

glüXmagazin

Kostenlose Kundenzeitschrift
von Lotto Rheinland-Pfalz

Bingen swingt

Jazzfestival vom 13. bis 15. Juni (Seite 3)



Mittwoch 02.04.2025 (14. VA)

LOTTO 6aus49®

Spiелеinsatz 21.218.599,20 €
Gewinnzahlen Superzahl

5 14 19 20 25 48 6

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge:

48 25 20 5 19 14

Klasse 1 (6+SZ)	unbesetzt	1.591.394,90 €
Klasse 2 (6)	1 x	1.128.179,70 €
Klasse 3 (5+SZ)	19 x	20.584,30 €
Klasse 4 (5)	227 x	5.135,60 €
Klasse 5 (4+SZ)	1.690 x	191,30 €
Klasse 6 (4)	14.394 x	53,20 €
Klasse 7 (3+SZ)	32.075 x	20,40 €
Klasse 8 (3)	281.391 x	10,90 €
Klasse 9 (2+SZ)	249.451 x	6,00 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

05.03.2025	4 22 26 29 45 46	7
12.03.2025	2 14 26 37 38 46	2
19.03.2025	9 13 29 30 32 38	8
26.03.2025	3 12 16 19 22 41	4

Spiel 77®

Spiелеinsatz 4.874.210,00 €

9 4 0 5 4 6 8

Klasse 1 (7-st. Gewinnz.)	unbes.	346.556,30 €
Klasse 2 (6 Endz.)	1 x	77.777,00 €
Klasse 3 (5 Endz.)	22 x	7.777,00 €
Klasse 4 (4 Endz.)	207 x	777,00 €
Klasse 5 (3 Endz.)	2.031 x	77,00 €
Klasse 6 (2 Endz.)	20.634 x	17,00 €
Klasse 7 (1 Endz.)	191.916 x	5,00 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

05.03.2025	4 2 9 1 1 8 3
12.03.2025	9 9 8 7 3 6 8
19.03.2025	4 5 0 4 8 0 7
26.03.2025	8 6 8 0 3 8 4

SUPER 6®

Spiелеinsatz 2.157.921,25 €

1 3 9 5 5 1

Klasse 1 (6-stell. Gewinnz.)	1 x	100.000,00 €
Klasse 2 (5 Endz.)	10 x	6.666,00 €
Klasse 3 (4 Endz.)	110 x	666,00 €
Klasse 4 (3 Endz.)	1.270 x	66,00 €
Klasse 5 (2 Endz.)	13.323 x	6,00 €
Klasse 6 (1 Endz.)	132.209 x	2,50 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

05.03.2025	5 0 4 7 4 8
12.03.2025	7 4 0 6 1 5
19.03.2025	2 2 6 2 7 8
26.03.2025	9 2 3 7 3 6

Gewinnzahlen Statistik 6aus49 (Mittwoch)

1 332	2 334	3 356	4 344	5 329	6 361	7 348
8 339	9 347	10 337	11 343	12 321	13 349	14 341
15 340	16 376	17 320	18 347	19 342	20 314	21 298
22 364	23 346	24 339	25 372	26 357	27 341	28 326
29 329	30 341	31 374	32 308	33 353	34 349	35 326
36 324	37 325	38 361	39 336	40 332	41 361	42 327
43 387	44 360	45 327	46 333	47 337	48 x	49 325

Wie oft gezogen? (2.764 Ziehungen seit 4.6.1986)
Fehlt so viele Wochen (X= am 02.04.25 gezogen)

Samstag 05.04.2025 (14. VA)

LOTTO 6aus49®

Spiелеinsatz 41.162.809,20 €
Gewinnzahlen Superzahl

10 12 21 35 40 41 9

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge:

12 41 10 40 35 21

Klasse 1 (6+SZ)	unbesetzt	4.678.605,50 €
Klasse 2 (6)	1 x	2.237.481,80 €
Klasse 3 (5+SZ)	35 x	22.161,70 €
Klasse 4 (5)	407 x	5.680,70 €
Klasse 5 (4+SZ)	2.575 x	249,00 €
Klasse 6 (4)	23.824 x	63,80 €
Klasse 7 (3+SZ)	52.248 x	24,80 €
Klasse 8 (3)	493.016 x	12,40 €
Klasse 9 (2+SZ)	429.608 x	6,00 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

08.03.2025	13 25 26 27 41 44	5
15.03.2025	6 11 30 35 36 47	0
22.03.2025	11 20 28 30 35 41	3
29.03.2025	18 25 31 39 46 47	6

Spiel 77®

Spiелеinsatz 9.999.830,00 €

2 5 0 1 5 7 9

Klasse 1 (7-st. Gewinnz.)	1 x	977.777,00 €
Klasse 2 (6 Endz.)	unbes.	77.777,00 €
Klasse 3 (5 Endz.)	40 x	7.777,00 €
Klasse 4 (4 Endz.)	348 x	777,00 €
Klasse 5 (3 Endz.)	3.592 x	77,00 €
Klasse 6 (2 Endz.)	35.397 x	17,00 €
Klasse 7 (1 Endz.)	344.057 x	5,00 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

08.03.2025	9 7 1 1 7 1 6
15.03.2025	1 0 5 9 2 0 5
22.03.2025	5 2 7 9 6 7 5
29.03.2025	5 3 5 6 3 0 7

SUPER 6®

Spiелеinsatz 4.319.060,00 €

0 1 8 2 2 7

Klasse 1 (6-stell. Gewinnz.)	1 x	100.000,00 €
Klasse 2 (5 Endz.)	32 x	6.666,00 €
Klasse 3 (4 Endz.)	404 x	666,00 €
Klasse 4 (3 Endz.)	3.699 x	66,00 €
Klasse 5 (2 Endz.)	39.283 x	6,00 €
Klasse 6 (1 Endz.)	381.830 x	2,50 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

08.03.2025	2 4 5 4 7 8
15.03.2025	7 9 6 9 5 9
22.03.2025	2 5 5 5 0 7
29.03.2025	1 8 7 0 5 6

Gewinnzahlen Statistik 6aus49 (Samstag)

1 470	2 457	3 465	4 446	5 454	6 483	7 444
8 417	9 451	10 442	11 463	12 434	13 367	14 421
15 415	16 427	17 455	18 439	19 452	20 423	21 432
22 442	23 419	24 441	25 457	26 479	27 466	28 414
29 447	30 437	31 456	32 474	33 463	34 420	35 440
36 458	37 447	38 459	39 432	40 445	41 451	42 463
43 449	44 424	45 390	46 420	47 455	48 455	49 496

Wie oft gezogen? (3.626 Ziehungen seit 9.10.1955)
Fehlt so viele Wochen (X= am 05.04.25 gezogen)

Sonntags, 17:00 Uhr, im NDR-Fernsehen.



