43

Kaufe Damen- u. Herrenbekleidung von Kopf bis Fuß, auch Pelzmäntel u. Pelzjacken und Goldschmuck aller Art. Anrufen lohnt sich: 0174-8043973.

Seriöser Käufer sucht:
Antike Möbel, Fotoapparate, Porzellan, Bücher, Uhren, Gemälde, Bierkrüge, Design, Kunst etc. ☎ 0163 6909267

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung
RheinMainVerlag

Ruth, 70 J., hübsche, jugendl. Witwe, mit unendlich viel Liebe im Herzen. Ich fahre gerne Fahrrad u. Auto, koche mit Leidenschaft u. kummere mich mit Freude um Haushalt u. Garten. Doch abends allein kommt die bittere Einsamkeit. Ich erwarte Ihren lieben Anruf üb. PV, wenn Sie auch so alleine sind.
Tel. 0176-43632696

Ursula, 75 J., einsame Witwe, wohne hier ganz allein, bin eine ehrliche, ruhige Frau, gute Hausfrau u. Köchin. Ich suche pv einen lieben Mann aus der Nähe, Alter egal, ich fahre gern Auto, bin nicht ortsgebunden. Eine liebe Frau wartet auf Ihren Anruf Tel. 0151 - 62913874

Ihr Profi rund ums Haus!
Gartenpflege, Reinigungsarbeiten, Pflaster-, Verputz- und Malerarbeiten. Zuverlässig, sauber und fair. Kostenlose Besichtigung & unverbindliches Angebot. **Anruf & WhatsApp: +49 172 6571980**

Frau Friedrich kauft an
Pelze & Zinn, Lederjacken aller Art, alte Nähmaschinen, Alt- Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Briefmarken, Handtaschen, Schmuck, Modeschmuck, Bernstein, Perücken, Schallplatten, Ferngläser, Puppen, Krokotaschen, Taschen-/ Armbanduhren, Eisenbahn, Kristalle, Messing, Bilder, Orden, Kleidung, Gobel, Gardinen, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Atlaskarten, Pfeifen, Teleskope, Postkarten, Schreibmaschinen, Möbel, Bücher, Haushaltsauflösung. Kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Wertschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös, 100% diskret, zahle alles bar vor Ort. Mo.-So. von 8.00-21.00 Uhr, auch an Feiertagen.
Tel.: 069 - 34 87 58 42

Ankauf aller Art
Frau Bach kauft an:
Leder- und Lammfelljacken, Pelze, Nerze aller Art, Vorwerk-Staubsauger, Silber, Silberbesteck, Alt- u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Modeschmuck, Uhren, Münzen, Musikinstrumente, Modelleisenbahn, Kleidung, Goldschläger, Tennisschläger, Schreib-u. Nähmaschinen, Bilder, Porzellan, Bleikristall, Zinn, Teppiche, Perücken, Krüge, Bernstein, Leder- und Krokotaschen, Antiquitäten, Messing, Gardinen, Möbel, Schallplatten, Orden, Ferngläser, Puppen, Briefmarken, Kompl. Nachlässe aus Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung u. Wertschätzung. Zahle bar vor Ort. Täglich 7:30 - 21 Uhr, auch am Wochenende. ☎ 069 -59772692

120 km Draht und Gitter

1900 Türen und Tore am Lager

DRAHT WEISSBÄCKER

ZÄUNE • GITTER • TORE
Draht-Weissbäcker KG
Steinstr. 46-48, 64807 Dieburg
Tel. (06071) 98810
Fax (06071) 5161
www.draht-weissbaecker.de
E-Mail: draht@weissbaecker.de

- Draht- und Gitterzäune
- Schiebetore • Drehkreuze
- Schranken • Türen • Pfosten
- Sicherheitszäune • Tore
- Mobile Bauzäune • Alu-Zäune
- sämtliche Drahtgeflechte
- Alu-Toranlagen • Gabionen
- auch **Montagen**
- auch **Privatverkauf**

KFZ-ANKAUF

WIR KAUFEN JEDES FAHRZEUG
JEDE MARKE • JEDES ALTER • JEDER ZUSTAND

PKW

BUSSE

GELÄNDEWAGEN

WOHNMOBIL

UNFALLWAGEN

MOTORRAD

ALLES ANBIETEN • SOFORT BARGELD

EINFACH & SICHER!
Jederzeit erreichbar (Montag – Sonntag)!

