



CHURU.



REGIONAL
erleben

Unser Reisetipp des Monats

15 Tage Sri Lanka – Ayurveda-Paket zum Wohlfühlen

z. B. im Oktober inkl. Flug – Hotel Life Ayurveda Resort inkl. Vollpension im DZ ab 1.789,- € p. P.*

*Inklusivleistungen lt. Katalogbeschreibung

fitREISEN

Seit 40 Jahren ist FIT Reisen das „Original“ mit der größten Vielfalt an Wohlfühl- und Gesundheitsreisen.

Ayurveda eignet sich zur Heilung oder zur Vorbeugung von Krankheiten, zur Verjüngung, Revitalisierung und zur Steigerung des Wohlbefindens.

Egal was es auch ist – wenn Sie in Ihrem Urlaub etwas für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden tun möchten, werden Sie bei uns mit Sicherheit fündig.

Entdecken Sie mit uns die Welt von FIT Reisen – mit einem Besuch in unserem Reisebüro oder einem Klick auf www.LCC-erlangen.de

Rathausplatz 5, EKZ neuer markt – 1.OG

91052 Erlangen .

Tel. (09131) 812 60-14

Fax (09131) 812 60-10

k.wittmann@lcc-erlangen.de

www.LCC-erlangen.de



Kerstin Wittmann



So schnell haben Sie noch keinen mit nach Hause genommen.



take up! 1.0, 44 kW (60 PS), 5-Gang

Kraftstoffverbrauch, l/100 km: innerorts 5,6/außerorts 3,9/kombiniert 4,5/CO₂-Emissionen, g/km: kombiniert 105.

Ausstattung: white, Einstiegshilfe „Easy Entry“, Airbag für Fahrer und Beifahrer, mit Beifahrerairbag-Deaktivierung, Elektr. Stabilisierungsprogramm mit Berganfahrassistent, ABS, ASR, EBV und MSR, Reifenkontrollanzeige, Tagfahrlicht u. v. m.

UVP: 10.493,- €

Hauspreis ab: 7.899,- €

inkl. Erlebnisabholung in der Autostadt Wolfsburg

**Sie sparen
2.594,- €¹**

Polo Trendline 1.0, 44 kW (60 PS), 5-Gang

Kraftstoffverbrauch, l/100 km: innerorts 6,4/außerorts 4,2/kombiniert 5,0/CO₂-Emissionen, g/km: kombiniert 114.

Ausstattung: Uranograu, Airbag für Fahrer und Beifahrer, mit Beifahrerairbag-Deaktivierung, Elektr. Stabilisierungsprogramm inkl. ABS mit Bremsassistent, ASR, EDS und MSR, Multikollisionsbremse, Reifenkontrollanzeige, Berganfahrassistent, Tagfahrlicht u. v. m.

UVP: 13.118,- €

Hauspreis ab: 9.759,- €

inkl. Erlebnisabholung in der Autostadt Wolfsburg

**Sie sparen
3.359,- €¹**



Volkswagen

¹ Gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung des Herstellers für ein vergleichbar ausgestattetes Modell. Das Angebot gilt nur bei gleichzeitiger Inzahlungnahme Ihres Gebrauchtwagens (ausgenommen Audi, Porsche, SEAT, ŠKODA) mit mindestens 4 Monaten Zulassungsdauer auf Ihren Namen. Angebot am Beispiel eines Gebrauchtwagens der Marken Volkswagen Pkw oder Volkswagen Nutzfahrzeuge. Angebotspreise für Fremdmarken weichen ab. Nähere Informationen erhalten Sie bei Ihrem Volkswagen Partner. Abbildungen zeigen Sonderausstattungen gegen Mehrpreis.

Ihr Volkswagen Partner

Pillenstein

Volkswagen Zentrum Fürth Pillenstein GmbH

Nürnberg Str. 147, 90762 Fürth

Tel. 0911/9702-900, info@pillenstein.de

Pillenstein Autohaus GmbH Neustadt

Riedfelder Ortsstraße 57, 91413 Neustadt

Tel. 09161/888 00, info.nea@pillenstein.de

- **Gesundheit und Sport**
- Mensch und Gesellschaft**
- Draußen und Unterwegs**
- Handwerk und Dienstleistung**
- Ausbildung und Zukunft**
- Feiern und Schenken**
- Drinne und Daheim**
- Mobilität und Freizeit**

Liebe Leserinnen und Leser,

das Titelbild unserer aktuellen Ausgabe haben wir Sabrina Mockenhaupt gewidmet. „Mocki“, wie ihre Fans sie liebevoll nennen, wollte anfangs überhaupt nichts mit Sport und Laufen zu tun haben. Auch das Drängen der Eltern endete oftmals im „heulenden Elend“, wie sie selbst zugibt.

Erst nach und nach konnte Begeisterung in ihr geweckt werden und heute ist sie eine begeisterte Läuferin, der es auch nicht an Erfolgen und Trophäen mangelt.

An dieser Stelle kommt dann schon die Frage auf, ob Sport denn wirklich so gesund ist oder haben nicht diejenigen recht, die sagen „Sport ist Mord!“?

Die Deutsche Sporthochschule in Köln sagt, dass Sport die beste Medizin sei und jedermann in jedem Alter damit anfangen könne und dass die positiven Auswirkungen auf Körper, Geist und Seele in ihren Dimensionen vielfach noch gar nicht erfasst seien.

Wissenschaftlich erwiesen ist mittlerweile, dass Sport erhebliche Auswirkungen auf die Gesundheit des Menschen hat. Der Sport-treibende setzt in seinem Gehirn Unmengen an Botenstoffen frei, es werden neue Nervenbahnen gebildet und gleichfalls entstehen neue, frische Zellen. „Die Zeit“ schreibt dazu, dass die Mechanismen, die im Körper freigesetzt werden, so vielfältig und komplex sind, dass die medizinische Forschung bislang nur einen Bruchteil aller Wirkungsweisen verstanden hat und insbesondere die damit verbundene Heilkraft nur erahnt werden kann.

Neben den positiven Auswirkungen auf Herz, Kreislauf oder Knochen hat Sport noch einen nicht zu unterschätzenden ökonomischen Effekt: Er senkt die Kosten im Gesundheitswesen, denn mangelnde Bewegung ist anerkanntermaßen die Ursache für zahlreiche Erkrankungen, die dieses System belasten.

Also denn, schnüren Sie die Sportschuhe und fangen Sie an. Es lohnt sich!

Ihr Redaktionsteam



Ursula Dorweiler
Reformhaus Dorweiler

„Der Schlüssel zu meinem Erfolg sind meine Kunden und Mitarbeiter.“



Stephan Wirth
Stadt- und Herzapotheke

„Wir sind Ihre Partner vor Ort für alle Fragen rund um Medikamente und deren Wirkungsweisen.“



Petra Schmid
Auszeit

„Wir stärken Sie nachhaltig für den Alltag. Mit Schönheit, Wohlbefinden und mehr Lebensenergie.“



Seite 14

Seite 21

Hund und Katz

Seite 28

CHURU unterwegs

Partnerverzeichnis

Page 4



Gesundheit und Sport

- Wenn Sie alle Angebote zu Gesundheit und Sport, die wir in dieser Ausgabe vorstellen, wahrgenommen, absolviert, genossen oder erworben haben, haben Sie Bekanntschaft geschlossen mit dem schnellsten Mann der Welt und Loddar und kennen die Vorteile von Tablettenblistern. Sie werden dann unserer Ursula Dorweiler zum zweiten Titel „Reformhaus des Jahres“ gratuliert haben und wissen, warum ein Mann erst dann zum Arzt geht, wenn er vor Schmerzen nicht mehr schlafen kann.
- Viel Raum widmen wir der Gesundheit, der (Natur)-kosmetik und Fitness: Philippinische Geistheilung und Ortho-Bionomy, Vegetodynamik und ZUMBA bis zum Abwinken. Nachdem wir im vergangenen Monat Dirndl und Lederhosen empfohlen haben, haben wir jetzt die passenden Filztäschchen, tren-

dige Ketten und einen erstaunlich günstigen Taxitransport zur Bergkirchweih entdeckt. Blumen und Gärten erfreuen uns, aber auch eine Kuscheldecke, damit wir an kühlen Tagen die Frühstücksspezialitäten beim Römmelt im Freien genießen können.

- Der Gesundheit dienlich sind die umweltfreundlichen Hybridfahrzeuge von Toyota und eine Mitgliedschaft beim Fußball- oder Rad-Club in „Herzö“. Kurios die WC-Betätigungsarmaturen, die mehr können als man ihnen auf den ersten Blick zutraut. Erlangen bildet durch Reisen, versüßt den Alltag mit bunten und leckeren Macarons und lässt uns laufen auf Highheels oder mit unterstützenden Schuhen.





Gut zu wissen:

Bereits zum 2. Mal hat Ursula Dorweiler die bundesweite Auszeichnung "Reformhaus des Jahres" bekommen. Das zeigt, dass die Gesundheit ihrer Kunden und die Qualität ihrer Produkte im Mittelpunkt ihrer Beratung stehen.

Ursula Dorweiler erhält zum 2. Mal die Auszeichnung „Reformhaus des Jahres“ Produkte von Menschen für Menschen

„Zweimal Reformhaus des Jahres in nur zwei Jahren, das macht schon stolz und verpflichtet auch“, erklärt Ursula Dorweiler. 2014 erhielt sie die bundesweite Auszeichnung in der Kategorie Naturkosmetik. Heuer wurde sie für ihr hervorragendes Sortiment und ihre exzellente Beratung auf dem Gebiet der Naturarznei für das Jahr 2016 geehrt. Unterstützt wird sie in ihrem Reformhaus von drei bestens ausgebildeten Mitarbeiterinnen - einer Ernährungsberaterin, einer Diätassistentin und einer Drogistin. Ganz neu im Team ist eine Dr. Hauschka-Kosmetikerin.

Beratung ist das Wichtigste

„Zu uns können die Kunden mit jeder Frage und jedem Wehwehchen kommen. Wir haken nach, wenn die Beschwerden auftreten, ob es Unverträglichkeiten gibt und empfehlen das Naturarzneimittel, das am besten hilft“, verspricht Reformhauschefin Ursula Dorweiler. Viele Kunden klagen z. B. über Probleme im Magen-Darm-Bereich. Sie wollen aber nicht gleich zu einem harten Medikament greifen, son-

dern es erst einmal mit natürlichen Mitteln versuchen. Ursula Dorweiler und ihre Mitarbeiterinnen finden dafür die richtige Naturarznei. Im einzigen Fachgeschäft für ganzheitliche Gesundheit im Landkreis erhalten Sie auch fachkundige Verhaltens- und Ernährungstipps. Manche Nahrungsergänzungsmittel gibt es schon seit über 100 Jahren, wie z. B. den „Roten Ginseng“. Er hilft bei Bluthochdruck, baut Stress ab und fördert die Konzentration sowie die Durchblutung.

SAGUNA - ganz neu im Reformhaus

Helfen ohne Nebenwirkung - das will auch die Firma SAGUNA. Ihre Produkte sind ganz neu im Reformhaus und passen hervorragend ins Portfolio von Ursula Dorweiler. Die Firma produziert Naturbeauty-Produkte, natürliche Nahrungsergänzungsmittel und Medizinprodukte. Die bewährten Rohstoffe aus der Natur werden umweltschonend verarbeitet und sind nicht gentechnisch manipuliert. Alle einzelnen Bestandteile wurden sorgfältig ausgewählt. Die Qualität entspricht den Vorgaben nach



Ursula Dorweiler

GMP-Standard Die Produkte mit der wertvollen Kieselsäure sind die ultimative Schönheitsformel für volles, glänzendes Haar, strahlende und straffe Haut und kräftige Nägel. Die Nahrungsergänzungsmittel unterstützen ein vitales und gesundes Leben. Eine Besonderheit der SAGUNA-Produkte ist, dass sie auch nach dem Öffnen ohne Kühlung lange haltbar sind. Für Kunden mit chronischen Magen-Darm-Problemen, die beruflich viel unterwegs sind oder in den Urlaub fahren möchten, ist das gut verträgliche Magen-Darm-Gel eine schonende Alternative zu Medikamenten und hilft effektiv ganz ohne Nebenwirkungen.

Das pure Gold Islands

Exklusiv bei SAGUNA und im Reformhaus gibt es die reinen isländischen Fischöle von Lysi. Das Omega-3 Fischöl ist gut für das Gehirn und die Sehkraft und stärkt die Herzfunktion. Der isländische Lebertran - ja, Sie haben richtig gelesen: Lebertran - ist ebenfalls gut für das Herz sowie eine Vielzahl von wichtigen Muskeln und hilft beim Stressabbau. Beide Öle schmecken weder fischig noch sonst wie eklig, sondern haben einen leichten Geschmack nach einem natürlichen Aroma. Sie können diese Öle täglich einmal pur zu sich nehmen oder Ihre Speisen, wie Salate, Müsli, Shakes oder Smoothies damit verfeinern. Probieren sie es aus. Ursula Dorweiler und ihr Team werden Sie gern beraten.



Markenbotschafterin Magdalena Neuner

Die zwölffache Weltmeisterin und zweifache Biathlon-Olympiasiegerin Magdalena Neuner ist das Gesicht von SAGUNA. Sie passt hervorragend zu den Werten des Unternehmens. Menschlichkeit, Bodenständigkeit, Vertrauenswürdigkeit, Fairness und Ehrlichkeit. Seit diesem Jahr ist Magdalena Neuner auch die Schirmherrin des Irmengard-Hofes der Björn Schulz Stiftung. Das Erholungszentrum für schwer kranke und behinderte Kinder am Chiemsee wird von SAGUNA gefördert. Beim Kauf eines SAGUNA-Produktes unterstützen Sie ebenfalls den Irmengard-Hof und die dort lebenden schwerst kranken Kinder und Jugendlichen.





Stephan und Kerstin Wirth

Schnell wie Usain Bolt, gestylt wie Rihanna Mit den sportlichen Kollektionen von PUMA kein Problem

Um an den schnellsten Mann der Welt heranzureichen, dem PUMA-Markenbotschafter Usain Bolt, müssen Sie wahrscheinlich noch ein bisschen trainieren. Aber seine neue, hochwertige Sportkleidung trägt sich super und macht Sie schneller. Frauenherzen schlagen dagegen bei den Kollektionen von Musikstar Rihanna höher. Die von ihr exklusiv für PUMA entworfene Kollektion verführt regelrecht zum Training.