Sonntag 06.04.2025 (14. VA)

Gewinnzahlen Spiелеinsatz: 1.750.578,00 €

1 4 7 11 15 16 18 21
22 30 31 32 33 37 38 42
45 53 61 64 73 74

Quoten

Klasse 1	unbesetzt	831.223,70 €
Klasse 2	55 x	1.608,30 €
Klasse 3	7.999 x	25,80 €

**Erwarteter Jackpot am 13.04.2025:
rd. 1.100.000 Euro**

Kandidatenspiel

Im Studio spielen zwei Kandidaten. Voraussetzung ist ein registriertes BINGO!-Los der Vorwoche. Damit muss man sich unter der Hotline 01375/95 1000 registrieren (14 Cent pro Anruf aus allen dt. Fest- und Mobilfunknetzen. Ausland abweichend). Mehr Infos finden Sie auch auf unserer Homepage www.lotto-rlp.de unter Bingo. Auf folgende Losnummern sind Gewinne der „Superchance“ entfallen:

Ziehung	Serien-Nr.	Los-Nr.
1	2400	26570
2	2402	49689
3	2406	20995
4	2440	52677

Annahmeschluss samstags 19:00 Uhr (Online 18:45 Uhr). Die Gewinnzahlen werden in der BINGO!-Sendung des NDR, sonntags ab 17:00 Uhr bekannt gegeben. Chance 1:1.299.780.

LOTTO 6aus49: Annahmeschluss mittwochs 18:00 Uhr und samstags 19:00 Uhr. Ziehung der Gewinnzahlen auf www.lotto.de: Mittwoch, 18:25 Uhr und Samstag, 19:25 Uhr / Bekanntgabe der Gewinnzahlen: ZDF am Mittwoch, 18:54 Uhr und ARD am Samstag, 19:57 Uhr. Die Ziehung der Gewinnzahlen hängt allein vom Zufall ab. Die statistische Häufigkeit der gezogenen Zahlen hat keinen Einfluss auf die Ziehungswahrscheinlichkeit. Alle Angaben, Ergebnisse und Quoten ohne Gewähr.

Superzahl Statistik 6aus49

Mittwoch: Wie oft gezogen? (1.531 Ziehungen seit 6.12.1995)
Fehlt so viele Wochen (X= am 02.04.25 gezogen)

0 139	1 138	2 147	3 173	4 169
14 14	23 23	3 3	6 6	1 1
5 161	6 169	7 157	8 140	9 138
7 7	x	4 4	2 2	22 22

Samstag: Wie oft gezogen? (1.739 Ziehungen seit 7.12.1991)
Fehlt so viele Wochen (X= am 05.04.25 gezogen)

0 178	1 179	2 173	3 166	4 174
3 3	35 35	8 8	2 2	4 20
5 178	6 161	7 191	8 172	9 168
4 4	1 1	7 7	5 5	x

Das Internationale Jazzfestival vom 13. bis 15. Juni

Bingen Swingt 2025

„Music meets Rhine & Wine“ heißt es Mitte Juni wieder in Bingen: 26 Acts, darunter Thomas D & The KBCS, die heavytones, die Paul Reed Smith Band, Jasmin Tabatabai, das Iiro Rantala HEL trio, Nicole Johänntgen, Anika Nilles und viele mehr, laden zu einer dreitägigen Reise voll rhythmischer Leidenschaft und kreativer Improvisation.

Bingen Swingt“ kombiniert eine große Bandbreite des Jazz in all seinen Facetten mit frischen, neuen Spielarten. Auf vier Bühnen in der Innenstadt und mit einmaliger Aussicht am Rhein-Nahe-Eck treffen hochkarätige Stars auf aufstrebende Newcomer und Musik trifft auf Genuss. Thomas D x Flo Mega & The KBCS kombinieren zum Festivalauftakt am Freitag die unverwechselbare Stimme und die klaren Botschaften des Rap-Pioniers mit dem rockig-bluesigen Groove von The KBCS. BMW Young Artist Jazz Award 2024-Gewinner Moritz Renner brilliert mit seiner ausdrucksstarken Posaune und durchdachten Kompositionen; während die Argentinierin Lily Dahab mit einem leidenschaftlichen Mix aus Tango, Folklore und Jazz verzaubert.

Am Samstag laden CHRIS HOPKINS meets the YOUNG LIONS zu einem mitreißenden Streifzug durch die Swing-Klassiker von Frank Sinatra bis Louis Armstrong ein. Die Band rund um den international gefeierten Gitarrenbauer und versierten Gitarristen Paul Reed Smith bringt mit sieben weiteren Toptalenten Baltimore-Funk, DC Go-Go und New-Orleans-Swing nach Bingen und Nicole Johänntgens „ROBIN“ sorgt für karibisch geprägte Grooves. Nicht weniger

energiegeladen zeigen sich die heavytones, die mit ihrem charakteristischen Brass- und Rhythmus-Sound jede Bühne zum Beben bringen; sowie das Anika Nilles Sextett, das mit explosiven Drums und filigranen Grooves begeistert. Das Silent Explosion Orchestra verpasst zum Tagesabschluss den Rockklassikern von TOTO ein jazziges Big-Band-Gewand.

Am Sonntag verbindet Robinson Khoury MÿA moderne Jazzstrukturen mit nahöstlichen Klängen und elektroakustischen Effekten. Das Iiro Rantala HEL trio begleitet den finnischen Ausnahme-Pianisten mit einem virtuosen Mix aus Klassik, Jazz und humorvoller Spielfreude. Groovige, popaffine Jazz-Improvisationen kommen vom Paul Scheugenpflug Quartett, dem erstmaligen Preisträger des Newcomer Jazzpreis des Landes Rheinland-Pfalz 2024. Zum fulminanten Festivalabschluss begeistert Schauspielerin, Sängerin und Echo-Jazz Preisträgerin Jasmin Tabatabai (Foto, links) mit ihrer einzigartigen Stimme und Songs zwischen Chanson und Jazz.



Gerahmt wird das Festival von einem vielfältigen Programm auf dem Wasser und an Land.

Das passende Hotelpackage kann direkt über die Tourist-Info Bingen gebucht werden. Alle Infos & Tickets ab 19 Euro gibt es unter www.bingen-swingt.de

Zu gewinnen

Das glüXmagazin verlost 3 x 2 Festivaltickets für „Bingen Swingt“ vom 13. bis 15. Juni in Bingen. Beantworten Sie einfach diese Frage: **Welche Echo-Jazz Preisträgerin gibt das Abschlusskonzert bei „Bingen Swingt“?** Teilnahmebedingungen, Einsendeschluss und Versandadresse finden Sie auf Seite 9. Kennwort: Bingen.

Foto: BorisBrewer



Thomas D.



„Bingen Swingt“ bringt 26 Acts aus Jazz, Funk, Soul & Pop ans Tor des UNESCO Welterbe „Oberes Mittelrheintal“.

Foto: DominikKetz

Foto (Frau): MathiasBothor

Dienstag 01.04.2025 (14. VA)



Spieleinsatz 30.571.748,00 €
Gewinnzahlen Eurozahlen
12 17 39 41 50 **9 12**

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge: Eurozahlen:
39 41 17 50 12 9 12

Klasse 1 (5+2)	unbesetzt	18.099.740,54 €
Klasse 2 (5+1)	1 x	1.314.585,10 €
Klasse 3 (5+0)	6 x	123.560,80 €
Klasse 4 (4+2)	12 x	10.190,50 €
Klasse 5 (4+1)	368 x	415,30 €
Klasse 6 (3+2)	846 x	198,70 €
Klasse 7 (4+0)	898 x	136,10 €
Klasse 8 (2+2)	11.830 x	32,90 €
Klasse 9 (3+1)	18.813 x	23,10 €
Klasse 10 (3+0)	43.146 x	19,10 €
Klasse 11 (1+2)	63.317 x	16,20 €
Klasse 12 (2+1)	283.120 x	10,90 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

04.03.2025	4	12	35	37	48	4	10
11.03.2025	15	18	22	23	44	1	11
18.03.2025	1	7	14	47	50	3	7
25.03.2025	3	11	30	35	50	4	5