☎ 06157/8085654 o. 0176/11199111

A.G. Automobile • Robert-Bosch-Str. 4 • 64319 Pfungstadt
a.g.automobile1@web.de • www.kfz-ankauf-24h.de

KFZ BAR ANKAUF
Alle Fahrzeuge
PKW's, Busse, Geländewagen, Oldtimer, Wohnwagen/-mobile, Traktoren, Bagger.

Alles anbieten! (Baujahr, km, Zustand egal)
Sofort Bargeld! Jederzeit erreichbar.

Telefon: 06158 / 60 86 988 • 0173 / 30 87 449

Kaufe Motorräder alle Marken, alle Modelle, Quad, UTV, Chopper, Enduro, Beiwagen, E-Roller oder E-Bikes. Auch mit Mängel oder Unfall. Bitte alles anbieten. Zahle bar.

Tel.: 0173 / 30 87 449 • 06158 / 60 86 991

SUCHE FAHRZEUGE
PKW's, Busse, Geländewagen, Wohnmobile etc. für Export, Zustand egal, zahle Höchstpreise – sofort Bargeld, bitte alles anbieten, jederzeit erreichbar.

Tel.: 06258 / 50 89 921 • 0151 / 718 723 06

Kaufe alle Wohnwagen, Wohnmobile, Traktoren, Bagger, Anhänger, Baumaschinen, zahle bar und Höchstpreise!

Tel.: 0151 / 718 723 06 • 06258 / 50 89 921

Thema: Rheumatische Schmerzen

Das Schmerzgel bei Gelenkschmerzen

Dieses natürliche Schmerzgel begeistert Anwender

Bei Gelenkschmerzen greifen viele zu klassischen Schmerzmitteln oder -salben. Dabei sehen immer mehr Anwender von chemischen Produkten ab und suchen Hilfe aus der Natur. Was bereits zahlreiche Verwender begeistert: das natürliche Schmerzgel der Qualitätsmarke Rubaxx (Rubaxx Schmerzgel, Apotheke)!

„Das Gel hat mir sehr gut geholfen. Schmerzlindernd und gut verträglich“, freut sich Eva K. über „die schnelle Hilfe“ bei ihren Gelenkschmerzen. Auch andere Verwender sind von der natürlichen Wirkkraft des Rubaxx Schmerzgels begeistert. So berichtet Heinz K.: „Ich habe Knieprobleme und nach längeren Wanderungen ist das Schmerzgel ein Muss. Es wirkt schmerzstillend und ist sehr zu empfehlen.“ Das Geheimnis hinter dem Gel? Der darin enthaltene natürliche Arzneistoff Rhus toxicodendron!

Für Ihre Apotheke:
Rubaxx Schmerzgel
(PZN 18709526)

RubaXX

„Hilfe, ich werde meinen Blähbauch nicht los!“

So kommt der Darm in Schwung

Unser Darm ist ein wahres Wunderwerk: Bis zum 75. Lebensjahr verarbeitet er mehr als 30 Tonnen Nahrung und ermöglicht so die Aufnahme lebenswichtiger Bestandteile wie Vitamine, Enzyme und Spurenelemente. Trotz seiner Leistungsfähigkeit ist der Darm jedoch auch hochsensibel. Bei Stress, einer ballaststoffarmen Ernährung oder mit zunehmendem Alter nimmt die Darmaktivität ab und der Transport der Nahrung im Darm gerät ins Stocken. Zusätzlich stauen sich oftmals Gase im Darm an, die sich in einem Blähbauch äußern. Doch Forscher haben mit Kijimea Regularis PLUS jetzt ein Produkt entwickelt, das Hoffnung schenkt.