Exklusive Sportmode der Top-Athleten im PUMA Store

Außergewöhnliche Designs und Farben, verrückte Sneakers, Limited Edition - das erwartet Sie im PUMA Store. Oberste Priorität hat die Beratung der Kunden. Elf fachkundige Mitarbeiter

stehen dafür parat. Viele Produkte, die hier präsentiert werden, können Sie nicht einmal im Fachhandel kaufen. Derzeit finden Sie im PUMA Store u. a. die neusten Entwürfe von Kylie Jenner, die aktuellen Trikots von BVB und Arsenal, das Neueste an Kleidung und Accessoires von Ferrari und Red Bull sowie den Schuh evoSPEED SL. Das ist der zurzeit leichteste Fußballschuh auf dem Markt, den u. a. Marco Reus trägt. Der evoSPEED SL bringt gerade einmal knapp über 100 Gramm auf die Waage. PUMA stattet zahlreiche Spitzensportler mit Funktionsbekleidung und Schuhen aus, darunter auch die Langstrecken- und Marathonläuferin Sabrina Mockenhaupt, die Sie auf dem Cover dieser CHURU-Ausgabe sehen. Für die Kleinsten gibt es derzeit eine Sonderkollektion mit Motiven aus der

„Sesamstraße“. Im Sommer kommt dann „Batman“, so viel sei hier schon verraten. Nur die allerneueste Ware wird im PUMA Store präsentiert. Alle drei Monate erfolgt der Kollektionswechsel und wandert dann nur eine Tür weiter in das Outlet.

Große Vielfalt und tolle Preisvorteile im PUMA Outlet

Die Ware im Outlet ist bis zu 50 % reduziert. Auf drei Etagen gibt es ein riesiges Sortiment aus den Bereichen Sportstyle, Fitness, Running, Fußball und Motorsport für Damen, Herren und Kinder. 170.000 Teile sportlicher Markenkleidung - Schuhe, Textilien und Accessoires - sind im Bestand. Beim Einkauf helfen Ihnen die über 50 fachkundigen Mitarbeiter im Outlet gern weiter. Zum Teil locken sogar Schnäppchen, die 70 % unter dem Originalpreis liegen. Ein Besuch lohnt sich also immer in beiden Stores.

Gut zu wissen

Es gibt bereits die aktuelle Fan-Kollektion zur Fußball-EM 2016 im PUMA Store. Fünf Mannschaften rüstet PUMA aus: Italien, Schweiz, Österreich, Slowakei und Tschechien. Anstoß ist am 10. Juni in Paris.



Stars von Arsenal London zu Besuch im PUMA Store:
Olivier Giroud (2.v.l.) Héctor Bellerín (3.v.l.) Alex Scott (3.v.r.) Tomáš Rosický (1.v.r.)

Gesundheit der Kunden ist Herzensangelegenheit Stadt- und Herz-Apotheke bieten Service für Patienten mit Dauermedikation

Haben Sie auch schon einmal den Überblick über Ihre Medikamente verloren? Was muss ich wann einnehmen? Habe ich diese Tablette heute schon geschluckt? Um dieses Verwirrspiel zu beenden, verblistern Kerstin und Stephan Wirth die Arzneimittel für ihre Kunden. Blistern heißt, dass alle Pillen eines Patienten wochenweise zusammengestellt werden, und zwar genau nach Tag und Uhrzeit. „Das geht natürlich nur auf ausdrücklichen Wunsch des Kunden und wenn wir als Apotheker alle Rezepte vorliegen haben“, betont Stephan Wirth.

Gefahr von Wechselwirkungen senken

Ältere Menschen oder Patienten, die aus dem Krankenhaus kommen, müssen oft viele unterschiedliche Medikamente einnehmen. Wurden die Rezepte von verschiedenen Ärzten verschrieben, kann es vorkommen, dass durch die Kombination der Medikamente sich deren Wirkung aufhebt oder gar gefährliche Wechselwirkungen auftreten. Beim Blistern fällt dem Apotheker sofort auf, wenn etwas nicht passt und kann Rücksprache mit den verschreibenden Ärzten halten. So können auch Doppelmedikationen vermieden werden. Der Apotheker verändert die Medikation nicht eigenmächtig.

Wertvolle Hilfe für die Patienten

Für Seniorenheime erledigt das Apothekerehepaar Wirth das Blistern schon seit gut 15 Jahren. Die Einrichtungen wollten diese Leistung auslagern und das Pflegepersonal entlasten. Apotheker sind Fachleute für Arzneimittel, also war es naheliegend, diesen Service anzubieten. Für das Blistern gibt es sehr hohe hygienische Anforderungen. Ein separater, abschließbarer Raum muss dafür vorhanden sein, die Apotheker haben eine Zusatzausbildung und eine besondere Software verwaltet alle notwendigen Patienten- und Medikationsinformationen. Jeder Blister wird manuell befüllt und ist individuell beschriftet. So sind z. B. die Arzneimittel genau aufgeführt nach Art, Dosierung, Farbe und Form. Die Apotheken-Blisters sind nicht manipulierbar. Alle zu einem Einnahmezeitpunkt benötigten Pillen befinden sich in einer Vertiefung der Blisterkarte, die nur einzeln geöffnet werden kann. Geht ein Präparat zu Ende, informiert Stephan Wirth die Kunden und die besorgen ein neues Rezept vom Arzt.

Gut zu wissen

Der individuelle Blister aus der Stadt-Apotheke Herzogenaurach ist vor allem für Patienten, die eine Vielzahl von Tabletten einnehmen müssen, eine große Hilfe. Er kostet 2,50 Euro pro Woche und garantiert eine hohe Medikamentensicherheit.





Dr. Andreas Kreutz



Joachim Grumann



Klaus Beck



Barbara Wächter

Gut zu wissen

Im Competence Center Dr. Kreutz schätzen die Patienten vor allem die direkte Verbindung von Diagnose und Therapie, das ganzheitliche Training, die regelmäßige Anpassung der Übungen, das nette kompetente Team und die familiäre Atmosphäre.

Zufriedene Patienten im Competence Center Dr. Kreutz

Direkte Verbindung von Diagnose und Therapie zahlt sich gesundheitlich aus

Jeder Patient bekommt von Dr. Andreas Kreutz ganz individuell seine Therapie zusammengestellt. Der Therapeut erfährt daher genau, welche Übungen mit welcher Sitzposition und welchem Gewicht vorgesehen sind und setzt das Programm in ein hochmodernes, laserkontrolliertes Bewegungsprogramm um. Bei Barbara Wächter gab es gleich mehrere „Baustellen“, vor allem in der Hüfte und der Schulter. Mit Stoßwellen- und manueller Therapie sowie Trainingstherapie konnte ihr geholfen werden. Die Schmerzen sind fast weg. „Es geht mir jetzt deutlich besser. Das ist aber keine Zauberei, sondern ich komme zweimal in der Woche hierher zum Training“, verrät Barbara Wächter. Anfangs kam sie auf Rezept, jetzt hat sie ein Abo abgeschlossen.

„Ein Mann geht nicht zum Arzt“,

sagt Klaus Beck. Und das ist genau das Problem. So werden die Beschwerden verschleppt oder gar chronisch. Klaus Beck bekam vor ein paar Jahren beim Schneeschaukeln plötzlich massive Probleme im Kreuz. Erst drei Monate später, als er vor Schmerzen nicht mehr schlafen konnte, ging er zum Arzt. Dr. Kreutz diagnostizierte eine Blockade im Lendenwirbelbereich aufgrund zu

schwacher Rückenmuskeln und eine schlechte Beweglichkeit in der Hüfte. Für die Physiotherapie stellte er also Übungen zusammen, die die Hüftrotation mobilisieren und gezielt den Aufbau der Stütz Muskulatur fördern. Klaus Beck kommt seitdem regelmäßig zur medizinischen Trainingstherapie und ist jetzt schmerzfrei. Er kann wieder problemlos Treppen steigen, die Einkäufe Tragen und sogar wieder Ski fahren.

Lob geht an das kompetente Team

„Ohne Dr. Kreutz könnte ich heute meine linke Hand nicht mehr bewegen“, ist sich Joachim Grumann sicher. Nach einem Sportunfall und der erforderlichen Operation an der Halswirbelsäule vor 20 Jahren kam es immer wieder zu Lähmungen in der linken Hand. Er wechselte zu Dr. Kreutz und war vor sechs Jahren einer der Ersten am HWS-Gerät. „Am Anfang dachte ich, dass ist Kinderkram, die Gewichte sind doch viel zu leicht für mich.“ Aber jetzt weiß Joachim Grumann, dass sich die Halswirbelsäule erst wieder richtig einstellen musste und nach und nach konnte auch das Gewicht gesteigert werden. Seit Jahren hat er keine Probleme mehr mit der Hand. Damit das so bleibt, kommt er weiter einmal die Woche zum Training.



Susanne Winkelmann



Stressbewältigung mithilfe asiatischer Heilkunst

Wiederherstellung des Energieflusses im Körper

Besucher der Praxis von Susanne Winkelmann werden in freundlichen, hellen Praxisräumen begrüßt. Vom Kind bis zum gestressten Topmanager erstreckt sich die Bandbreite der Menschen, die sie aufsuchen. Die Heilpraktikerin erläutert, dass die Patienten mit unterschiedlichsten Problemen zu ihr kommen. „Ob Schulprobleme, Allergien oder schwerwiegende Krankheiten, am Anfang steht für mich immer die Ursachenfindung. Nur wenn die Ursache einer Krankheit erkannt und gelöst wird, kann der Mensch in die Heilung kommen.“ Um Störungen zu beheben und den Energiefluss wiederherzustellen, werden die ursächlichen Blockaden gelöst, die bereits in der Kindheit entstanden sein können. Deshalb reagieren gerade Kinder auch äußerst schnell auf diese Behandlungsform.

Selbstheilungskräfte werden aktiviert

In intensiven Gesprächen wird nach Auslösern gesucht. Wenn die Blockierungen aufgespürt wurden, ist es mithilfe verschiedener Techniken und Verfahren möglich, sie aufzulösen und dem Körper neue Energie zuzuführen. Die staatlich geprüfte Heilpraktikerin, die

auch Meditationskurse und Seminare anbietet, erklärt, dass dann die Selbstheilungskräfte aktiviert werden und der Körper seine Balance wiedererlangen kann. Dadurch können Beschwerden gelindert werden oder bestenfalls vollkommen verschwinden.

Philippinische Geistheilung als Alternative

Einen breiten Raum in der Vielfalt der Therapiemöglichkeiten nimmt bei der etwas anderen Heilpraktikerin die philippinische Geistheilung ein. Das Besondere an dieser Heilmethode ist, dass es dem Heiler möglich ist, körperliche, geistige und seelische Blockaden aufzuspüren und aufzulösen. Die Heilung mit den Händen besteht aus Handauflegen und aus leichten Massagebewegungen mit einem speziellen Öl. Es war immer ein Traum von Frau Winkelmann, diese über 150 Jahre alte Heilkunst zu erlernen. Nach einem Ausbildungsteil in Deutschland hat sie ihre Weiterbildung vor kurzem auf den Philippinen erfolgreich abgeschlossen, um ihren Patienten diese besondere Form der Behandlung nun auch in Deutschland anbieten zu können.



Gut zu wissen

Am Mittwoch, 11.05.16, findet in den Praxisräumen (Goethestraße 28 in Herzogenaurach) ein Informationsabend statt. Ab 19.30 Uhr beleuchtet Susanne Winkelmann ihre verschiedenen Therapieformen, darunter die philippinische Geistheilung, die Behandlung von Allergien und die Bioresonanztherapie. Um Anmeldung wird gebeten.



ZUMBA Fitness Party Open Air Volume 3



Cintia Körner

Zumba bis zum Abwinken, und das mit neun Zumba-Instruktoren unter der Leitung von Cintia Körner aus dem Zumba-Studio Herzogenaurach: Das verspricht Spaß und gute Laune pur. Am 2. Juli ist es wieder so weit und die große Party startet im Rabatz Herzogenaurach von 17.00 – 20.00 Uhr. Jeder kann mitmachen, ob Anfänger oder Fortgeschrittene; Hauptsache, man hat Spaß am Tanzen, der Musik und viel Bewegung. Das kann ein netter Mädelsabend werden oder eine gute Gelegenheit für Mutter und Tochter, etwas gemeinsam zu machen. Im Zumba-Studio in Herzogenaurach, welches seit April 2010 besteht, werden pro Woche 15 Zumba-Stunden

von vier netten und lustigen Zumba-Instruktoren angeboten. „Der Spaß steht immer im Vordergrund. Denn nur dann bleibt man am Ball und trainiert fleißig“, erklärt uns die Chefin, Cintia Körner. Die Atmosphäre in Studio ist freundlich und ansprechend und im kleinen angeschlossenen Zumba-Shop, der auch bei der Party mit vor Ort sein wird, findet man alles für das perfekte Outfit zum Sport. Der Kartenvorverkauf für die Herzogenauracher Zumba-Party im Juli beginnt am 15. Mai. Für 12,- Euro im Vorverkauf im Zumba-Studio sowie 15,- Euro an der Abendkasse ist man dabei.

Mit Ortho-Bionomy sanft gegen Schmerz und Stress angehen

Die Heilpraktikerin Sabine Gerharz aus Schmiedelberg bietet ihren Patienten diese einfühlsame manuelle Methode an. Die Ortho-Bionomy wurde aus der Osteopathie heraus entwickelt. Kein Griff und keine Bewegung darf als unangenehm oder gar schmerzverstärkend empfunden werden. Der Patient soll sich völlig entspannen und nicht mithelfen. Sabine Gerharz spürt die Verspannungen auf, geht aber nicht mit Kraft dagegen vor, sondern arbeitet mit den Reflex-

punkten und leichten Bewegungen. „Ich arbeite nicht gegen den Körper, vielmehr gibt dieser mir die Richtung vor. Ich begleite und verstärke nur die Bewegung von Muskulatur und Gewebe“, beschreibt Sabine Gerharz ihre Aufgabe. Der Körper selbst soll erkennen, wo die Verspannungen, Schmerzen, Fehlstellungen oder Gelenkbeschwerden herkommen und seine Selbstheilungskräfte aktivieren. Sie werden schnell spüren, wie es den betroffenen Gliedmaßen und Organen besser geht und damit auch Ihnen. Sabine Gerharz arbeitet auch mit Firmen zusammen. Sie behandelt die Mitarbeiter vor Ort erfolgreich gegen deren Beschwerden. Vor allem wer den ganzen Tag am Computer sitzt, ist dankbar für diese Wohltat.



Sabine Gerharz



Petra Schmid



Pure Schönheit durch erlesene Naturkosmetik Petra Schmid ist auf ganzheitlich wirksame Behandlungen für Hautpflege und Gesundheit spezialisiert

Klein, fein und sehr persönlich. Das ist die Devise im auszeit SPA und gilt auch für die Zusammenarbeit mit Firmen. Petra Schmid beschäftigt sich seit mehr als 20 Jahren mit Naturkosmetik, Bioprodukten und Tierschutz. Aus diesem Grund sind ihre Kriterien bei der Produktauswahl sehr streng. Nur Artikel mit natürlichen Inhaltsstoffen und Biopflege dürfen in das Sortiment. In ihren liebevoll eingerichteten Räumen mit Sauna und Wellness-Dusche behandelt sie ausschließlich mit Erzeugnissen der innovativen Naturkosmetikmarken „PHARMOS NATUR Green Luxury“ und „SUSANNE KAUFMANN Organic Treats“. Hier sieht die ausgebildete Naturkosmetikerin und Vegetodynamikerin zu 100 % ihre Vorstellungen von reinen und konsequent wirkungsorientierten Produkten und ganzheitlichen Behandlungskonzepten zur Pflege, Harmonisierung und natürlichen Verjüngung der Haut realisiert.