Gewinnzahlen Statistik 5aus50

1	13	2	2	17	9	3	16	4	11	4	5	7	30
6	18	33	7	18	2	8	11	37	9	20	6	10	14
11	23	1	12	16	19	13	25	19	14	12	17	15	3
16	19	12	17	19	18	18	12	3	19	10	20	24	11
21	15	8	22	14	3	23	19	3	24	18	25	8	32
26	20	13	27	11	19	28	5	17	29	14	30	1	18
31	16	5	32	16	18	33	11	31	34	17	35	16	1
36	18	14	37	19	4	38	18	5	39	18	40	14	10
41	15	x	42	14	5	43	18	9	44	3	45	16	24
46	11	9	47	17	2	48	15	4	49	19	50	14	x

Eurozahlen Statistik 2aus12

1	31	2	23	3	35	4	32	5	32
6	18	7	21	8	20	9	30	10	27
11	** 22	12	** 25	Wie oft gezogen? (nach 158 Ziehungen) Fehlt so viele Wochen					
3	3	2	2	25	2	11	11	3	3

* Spielbar seit 10.10.2014 ** Spielbar seit 25.03.2022

Eurojackpot: Annahmeschluss dienstags und freitags 19:00 Uhr (Online 18:45 Uhr). Bekanntgabe der Gewinnzahlen auf www.lotto.de. Chance Kl. 1: 1 zu rd. 140 Millionen

Samstag 05.04.2025 (14. VA)



Spieleinsatz 4.030.423,50 €

Klasse 1:.....3	=	80.736,2	x	10 €
Klasse 2:.....21	=	7.692,5	x	25 €
Klasse 3:.....183	=	805,2	x	100 €
Klasse 4:.....0697	=	85,4	x	1.000 €
Klasse 5:.....57626	=	7,6	x	10.000 €
Klasse 6:.....798977	=	1,0	x	100.000 €
.....102591	=	Gewinn 2,1 Mio. €		
Klasse 7:.....2529713	=	1,0	bzw.	10.000 € monatlich
				20 Jahre lang

GlücksSpirale: Annahmeschluss samstags 19:00 Uhr
Gewinnchance Klasse 7: 1 zu 10 Millionen

Freitag 04.04.2025 (14. VA)



Spieleinsatz 44.301.088,00 €
Gewinnzahlen Eurozahlen
19 23 29 37 38 **2 8**

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge: Eurozahlen:
19 38 29 37 23 8 2

Klasse 1 (5+2)	unbesetzt	27.475.892,14 €
Klasse 2 (5+1)	4 x	476.236,60 €
Klasse 3 (5+0)	5 x	214.860,20 €
Klasse 4 (4+2)	39 x	4.543,70 €
Klasse 5 (4+1)	697 x	317,70 €
Klasse 6 (3+2)	1.959 x	126,40 €
Klasse 7 (4+0)	1.368 x	126,40 €
Klasse 8 (2+2)	29.263 x	19,30 €
Klasse 9 (3+1)	34.160 x	18,40 €
Klasse 10 (3+0)	72.345 x	16,50 €
Klasse 11 (1+2)	150.317 x	9,90 €
Klasse 12 (2+1)	487.714 x	9,20 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

07.03.2025	7	11	12	32	42	1	4
14.03.2025	6	13	28	37	45	5	10
21.03.2025	8	9	12	14	16	6	12
28.03.2025	2	15	19	34	49	2	6

Gewinnzahlen Statistik 5aus50

1	74	2	66	3	65	4	72	5	65
6	67	7	72	8	73	9	70	10	65
11	72	4	65	12	67	13	73	14	70
16	74	2	17	74	8	18	79	19	75
21	74	5	22	67	32	23	69	24	60
26	58	6	27	57	8	28	3	29	68
31	68	11	32	70	4	33	63	34	80
36	58	6	37	62	x	38	70	39	70
41	73	19	42	64	4	43	64	44	64
46	72	10	47	64	9	48	51	49	80
									50
									59
									7

Eurozahlen Statistik 2aus12

1	123	2	122	3	143	4	130	5	146
6	136	7	141	8	152	9	110	10	104
11	** 24	12	** 31	Wie oft gezogen? (nach 681 Ziehungen) Fehlt so viele Wochen					
4	4	x	10	4	4	3	3	3	3

* Spielbar seit 10.10.2014 ** Spielbar seit 25.03.2022

Samstag 05.04.2025 (14. VA)



Spieleinsatz 414.999,00 €

Klasse 1:.....58653	=	unbes.	10.000 €
.....12759	=		
Klasse 2:.....055965	=	unbes.	Gewinn 600.000 €
			bzw. 5.000 € monatlich
			10 Jahre lang
Klasse 3:.....9569875	=	unbes.	1.000.000 €
.....6052805	=		
.....9913733	=		

Gewinnchance Klasse 3: 1 zu 3.333.333

SPIEL Spielteilnahme ab 18 Jahren. Glücksspiel kann süchtig machen. Infos unter: www.check-dein-spiel.de
NICHT BIS ZUR Hotline des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit (BIÖG):
SUCHT 0800 1 372 700 (kostenlos und anonym)



Montag, 31.03.2025

3	4	18	29	30
33	34	36	37	41
42	46	51	52	53
55	63	64	67	68

plus 5 4 5 0 8 7

Dienstag, 01.04.2025

3	4	5	8	9
14	16	17	20	31
32	36	37	44	47
50	54	59	63	70

plus 5 9 8 8 0 9

Mittwoch, 02.04.2025

4	5	9	11	12
16	18	20	21	36
41	42	46	47	49
50	54	55	61	67

plus 5 8 1 7 3 9

Donnerstag, 03.04.2025

1	4	8	10	13
16	19	22	25	26
32	39	41	42	45
48	50	51	56	70

plus 5 8 6 3 9 0

Freitag, 04.04.2025

5	6	7	9	15
16	17	18	19	27
34	35	48	52	54
58	59	60	64	65

plus 5 4 9 3 7 3

Samstag, 05.04.2025

5	6	9	14	19
20	27	28	29	33
35	38	40	41	45
46	50	56	60	70

plus 5 7 5 1 3 1

Sonntag, 06.04.2025

1	4	5	7	22
24	28	31	32	35
37	38	41	42	49
51	54	55	61	63

plus 5 2 6 7 1 0

14. Veranstaltung (31.03.25 - 06.04.25)

KENO Spieleinsatz: 2.685.049,00 €
KENO Gewinnsumme: 1.189.239,00 €
plus 5 Spieleinsatz: 194.696,25 €
plus 5 Gewinnsumme: 90.391,00 €

Ziehungsstatistik

Wie oft gezogen? (Basis 2.2.2004, 7.404 Ziehungen)

1	2080	2	2187	3	2153	4	2045	5	2072	6	2103	7	2121
8	2135	9	2185	10	2155	11	2096	12	2095	13	2081	14	2080
15	2108	16	2105	17	2084	18	2108	19	2063	20	2175	21	2119
22	2034	23	2073	24	2116	25	2124	26	2130	27	2164	28	2123
29	2153	30	2055	31	2107	32	2160	33	2204	34	2077	35	2092
36	2153	37	2067	38	2145	39	2159	40	2119	41	2103	42	2082
43	2116	44	2138	45	2092	46	2069	47	2103	48	2090	49	2218
50	2147	51	2084	52	2118	53	2152	54	2076	55	2153	56	2108
57	2132	58	2131	59	2139	60	2133	61	2048	62	2068	63	2130
64	2193	65	2113	66	2161	67	2063	68	2106	69	2086	70	2123