Die Verdauung auf clevere Weise aktivieren
Kijimea Regularis PLUS enthält Methylcellulose und Psyllium, welches die normale Funktion des Darms unterstützt, hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten¹. Denn es quillt im Darm auf und dehnt die Darmmuskulatur so sanft. Dadurch erhält sie den Impuls, sich wieder zu bewegen. So kommt der Darm aus eigener Kraft in Schwung und die Verstopfung löst sich² – planbar und zuverlässig. In der Folge können auch die Gase im Darm reduziert werden, wodurch der Blähbauch zurückgeht.

Anwender sind überzeugt
Das innovative Prinzip hinter Kijimea Regularis PLUS rief bereits

zahllose begeisterte Kundenreaktionen hervor. Heiko H. lobt, es handle sich dabei um „das beste Produkt, das ich bis jetzt hatte.“ Regina S. schwärmt: „Ich bin so überzeugt davon, dass ich meine Freunde auch begeistern konnte. Daher verschenke ich jetzt die kleinen Sets. Auch meinen Mann konnte ich begeistern und wir trinken es jetzt zusammen, jeden Tag.“ Und auch Samira V. bestätigt: „Ich bin froh, Kijimea Regularis PLUS gefunden zu haben.“

Kijimea Regularis PLUS kann rezeptfrei in Apotheken vor Ort oder online erworben werden (PZN 18788684), ist aber auch direkt beim Hersteller unter www.kijimea.de erhältlich.

Für Ihre Apotheke:
Kijimea Regularis PLUS
(PZN 18788684)

www.kijimea.de

KIJIMEA

AUS DER FORSCHUNG. FÜR DEIN LEBEN.

Abbildung Betroffenen nachempfunden, Namen geändert
RUBAXX SCHMERZGEL. Wirkstoff: Rhus toxicodendron Dil. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei Besserung rheumatischer Schmerzen und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.
• PharmaSGF GmbH, 82166 Gräfelfing

¹Die Angabe „Hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten“ bezieht sich auf einen dreimaligen Verzehr pro Tag. • ²Das enthaltene Psyllium hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten. • Abbildung und Namen Betroffenen nachempfunden.

Ohne Risiko
Unverbindliche Beratung
Transparente Abwicklung
Seriouser Ankauf
Sofortige Barauszahlung



Antiquitätshaus Maintal



Alt Bischofsheim 25 | 63477 Maintal



AKTIONSTAGE

MONTAG
24
AUGUST

DIENSTAG
25
AUGUST

MITTWOCH
26
AUGUST

DONNERSTAG
27
AUGUST

FREITAG
28
AUGUST

SAMSTAG
29
AUGUST

06109 / 2053599



ACHTUNG!

Die Experten **sind nur in den Aktionstagen** für Sie vor Ort

ANKAUF VON

- Ringe & Ketten
- Goldschmuck
- Altgold
- Bruchgold
- Weissgold
- Zahngold
- Silber
- Silberbesteck
- Silberschmuck

- Porzellanpuppen
- Alte + Designertaschen
- Bernstein
- Münzen
- Platin
- Uhren aller Art
- Diamanten
- Modeschmuck
- Alte Gemälde
- Pelze + Lederjacken/ Mäntel*
- und vieles mehr...



Gerne überprüfen wir Ihren Schmuck auf Echtheit!
Hausbesuche bis zu 60 km kostenlos!



Goldschmuck aller Art



Bernstein



Markenuhren aller Art



Zahngold (auch mit Zahn)

Gold- & Silbermünzen



Feingold



Familienbetrieb
seit 1980

Wir zahlen sofort den
ermittelten Wert in **BARGELD** aus!