Natürliches Anti-Aging dank innovativer Naturkosmetik

Neben ganzheitlichen Entschlackungskonzepten ist natürliches Anti-Aging ein Schwerpunkt im auszeit SPA in Weisendorf-Buch. „Oft wird zu spät mit der Anti-Aging-Pflege begonnen“, bedauert Petra Schmid. „Idealerweise sollte Mitte zwanzig damit angefangen werden. Dazu gehört als absolute Pflegebasis eine gründliche Reinigung – morgens und abends.“ Ziel ist, jüngere Haut vor den ersten Zeichen der Hautalterung vorbeugend zu schützen und reife Haut gesund und attraktiv zu halten. Dabei spielt auch die gesunde Ernährung eine wichtige Rolle und wird auf Wunsch in die Beratung integriert.

Kompromisslos natürlich! Konsequent wirkungsorientiert!

Jede Kundin erhält nach einer Behandlung ein optimal auf ihre Haut abgestimmtes Pflegekonzept. „Das kann ich nur, wenn ich die Wirkung jedes Produktes exakt kenne und gezielt auf die Bedürfnisse der Haut abstimmen kann“, verrät Petra Schmid. Die Inhaberin des auszeit Spa - dem kleinen Spa auf dem Lande - bietet ihren Kundinnen und Kunden Produkte und Behandlungen, die die natürliche Schönheit zum Strahlen bringen und Körper, Geist und Seele verwöhnen – ganz im Einklang mit der Natur.

Gut zu wissen

Erleben Sie die Kraft der Natur bei einer Kennenlernbehandlung „PHARMOS NATUR“ oder „SUSANNE KAUFMANN“ für nur 29,00 Euro. Dieser Betrag wird Ihnen bei einem Produktkauf ab 69,00 Euro gutgeschrieben.





Carola Büttner



Bellaventi – Accessoires, Geschenke und Wein

Carola Büttner, ehemalige Besitzerin des „Weinmalig“ aus der Schuhstraße, empfängt uns im ehemaligen Haus des Kunsthandwerks gegenüber dem Rathaus Erlangen. „Mich hat es hierher verschlagen und zusammen mit Susanne Spitz haben wir hier ein ganz neues, innovatives Konzept verwirklicht“, erzählt sie uns. Ihr Wissen und ihre Vorliebe für geistige Getränke erkennt man auch im neuen

Laden. Neben Wein-Spitzenprodukten aus Deutschland, Chile und Argentinien, alles aus kleinen, feinen Keltereien, bietet sie zum Beispiel auch edlen Cognac, direkt importiert vom Château Monitfaud. Den Einfluss von Susanne Spitz merkt man dann vor allem, wenn es um den Bereich der modischen Accessoires geht. Taschen von VOI, Tücher und Schals aus Seide, Merino- und Baum-

wolle, Kuscheljacken der norwegischen Firma Oleana, Schmuck von Coeur de Lion und Uhren von Rolf Cremer. Feines von kleinen, handwerklich fertigten Firmen passt einfach ins Konzept. Mit geschmackvollem Wohninterieur rundet man das Sortiment ab. Ganz aktuell zum Berg gibt es Taschen aus Filz und trendige Ketten zur Trachtenmode.

Kosmetik zum Wohlfühlen

Bei Gabriela Dombos muss man sich einfach wohlfühlen. „Das ist mein Ziel! Meine Kunden sind wie Freunde. Viele kommen schon ganz lange zu mir. Man kennt sich, man vertraut sich und so können die Damen und Herren bei mir wirklich entspannen“, verrät sie uns. Gabriela Dombos lässt sich und ihren Kunden Zeit, es kehrt Ruhe ein, bevor die Behandlung beginnt. Bei den verwendeten Pflegeprodukten setzt sie auf die deutsche Firma Dr. Belter, die im Einklang mit der Natur eigene Produkte entwickelt und herstellt. Wer es gerne etwas opulenter möchte, für den bietet sie mit Keenwell Pflegeprodukten

aus Spanien eine Alternative an. Keenwell bietet Pflegeprodukte auf höchstem Niveau mit großartigem Wirkstoff und Dufterlebnissen. Ergänzt wird das Sortiment mit dekorativer Kosmetik von Karaja aus Italien. Ihre Fähigkeiten im Bereich des Schminkens stellt Gabriela Dombos in der Zusammenarbeit mit Susanne Spitz bei gemeinsamen Modeschauen gerne unter Beweis. Wer Gabriela Dombos Kosmetik zum Wohlfühlen erleben möchte, kann sich einfach einmal mit dem Kennenlernangebot für eine 60-Minuten-Behandlung für 39,90 Euro verwöhnen lassen.



Gabriela Dombos



Augustin Pakanecz



Hören Sie auf Ihren Körper und vertrauen Sie sich selbst Das ist der Ansatz, nach dem Augustin Pakanecz seine Patienten behandelt

Geht man mit Beschwerden zu dem Erlanger Therapeuten, versucht er im Gespräch erst einmal herauszufinden, woher die Schmerzen und Probleme kommen. „Viele Krankheiten entstehen aus Emotionen, wie z. B. Wut, Trauer oder Angst. Durch das Reden darüber kann ich oft schon die ersten Blockaden lösen“, erklärt Augustin Pakanecz. Bevor er die Symptome bekämpfen kann, muss er die wahren Ursachen finden.

Die natürlichen Selbstheilungskräfte aktivieren

Zu seinen Behandlungsmethoden gehören u. a. die Cranio-Sacrale-Körperarbeit, die Tuina-Massage und Qi Gong. Die Tuina-Massage ist eine traditionelle manuelle Therapie der chinesischen Medizin. Sie löst durch eine Vielfalt von Techniken Blocka-

den im Körper, der Energiefluss wird wiederhergestellt und die natürlichen Selbstheilungskräfte werden aktiviert. Die Cranio-Sacrale-Körperarbeit ist eine sanfte, manuelle Behandlungsform, die sich aus der Osteopathie entwickelt hat. Der Therapeut arbeitet mit seinen Händen vorwiegend mit minimalen Zug- oder Druckkräften vor allem im Bereich des Schädels, des Nackens, der Wirbelsäule, des Beckens und der Füße. Dabei werden Verspannungen gelöst und das Immunsystem aktiviert.



Gut zu wissen

LEA prangt groß an der Eingangstür seiner Praxis. LEA steht für „Lebens Energie Aktivieren“. Wer sich für die sanften Behandlungsmethoden von Augustin Pakanecz interessiert, sollte einen Termin ausmachen und mit ihm ins Gespräch kommen. Er entwickelt für Sie eine ganz auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittene, individuelle Therapie.

Alternative Behandlungsmethoden für jedes Alter

Auch junge Mütter mit ihren Babys kommen in die Praxis von Augustin Pakanecz. Nach einer komplizierten Geburt kann es zu schwerwiegenden Beeinträchtigungen sowohl bei der Mutter als auch beim Kind kommen. Die sanfte therapeutische Unterstützung gibt wertvolle Impulse zur Heilung. Aber nicht nur bei komplizierten Geburten profitieren Mutter und Kind von der Cranio-Sacralen-Körperarbeit. Augustin Pakanecz ist über seine eigene Herzkrankheit zu den alternativen Behandlungsmethoden gekommen. Heute geht es ihm hervorragend. Die vielfältigen Möglichkeiten der alternativen Behandlungsmethoden und die eigenen positiven Erfahrungen gibt Augustin Pakanecz nun als Therapeut an seine Patienten weiter.





Emmi Weiss
Heilpraktikerin
Steinweg 7
91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 836 64 18
www.emmi-weiss.de

- Traditionelle chinesische Medizin
- Schmerztherapie
- Akkupunktur
- Massagetherapie



Dr. med. Sabine Lowies-Skapczyk
Michael-Vogel-Straße 1c/EG
91052 Erlangen
Fon 09131 / 616 68 82
www.faltenbehandlung-erlangen.de

Hautverjüngung durch naturidentische Substanzen, wie zum Beispiel Hyaluronsäure und Radiesse® sowie Mesotherapie mit Vitaminen, Mineralien und Spurenelementen.

Kraft der Natur



Apotheke am Markt
Georgios Halkias e.K.
Kirchenplatz 1
91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 34 34
www.herzo-apotheke.de

- Homöopathie
- Schüßler-Salze
- Kostenloser Lieferdienst
- Mit WhatsApp vorbestellen 09132 / 34 34

10% auf Alles

Ausgenommen sind reduzierte Artikel, Sonderartikel, Bücher oder Alkohol. Gilt bei Vorlage des Coupons und nur im Greuther Teeladen. (nur bis 31.05.2016)

Greuther Teeladen
Dutendorfer Straße 5-7
91487 Vestenbergsgreuth
Tel. 09163 / 88555

Greuther Teeladen
Tee • Heilkräuter • Gewürze

10%



Meisterlich in die Zukunft des Garten- und Landschaftsbaus Kreatives Zusammenwirken eines jungen Teams

Ein weiteres Etappenziel ist erreicht. Welker Garten und Baum hat seinen Meister. Inhaber und Geschäftsführer Philipp Welker hat einen der besten Abschlüsse der Meisterschule in Bayern erzielt und wird zukünftig sein gesamtes Wissen verstärkt für seine Kunden einsetzen. Zusammen mit seinem sehr jungen Team und Ehefrau Stefanie, die als Kauffrau während der Meisterausbildung die Aktivitäten der Gartenbaufirma professionell koordinierte, will Gärtnermeister Welker das Spektrum seines Herzogenauracher Unternehmens weiter ausbauen. Aus- und Weiterbildung sind wichtige Themen. „Wir legen Wert auf qualifiziertes Fachpersonal und investieren viel in die Fortbildung“, berichtet der frisch gebackene Meister.

Gemeinsam mit seinen Mitarbeitern versucht Welker ständig, die Arbeitsabläufe innerhalb des Teams zu optimieren. In der familiären Atmosphäre ist die Motivation der Belegschaft riesengroß. So kann sich der Chef, der auch als staatlich geprüfter Wirtschaftler des Handwerks einen hervorragenden Abschluss absolvierte, auf seinen Landschaftsgärtner Andy Werner absolut verlassen, wenn dieser als Bauleiter auf verschiedenen Baustellen fungiert.

Rundum-Service bei der Baustellenabwicklung

Nach Planung und Konzeption, ab nächstem Jahr mit speziellen CAD-Programmen, steht für die Experten von Welker Garten und Baum eine fachmännische Ausführung an erster Stelle. Anspruchsvolle Kunden können mit einer ideenreichen und exzellenten Neuanlage ihrer Privatgärten rechnen. Fachkenntnis der Gartenprofis, aber auch der umfassende Maschinenpark sorgen für eine hochwertige Arbeit. Während und nach Abschluss eines Projekts erkundigt sich Stefanie Welker stets nach der Kundenzufriedenheit.

Neuausrichtung mit vier Fachbereichen

In der Zukunft wird sich Welker Garten und Baum auf vier große Themenschwerpunkte konzentrieren. Neben der Bautechnik ist die Großbaumpflege ein Highlight. Ein als sogenannter European Tree Worker ausgebildeter Mitarbeiter ist Spezialist für die Seilklettertechnik. „Dach- und Fassadenbegrünung wird zukünftig wichtiger werden“, erläutert Philipp Welker. Technik, wie Mähroboter, Lichteffekte und moderne Bewässerungssysteme von namhaften Herstellern runden die nennenswerte Angebotspalette für Grünanlagen ab.



Philipp Welker



Stefanie Welker



Andy Werner

Gut zu wissen

Das Thema Dachbegrünung wird zukünftig noch wichtiger. Neben vielfachem Nutzen kann man sogar Geld sparen. Ein begrüntes Dach kann zur Ausgleichsfläche werden, wenn es um CO2-Belastung, Feinstaubbindung oder Schallminderung geht. Mit Optigrün hat Welker einen professionellen Systempartner an seiner Seite.



Peter Gauch



Balkonpflanzen aus der Regionalgärtnerei Gauch

Mitte Mai, nach den Eisheiligen, ist es endlich so weit und wir können bedenkenlos wieder alle möglichen Balkon- und Gemüsepflanzen nach draußen setzen. „Wir empfehlen, die Eisheiligen abzuwarten. Bei uns kann es immer noch einmal einen Frost geben und dann wären die Pflanzen unwiederbringlich kaputt - und das wäre doch schade“, erklärt uns Peter Gauch, der,

wie jedes Jahr, seine Pflanzen in der Gärtnerei mitten in Herzogenaurach selbst anpflanzt. Hunderte Sorten und Arten warten hier darauf, in unsere Gärten, Balkonen und Terrassen umzuziehen. Geranien, Petunien, Begonien, Fuchsien, Edel- und Fleißiges Lieschen, alles in vielen Farbspielarten und als stehende, hängende und manche als kletternde Variante.

Dazu verschönern diverse Blattpflanzen und Exoten unsere Balkonkästen und Töpfe und zaubern eine Vielfalt an Formen und Farben. Tomaten sind die heimliche Leidenschaft des Gärtners und so wundert es nicht, dass die Auswahl beeindruckend ist. Und wer einen besonderen Hochstamm sucht, wird in der Gärtnerei Gauch sicher auch fündig.

Herzogenaurachs schönster Aussichtspunkt: Café Rømmelt

Die Sonne strahlt und uns alle zieht es wieder nach draußen. Was gibt es Schöneres, als einen Eisbecher, eine Kaffeespezialität mit einem Stück Kuchen vom Meisterbetrieb oder einen kleinen Imbiss im Freien zu genießen? Und dies alles mit Blick auf den Herzogenauracher Marktplatz! An sieben Tagen in der Woche bekommt man auf

der Sonnenterrasse der Bäckerei Rømmelt den tollen Blick zu den leckeren Speisen und Getränken gratis dazu. Im Frühjahr, wenn es manchmal doch noch ein wenig kühl ist, kann man sich in die Kuschedecken einwickeln. Neben der Sonnenterrasse stehen der Café-Garten untern dem lauschigen Nussbaum und der kleine Biergarten hinter

der Mauer zur Verfügung. Da schmeckt dann auch ein leckerer Cocktail zum Feierabend oder ein gutes Glas Bier oder Wein und eine Brotzeit. Übrigens werden auch alle Frühstücksspezialitäten den ganzen Tag über von Susi nach draußen gebracht und können dort genossen werden. Probieren Sie es aus – so beginnt jeder Tag wie ein Sonntag.

Front-Lifting für die Küche bei Prühäuser

Eine neue Küche? Manchmal ist so ein Wunsch aufwendig und teuer. Doch es gibt eine clevere Alternative: Küchen-Lifting. Mit dem neuen Spezialisten für Küchenrenovierung, Herrn Hergenröder, im Küchenstudio Prühäuser lässt sich so ein Projekt fachgerecht umsetzen. Wenn die alte Küche nicht mehr zeitgemäß ist, lohnt sich eine Anfrage beim Lifting-Spezialisten in Röttenbach. Nach Aufmaß erhält der Kunde den Kostenvoranschlag und kann überlegen, ob er für eine neue Küche tief in die Tasche greifen will oder ob man die günstigere Variante der Renovierung wählt. Neben dem Austausch alter Elektrogeräte

durch funktionsoptimierte und energiesparende Neugeräte können Fronten, Griffe und Arbeitsplatten erneuert werden. Sogar die Höhe der Arbeitsflächen kann verändert werden. Innerhalb weniger Tage bekommt eine Küche auf diese Weise ein vollkommen neues Gesicht. Gewohnte Arbeitsabläufe können erhalten werden, wenn es der Kunde wünscht. „Die Ergänzungsmöglichkeiten beim Küchen-Lifting sind vielfältig“, erläutert die Chefin, Frau Prühäuser. Praktische Details, wie zum Beispiel versenkbare Steckdosen, und neuartige Designelemente lassen die Küche zu einem neuen Schmuckstück werden.