Chance auf den Spitzengewinn (Keno-Typ 10) = 1:2.147.181

KENO: Annahmeschluss täglich 19:00 Uhr, KENO-Ziehung täglich 19:10 Uhr live im Internet: www.keno.de, Gewinnzahlen Mo. bis So. ca. 19:28 Uhr im hr-fernsehen, im Videotext (hr, SWR, SR)

GLÜCKSBILANZ

vom 31. März - 6. April



Eurojackpot am Dienstag

1.314.585,10 Euro (Kl. 2)

1 x Polen

123.560,80 Euro (Kl. 3)

1 x Deutschland

1 x Finnland

2 x Norwegen

1 x Schweden

1 x Slowakei

Eurojackpot am Freitag

476.236,60 Euro (Kl. 2)

3 x Deutschland

1 x Finnland

214.860,20 Euro (Kl. 3)

1 x Dänemark

2 x Norwegen

1 x Slowakei

1 x Spanien

TOTO Ergebniswette

144.655,00 Euro (Kl. 1)

1 x Bremen

1 x Niedersachsen

LOTTO 6aus49 am Mittwoch

1.128.179,70 Euro (Kl. 2)

1 x Nordrhein-Westfalen

LOTTO 6aus49 am Samstag

2.237.481,80 Euro (Kl. 2)

1 x Berlin

Spiel 77 am Mittwoch

77.777 Euro (Kl. 2)

1 x Thüringen

Spiel 77 am Samstag

977.777 Euro (Kl. 1)

1 x Nordrhein-Westfalen

SUPER 6 am Mittwoch

100.000 Euro (Kl. 1)

1 x Hessen

SUPER 6 am Samstag

100.000 Euro (Kl. 1)

1 x Baden-Württemberg



Film-Tipp

Marianengraben



Paula durchlebt eine tiefe Trauerphase, nachdem ihr kleiner Bruder Tim in Triest im Meer ertrunken ist. Von Schuldgefühlen geplagt, scheint ihr Lebenswille erloschen. Als sie auf den alten Griesgram Helmut trifft, der die Urne seiner Ex-Frau nach Italien fahren will, sieht sie endlich wieder einen Hoffnungsschimmer: Nach Triest fahren, an den Strand, an dem ihr Bruder gestorben ist. Nur dort wird sie sich ihm endlich wieder nahe fühlen können. Während der abenteuerlichen Reise entwickelt sich mit Helmut eine unerwartete Freundschaft – und eine neue Lebensfreude erwacht. Basierend auf dem gleichnamigen Bestsellerroman von Jasmin Schreiber erzählt Regisseurin Eileen Byrne in ihrem bemerkenswerten Spielfilmdebüt eine zu Herzen gehende Geschichte über Verlust, Trauer und die Kraft, am Leben zu bleiben. In einer einfühlsamen Darbietung spielen Edgar Selge und Luna Wedler das ungleiche, aber herzerwärmende Duo.

Zu gewinnen

Das glüXmagazin verlost 5 x 1 DVD von „Marianengraben“. Beantworten Sie einfach diese Frage: **Welche Stadt ist der Schauplatz von Paulas Trauer und Reise?** Teilnahmebedingungen, Einsendeschluss und Versandadresse finden Sie auf Seite 9. Kennwort: Marianengraben.



Zeitreise durch Saarburg

Saarburg macht das Zeitreisen möglich. Die Stadt zählt zu den Vorreitern in Rheinland-Pfalz in Bezug auf Stadtführungen mit Virtual-Reality-Integrationen. Mit einer Elektrokutsche und mobilen Virtual-Reality-Brillen kann man in die Stadtgeschichte eintauchen und Geschehnisse aus der Vergangenheit hautnah miterleben. Zu sehen sind Ereignisse wie der Bau der Burg oder der Moment, in dem der Buttermarkt zum ersten Mal mit Strom erleuchtet wird. Die Rundfahrt durch die pittoreske Altstadt bietet einzigartige und historisch fundierte Blicke in die Vergangenheit und ist ein Erlebnis, das lange in Erinnerung bleibt.



www.saarburg.de/vr





Freizeit-Tipps für die Ostertage

Hasenzauber überall

Der Osterhase hoppelt in diesem Jahr spät durch das Land. Erst mit dem Karfreitag am 18. April beginnt endlich das lange Festtagswochenende. Bei hoffentlich frühlingshaften Temperaturen gibt es viel zu entdecken.

Ostern auf Burg Satzvey

Die Burg Satzvey in Mechernich startet am Ostersonntag und Ostermontag die Saison 2025. An ausgewählten Ständen warten auf die Besucherinnen und Besucher zahlreiche Bastelaktionen, Tipps zum Eierbemalen und vieles mehr. Zudem sind ausgefallene Kleidung, Schmuck und kulinarische Köstlichkeiten im umfangreichen Angebot. Für Stimmung sorgt die Gauklerkapelle „Trio Grande“: Mit humorvollen Varieténummern und Kostümen unterhalten die Künstler auf Stelzen die Gäste auf Burg Satzvey. www.burgsatzvey.de

Ostermarkt und Ritterturnier Loreley

Die Loreley wird vom 19. bis zum 21. April zum Schauplatz eines außergewöhnlichen Spektakels. Beim großen Ritterturnier mit Ostermarkt erwartet die Besucherinnen und Besucher ein mitreißendes Schauspiel voller Musik, Schaukämpfe, Gaukelei und buntem Treiben. Das alles mit einem traumhaften Ausblick auf den Rhein. Rund 60 Stände und Ritterzelte laden zum gemüt-

lichen Flanieren ein. Zweimal täglich ruft der Herold die Ritter auf die Turnierbahn. Das Lanzenstechen mit prächtig gewandeten Reitern und edlen Pferden ist der Höhepunkt des Festes. www.mittelaltermarkt.online



Foto: Kay stock.adobe.com

Osterfeuer in Langenlonsheim

Die Freiwillige Feuerwehr Langenlonsheim zündet am Samstag, 19. April, um 20 Uhr auf dem Schwimmbadparkplatz das Osterfeuer an. In gemütlichem Ambiente und bei leckerem Essen wird die Osternacht gefeiert. Der Brauch geht bereits auf die Germanen zurück. Mit dem Frühlingsfeuer sollte der Winter endgültig aus allen Ecken vertrieben werden. Die Flammen stehen für die

Sonne, die nach der Tagundnachtgleiche endlich wieder länger scheint und mit ihrer Wärme die Natur zu neuem Leben erweckt.
www.langenlonsheim.net

Eierlage in Schönecken

104 rohe Eier spielen die Hauptrolle bei einem Eifeler Osterbrauch, der seinen Ursprung bereits im 16. Jahrhundert hat. Die Schönecker Eierlage am Ostermontag, 21. April, ab 14 Uhr ist einer der ältesten noch erhaltenen Eierlesebräuche in Deutschland. Der Wettkampf zweier Junggesellen wird in nahezu unveränderter Form seit mehreren Jahrhunderten ausgetragen. Mit einer Versteigerung wird zunächst ein Paar ausgewählt, das den Läufer und den Raffer stellt. Um die 104 Eier, die für den Wettbewerb gebraucht werden, müssen sich die beiden selbst kümmern: Sie gehen durch das Dorf, stellen sich vor und sammeln bei den Bewohnern Eierspenden. Am Ostermontag um die Mittagszeit werden 104 rohe Eier im Abstand einer Elle, das sind 62,5 Zentimeter, in Sägemehl ausgelegt. Der Raffer muss jedes der 104 Eier einzeln aufsammeln und in einen Korb legen, insgesamt. legt er für diese Aufgabe 6,9 Kilometer zurück. Der Läufer macht sich zeitgleich auf den Weg in den Nachbarort Seiwerath und zurück. Er hat rund 7,6 Kilometer zurückzulegen und muss dabei einen Höhenunterschied von 122 Metern bewältigen. In Seiwerath wird ihm seine Anwesenheit mit einer kurzen Notiz bestätigt. Der Tag endet mit der Siegerehrung und einem Festumzug durch den Ort. Nach dem Fest finden die gesammelten Eier am Dienstag nach Ostern ihr jähes Ende in den Bäuchen der Junggesellen.
www.eierlage.de



Kopfeinziehen: Im Westerwald fliegen die Ostereier am Ostersonntag tief.