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr.: 10:00 - 18:00 Uhr | Sa. 10:00 - 14:00 Uhr

Ankauf von Lederjacken, Ledermäntel und Lederhosen
aus Glatt- und Wildleder, auch Lammfellmäntel
zum Höchstpreis bis zu 3.500 €*



LETZTE CHANCE

Wir zahlen
zur Zeit bis zu

138,-⁰⁰*
€/pro Gramm

Ihre Vorteile:

- kostenlose Beratung
- kostenlose Wertschätzung
- transparente Abwicklung
- Bargeld sofort

Gerne prüfen wir Ihren Schmuck auf Echtheit!

Wir beraten Sie gerne unverbindlich und kostenlos vor Ort oder bei Ihnen zuhause.

Ankauf von Lederjacken, Ledermäntel und Lederhosen
aus Glatt- und Wildleder, auch Lammfellmäntel
zum Höchstpreis bis zu 3.500 €*



Militariat und Orden



Gemälde aller Art*



Porzellanpuppen*

Machen Sie Ihren Pelz zu BARGELD!

ACHTUNG! ACHTUNG! ACHTUNG!

Letzter Aufruf vor Saisonschluss!

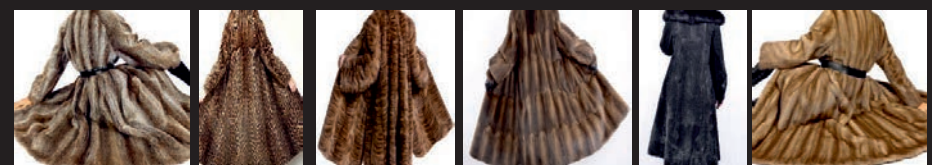
Wir zahlen bis zu 8.500,- €*

LETZTE CHANCE

*in VB mit Gold

LETZTE CHANCE

Wir suchen ALLE Arten von Pelzen!



Bisam • Persianer • Fuchspelze aller Art • Zobel • Nerze • Nutria • Chincilla

AKTIONSTAGE

MONTAG
24
AUGUST

DIENSTAG
25
AUGUST

MITTWOCH
26
AUGUST

DONNERSTAG
27
AUGUST

FREITAG
28
AUGUST

SAMSTAG
29
AUGUST



Standuhren*



Tierpräparate aller Art*



Wir zahlen bis zu 800,-€ für Krokotaschen



Silberbesteck



Porzellan namenhafter Hersteller*



Modeschmuck aller Art

Wir prüfen
kostenlos
Ihren Schmuck
auf Echtheit!

Wir zahlen bis zu 2.500,-€*
für alte Gemälde, Tierpräparaten,
Porzellanpuppen, Kamin +
Standuhren und Porzellan

**P PARKPLÄTZE
VORHANDEN**

ACHTUNG!

Die Experten **sind nur in den Aktionstagen** für Sie vor Ort

Familienbetrieb
seit 1980



Antiquitätshaus Maintal



Alt Bischofsheim 25 | 63477 Maintal | Tel.: 06109 / 2053599

Gerne
übernehmen wir
Ihre Spritkosten
bis zu 30,- € bei
Verkauf!

Klein-Krotzenburg (ah)

sphäre herrschte.
Jürgen Flohr, erster Vorsitzen-
der der Radsportvereinigung
1905 Klein-Krotzenburg, be-
dankt sich herzlich bei allen
Besucherinnen und Besuchern,
die trotz des sonnigen und zu-
nehmend heißen Wetters den
Weg zur Georg-Flohr-Radsport-
halle gefunden haben. Sein be-
sonderer D^ank gilt außerdem
den zahlreichen Helferinnen
und Helfern, die an den Stän-
den und im Hintergrund für
einen reibungslosen Ablauf der
Veranstaltung sorgten. Ebenso
bedankt sich die Radsportver-
einigung bei ihren Sponsoren,
der Sparkasse Langen-Seligen-
stadt, Fraport und Edeka Simon
Westphal, für die großzügige
Unterstützung. Foto: ah

-

VORHER

NACHHER



VORHER

NACHHER



VORHER

NACHHER



VORHER

NACHHER

www.christians-hausmeisterservice.de