Petra Prühäuser

Innovativer Fahrradheckträger bei Betz Werkstatttechnik

Für Geschäftsführerin Ursel Hein-Stöcker gibt es keine Alternative zum Atera Strada Sport: „Dieser Fahrradheckträger ist extrem leicht und ich kann ihn als Frau selbst schnell montieren.“ Er passt auf jede Anhängerkupplung. Auch beladen lässt sich der Fahrradträger gut abklappen, damit Sie bequem an den Kofferraum gelangen. Besonders interessant ist, dass der Atera bei der Familienvergrößerung mitwächst. Die Träger für zwei bzw. drei Fahrräder sind jeweils um eine Schiene für ein weiteres Rad erweiterbar. Sie können die Schienen abklappen und so ein schweres E-Bike bequem draufschieben. Der Fahrradheckträger lässt sich zusammenklappen und passt nach dem Gebrauch sogar in den Kofferraum. Sowohl der Träger als auch die Fahrräder können angeschlossen werden und sind so vor Diebstahl geschützt. Um Schäden am

Lack zu vermeiden, sind die Greifarme gepolstert. 349 Euro kostet der Heckträger für zwei Räder bei Betz Werkstatttechnik in Herzogenaurach. Die Chefin Ursel Hein-Stöcker bietet extra für CHURU-Leser im Mai einen Rabatt von 10 % auf den Atera Fahrradheckträger. Sie können bei Betz auch eine Dachbox mieten. Auf geht's in den Urlaub.



Online-Marktplatz für Erlangen

Gemeinsam mit dem Innovativunternehmen bewegtbild+ aus Erlangen realisiert das City-Management derzeit eine zentrale Internetplattform für Erlanger Einzelhändler, Dienstleister, Gastronomen und Veranstalter. Unterstützt wird das Projekt zum Teil aus dem Landesförderprogramm der „Aktiven Zentren“. Vor allem der Einzelhandel soll sich das Internet mit der Geschäftsidee „Unitcity“ auf eine neue Art und Weise zunutze machen. „Weit über die einfache Listung von Kontaktdaten und Branchenzugehörigkeit soll die Plattform virtuelle Ladenbesuche ermöglichen, sprechende Produkte präsentieren und viele weitere Features bereitstellen. Technisch ist so einiges möglich“, erzählt Christian Frank, Geschäftsführer des City-Managements Erlangen. Das Projekt soll im Laufe des Jahres Hand in Hand mit der kostenlosen WLAN-Abdeckung im Innenstadtbereich, wie zuletzt berichtet in der CHURU-Ausgabe April 2016, verknüpft werden und vor allem den Einzelhan-



v. l. n. r.: Christian Frank (Geschäftsführer City-Management Erlangen), Christian Manhart und Herbert Galster (bewegtbild+)

del im Wettstreit mit den großen Online-Versandhäusern unterstützen. Wir drücken die Daumen und freuen uns, wenn viele der Geschäfte der Erlanger Altstadt davon profitieren können!

DER Reisebüro Erlangen – Wünsche werden Reise

„Mit unseren 500 Reisebüros in Deutschland und über 2.000 Reiseexperten sind wir der größte Vertriebskanal für Reisen in Deutschland“, berichtet uns Verkaufsleiter Hilmar Heubeck bei unserem Besuch eines der zwei DER Reisebüros allein in Erlangen. Und das hat Vorteile! Der zu REWE gehörende Konzern setzt konsequent auf die Beratung und das Wissen vor Ort und im Internet. So stel-

len alle Reiseexperten auf der Homepage Reiseberichte ein, auf die Kunden und Mitarbeiter zugreifen können und so Infos direkt und aus erster Hand erhalten. Der Kunde kann die Beratung vor Ort wählen oder auch im Internet. Auch die Buchung kann vor Ort oder über die Homepage erfolgen. Trotzdem verzichtet er nicht auf die individuelle Beratung und Betreuung der Reisexperten in den Fili-

alen. Garantiert wird zudem, dass es keine Preisunterschiede gibt, egal wo gebucht wird. Neben den konzerneigenen Reiseanbietern, wie DERTOUR, Meier's Weltreisen, ITS, Jahn Reisen und ADAC Reisen sowie den Hotelketten, wie LTI oder den Clubhotels von Calimera, bieten die DER Reisebüros natürlich auch alle anderen Anbieter von Reisen an.



Hilmar Heubeck



Macaron – 23 Gründe zum Schwachwerden

Mohnblüte, Zitrone-Ingwer, Café oder Erdbeerjoghurt: Wenn Ihnen allein jetzt schon das Wasser im Mund zusammenläuft, dann sind Sie bei Macaron in Erlangen richtig. Über 20 Sorten Macarons, diese sagenhaft leckeren kleinen Gebäcke aus Frankreich, bieten die Schwestern Birte und Katrin Kokocinski täglich frisch in ihrem kleinen Laden in der Friedrichstraße in Erlangen an. Im 2010 gegründeten Geschäft erfreut sich diese Baisergebäckleckerei aus Mandelmehl und verschiedenen Buttercremefüllungen so großer Beliebtheit, dass inzwischen ein zweiter Laden in Nürnberg dazugekommen ist. Die französischen Spezialitäten beziehen die Schwestern direkt aus Frankreich vom berühmten Pâtissier Fabrice Gilotte aus Dijon, der die Macarons handwerklich in einem mittelständischen Unternehmen herstellt. Die Ware kommt tiefgefroren an und wird in einem aufwendigen Prozess über anderthalb Tage aufgetaut,

so dass die Konsistenz und der Geschmack optimal sind. Macraons sind glutenfrei, die Aromen natürlich; nur bei den typischen Farben wird mit Lebensmittelfarbe nachgeholfen.



Orthopädie und Schuhtechnik Gerhard Lang

Seit über 20 Jahren setzt Gerhard Lang, Orthopädienschuhmachermeister aus Leidenschaft, sein Wissen für seine Kunden ein. In der Heuwaagstraße bietet er neben Einlagen, Schuhanpassungen, Schuhreparaturen und Kompressionsstrümpfen ein modisches und hochwertiges Sortiment an bequemen Schuhen für Damen und Herren an. „Ich führe Schuhmarken aus Deutschland und Österreich, bei denen ich garantieren kann, dass sie schick, funktionell und langlebig sind. Finn Comfort, Hartjes, Waldläufer und Florett werden zudem in den jeweiligen Ländern produziert“, erzählt uns der Chef und Fachmann. Er empfiehlt, dass Schuhe aus Leder immer noch die beste Wahl sind und man beim Material darauf achten sollte, wo die Ware herkommt und produziert wird. „Es ist gar nichts gegen High Heels hin und wieder einzuwenden. Aber bitte wechseln und auch wieder bequeme und

unterstützende Schuhe anziehen und gerade dabei auf Qualität achten“, berät er uns weiter. „Damit tun sie Ihren Füßen etwas Gutes und die werden es Ihnen danken.“





Norbert Erhardt

Mit Herzo-Taxi schnell und sicher ans Ziel

Norbert Erhardt und seine Fahrer bringen Sie rund um die Uhr wohin Sie wollen

Seit über 30 Jahren betreibt Norbert Erhardt sein Taxi-Unternehmen in Herzogenaurach. Mit einem Wagen hat er 1983 angefangen. Jetzt helfen ihm fünf Ortskundige, geschulte, freundliche Fahrer dabei, Sie, wann immer und wohin Sie in Deutschland auch möchten, befördern zu können. Drei bequeme Fahrzeuge, eine Mercedes E-Klasse, einen Mercedes Vito und einen VW Touran, hat Herzo-Taxi dafür im Fuhrpark. Natürlich mit Klimaanlage und als Nichtraucher taxis. In allen Wagen von Norbert Erhardt können Sie auch mit Kreditkarte zahlen. Die Fahrer verfügen über Englischkenntnisse. Pünktlichkeit, Zuverlässigkeit und Diskretion ist die Maxime von Herzo-Taxi.

Abrechnung erledigt

Norbert Erhardt für Sie

Wenn Sie zum Arzt müssen, ins Krankenhaus, zur Kur oder gar zur Chemotherapie, die Fahrer von Herzo-Taxi holen Sie an der Haustür ab, helfen Ihnen die Treppe herunter, tragen Ihre Taschen. „Sie sollen nicht noch mehr

Stress haben als nötig und bequem an Ihr Ziel kommen“, unterstreicht Norbert Erhardt. Der persönliche Kontakt zum Kunden ist ihm wichtig. Der Chef von Herzo-Taxi rechnet für Sie die Krankenfahrten mit allen gesetzlichen Krankenkassen ab. Das erspart Ihnen Zeit und Bürokratie. Auch Kurierfahrten mit eiligen Sendungen europaweit bietet das Herzogenauracher Unternehmen an.

Im Großraumtaxi

gefahrlos nach der Party nach Hause

Sie wollen mit Freunden feiern, etwas trinken und anschließend lieber doch nicht betrunken nach Hause fahren? Gute Entscheidung! Der Mercedes Vito kann eine Gruppe von bis zu acht Leuten mitnehmen. Auch junge Leute können sich so zu acht die Discofahrt mit dem Großraumtaxi leisten. Eine Fahrt von Herzogenaurach zur Bergkirchweih z. B. kostet ca. 30,00 Euro - geteilt durch acht bezahlt jeder nicht einmal 4,00 Euro. Ein fairer Preis für eine

sichere Fahrt nach der Gaudi. Das Taxameter läuft immer mit. Die Preise sind offen und transparent. Die Grundgebühr liegt derzeit bei 3,40 Euro. Der Kilometerpreis bei 1,90 Euro. Egal, ob zur Erlanger Bergkirchweih, dem Forchheimer Annafest oder dem Münchner Oktoberfest, Herzo-Taxi bringt Sie schnell hin und zuverlässig wieder nach Hause.

Gut zu wissen

Mit Herzo-Taxi kommen Sie stressfrei in den Urlaub. Die Fahrer bringen Sie pünktlich zum Bahnhof oder Flughafen, egal ob Nürnberg, Frankfurt oder München, und holen Sie auch dort nach dem Urlaub wieder ab. Ins Großraumtaxi passen sogar acht Personen.



Patrick und Walter Mair



Zum Traumbad mit Mair Haustechnik

Eröffnung der Bäderausstellung am Samstag, 14. Mai 2016

Ein kleiner, aber feiner Überblick erwartet den Besucher. Das Familienunternehmen aus dem Aurachtal hat jetzt alles vor Ort, was der Kunde zur Planung seines Traumbades braucht. Sie können z. B. aus zahlreichen Armaturen von namhaften Herstellern auswählen, vom Basismodell bis zum Designobjekt. Der Spülknopf, oder wie es in der Fachsprache heißt: die WC-Betätigungsplatte, sieht in Glas, Edelstahl oder verspiegelt nicht nur stylisch aus, sondern kann auch mehr, als man ihm auf den ersten Blick ansieht. Vom berührungslosen Spülen über Farbspiele bis zu echten innovativen Funktionen, wie einer integrierten Geruchsabsaugung oder dem versteckten Einwurfschacht für Reinigungstabs, bleiben beim Thema Spülung keine Wünsche mehr offen.

Badplanung jetzt auch

professionell in 3D

Der Entwurf Ihres Badezimmers wird mit einem neuen Angebot von Walter Mair kinderleicht. In 3D gestalten Sie gemeinsam Ihr Traumbad. Sie können alle Elemente, wie Badewanne, Du-

sche, WC und Waschbecken an der gewünschten Stelle positionieren, die Farbe auswählen, alles beliebig verändern und in verschiedenen Raumanrichten die beste Variante für Ihr Bad, Ihren Geschmack und Ihren Geldbeutel herausfinden. „Damit Sie an Ihrem Bad länger Freude haben, sollten Sie eine Entkalkungsanlage zur Wasseraufbereitung unbedingt mit einplanen“, empfiehlt Walter Mair. Diese ist nicht sehr groß und wird üblicherweise direkt hinter der Wasseruhr eingebaut.

Ein großer Trend sind

barrierefreie Bäder

Badewannen mit einem niedrigen Einstieg oder in der Höhe flexibel verstellbare Toiletten machen das Leben einfacher. Bodengleiche Duschen, mit oder ohne Glasabtrennung, lassen Ihre neue Wellnessoase freundlicher und größer erscheinen. So ein Umbau ist allerdings nicht ganz billig. Wussten Sie, dass Ihr barrierefreies Badezimmer von der KfW-Bank gefördert wird und auch die Kranken- und Pflegekassen Zuschüsse gewähren?

Beratung, Planung,

Installation und Wartung

aus einer Hand

Das bietet Walter Mair seinen Kunden. Mit sechs Mitarbeitern ist seine Firma auch im Heizungsbau, der thermischen Solarenergie, bei Wärmepumpen, der Rohrreinigung und der Betreuung und Wartung von Bestandsanlagen tätig. Für diese Arbeiten sucht er noch qualifizierte Anlagenmechaniker und Elektriker.

Gut zu wissen

Mair Haustechnik lädt am 14. Mai zur Hausmesse ein. Namhafte Hersteller wie Judo, Viessmann, Weishaupt, Vailant und Geberit stehen für Fragen und Beratung zur Verfügung.





Adolfo Rosapepe und Gustav Däumler

Gut zu wissen

Alle CHURU-Leser erhalten bei der Frankengarage in Erlangen einen markenunabhängigen 16-Punkte-Sicherheits-Check für ihr Auto. Während die Werkstatt das Fahrzeug auf Mängel prüft, hat der Kunde die Möglichkeit, bei einer Probefahrt Hybrid zu testen und zu erleben.



Janina Seidl



Dynamik und Leistung bei den neuen Hybridfahrzeugen

Mit dem Toyota-Autohaus Frankengarage zur umweltfreundlichen Mobilität

Seit 1969 ist Toyota aktiv bei der Weiterentwicklung alternativer Antriebe und nachhaltiger Mobilität. Mit der Einführung der Hybridtechnik 1997 hatte man nicht nur Maßstäbe gesetzt, sondern auch eine Initialzündung für die Elektrifizierung automobiler Antriebstechnik geliefert. Mittlerweile werden Modelle vom Kleinwagen bis zum SUV damit ausgerüstet. „Toyota ist mit seiner innovativen Technologie Vorreiter in Sachen Umweltfreundlichkeit und Sparsamkeit“, so erzählen Julia Schuster aus der Marketingabteilung und Benito Stolpe, Center Manager in der Frankengarage Erlangen. Immer mehr Privatleute, aber auch Gewerbetreibende, wie Taxiunternehmer oder Pflegedienste, nutzen die Vorteile eines Hybridfahrzeugs: keine Abhängigkeit von einer Steckdose, günstiger und praxisorientierter bei den

oft kurzen Fahrten. Die Hybridbatterie, die sich ähnlich einem Fahrraddynamo wieder auflädt, steuert sogar Klimaanlage oder Heizung. Aufgrund vieler Neu- und Weiterentwicklungen konnte auch der Spritverbrauch, und damit die umweltschädlichen Emissionen, gesenkt werden. Testen Sie eines der sieben Hybridmodelle bei einer Probefahrt während der Reparatur oder eines Servicetermins in der Frankengarage.