Ostereier-Weitwurf in Horhausen

Beim Ostereier-Weitwurf in Horhausen geht es am Ostersonntag, 20. April, ab 14 Uhr wieder um die besten Werferinnen und Werfer. Vor dem Feuerwehrhaus messen sich seit nun schon 35 Jahren Klein und Groß im österlichen Wettkampf. Das Ziel: Ein Osterei möglichst weit werfen – ohne dass es zerbricht! Gelingt dies nicht, freut sich die Vogelwelt über eine zusätzliche Mahlzeit. Eine besondere Wurftechnik wird direkt vor Ort verraten. Der aktuelle Rekord liegt bei beeindruckenden 78 Metern und wird von einem 35-Jährigen gehalten. Wer kann diesen Rekord überbieten? Für die besten Werferinnen und Werfer gibt es kleine Sachpreise, die Teilnahme ist kostenlos.
www.horhausen.de

*Schöne Ostertage wünscht
Iris-Vanessa Voltmann*



Der Osterhase begrüßt den Frühling und hat ein paar Freizeit-Tipps im Osterkorbchen...

Preisrätsel der Woche



unteres Rumpfe	poetisch: Unklarheit		heilig in portug. Städtenamen	Hanfprodukt	körperl. Überempfindlichkeit	Eselslaut	Festplatz in München		bestimmter Artikel	nicht klar	überwinden	Insel im Zürichsee
eine Spielfeldbegrenzung		2			hart auf Parteilkurs							
			Vorname der Lollobrigida †		Hinterhalt				eh. engl. Silbermünze		Abk.: sforzando	
Fremdwortteil: rückwärts	Giftstoffe		ägyptische Pyramidenstadt				Lobreden		altrömische Rachegöttin	8		
robust, standfest					fremdsprach. Männername	weit entfernt von allem, fernab						
Kolloid			Papstname	munter				Vorname des Sängers Dylan			englischer Frauenname	
Domstadt an der Mosel	Schminke		Truppenstandort						ebenso		frz.: wenig	6
		4		Vorname der West †			Tresse	Sofa, Ottomane				Staat in Osteuropa
					westl. Militärbündnis (Abk.)	Staat in Westafrika				Stadt in Holstein		Initialen Eastwoods
Gegenangriff			russische Hauptstadt	Tonzeichen (Mz.)				Post verschicken	US-Filmstar (Gregory)			
früher als	Sittlichkeit					afrikanische Stechfliege	balkonartiger Anbau					
				ugs.: Gefängnis	Teil einer Filmszene				langer Feder-schal			Orgelregister
Gebirgszug in Südosteuropa	jüdischer Kalendermonat	fliederfarben	Unveränderlichkeit						Insel vor Dalmatien (Ital.)		Initialen des Sängers Iglesias	
					eh. Rundfunkgebührensstelle		griech. Buchstabe (Mz.)	Lagebezeichnung				3
Prinzessin von Wales †					längster Fluss Italiens	Verwaltungsamt	dt. Autopionier, † 1929			Stadt an der Zwickauer Mulde		
Bär im 'Dschungelbuch'			US-Filmstar (Sharon)				schetzen					

Impressum



Herausgeber:
Lotto Rheinland-Pfalz GmbH,
Ferdinand-Sauerbruch-Straße 2,
56073 Koblenz, Tel. 0261 94 380.
www.lotto-rlp.de,
glueck@lotto-rlp.de

www.blauer-engel.de/uz195
Dieses Druckerzeugnis ist mit dem
Blauen Engel ausgezeichnet

Redaktionsleitung: Clemens Buch, Viktoria Kesper
Redaktion: Tobias Just, Sylvia Kalt-Göktürk, Yvonne Heinrichs
Layout: Lukas Würges, Jan Meißner, Jennifer Grebing

Herstellung, Druck:
Konradin Druck GmbH, Leinfelden-Echterdingen
Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Bildmaterial und
Unterlagen wird keine Haftung übernommen. Veröffentlichung
der Systeme sowie alle Zahlenangaben ohne Gewähr. Nach-
druck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung der Redaktion.
Titelbild: Dominik Ketz

ärztliche Bescheinigung	altrömisches Sakralrecht											
Wappentier								Umlaut				
Bewohner des antiken Italiens	serb. Schriftsteller (Milo)											

O S S S G P
 ST AND PAUKE S CH LA F
 FAUNA REVAL A OAHU
 K SUTUR L DUENGER
 PASSE C SARI BEO C
 OTHAI LAR T AH
 FLUSE SMV K B I D E T
 RECHEN S K O S A K I D O L
 S I G I R B O T I N K I L O
 EU L E G E N P E T R U S
 DATEN Z F O T O F I S
 FEN W V I E L G N U T P
 VALERIAN T K I L O
 B I O E N K K M O E R S E R
 P O S T D B O T A N I K D O
 O E R L E S E N I
 M I N U T E D S N
 K E C K
 I N D I Z
 E K Z I
 L E N Z E
 E N G E L

Lösung aus
glüXmagazin
Nr. 14/2025

ALLIGATOR

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Bitte tragen Sie hier die Lösungsbuchstaben ein.

1. Preis: Eine Dampfbügelstation „CareStyle 1“ von Braun

Die Dampfbügelstation „CareStyle 1“ von Braun bietet schnellere und einfachere Bügel-ergebnisse als ein herkömmliches Bügeleisen. Die neue Super Ceramic-Beschichtung sorgt für ein gleichmäßiges Gleiten und ist 60 Prozent widerstandsfähiger als die vorherige Keramikplatte. Der Präzisionsthermostatkopf ermöglicht vier unterschiedliche Temperatureinstellungen. Zudem stellt der große 1,5-Liter-Wassertank mehr als eine Stunde ununterbrochenes Bügeln sicher, um die besten Ergebnisse zu erzielen.

www.braunhousehold.com



2.-4. Preis: Je eine DVD-Doppelbox: „Der König der Löwen“ & „Mufasa: Der König der Löwen“



In „Mufasa: Der König der Löwen“ begeben sich zwei Freunde auf eine spannende Reise voller Tapferkeit und Abenteuer. Auf ihrem Weg zum Erwachsenwerden müssen sie viele Hindernisse überwinden und ihren Platz im ewigen Kreislauf des Lebens finden. „Mufasa: Der König der Löwen“ ist die Vorgeschichte des ikonischen Disney-Klassikers, in der der oscarprämierte Regisseur Barry Jenkins die unerwartete Geschichte von Mufasas Aufstieg zum geliebten König des geweihten Landes erzählt. Wir verlosen die DVD-Doppelbox von „Der König der Löwen“ & „Mufasa: Der König der Löwen“.

www.leoninedistribution.com

5.-7. Preis: Je ein Roman „Der Küstenpfad“

Vier Frauen und drei Männer, die sich über ein Online-Portal kennengelernt haben, wollen über den Küstenpfad von Wolgast nach Wismar wandern. Was idyllisch beginnt, verwandelt sich in einen Albtraum, als einer der Wanderer ermordet aufgefunden wird.