Fahrspaß mit neuen Toyota Hybridmodellen

Seit Jahresbeginn ist mit dem RAV4 das erste Hybridfahrzeug in der SUV-Klasse beim Erlanger Vertragshändler zu haben. Trotz seiner 200 PS und einer entsprechenden Dynamik

ist er ausgesprochen umweltfreundlich. Gustav Däumler und sein Kollege Adolfo Rosapepe, beide seit langem Verkaufsprofis bei der Frankengarage, informieren Interessierte gern über die Neuerungen des RAV 4 mit seiner Kombination aus Innovation, Komfort und Leistung. Auch mit dem völlig überarbeiteten Prius bietet Toyota ein Hybridfahrzeug an, bei dem Fahrdynamik und Effizienz so verbessert wurden, dass dem Fahrspaß nichts mehr im Wege steht. Der Toyota Hybridantrieb setzt in jeder Fahrsituation den optimalen Antrieb ein und regelt das Umschalten zwischen Elektro- und Benzinmotor automatisch. Eine individuelle Anpassung an die jeweilige Verkehrssituation mit Spartaste oder einem Powermodus ist jederzeit wählbar.

Serviceberatung für alle

Toyota punktet mit langen Lebenszeiten der Autos. Wenn Sie Ihren Service in der Frankengarage, der Werkstatt für alle Marken und Modelle, durchführen lassen, ist Janina Seidl Ihre Ansprechpartnerin. Die zertifizierte Serviceberaterin zeigt, dass sie mit ihrem Know-how den Männern in nichts nachsteht und erläutert den Kunden freundlich den Mangel. Vor allem weibliche Kunden sind dankbar, wenn etwa technische Fakten verständlich erklärt werden. Die Kosten einer Schadensbehebung sind so einfach nachvollziehbar. „Wir bieten Neu- und Gebrauchtwagen, Service, Teile und Zubehör für Toyota und Lexus“, fasst Benito Stolpe das umfangreiche Programm der Erlanger Niederlassung der Frankengarage zusammen. „Auch für den gewerblichen Bereich haben wir einen individuellen Rundum-Service, individuell und je nach Bedarf“, rundet er die Ausführungen ab.

Alle Automarken willkommen in der Frankengarage

Beim Erlanger Autohändler Frankengarage können Autobesitzer nicht nur die Hybridmodelle Probe fahren.

Die Erlanger Frankengarage bietet umfassenden Service für alle Autobesitzer. Als AutoFit-Partner können alle Kraftfahrzeuge, unabhängig von Marke und Modell, repariert werden. Direkt nebenan ist die KÜS-Prüfstelle KUBA. Somit ist täglich eine Haupt- (HU) und Abgasuntersuchung möglich.





Schreinermeister Marco Aures
Kellergasse 9d
91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 835 69 16
www.schreinermeister-aures.de

„Bei uns finden Sie zu jedem Tier den passenden Boden.“

Reformhaus

Reformhaus Dorweiler
Ursula Dorweiler
Hauptstrasse 20
91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 73 55 45
www.reformhausdorweiler.de

Schwarzkümmelöl für den hochwirksamen natürlichen Zeckenschutz Ihres Tiers



VORWERK Sie haben die Putzigen, wir die Reinlichen:
Spezial Sets für Hunde und Katzen,
speziell für Tierhaushalte

Manfred Süß, Fon 0172 / 452 45 11
Obermichelbach, Großenseebach, Heßdorf,
Niederndorf, Lohhof, Herzogenaurach




Silke Stumpe, Fon 0176 / 23 75 71 29
Dechsendorf, Möhrendorf, Gremsdorf



Dr. Matthias Wingfeld
Kleintierpraxis
Erlanger Straße 5
91341 Röttenbach
Fon 09195 / 921 76 19
www.kleintierpraxis-roettenbach.de

**Willkommen in unserer modernen
und freundlichen Kleintierpraxis -
die Gesundheit Ihrer Tiere liegt uns am Herzen!**



**Moderne Tiermedizin mit Herz und Verstand –
das Beste für Ihre Lieblinge**

Ohmstr. 3
91074 Herzogenaurach
www.tierarzt-wingess.de

**Terminsprechstunden
Fon 09132 / 400 00**

**Tierarztpraxis
Dr. Thomas Wingess**



Nur das Beste für uns



Christian Engelmann
Fon 0160 / 97 31 18 80
www.hundegaertner.de/service/veranstaltungen

**Ich biete qualifizierte
HundeErziehungsBeratung**
Einzelstunden, Workshops, Stammtisch,
Themenabende, u.v.m.

Für das Wochenendseminar mit Jan Nijboer
am 25./26.06.2016 sind noch passive Plätze frei!



**Wir führen ein Vollsortiment an
Tiernahrung und Zubehör
für alle Tiere und beraten Sie gerne.**

**Frei Haus Lieferung,
ab 50,- Euro kostenlos!**

Daimler Str. 4
91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 45 07
www.landfuxx-willert.de

**LANDFUXX
WILLERT**



Martina Söte
Schmiedgasse 1
91086 Aurachtal – Falkendorf
Fon 0151 / 41 93 56 84
www.dogsandwater.de

PRÄVENTION - REHABILITATION - SCHMERZLINDERUNG
**Physiotherapie für Ihren Hund bei Schmerzen,
Kreuzbandriss, Hüft dysplasie, Arthrosen & mehr.**
Mit Unterwasserlaufband und (in Kürze) Innenpool.



Lucky Move Hundephysiotherapie
Dagmar Zeitner
Bunsenstr. 33
91058 Erlangen
Fon: 0172 / 585 21 00
www.lucky-move.de

**„Gemeinsam
für mehr Lebensqualität“**

**LUCKY MOVE
HUNDEPHYSIOTHERAPIE**

mstore

Mstore GmbH & Co. KG
Heusteg 3
91056 Erlangen – Dechsendorf
Fon 09131 / 612 04 08
www.mstore-hygiene.de

- Spezialsauger für Tierhaare
- Pramador – Geruchstopp für Vierbeiner
- Beratung zum Thema „professionelle Reinigung“

So wird's g'macht

Gefüllte Crêpes mit Räucherlachs

Zutaten:

200 g Mehl
300 ml Milch
2 Eier
1 TL Kurkuma
Salz
2 EL Öl
Kleiner Kopf Eisbergsalat
8 Cocktailtomaten
1 rote Chili
400 g geräucherter Lachs
1 Zitrone
1 Kästchen Kresse
1 Avocado
Pfeffer

Das Mehl mit Milch, Eiern, Kurkuma und Salz zu einem glatten Teig verrühren. Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, aus dem Teig darin nacheinander 4 Crêpes backen und beiseitestellen.

Den Eisbergsalat putzen, waschen, trocknen und in mundgerechte Stücke zupfen. Die Cocktailtomaten waschen, vierteln. Die Chilischote längs halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Den Lachs in kleine Stücke schneiden. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Die Kresse vom Beet schneiden.

Die Avocado halbieren und den Kern entfernen, das Fruchtfleisch mit dem Löffel aus den Schalen lösen und klein schneiden. Avocadofleisch, Zitronensaft, Tomaten und Chili mit einer Gabel zerdrücken und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Crêpes mit der Avocadomischung bestreichen, den Räucherlachs und den Salat darauf verteilen, die Kresse darüberstreuen und die Crêpes vorsichtig aufrollen. Die gefüllten Crêpes mit einem scharfen Messer schräg schneiden.

Tipp: Damit sich das Avocadofleisch nicht bräunlich verfärbt, sofort mit Zitronensaft beträufeln. Sie können auch statt Crêpes Weizentortillas (gibst es fertig zu kaufen) verwenden.



Spruchketten senden Botschaften, die ein Lächeln auf die Lippen zaubern

Sprüche für jede Lebenslage sind unter einem Glas-Cabochon angebracht. Die nickelfreie Kette hat eine Länge von 80 cm.

Die Schmuckstücke werden in Wien entworfen und designed und von Hand gefertigt.

Haus der kleinen Geschenke, Cornelia Schepp, Weisendorferstr. 2a, 91056 Erlangen-Dechsendorf,
Fon 09135 / 39 21, www.haus-der-kleinen-Geschenke.de



Endlich wieder da – die leckere Erdbeerzeit

Erdbeerkuchen gefüllt mit Sahne und Pudding, Erdbeer-Sahne-Roulade, Erdbeerschnitte oder der Erdbeerbecher.
Bei Polster ist wieder Erdbeerzeit.

Ab sofort in den Filialen Ohmstraße 4 – Herzogenaurach/Nord
und Haundorfer Straße 24 in Herzogenaurach/Haundorf,
weitere Infos unter www.baeckerei-polster.de



Intensiv-Heilpraktikerausbildungen

in 6 oder 12 Monaten
(Einstieg jederzeit möglich).
Kostenloser Probeunterricht.
Lernen in Kleingruppen
von max. 8 Personen.
Kosten: 175 € / Monat

meWi-Heilpraktikerschule
Ilona Michalak
Steinstr. 1
91086 Münchaurach
Fon 09132 / 74 13 13
www.heilpraktikerausbildung-franken.de



Automatten in 40 Farben

Die hochwertigen und robusten Matten mit Kaschmir-Ziegenhaar sind für alle Autotypen lieferbar. Umlaufend gekettelt, mit rutschsicherem Rücken und Original-Befestigungspunkten.
Entdeckt bei

Raumausstattung Drebing, Hauptstraße 44, 91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 46 44, www.drebing.de



Ich bin wieder da

und aus der Babypause zurück!

Ab sofort nehme ich gerne wieder Ihre Aufträge für die individuelle Anfertigung Ihrer Garderobe an:
Abendmode - Hochzeit – Business.

Kaybe modedesign
Katrin Gebhard
Zweifelsheimer Str. 22
91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 720 89 40
www.kaybe.net



Jetzt ist Pflanzzeit: 30 Fliedersorten

Auf 10.000 qm Ausstellungsfläche finden Sie bei uns allein 30 Fliedersorten in vielen Farben, Wuchsformen und Größen. Bei uns stimmt die Qualität.
Mein Garten - gut für mich, gut für die Natur.

Baumschule Michael Popp
Fliederweg 11
90617 Puschendorf
Fon 09101 / 21 21
www.baumschule-popp.de



KfW- Förderung für Sicherungseinrichtungen (Alarmanlagen, Licht, Mechanik)

Denken Sie bei der Haussanierung und Renovierung auch an Ihre Sicherheit. Nicht nur Fenster und Türen, sondern auch Alarmanlagen, Sicherungseinrichtungen und Beleuchtungen sind über die KfW förderfähig. Vereinbaren Sie noch heute einen kostenlosen Sicherheitscheck und lassen Sie sich vom Experten beraten.

SicherheitsService Herzogenaurach, Benjamin Jung
Rathgeberstr. 24a, 91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 732 08 97, www.sicherheit-herzo.de



Wo ein Q ist, ist auch ein Weg

Sein progressives und sportliches Design macht den Audi Q3 zu einem echten Hingucker und unterstreicht seinen markanten SUV-Charakter.

AUDI Zentrum Fürth
Autohaus Wilhelm Graf GmbH
Schwabacher Straße 333
90763 Fürth
Fon 0911 / 99 71 60 – 0
www.audi-zentrum-fuerth.de



Finden Sie die 7 Fehler in unserem Fehlerbild...

und nehmen Sie an unserem
Gewinnspiel teil.

**Welcher deutsche Spieler der Fußball-
Nationalmannschaft spielt beim BVB
und wird von PUMA ausgerüstet?**

Schicken Sie die richtige
Antwort bis zum 1. Juni 2016
mit einer Postkarte an die
CHURU-Redaktion
Hintere Gasse 11,
91074 Herzogenaurach
oder per E-Mail an info@churu.de
Bitte Absender nicht vergessen!

**Gewinnen Sie 5x den Ball
EVOPOWER GRAPHIC 3**



Teilnahmebedingungen:
Mindestalter 18 Jahre.
Rechtsweg ausgeschlossen
Vorsicht: Gewinnspiele
können süchtig machen!!!

Gewinner aus der CHURU 22

Jeweils einen Einkaufsgutschein im
Wert von je 25 Euro von monamiKIDS
Erlangen haben gewonnen:
Veronika Gebhard aus Erlangen
Benjamin Kohlbauer aus Puschendorf
Herbert Schmidt aus Obermichelbach
Doreen Lindner aus Herzogenaurach
Christina Friesner aus Herzogenaurach



Original



Fehlerbild



Machen Sie mit: Senden Sie uns Ihre Schnappschüsse und Fotos an die
CHURU-Reaktion: info@churu.de
Eine Auswahl daraus veröffentlichen wir jeden Monat in dieser Rubrik.



Julie-Valerie Büniger



Klaus-Jürgen Schulz



Claudia Haag



Helmut Fischer

REGIONAL beschäftigt CHURU

Austräger gesucht!

Büchenbach (Teilgebiet Altstadt), Dechsendorf (Teilgebiet),
Falkendorf und diverse Ortsteile von Heßdorf

Wir engagieren gerne Schüler, Hausfrauen oder Rentner,
die einen Nebenverdienst suchen!

Interesse? Dann kontaktieren Sie unseren Ansprechpartner
Herrn Christian Kindler unter
Fon 09132 / 73 45 32 oder Mail: ck@churu.de

Wir suchen ab sofort

Friseur/in City Hair

ganztags.

Rathgeberstraße 43c

Herzogenaurach

Telefon: 09132 / 6 39 03

www.gm-cityhair.de

Interessiert?

Dann bewirb dich bei:



Johann's
à la carte Restaurant

Für die Neueröffnung unseres Restaurant Johann's suchen wir
zum nächstmöglichen Termin:

Sous-Chef & Jungkoch (m/w) in Vollzeit Restaurantfachkraft (m/w) in Vollzeit

Wir bieten Ihnen:

- geregelte und familienfreundliche Arbeitszeiten
(Öffnungszeiten So 11:00 - 22:00 Uhr, Mo-Do ab 17:00 Uhr)
- ein angenehmes Betriebsklima
- eine faire Bezahlung und Zusatzleistungen

Haben Sie Hunger auf etwas Neues?

Weitere Informationen finden Sie online unter

www.schloss-atzelsberg.de/unser-team/karriere.



Schloss Atzelsberg

Atzelsberg 1 · 91080 Marloffstein

Tel.: 09131 87950 · Fax: 09131 879599

Email: kontakt@schloss-atzelsberg.de

www.schloss-atzelsberg.de

PHYSIOTEAM Puschendorf

Ab sofort steht Ihnen im Physioteam Puschendorf
ein erweitertes Kursprogramm zu Verfügung.

Es umfasst neben dem klassischen Angebot einer
Praxis für Physiotherapie jetzt auch

- Rehasport
- Smovey Fitness/Outdoor
- Laufkurse
- Bodyworkout

Weitere Informationen zu unseren Angeboten und
der Anmeldung finden Sie auf unserer Homepage

www.physioteam-puschendorf.de

Wir freuen uns auf Sie!

Konferenzstr. 4 90617 Puschendorf Tel: 09101 / 9741

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir
einen Physiotherapeuten/in

Unser Team ist ganzjährig beschäftigt und
ab sofort suchen wir in Vollzeit zuverlässige
Mitarbeiter zur Erweiterung unseres Teams:

Landschaftsgärtner/ Gärtner/ Gartenhelfer (m/w)

Ihr Profil:

- Grundverständnis für Sauberkeit und Ordnung
- Erfahrung in der Grünanlagenpflege
- Führerschein der Klasse 3 oder B
- Flexibilität und Teamfähigkeit

Wir bieten:

- Tarifliche Bezahlung je nach Qualifikation
zwischen LG 1 und LG 6
- Sozialversicherungspflichtige Beschäftigung
- Abwechslungsreichen Arbeitsplatz mit modernen
und neuen Gerätschaften

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben,
freuen wir uns auf Ihre schriftliche Bewerbung.

KINDLER Gebäudereinigung GmbH

Angelina Ferreira

Hintere Gasse 11

91074 Herzogenaurach

Telefon 09132 / 83 66 1-0

info@kindler-reinigung.de

www.kindler-reinigung.de

facebook.com/kindler.reinigung



Ihr Glückskäfer für das neue Jahr.



Feser Preisvorteil
6.364 €¹

www.feser-graf.de

Beetle Cabriolet 1.2 TSI 77 kW (105 PS) 6-Gang

Kraftstoffverbrauch l/100 km: innerorts 6,6/außerorts 4,6/kombiniert 5,4/
CO₂-Emissionen, g/km: kombiniert 124. **Ausstattung:** Geschwindigkeitsregel-
anlage, Klimaanlage, Lendenwirbelstützen vorn, Mittellarmlehne vorn u. v. m.

UVP: 24.865,- €

Feser Hauspreis: 18.499,- €²

inkl. Erlebnisabholung in
der Autostadt Wolfsburg

¹ Gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung des Herstellers für ein vergleichbar ausgestattetes Modell. Angebot gültig solange der Vorrat reicht.
² Das Angebot gilt nur bei gleichzeitiger Inzahlungnahme Ihres Gebrauchtwagens (ausgenommen Audi, Porsche, SEAT, SKODA) mit mindestens 4 Monaten
Zulassungsdauer auf Ihren Namen. Angebot am Beispiel eines Gebrauchtwagens der Marken Volkswagen Pkw oder Volkswagen Nutzfahrzeuge. Angebots-
preise für Fremdmarken weichen ab. Nähere Informationen erhalten Sie bei uns. Abbildung zeigt Sonderausstattungen gegen Mehrpreis.



Volkswagen

FESER biemann

Feser-Biemann GmbH

Felix-Klein-Str. 71, 91058 Erlangen, Tel. 09131 686-900

Äuß. Nürnberger Str. 41, 91301 Forchheim, Tel. 09191 7282-25

Fürther Str. 12a, 91315 Höchstadt a.d. Aisch, Tel. 09193 50 40-0

Feser-Biemann Herzogenaurach GmbH*

Werner-Heisenberg-Str. 2

91074 Herzogenaurach, Tel. 09132 769-35

*Volkswagen Agentur Erlangen.



Neuer Glanz für Ihr Fahrzeug. Vom Profi - für alle Fabrikate!

Starten Sie frisch ins Frühjahr - wie wäre es z.B. mit einer neuen Fahrzeug-
lackierung oder einer neuen Farbe für Ihre Felgen? Unsere Experten warten
mit einem umfangreichen Leistungsspektrum auf Sie, z.B.:

- Lederaufbereitung und Lederlackierung
- Felgeninstandsetzung und Felgenlackierung
- Scheinwerferlackierung
- Sonderlackierungen aller Art
- Scheibenreparatur und - austausch
- Dellen ausdrücken u.v.m.!



Werkstattstermin
unter:
☎ 09131 794-155

Unser Angebot: Felgenreand lackieren

Wir verleihen Ihren Felgen eine neuen Glanz - ganz gleich, in welcher Wunschfarbe!

ab € 59,-/Stk. 16"



Pickel

Anbieter: Daimler AG, Mercedesstraße 137, 70327 Stuttgart

Partner vor Ort: Autohaus Pickel GmbH & Co. KG, Autorisierter Mercedes-Benz Service und

Vermittlung, Frauenaucher Straße 95, 91056 Erlangen, Tel. 09131 794-0

www.autohaus-pickel.de | [www.facebook.com/autohaus.pickel](https://facebook.com/autohaus.pickel)

REGIONAL beworben



CHURU – Das Schaf

Erhältlich in verschiedenen Farben
zum Abholpreis von **40,00 Euro**
Reformhaus Dorweiler • Hauptstrasse 20 • 91074 Herzogenaurach



Wurzelbehandlung
gefällig?

Schluss mit den Stolperfallen-
mit unserer neuen Wurzelfräse
können wir Baumstümpfe bis
33 cm Tiefe entfernen. Gerne
auch in Ihrem Garten.



Mobil: 0177 86 54 302
Internet: www.steiner-hauswerker.de
facebook: www.facebook.com/steiner.hauswerker

EWALD & RÖDER
STEUERBERATER & RECHTSANWALT

Dr. Ewald Röder
Steuerberater und Rechtsanwalt

Gartenstr. 5 | 91074 Herzogenaurach
Telefon (09132) 767-0 | info@steuerkanzlei-roeder.de
www.steuerkanzlei-roeder.de
Fachberater für Unternehmensnachfolge (DStV e.V.)

91448 EMSKIRCHEN
WALDSTR. 15
TELEFON
09104 575
www.speer-info.de

HOLZ SPEER ELEMENTE METALL

- BALKONGELÄNDER
- HAUSTÜRÜBERDACHUNGEN
- CARPORTS ■ MARKISEN
- ZÄUNE UND TORE
- WINTERGÄRTEN

**TERRASSEN
DÄCHER**
aus
Alu
oder
Holz

Fordern Sie
unseren Prospekt an
oder besuchen Sie
unsere Ausstellung.
Wir beraten Sie
gerne.

K KALLERT
PERFEKTER FLEISCHGENUSS.

FÜRTHER STRASSE 3 / 90617 PUSCHENDORF
T.: 09101/2153 / F.: 09101/536033
www.metzgerei-kallert.de / info@metzgerei-kallert.de

Mo. 7:00 bis 12:30 / Di. - Do. 7:00 bis 12:30 und 14:30 bis 18:00
Fr. 7:00 bis 18:00 / Sa. 7:00 bis 13:00

FLEISCHEREI / DRY AGED BEEF

Die freundliche Familien-Textilreinigung
in Herzogenaurach!

Vollreinigung
Möhrenschlager

Schürstr. 2 • 91074 Herzogenaurach • Tel.: 09132 / 50 29
www.moehrenschlager-reinigung.de

**PASSBILDER &
BEWERBUNGSBILDER**

Sofort
zum Mitnehmen!

RING FOTO MÜLLER
Hauptstraße 15 - 91074 Herzogenaurach
09132 4400 - ringfotomueller.de

KLÖBER

Weltneuheit – Klimastuhl

Der erste ergonomische Bürodrehstuhl mit
Klimafunktion in Sitz und Rücken.

Der Klöber Klimastuhl macht es möglich.
Flexibel, individuell und zu jeder Zeit.

Sitzheizung und Lüftungsfunktion
mit Akkubetrieb.

www.kloeber-klimastuhl.com

Ab 20. Mai 2016 Probesitzen bei BL-office!

BL OFFICE.
arbeiten.wohnen.leben

BL-office GmbH
Dresdener Strasse 5
91058 Erlangen

Telefon (09131) 98 98 4 - 0
Telefax (09131) 98 98 4 - 44
Internet www.bl-office.de

**FLIESEN
TIEFEL**

- Altbausanierung
- Balkon- und Terrassenbeläge
- Natursteinarbeiten
- Fliesenarbeiten aller Art
- Neue Treppenanlagen

FLIESEN-TIEFEL@WEB.DE • WWW.FLIESEN-TIEFEL.DE

Besuchen Sie unsere
exklusive Fliesenausstellung
Mo. / Mi. / Fr., 16.00–19.00 Uhr
und Samstag, 9.00–14.00 Uhr.

- Gewerbeweg 2
- 91086 Münchaurach
- Telefon (0 91 32) 73 68 63
- Telefax (0 91 32) 4 04 31

Frühlings-Energie speichern!

Ihr Partner für erneuerbare Energien
Sonnen PV GmbH
Die Kraft der Sonne
nutzen...

E3 DC
ENERGY STORAGE
ist anders als
andere Systeme dieser Art

Hannberger Weg 13 • 91091 Großenseebach Tel. 09135 7357775

www.sonnen-pv.de

Zukunftsorientiert Bauen!

WIR PLANEN & BAUEN

- ▶ zukunftsorientiert
- ▶ ökologisch
- ▶ schlüsselfertig



Robert Merkel Bau GmbH
 Dorfäcker 6
 91086 Aurachtal-Münchaurach
 Telefon 09132-77 2323
 www.merkel-bau.de

Klima-Service beim Profi

Damit die Innenraumtemperatur in Ihrem Auto immer optimal ausfällt und Pollen sowie unangenehme Gerüche draußen bleiben, kümmern sich die Experten von Bosch Car Service um die Wartung von Klimaanlage und Standheizung.

- Entleeren und Nachfüllen der Anlage mit Kältemittel bzw. Kompressor-Öl
- Dichtheitsprüfung
- Druckprüfung und Funktionstest
- Innenraumfilter austauschen

Jetzt Termin vereinbaren!

Bosch Car Service
 Candirik
 Einsteinstraße 4
 91074 Herzogenaurach
 Fon 09132 / 26 80
 www.Candirik.de

candirik
 KFZ-TECHNIK

Für Ihr Auto tun wir alles.

TRACHTEN-GAUDI

6.-8. Mai
 Live-Musik & Bewirtung im Trachten-Stadl, Modenschau, Gewinnspiel...

8. Mai Muttertag
 12-17 Uhr geöffnet

MURK
 www.murk.de
 96193 Wachenroth
 direkt an der A3 N-Wü

Haustechnik ist mehr als ein Blick in eine Hightec-Waschmaschine!



dirsch
 HAUSTECHNIK
 wärme • wasser • energie

Wir bieten:

- Sanitäre Installation • Elektroinstallation • Kalkschutz
- Komplettbäder-Traumbäder • Photovoltaik-Solarthermie
- Heizungsanlagen • Klima-Kühlung • Gebäudetechnik
- Lichttechnik • Groß- u. Kleingeräte für jeden Haushalt

Einsteinstraße 28 • 91074 Herzogenaurach
 Tel.: 09132 78860 • www.dirsch-haustechnik.de

Baier Rohrreinigung
Rohr- Kanal- Umwelttechnik

Heusteg 1b • 91056 Erlangen
 ☎ 09131 - 49 420 • info@baier-rohrreinigung.de

20 Jahre

24 Stunden Notdienst
Rohr- und Kanalreinigung
TV-Kanalinspektion
Dichtigkeitsprüfung DIN EN1610
Grabenlose Kanalsanierung
Abscheiderentleerung



marstall®
 Premium-Pferdefutter

Ab sofort bei uns im Sortiment



BayWa AG
 Hafenstr. 115
 90768 Fürth

BayWa

Gegen Vorlage dieser Anzeige erhalten Sie
1x MashToGo gratis
 Solange der Vorrat reicht, nur einmalig einlösbar je Kunde

Schlaue Sache!

Sie wollen nicht, dass Ihr Kind sitzen bleibt? Dann entscheiden Sie sich für den **swöppster**, denn der speziell für Grundschüler konzipierte Aktiv-Sitz fördert und fördert ständige Positionswechsel.

- Das hilft, die Konzentration zu verbessern,
- den Rücken zu stärken,
- Haltungsschwächen vorzubeugen.
- Ideal für Hausaufgaben und Lernen.

swöppster®
 Aktiv-Kinder-Drehstuhl



Testen, erleben und mehr erfahren bei:

BL OFFICE.
 arbeiten.wohnen.leben

BL-office GmbH
 Dresdener Straße 5 • 91058 Erlangen
 Telefon: 09131/98984-0 • www.bl-office.de

MACHS MIR LÄNGER!



ECHTHAAR-VERDICHTUNG
AB 110,-€

Dienstag bis Freitag | 10.00 - 19.00 Uhr | Samstag | 9.00 - 14.00 Uhr
Herzogenaurach | Hauptstrasse 14 | 91074 Herzogenaurach | facebook.com/Haarstube
Tel.: 09132 / 4700

Hecker
Heizung & Sanitär GmbH
Herzogenaurach

Öl-, Gas- und Holzheizung
Sanitäre Anlagen Solaranlagen
Wärmepumpen Kundendienst

Blobenstr. 9
91074 Herzogenaurach-Haundorf
Fax 09132 40 10 5

09132-1212

METZGEREI FLEISCHMANN
EINFACH GUT ESSEN.

Regionale Fleisch- und Wurstwaren,
Premiumsteaks, Kulinarisches vom Wild,
Hausgemachte Antipasti, Bioprodukte

Der Beef Spezialist !

Metzgerei Fleischmann
Jürgen Fleischmann
Hauptstrasse 3
91325 Adelsdorf
Tel: 09195 / 92 49 44 -0
www.fleischmann-metzgerei.de

FSZ HERZOGENAURACH
FAHRZEUG || SERVICE || ZENTRUM

Inhaber Oliver Mühl
Gustav-Hertz-Straße 14
91074 Herzogenaurach
Fon 09195 / 99 31 50

Karosserie- und Lackierzentrum
Unfallinstandsetzung von allen Fabrikaten
Felgenreparatur („Wheeldocor-Verfahren“)
Autoglaszentrum

www.fsz-herzogenaurach.de

Qualität und Sicherheit
aus einer Hand

Elektromeister Cantarella –
sicher ist sicher.



Cantarella
ELEKTROMEISTER

Oliver Cantarella
Sternstrasse 4
91074 Herzogenaurach
Fon: 09132 / 73 44 55
Mobil: 0172 / 9 32 60 15
Mail: info@cantarella.de
www.cantarella.de

Audi Service




Steinschläge lassen sich nicht vermeiden. Aber professionell beheben.

Scheiben von Audi Original Teile®.

Ein Steinschlag ist schnell passiert. Aber er ist fast ebenso schnell wieder behoben. Unsere Experten reparieren Ihre Scheibe oder – sollte es erforderlich sein – tauschen sie aus. Kommen Sie deshalb im Schadensfall gleich zu uns. Wir bringen Sie und Ihren Audi so schnell wie möglich wieder auf die Straße.

Windschutzscheiben von Audi Original Teile.
Die hochstabile und passgenaue Windschutzscheibe Ihres Audi gehört zu den tragenden Elementen und stützt u. a. den auslösenden Beifahrer-Airbag ab. Eine optimierte Abstimmung mit den Fahrerassistenzsystemen ist mit der Audi Original Windschutzscheibe selbstverständlich gegeben: durch im Glas integrierte Antennen, Heizungen sowie Fühler für Regensensoren und Temperaturen.