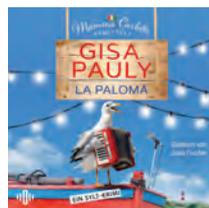
www.penguinrandomhouse.de



8.-10. Preis: Je ein Hörbuch „LA PALOMA“

Hobby-Detektivin Mamma Carlotta weilt wieder einmal bei den Enkeln auf Sylt. Dorthin kehrt auch die ehemalige Operettensängerin Lydia Warenholz nach vielen Jahren zurück, um ihre Karriere neu zu starten. Aber am Tag nach ihrem großen Konzert wird sie mausetot aufgefunden!

www.hoerbuch-hamburg.de



Sudoku

Anleitung:

Füllen Sie die leeren Felder so aus, dass in jedem 3 x 3-Kästchen, jeder Zeile und jeder Spalte alle Zahlen von 1 bis 9 stehen.

Anfänger

7	9		1			5		
6			7		5	1		3
5	1		4					8
9		5				3	1	6
2		1		8	6			
				5	1	7	8	2
	2	9	5	4	7			
4						2	5	7
	5			2	3			9

Profi

7								
					1	7		2
4			9		6			
	9				2		7	8
		2	5	8				
5	3							6
	6	1				4	8	5
9		3				4	1	
			6	1				

Lösung KW 14/2025

Anfänger

2	3	7	5	9	8	6	1	4
6	9	8	7	4	1	3	2	5
4	1	5	2	3	6	9	7	8
9	8	1	3	2	4	7	5	6
7	2	4	6	8	5	1	3	9
5	6	3	1	7	9	8	4	2
1	5	2	9	6	3	4	8	7
8	7	6	4	1	2	5	9	3
3	4	9	8	5	7	2	6	1

Profi

4	6	5	8	2	3	9	1	7
2	7	1	6	4	9	8	5	3
8	3	9	5	1	7	2	4	6
5	1	6	7	3	2	4	9	8
9	2	8	4	6	1	3	7	5
7	4	3	9	5	8	6	2	1
6	9	4	3	7	5	1	8	2
3	5	2	1	8	4	7	6	9
1	8	7	2	9	6	5	3	4

Teilnahmebedingungen Kreuzworträtsel:

Senden Sie die Lösung per Postkarte an: **glüXmagazin, Postfach 30 07 65, 56029 Koblenz**. Sie können die Lösung auch per E-Mail an gewinnspiel@gluexmagazin.com senden. Bitte tragen Sie das **Lösungswort in den Betreff** der E-Mail ein und schreiben in die Nachricht Ihren Vor- und Nachnamen sowie Ihre vollständige Anschrift. Einsendeschluss ist der **14.04.2025**. Es zählt das Datum des Poststempels bzw. bis 23:59 Uhr muss Ihre E-Mail eingegangen sein. Sollten mehr richtige Lösungen eingehen, als Preise vorhanden sind, entscheidet das Los. Gewinne können weder umgetauscht noch ausbezahlt werden (Rechtsweg ausgeschlossen. Teilnahme ab 18 Jahren). Mitarbeitende der Lotto-Gesellschaften in

der glüXmagazin-Kooperation und deren Angehörige sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Nur ausreichend frankierte Einsendungen nehmen am Gewinnspiel teil. Personenbezogene Daten werden ausschließlich zur Durchführung des Gewinnspiels verarbeitet und nicht an Dritte weitergegeben.

Auslosung Kreuzworträtsel, Nr. 13/2025:

Ein Pizzaofen von G3Ferrari geht an eine Gewinnerin aus Neubukow.

Alle Gewinnerinnen und Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.

Allgemeine Teilnahmebedingungen:

Für alle weiteren Gewinnspiele in diesem glüXmagazin gilt die nachfolgende Regelung: Schreiben Sie das entsprechende Kennwort sowie die Lösung auf eine Postkarte und schicken Sie diese ausreichend frankiert an die folgende Adresse: **glüXmagazin, Postfach 30 07 65, 56029 Koblenz**. Per E-Mail an gewinnspiel@gluexmagazin.com können Sie ebenfalls teilnehmen: Bitte tragen Sie das entsprechende **Kennwort in den Betreff** der E-Mail ein und schreiben in die Nachricht die Antwort auf die Gewinnspielfrage, Ihren Vor- und Nachnamen sowie Ihre Anschrift. Einsendeschluss ist der **14.04.2025**. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Teilnahme ist nur Personen über 18 Jahren gestattet. Von der Teilnahme ausgeschlossen sind Lotto-Mitarbeitende und deren Angehörige.

Teuer erkauft

13er Ergebniswette / 6aus45 Auswahlwette

	Spiel	Gastgeber/Gast	Tendenz	Vorrunde	Letzte 2 Jahre		Gastgeber	Gast		
1. Bundesliga	1	SA	FC Bayern München (1) - Borussia Dortmund (8)	7-2-1	1:1	4:2	0:2	SnUsS	SnNsS	
	2	SA	Bayer 04 Leverkusen (2) - 1. FC Union Berlin (13)	7-2-1	2:1	5:0	4:0	SnSsS	nSuSs	
	3	SA	TSG 1899 Hoffenheim (14) - 1. FSV Mainz 05 (4)	3-3-4	0:2	4:1	1:1	SuNuN	SSuNu	
	4	SA	Borussia Mönchengladbach (6) - SC Freiburg (7)	**	4-3-3	1:3	0:0	0:3	SnSsU	UuUnn
	5	SA	VfL Bochum 1848 (17) - FC Augsburg (11)		4-3-3	0:1	3:2	1:1	nSnNn	uSsUn
	6	SA	Holstein Kiel (18) - FC St. Pauli (15)	*	3-3-4	1:3	3:4	3:4	SuNuU	nUsNu
	7	SO	VfB Stuttgart (9) - SV Werder Bremen (10)		6-2-2	2:2	0:2	2:0	nUnNS	nSnSs
	8	SO	Eintracht Frankfurt (3) - 1. FC Heidenheim 1846 (16)		6-2-2	4:0	-	2:0	nrSsN	nUsSn
2. Bundesliga	9	SA	1. FC Kaiserslautern (4) - 1. FC Nürnberg (9)	4-3-3	0:0	0:0	3:1	suNsN	nSsNn	
	10	SO	SC Paderborn 07 (5) - Fortuna Düsseldorf (7)	*	4-3-3	1:1	4:1	4:3	sUsN	nNsNs
	11	SO	Preußen Münster (15) - Karlsruher SC (10)		2-3-5	1:1	-	-	NnSuN	sNuNs
	12	SO	SSV Jahn Regensburg (18) - FC Schalke 04 (11)		2-2-6	0:2	-	-	NuNsN	sSuNs
FR	13	SA	AS Monaco (3) - Olympique Marseille (2)	*	5-2-3	1:2	2:3	3:2	sUSsN	snNns
	14	SO	Newcastle United (7) - Manchester United (13)		5-3-2	2:0	2:0	1:0	NsNsS	suSNU
1. Liga England	15	SA	Manchester City (5) - Crystal Palace (11)	4-4-2	2:2	4:2	2:2	SnusU	SssUs	
	16	SA	Brighton & Hove Albion (9) - Leicester City (19)	7-2-1	2:2	5:2	-	ssUnN	nNnNn	
	17	SA	Nottingham Forest (3) - FC Everton (15)	6-3-1	2:0	2:2	0:1	usSsN	UuuNu	
	18	SA	FC Southampton (20) - Aston Villa (6)	1-1-8	0:1	0:1	-	NnnUn	sNssS	
	19	SA	FC Arsenal (2) - FC Brentford (12)	6-2-2	3:1	1:1	2:1	UussU	unSNU	
	20	SO	FC Chelsea (4) - Ipswich Town (18)	8-1-1	0:2	-	-	ssNsU	NNnSn	
	21	SO	Wolverhampton Wanderers (17) - Tottenham Hotspur (14)	*	2-4-4	2:2	1:0	2:1	nuSsS	nuNns
1. Liga Italien	22	SA	FC Venedig (19) - AC Monza (20)	**	5-3-2	2:2	-	-	UuuU	nNuNn
	23	SA	Juventus Turin (5) - US Lecce (17)	7-2-1	1:1	2:1	1:0	snNsU	NnNnu	
	24	SO	Atalanta Bergamo (3) - FC Bologna (4)	5-3-2	1:1	0:2	1:2	uSnNn	ssSsS	
	25	SO	Hellas Verona (14) - CFC Genua 1893 (12)	*	3-3-4	2:0	-	1:2	NrSuU	uUsNs
	26	SO	AC Florenz (8) - Parma Calcio (16)	6-2-2	1:1	-	-	-	sNssU	NuUuu
	27	SA	Real Sociedad San Sebastian (8) - RCD Mallorca (10)	5-3-2	0:1	1:0	1:0	1:0	NnUsS	uUsNn
1. Liga Spanien	28	SA	FC Getafe (11) - UD Las Palmas (19)	5-3-2	2:1	-	3:3	NsSsS	UNuUn	
	29	SA	Celta Vigo (7) - Espanyol Barcelona (16)	6-2-2	1:3	2:2	-	UsSuS	SuNuS	
	30	SA	CD Leganes (18) - FC Barcelona (1)	1-2-7	1:0	-	-	NsNnN	sSssu	
	31	SO	CA Osasuna (14) - Girona FC (13)	*	4-3-3	0:4	2:1	2:4	NunNU	uUuNn
	32	SO	Deportivo Alaves (17) - Real Madrid (2)	2-2-6	2:3	-	0:1	0:1	UsUnS	NsSsn
1. Liga Frankreich	33	SA	Toulouse FC (11) - Lille OSC (7)	3-3-4	1:2	0:2	3:1	SuNnN	NsNsN	
	34	SA	RC Strasbourg Alsace (4) - OGC Nizza (6)	3-3-4	1:2	2:0	1:3	SsSsS	SnuNn	
	35	SO	AS Saint-Etienne (17) - Stade Brestois (8)	3-3-4	0:4	-	-	unUnN	NsuSs	
	36	SO	Angers SCO (14) - Montpellier Herault SC (18)	4-3-3	3:1	2:1	-	-	nNnnN	NnNnN
	37	SO	Le Havre AC (15) - Stade Rennais FC (12)	*	2-3-5	0:1	-	0:1	SuNsS	SnNsN
	38	SA	FC Ingolstadt 04 (5) - Hannover 96 II (19)	6-3-1	4:0	-	-	-	NnSsU	NUsUn
	39	SA	SpVgg Unterhaching (20) - VfB Stuttgart II (17)	2-2-6	2:3	-	-	-	UnNnN	snSsN
3. Liga	40	SA	Rot-Weiss Essen (13) - FC Erzgebirge Aue (9)	*	3-4-3	1:2	2:1	1:1	sNuNs	sNnNs
	41	SA	Hansa Rostock (8) - SC Verl (6)	3-4-3	0:1	-	-	-	ssNuN	sSnsS
	42	SA	SG Dynamo Dresden (1) - VfL Osnabrück (14)	6-2-2	3:0	3:2	-	-	SuUsS	nSnSu
	43	SA	Alemannia Aachen (12) - SV Sandhausen (18)	4-4-2	0:4	-	-	-	nSsSn	uNnNn
	44	SO	Waldhof Mannheim (15) - TSV 1860 München (11)	3-4-3	0:3	3:1	1:0	1:0	NsSuU	sUsNs
	45	SO	Borussia Dortmund II (16) - Energie Cottbus (2)	2-2-6	3:3	-	-	-	NuUuU	NuSsN

* = remisverdächtig ** = stark remisverdächtig

Borussia Dortmund schießt sich aus der Krise. Mit dem 4:1-Auswärtserfolg in Freiburg bleiben die Westfalen weiter im Rennen um die Europapokal-Plätze. Es war der zweite Sieg in Serie für das Team um Kapitän Emre Can. Am kommenden Spieltag müssen die Westfalen auswärts beim FC Bayern München ran (TOTO-Spiel Nr. 1). Der Rekordmeister hatte im bayerischen Duell gegen den FC Augsburg einen Arbeitssieg gefeiert. Die drei Punkte waren teuer erkauft. Nationalspieler Jamal Musiala (Foto) zog sich einen Muskelbündelriss zu und droht, mehrere Wochen auszufallen. Der kreative Kopf dürfte für die Münchner bei den kommenden Aufgaben schwer zu ersetzen sein.



Foto: picture alliance/dpa/Reuterfoto

TOTO-Ergebnisse vom 05./06.04.2025

	Ergebnis	Tipp
1	SV Werder Bremen - Eintracht Frankfurt	2:0 1
2	RB Leipzig - TSG 1899 Hoffenheim	3:1 1
3	1. FC Heidenheim 1846 - Bayer 04 Leverkusen	0:1 2
4	SC Freiburg - Borussia Dortmund	1:4 2
5	1. FSV Mainz 05 - Holstein Kiel	1:1 0
6	VfL Bochum 1848 - VfB Stuttgart	0:4 2
7	FC St. Pauli - Borussia Mönchengladbach	1:1 0
8	1. FC Union Berlin - VfL Wolfsburg	1:0 1
9	1. FC Köln - Hertha BSC	0:1 2
10	FC Schalke 04 - SSV Ulm 1846	2:1 1
11	SV Elversberg - SSV Jahn Regensburg	6:0 1
12	1. FC Magdeburg - 1. FC Kaiserslautern	2:0 1
13	Manchester United - Manchester City	0:0 0

14	1:1*	21	3:1	28	1:2	35	0:2	42	1:1
15	2:1	22	1:3	29	1:1	36	0:1	43	0:1
16	1:2	23	2:2	30	1:3	37	0:1	44	3:3
17	2:2	24	1:1	31	1:2	38	3:1	45	1:3
18	2:1	25	0:0	32	2:1	39	2:1		
19	0:0	26	1:1	33	2:1	40	2:2		
20	3:2	27	0:1	34	1:0	41	5:1		

grün = Gewinnspiele Auswahlwette 6aus45, * = Zusatzspiel, E = Ersatzauslosung

Wichtig für den TOTO-Wettbewerb vom 12./13.04.2025

Spiele 1-13 = 13er Ergebniswette
 Spiele 1-45 = 6aus45 Auswahlwette
 Spiele 1-45 = Meisterschaftsspiele
 Spiele 1-8 = 1. Bundesliga
 Spiele 9-12 = 2. Bundesliga
 Spiel 13-33-37 = 1. Liga Frankreich
 Spiele 14-21 = 1. Liga England
 Spiele 22-26 = 1. Liga Italien
 Spiele 27-32 = 1. Liga Spanien
 Spiele 38-45 = 3. Liga

Form: s/S = Sieg, u/U = Unentschieden, n/N = Niederlage, kleine Buchstaben = Heimspiel, große Buchstaben = Auswärtsspiel, (F) = Frauen. Wertung nach der regulären Spielzeit (Verlängerungen werden nicht berücksichtigt). Zahlen in Klammern = Tabellenstand. Älteste Ergebnisse/Form von links nach rechts.