Scheibenreparatur bei Steinschlag.
Durch die gezielte Injektion eines speziellen Kunstharzes in die Schadenstelle können verschiedene Steinschläge repariert werden. Wer den Schaden schnellstmöglich beheben lässt, hat gute Chancen, dass die Reparatur mit bloßem Auge kaum mehr zu sehen ist. Gerne prüfen wir vorab, ob die Anwendung dieses Verfahrens möglich ist.

Bei vielen Kaskoversicherungen:	Ohne Kaskoversicherung:
€ 0,-	€ 72,-**
pro Steinschlag	pro Steinschlag

**** Gültig für alle Audi A2 (Typ 8Z*), Audi A3 (Typ 8L*, 8P*), Audi A4 (Typ 8D*, 8E*), Audi A6 (Typ 4B*) und Audi TT (Typ 8N*, 8J*) mit Erstzulassung bis 31.12.2007. Die Preise für nicht aufgeführte Modelle erhalten Sie auf Anfrage.**

Einfach Termin vereinbaren und wieder klar sehen.

WAS Servicezentrum GmbH

Audi Service
Werner-Heisenberg-Straße. 4, 91074 Herzogenaurach
Tel.: 0 91 32 / 7 69-0
info@was-automobil-service.de

Alle Angaben basieren auf den Merkmalen des deutschen Marktes.

Warum ständig trainieren, wenn 20 Minuten locker reichen?

Keine Zeit fürs Fitnessstudio?

Dann testen Sie das EMS-Training durch die Bodystreet-Methode

BODY STREET

Was ist EMS-Training?
EMS-Training ist ein Elektromuskelstimulationstraining, bei dem die Muskeln mithilfe von Reizstrom stimuliert werden. Die Technologie hat ihren Ursprung in der Astronautik und der Sportmedizin und gewinnt durch die vielen Vorteile immer mehr an Bedeutung!

Welche Vorteile hat EMS und wo wird es angewandt?
Einer der vielen Vorteile des EMS-Trainings ist der enorme Zeitgewinn bei gleichzeitig sehr großen Trainingserfolgen. Weitere Vorteile und Anwendungsbereiche sind unter anderem:

- Kräftigung der Tiefenmuskulatur und gelenkschonendes Training
- Verbesserung der Stabilität und Ausgleich muskulärer Dysbalancen
- Linderung von Rückenschmerzen
- Muskelaufbau nach Operationen
- Steigerung der Leistungsfähigkeit im Sport
- Gewichts- und Fettreduktion

20 Minuten pro Woche sind ausreichend, um **IHRE** Ziele zu verwirklichen.

Durch das Personal Training wird jeder Kunde individuell durch das Fachpersonal betreut und unterstützt. Die Bedürfnisse und Wünsche unserer Kunden stehen immer im Vordergrund, weshalb wir jedes Training an die Kunden anpassen und individuell gestalten. Für eine unverbindliche, persönliche Beratung stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung!

Frühjahrsspecial im Mai: Kostenloses Probetraining im Bodystreet Herzogenaurach!



Vereinbaren Sie einen Termin unter:

Tel.: 09132/7321433
oder
herzogenaurach@bodystreet.com

BODY STREET



Sportstadt Herzogenaurach

Der 1. Fußballclub feiert 2016 sein 100-jähriges Jubiläum

Rund 200 Jahre sind es her, da tat sich in Deutschland Fürchterliches: In Berlin, und kurz darauf in anderen größeren Städten, wagten es junge Männer, sich in freier Natur sportlich zu betätigen, um ihren Körper „zu ertüchtigen“ – und das alles freiwillig und außerhalb des militärischen Drills. An Reckstangen zog man sich empor und über Barrenholme schwang man sich, Rumpfbeugen und Liegestütze trugen ein Übriges zur Er-
tüchtigung bei.

Friedrich Ludwig Jahn hieß „der Ver-
rückte“, der auf der Berliner Hasenhei-
de 1811 die ersten Turngeräte aufstellte
und die deutsche Turnbewegung be-
gründete. Ähnliches tat der Pädagoge
Gutsmuths, der im Unterricht seine Jun-
gen „zur Erholung des Körpers“ über
Wassergräben springen und Wettläufe
durchführen ließ. Beide „Turnväter“ gel-
ten als die Begründer der deutschen
Turn- und Sportbewegung.

1860 fanden sich in Coburg 1000 jun-
ge Männer zum ersten Turnfest zusam-
men. Was andernorts möglich, das war
jungen Männern in Herzogenaurach
recht und billig. 1861 stellte der Wirt im
„Habermeyer'schen Gasthaus“ (heute
Bayerischer Hof) in Herzogenaurach
in seinem Garten und im Tanzsaal die
ersten Turngeräte auf und im März 1861
wurde mit der „Turnerschaft von 1861“
der erste und somit älteste Sportverein
in der Aurachstadt gegründet.

Die Gründung des ersten Fußballclubs Herzogenaurach

In der Folgezeit eroberte von England
aus der Fußballsport die deutsche Ju-
gend. In den Aurachwiesen und am Kö-
nigsplatz (heute Anlagen „am Kreis!“)
kickten nach der Jahrhundertwende
auch in Herzogenaurach junge Männer
und beschlossen, einen eigenen Fuß-
ballverein zu gründen. Am 1. Mai 1916
wurde der „1. Fußballclub Herzogenau-
rach 1916“ aus der Taufe gehoben, so
dass man in diesem Jahr das 100-jähri-
ge Jubiläum feiern kann.

Die ersten offiziellen „Wettspiele“ fan-
den ab 1919 und ab 1921/22 auf dem
vereinseigenen Sportplatz auf der „Lud-
wigshöhe“ statt (Gelände, auf dem heu-
te die evangelische Kirche steht). Hier
wurden außerdem Leichtathletikwett-
kämpfe abgehalten.

Mit Baptist Reinmann, der 1926 zum
Nürnberger Club wechselte, stellte Her-
zogenaurach auch seinen ersten Natio-
nalspieler. Dank seiner Vermittlung ge-
lang es, die Nürnberger Torwartlegende
„Heiner“ Stulfauth als Trainer zu ver-
pflichten. 1928 erwarb man ein neues
größeres Gelände am oberen Weiher-
bach, eben dort, wo der FC heute noch
seine Heimat hat. 36 Pfennige kostete
damals der Quadratmeter!

Erfolgreich in der Bayernliga unter der Förderung von PUMA

Nach dem 2. Weltkrieg begann die Blü-
tezeit des 1. Fußballclubs. 1954 wur-
de man Bayerischer Pokalmeister und
spielte anschließend eine bedeutende
Rolle in der mittelfränkischen Bezirks-
liga. Immer wieder baute man großarti-
ge Nachwuchsspieler in den Kader der
1. Mannschaft ein: „Joe“ Zenger wurde
später mit dem 1. FC Nürnberg Deut-
scher Meister. Benno Schuster kicke
beim 1. FCN und Herbert Ammer spie-
lte jahrelang eine tragende Rolle beim
SSV Reutlingen.

Alle überragt jedoch Rekordnational-
spieler und Weltfußballer Lothar Mat-
thäus, dessen Weg über Mönchenglad-
bach, Bayern München, Mailand und
New York zu mehreren Trainerstationen
ins Ausland führte.

Nach der Förderung durch die Firma
PUMA spielte der 1. FCN unter nam-
haften Trainern einige Jahre in der Bay-
ernliga und schickte sich derzeit an, mit
eigenen Aktiven von der Kreisliga in
die Bezirksliga aufzusteigen. Vielleicht
gelingt das bis zur großen Jahrhundert-
feier des 1. FC Herzogenaurach Mitte
Juni.



Gut zu wissen:

Der RC Herzo organisiert am 19. Juni
im Rahmen des ORTLIEB Mittelfran-
kencups, Deutschlands größte Rad-
veranstaltungsserie, eine Radtouren-
fahrt. In den vergangenen drei Jahren
gingen bei der Herzogenauracher
Großveranstaltung zwischen 1.000
und 1.500 Pedalisten an den Start.
Eine Voranmeldung ist nicht nötig.
Start und Ziel ist das Weiherbach-
Festgelände in Herzogenaurach.



Radeln macht fit

Ausdauer im Sommer und im Winter

Wenn es draußen warm und sonnig ist,
macht Radfahren nicht nur Spaß, son-
dern kurbelt auch die Vitamin-D-Pro-
duktion an. Das Herz wird trainiert und
die Pfunde purzeln, da ist dann auch
der obligatorische Cappuccino samt
Kuchen kein Problem. Im Winter kann
man auf ein Mountainbike umsteigen
und auf der Rolle oder einem Heim-
trainer in die Pedale treten. „Der RC
Herzo bietet Fitnesstraining in der Halle
an, dies als Ausgleich und zur Ergän-
zung“, erzählt uns Pressewart Kristian
Fischer. Radfahren ist gelenkschonend
und kann von kleinen Kindern und Er-
wachsenen bis ins hohe Alter betrieben
werden.

Radsport, vielseitig und abwechslungsreich

Egal, ob beim gemütlichen Tourenfah-
ren, beim schnellen Rennradfahren
oder im Mehrkampf, die Mitglieder
des Radfahrerclubs Herzogenaurach
sind überall dabei und fit. Die Radler
des RCs treten in zahlreichen Rad-
rennen an und sind deutschlandweit

aktiv. Rundstreckenrennen, Bergren-
nen oder auf der Radbahn, Hauptsache
schnell und spektakulär. So z. B.
beim Sachsenring-Radrennen, auf
dem sonst die Moto GP und ADAC
GT Masters stattfinden. Daneben bie-
tet der RC Genuss- und Tourenfahrern



eine Plattform. Die Radwanderabtei-
lung organisiert gemütliche Ausfahrten
um die 30 bis 50 km. Hierbei lässt sich
die nähere Umgebung gut kennenler-
nen. Mit bis zu 300 km langen Fahr-
ten sind die RTF- und Marathonfahrer
deutlich länger unterwegs und erleben
bzw. sehen dabei viel von Bayern und
Deutschland.

Radeln als Mehrkampfbasis

Beim Duathlon und Triathlon hat das
Radfahren zeitlich betrachtet den
größten Anteil, daher profitieren gute
Rennradfahrer bei diesen Ausdauer-
sportarten und treten auch gerne und
erfolgreich bei Mehrkampfveranstal-
tungen an. Jan Heymel ist einer der
sehr aktiven und jungen Fahrer. Beim
VIPA Herzocross kam er auf Platz vier
und verpasste nur knapp das Podium.
Beim Jechnerer Duathlon in Ansbach
(3. April) hat er es dann doch noch aufs
Treppchen geschafft und in der Ge-
samtwertung Platz 3 belegt, in seiner
Altersklasse kam er sogar auf Platz 1.

Mitmachen und tolle Preise gewinnen.

FOTOWETTBEWERB BLICK.PUNKT MENSCH

PREISE IM
GESAMTWERT
VON ÜBER
1500 €

EINSENDE-
SCHLUSS
15.05.2016



Zeig uns Dein beeindruckendes, emotionales oder bewegendes Bild von und mit Menschen und gewinne:

- 1. PREIS:** Olympus OM-D E-M10 im Wert von 599.- € und Titelbild der Juni-Ausgabe vom Churu-Magazin
- 2. PREIS:** Foto-Leinwand 50x60 cm im Wert von 69.99 €
- 3. PREIS:** Fotoblock 50x75 cm im Wert von 64.99 € und weitere attraktive Preise im Gesamtwert von über 1.500.- €

Sende Dein Bild an info@churu.de

**RINGFOTO
MÜLLER**

MEHR ALS
35 JAHRE
RINGFOTO MÜLLER



CHURU
REGIONAL
erleben

Teilnahmebedingung Fotowettbewerb Blickpunkt – April 2016
Durch Einsendung eines oder mehrerer Fotos zur Teilnahme am Fotowettbewerb „Blickpunkt“ im April 2016 akzeptieren wir die folgenden Teilnahmebedingungen:
Die von mir zur Verfügung gestellten Bilder wurden von mir selbst gemacht und sind frei von Rechten Dritter. Die abgebildeten Personen, soweit es sich um lebende Personen handelt, sind mit der Veröffentlichung einverstanden. Ich erkläre hiermit mein Einverständnis, dass das Magazin CHURU diese Bilder unentgeltlich zur Veröffentlichung in einer oder mehreren Ausgaben der CHURU, im Internet, in sozialen Netzwerken, in Prospekten oder in anderen Medien verwenden darf.

CHURU unterwegs Erlanger Frühling, 2. April

Nachdem wir in jeder Ausgabe einige Geschäfte aus der Erlanger Altstadt vorstellen dürfen, waren wir in diesem Jahr auch einmal beim Erlanger Frühling mit präsent. Bei frühlingshaften Temperaturen verteilte unser Team, Ingeborg Peter, Ruthild und Wolfgang Schrepfer, vor monamiKIDS in der Waserturmstraße fleißig CHURU's an Besucher des verkaufsoffenen Sonntags und führte angenehme Gespräche.

Das Interesse war groß und so fanden über 400 Exemplare der CHURU den Weg zu neuen Lesern.



Ausbildungsmesse Landkreis ERH in Herzogenaurach, 9. April

Traditionell ist CHURU auch immer bei der Ausbildungsmesse des Landkreises ERH mit dabei. Vor zwei Jahren starteten wir hier mit CHURU und stellten uns erstmals der Öffentlichkeit vor. Ein Imagefilm wurde damals noch in der Berufsschule gedreht, der heute noch auf unserer Homepage zu bewundern ist.

In diesem Jahr bestand das Team, das in der Dreifachturnhalle am Burgstaller Weg in Herzogenaurach präsent war, aus Sylvia Herenz-Pflugbeil, unserer neuen Redakteurin, die wir in einer der nächsten Ausgaben vorstellen werden

den sowie Ingeborg Peter, Christian Kindler und Ruthild Schrepfer. Wie immer ließen sich die Besucher das leckere Popcorn schmecken und hunderte CHURU's wurden verteilt. Die Selfie-Box von Ringfoto Müller rundete unser Angebot ab. Daneben wurden fleißig Gespräche geführt und viele neue, interessante Kontakte geknüpft.



IHR DRUCKPARTNER IN DER METROPOLREGION NÜRNBERG

**HEIDELBERG
Speedmaster**

ERSTKLASSIGE QUALITÄT
KOMPETENTE DRUCKBERATUNG
FAIRE PREISE



LOUIS HOFMANN Ihre Druckerei

Domänenweg 9 · 96242 Sonnefeld
Telefon: 0 95 62 / 98 30-0
Internet: www.LH-Druckerei.de

Interessante und nennenswerte Termine aus unserer Region

Freitag, 6. Mai, 18 Uhr / Samstag, 7. Mai, 14 Uhr

19. Weekend of Fear, E-Werk in Erlangen

Jetzt wird's gruselig! Für alle Fans des Horrorfilms bietet das E-Werk am ersten Maiwochenende wieder Horror vom Allerfeinsten. Und nicht nur das: Ein Filmfeuerwerk aus Thriller und Science-Fiction wird auch geboten. Für alle ab 18 Jahren. Karten gibt es im Vorverkauf/an der Abendkasse im E-Werk. www.e-werk.de

Sonntag, 8. Mai, 11 – 12 Uhr u. w. Termine

Schlossgartenkonzert in Erlangen

Lauschen Sie den Klängen des Frühlings im wunderschönen Schlossgarten Erlangens und entspannen Sie bei Stücken verschiedenster Musikrichtungen. Der Eintritt ist wie immer frei. Bei Regen steht der Redoutensaal als Ausweichort zur Verfügung. www.erlangen-marketing.de

Donnerstag bis Samstag, 14. – 16. Mai, 10 – 20 Uhr

Donnerstag, 28. Mai, 10 – 20 Uhr

Playmobil FunPark Zirndorf

Bald geht sie wieder los: die Freizeitparksaison. Der Playmobil FunPark bietet Mitte Mai das große Ritter Spektakel mit dem Musical Ritter Roland. Und das war noch nicht alles, denn der Spaß für Groß und Klein geht Ende Mai mit „DEN Super 4“ im FunPark weiter.

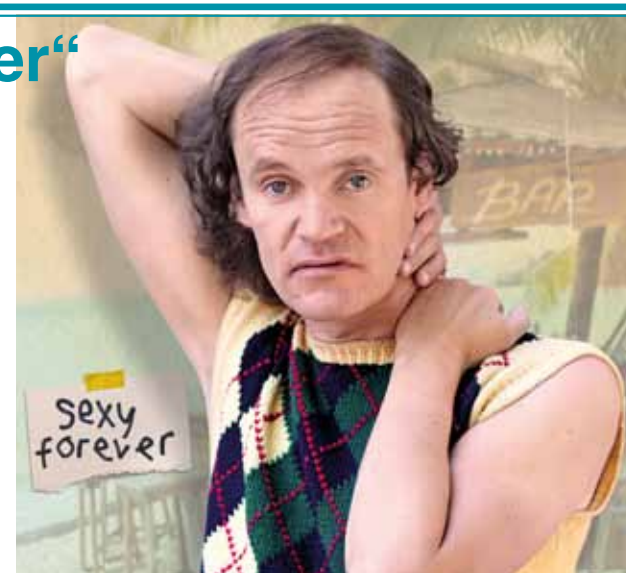
www.playmobil-funpark.de

CHURU verlost Olaf Schubert & seine Freunde „Sexy Forever“ 2 x 2 Karten

Auch in diesem Monat verlosen wir 2 x Karten. Einfach eine E-Mail an info@churu.de schreiben, bitte vollständige Adresse angeben.
Mittwoch 8. Juni 2016 | 20 Uhr | Freiheitshalle Hof

„Sexy Forever“: Dieser Titel offenbart es – Schubert möchte neue Wege gehen. Zwar bleibt er der mahnende, intellektuelle Stachel im Fleische der Bourgeoisie, welcher uns die Antworten auf die brennenden Fragen der heutigen Zeit liefert - zusätzlich möchte er nun aber auch seine sinnliche Seite präsentieren.

Karten unter www.vsbamberg.de



Jeweils zwei Karten für das der PUR Konzert haben gewonnen:
Andrea Frenzel aus Herzogenaurach und Christina Sieber aus Hemhofen.
Herzlichen Glückwunsch!



Regional erleben, das sind für mich die vielen Freizeitangebote in unserer Umgebung, die man mit Freunden und der Familie genießen kann.
Sandra Reichel

Samstag, 22. Mai, 10 Uhr

Stadtführung: Auf den Spuren von adidas und PUMA

Tauchen Sie in die Geschichte Herzogenaurachs ein und lassen Sie sich durch eine kleine Wanderung durch die Stadt auf eine Reise in die Vergangenheit mitnehmen. Entdecken Sie die wahre Geschichte von adidas & PUMA. Treffpunkt ist am Schlosshof/Schusterbrunnen, Marktplatz 11. www.herzogenaurach.de

Donnerstag, 2. Juni, 19:30 Uhr

Michelbacher „Feier-Abend“

An jedem ersten Donnerstag im Monat findet der Michelbacher „Feier-Abend“ statt. Gemütlich ein Glas Wein oder Bier gemeinsam trinken und den Abend mit Programm im Dorfgemeinschaftshaus in der Burgstallstraße genießen.

Sonntag, 5. Juni, 10 – 16:30 Uhr

Sonntag, 19. Juni, 10 – 16:30 Uhr

2. Garagenflohmarkt in Herzogenaurach West

2016 gibt es den Garagenflohmarkt zum Schätze entdecken gleich im Doppelpack – in „Herzi West“ & „Herzi Ost“. Trödelfans kommen hier voll auf ihre Kosten und können shoppen was das Zeug hält. Und wer nicht shoppen möchte, der kann auch einfach nur ein bisschen bummeln gehen. Mehr Infos gibt's bei: garagenflohmarkttherzo@gmail.com

auszeit
Das kleine Spa auf dem Lande.



Auszeit Petra Schmid
91085 Weisendorf / Buch
Fon & Fax 09132 / 79 64 38
www.auszeit-spa.de

Bellaventi
Nürnberger Str. 47 b
91052 Erlangen
Fon 09131 / 2 55 77
www.bellaventi.de

Betz GmbH Werkstatttechnik
Zeppelinstr. 6
91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 80 86
www.betz-werkstatthelfer.de

DER Reisebüro
Hauptstr. 43 oder im Kaufhof
91054 Erlangen
Fon 09131 / 800 70
www.der.com/erlangen

Gabriela Dombos
Kosmetik zum Wohlfühlen
Reinigerstraße 6
91052 Erlangen
Fon 09131 / 3 75 57
www.gabriela-dombos.de

Reformhaus Ursula Dorweiler
Hauptstrasse 20
91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 73 55 45
www.reformhausdorweiler.de

Erlanger Tourismus
und Marketing Verein e.V.
Abteilung City-Management
Rathausplatz 3
91052 Erlangen
Fon 09131 / 89 51 -12
www.erlangen-marketing.de

Frankengarage GmbH & Co. KG
Goerdelerstrasse 4
91058 Erlangen
Fon 09131 / 93 30 66 00
www.frankengarage.de

Blumen-Gauch
Gärtnerei und Blumenladen
Goethestraße 7
Fon 09132 / 46 75
Blumenladen
Hauptstraße 37
91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 63 06 36
www.blumen-gauch.de



Sabine Gerharz
Heilpraktikerin und Apothekerin
Schmiedelberger Straße 17
91085 Weisendorf
Fon 09135 / 73 63 65
www.sabinegerharz.de



Heimatverein Herzogenaurach e.V.
1. Vorsitzende Klaus-Peter Gäbelein
Höchstatter Weg 11
91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 99 77
www.heimatverein-herzogenaurach.de



Herzo Taxi
Norbert Erhardt
Am Schlossgraben 3
91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 17 05
www.taxi-erhardt.de

Private orthopädische Praxis
Dr. med. Andreas Kreutz
Niederndorfer Hauptstr. 63
91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 83 64 83
www.dr-kreutz.com



Orthopädie und Schultechnik
Gerhard Lang
Heuwaagstr. 1
91054 Erlangen
Fon 09131 / 214 72
www.orthopaedie-lang.de



Macaron
Friedrichstr. 2
91054 Erlangen
Fon 09131 / 9 08 34 50
www.macaron-erlangen.de



Haustechnik Mair
Dorfäcker 1a
91086 Aurachtal
Fon 09132 / 749 75 - 27
www.mair-haustechnik.de



Augustin Pakanecz
Karl-Zucker-Straße 3
91052 Erlangen
Fon 09131 / 932 28 55
www.lea-ap.de

REGIONALE Partnergeschichten dieser Ausgabe

Varia
DIE KÜCHE ZUM LEBEN

Küchenstudio Prühäuser
Im Gewerbering 30
91341 Röttenbach
Fon 09195 / 82 80
www.varia-kueche.de



Radfahrer Club 1894 e.V.
Herzogenaurach
www.rc-herzogenaurach.de



Bäckerei Cafe Römmelt
Marktplatz 13
91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 45 26
www.baeckerei-cafe-roemmelt.de



Stadt Apotheke
Hauptstr. 36
91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 80 00
www.stadt-apo-herzo.de

Herz Apotheke
Ohmstr. 6
91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 741 59 59
www.herz-apo-herzo.de



Welker
Garten und Baum
Bernhard-Dietz-Weg 4
91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 75 04 681
www.welker-garten.de



Praxis für Naturheilkunde
Susanne Maria Winkelmann
Goethestr. 28
91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 720 86 76
www.heilpraktikerin-susanne-winkelmann.de



PUMA Store und PUMA Outlet
PUMA Way 1
91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 7 41 70
www.puma.com



ZUMBA DRUMACT
Einsteinstr. 15
91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 73 72 19
www.zumbaherzo.de



Bauwerk Parkett, Formpark Eiche

BAUWERK
PREMIUM-SHOP
PARTNER

Ihr Spezialist für Parkettböden.

*Besuchen Sie unsere Ausstellung,
wir beraten Sie gerne.*



Röntgenstraße 24, 91074 Herzogenaurach
Telefon 09132745844, Fax 09132745855
info@bodenbelaege-koch.de
www.bodenbelaege-koch.de

Die nächste Ausgabe von CHURU erscheint zum Thema Mensch und Gesellschaft

IMPRESSUM

Herausgeber Idee und los GmbH
Auflage 40.200 Stück
Anzeigenannahme und Vertrieb
Ruthild Schrepfer
Fon 091 32 / 73 45 32
Fon 0171 / 5 42 62 78
info@churu.de

Redaktion
Ursula Dorweiler
Fon 0 91 32 / 73 45 32
info@churu.de

Redaktionsmitglieder

Joachim Dorweiler, Ursula Dorweiler, Sabine Hanisch, Sylvia Herenz-Pflugbeil, Claudia Haag, Ingrid Hornof, Christian Kindler, Elke Kindler, Rainer Krugmann, Ingeborg Peter, Birgit Reiners-Kursawe, Stefanie Scherer, Ruthild Schrepfer, Wolfgang Schrepfer

Text

Joachim Dorweiler, Sabine Hanisch, Sylvia Herenz-Pflugbeil, Ingrid Hornof, Christian Kindler, Birgit Reiners-Kursawe, Stefanie Scherer, Ruthild Schrepfer, Wolfgang Schrepfer, Ingeborg Peter

Bildnachweis

Helmut Fischer, Claudia Haag, Fotolia, Elke Kindler, Rainer Krugmann, PUMA SE, Radsport Nagel, Fotostudio am Schloß, Elke Betram

Titelbild

PUMA SE

Satz- und Druckvorbereitung

Krugmann Werbeagentur

Druck

Louis Hofmann Druck & Verlagshaus GmbH & Co. KG
Druckberatung Mario Wallrath Fon 0172 / 810 27 91

Verteilung

KINDLER GmbH

Facebook/Internet

Christian Kindler, Stefan Müller

Redaktionsanschrift

Hintere Gasse 11
91074 Herzogenaurach
Fon 091 32 / 73 45 32
Fax 091 32 / 73 45 33
info@churu.de
www.churu.de
www.facebook.com/churu.de
Jahres-Abo (11 Ausgaben) 30,- €



Berichtigung
aus der CHURU 23:

Pralinen & mehr
www.pralinen-und-mehr.de



SCHÜTTLER Gerüstbau
Wetzlarer Straße 13
90427 Nürnberg

CHURU erscheint in folgenden Regionen inkl. der jeweiligen Ortsteile:
Aurachtal, Emskirchen, Erlangen (Dechsendorf, Häusling, Hüttendorf, Kosbach, Kriegenbrunn, Neuses, Steudach und Teilgebiet von Büchenbach), Gremsdorf, Großenseebach, Hagenbüchach, Hemhofen inkl. Zeckern, Heßdorf, Herzogenaurach, Neuhaus bei Adelsdorf, Röttenbach, Tuchenbach, Obermichelbach, Oberreichenbach, Puschenhof, Veitsbronn, Weisendorf und Wilhelmstorf
Auslage zusätzlich in den Landratsämtern Erlangen-Höchstädt und Neustadt/ Aisch-Bad Windsheim und in den Stadtverwaltungen von Erlangen, Höchstädt/ Aisch und Neustadt/ Aisch, Tankstelle am Karpenkreisel Höchstädt, Pilsenstein Fürth, KIESER-Training Erlangen, Murk Wachenroth, monamiKIDS Erlangen, BRK Fürth und Erlanger Tourismus und Marketingverein

Redaktions- und Anzeigenschluss:
Freitag, 13. Mai 2016

Erscheinungsdatum der April-Ausgabe:
Freitag, 3. Juni 2016

Bitte beachten Sie die Beilagen unserer Partnerfirmen:

Vollbeilage:



Teilbeilagen:



Ein freundliches Lächeln ist das
vollkommenste Accessoire,
das es überhaupt gibt.

Lyrikdgr

EIN FRÜHLING OHNE FARBE? NICHT MIT UNS!

Der Frühling ist da, der Sommer naht. Und wir wollen Farbe! Holen Sie sich den Frühling ins Haus! Denn erfrischendes Blau, sonniges Gelb und zartes Orange sorgen für Frühlingsgefühle.



MEHLER GmbH
Malermeisterbetrieb & Fachhandel

Einsteinstr. 15 b
Herzogenaurach
(0 91 32) 97 68
maler-mehler.de



RADSPORT NAGEL

Einsteinstraße 13
91074 Herzogenaurach
Fon 09132 / 9477
www.radsport-nagel.com

Wir sind für Sie da:

Montag – Freitag	10.00 – 18.00 Uhr
Mittwoch	ab 13.00 Uhr
Samstag	10.00 – 13.00 Uhr



FALTER E 8.8 mit Shimano Steps Di2

Das Falter E 8.8 hat eine elektronische Shimano 8- oder 11-Gang Di2 Nabenschaltung, die automatisch schaltet, eine SR Suntour CR 8 Federgabel, eine gefederte Sattelstütze, hydraulische Magura HS11 Felgenbremsen und den 250 Watt starken Shimano STEPS-E-Antrieb.

2.599,- Euro



GIANT E Dirt

Dieses Bike bietet die vertraute Zuverlässigkeit eines Hardtail-Mountainbikes und zahlreiche Extras, die es trailtauglich machen.

Dank seiner schnittigen Geometrie, hervorragenden Gewichtsverteilung und eingebauten Energie des leistungsstarken Yamaha Motors mit 80 Nm, wirst du mit diesem Bike Trails erforschen, die du dir nie hättest vorstellen können.

ab 2.399,- Euro

3 Jahre Rundum-Sorglos-Paket

Beim Kauf eines E-Bikes
im Wert ab 2.000,- Euro
schließen wir für Sie ein
Rundum-Sorglos-Paket für 3 Jahre ab:

- Diebstahlschutz
 - o Diebstahl
 - o Teilediebstahl
 - o Vandalismus
- Technikschutz
 - o Akku- Defekt
 - o Elektroschäden
- Reparaturschutz
 - o Unfallschäden
 - o Pannenschäden
 - o Sturzschäden
- Pick-Up-Service
 - o Deutschlandweit
 - o E-Bike- Card