Wettrunde vom 05./06.04.2025 (14. VA)



Jackpot in Klasse 1:
rund 100.000 Euro

Spieleinsatz	Gewinnreihe	2025	2024	2023	2022	2021	2020	2019	2018	2017	2016	2015	2014	2013	2012	2011	2010
803.134,00 €		1	1	2	2	0	2	0	1	2	1	1	1	1	0		
Klasse 1 (13 Richtige)	2 x	144.655,00 €															
Klasse 2 (12 Richtige)	80 x	1.204,70 €															
Klasse 3 (11 Richtige)	1.293 x	74,50 €															
Klasse 4 (10 Richtige)	10.741 x	11,20 €															

Chance auf den Höchstgewinn: 1 zu 1.594.323



Jackpot in Klasse 1:
rund 100.000 Euro

Spieleinsatz	Gewinnspiele	147.347,85 €	Zusatzspiel	14
Klasse 1 (6)	unbesetzt	80.972,40 €		
Klasse 2 (5+ZS)	unbesetzt	10.121,40 €		
Klasse 3 (5)	8 x	690,60 €		
Klasse 4 (4)	225 x	49,10 €		
Klasse 5 (3+ZS)	330 x	16,70 €		
Klasse 6 (3)	3.889 x	4,70 €		

Chance auf den Höchstgewinn: 1 zu 8.145.060

1. Bundesliga	Sp	T	P	Heim	Ausw				
1. Bayern München	28	81:27	68	12	1	9	4	1	
2. Bayer Leverkusen (M,P)	28	63:34	62	9	3	2	9	5	0
3. Eintracht Frankfurt	28	55:42	48	8	3	3	6	3	5
4. FSV Mainz 05	28	46:32	46	6	5	3	7	2	5
5. RB Leipzig	28	44:35	45	8	4	2	4	5	5
6. Bor. Mönchengladbach	28	45:41	44	7	2	5	6	3	5
7. SC Freiburg	28	38:44	42	8	2	4	4	4	6
8. Borussia Dortmund	28	52:43	41	8	3	3	4	2	8
9. VfB Stuttgart	28	51:44	40	6	2	6	5	5	4
10. Werder Bremen	28	45:53	39	4	4	6	7	2	5
11. FC Augsburg	28	31:39	39	6	4	4	4	5	5
12. VfL Wolfsburg	28	49:42	38	3	6	5	7	2	5
13. 1. FC Union Berlin	28	26:40	33	5	4	5	4	2	8
14. TSG 1899 Hoffenheim	28	34:52	27	3	5	6	3	4	7
15. FC St. Pauli (N)	28	23:34	26	3	4	7	4	1	9
16. 1. FC Heidenheim	28	32:53	22	3	1	10	3	3	8
17. VfL Bochum	28	28:59	20	3	3	8	2	2	10
18. Holstein Kiel (N)	28	39:68	18	3	2	9	1	4	9

1. Bundesliga Formtab. (6 Sp.)	Sp	S	U	N	T	Diff.	P
1. Bayer Leverkusen	6	5	0	1	14:7	7	15
2. Bayern München	6	4	1	1	16:8	8	13
3. Borussia Dortmund	6	4	0	2	15:5	10	12
4. FSV Mainz 05	6	3	2	1	11:8	3	11
5. FC Augsburg	6	3	2	1	7:4	3	11
6. Bor. Mönchengladbach	6	3	1	2	10:9	1	10
7. 1. FC Union Berlin	6	3	1	2	6:10	-4	10
8. Werder Bremen	6	3	0	3	10:11	-1	9
9. RB Leipzig	6	2	2	2	8:6	2	8
10. 1. FC Heidenheim	6	2	2	2	7:8	-1	8
11. SC Freiburg	6	1	3	2	9:8	1	6
12. TSG 1899 Hoffenheim	6	1	3	2	5:7	-2	6
13. Eintracht Frankfurt	6	2	0	4	6:13	-7	6
14. VfB Stuttgart	6	1	2	3	11:11	0	5
15. VfL Wolfsburg	6	1	2	3	4:6	-2	5
16. FC St. Pauli	6	1	2	3	5:9	-4	5
17. Holstein Kiel	6	1	2	3	5:11	-6	5
18. VfL Bochum	6	1	1	4	6:14	-8	4

2. Bundesliga	Sp	T	P	Heim	Ausw				
1. Hamburger SV	28	61:32	52	7	7	0	7	3	4
2. 1. FC Köln (A)	28	42:33	50	7	3	4	8	2	4
3. 1. FC Magdeburg	28	55:41	46	3	7	4	9	3	2
4. 1. FC Kaiserslautern	28	49:43	46	7	5	2	6	2	6
5. SC Paderborn 07	28	47:37	45	7	2	5	5	7	2
6. SV Elversberg	28	51:32	44	8	2	5	4	6	3
7. Fortuna Düsseldorf	28	45:41	44	6	4	5	6	4	3
8. Hannover 96	28	34:27	43	7	6	1	4	4	6
9. 1. FC Nürnberg	28	47:44	41	8	2	4	4	3	7
10. Karlsruher SC	28	46:49	40	7	3	4	4	4	6
11. FC Schalke 04	28	48:50	37	6	2	6	4	5	5
12. Hertha BSC	28	42:44	35	3	2	8	7	3	5
13. Darmstadt 98 (A)	28	47:45	34	6	4	4	3	3	8
14. SpVgg Greuther Fürth	28	40:52	34	5	4	5	4	3	7
15. Preußen Münster (N)	28	28:36	27	3	5	6	3	4	7
16. Eintracht Braunschweig	28	28:52	27	5	4	5	1	5	8
17. SSV Ulm 1846 (N)	28	28:35	23	3	4	6	1	7	7
18. Jahn Regensburg (N)	28	16:61	19	5	3	6	0	1	13

3. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw				
1. Dynamo Dresden	31	59:33	59	9	5	1	8	3	5
2. Energie Cottbus (N)	31	55:39	55	9	4	2	7	3	6
3. Arminia Bielefeld	31	47:32	53	8	4	3	7	4	5
4. 1. FC Saarbrücken	31	44:34	52	8	4	3	6	6	4
5. FC Ingolstadt 04	31	61:49	49	9	5	2	4	5	6
6. SC Verl	31	48:42	49	6	7	3	7	3	5
7. Viktoria Köln	31	49:42	47	10	1	5	4	4	7
8. Hansa Rostock (A)	30	41:37	45	9	5	2	4	1	9
9. Erzgebirge Aue	31	43:49	43	8	3	5	5	1	9
10. SV Wehen Wiesbaden (A)	31	44:48	42	6	3	6	5	6	5
11. TSV 1860 München	31	46:53	42	5	3	7	7	3	6
12. Alemannia Aachen (N)	31	33:34	40	5	8	3	4	5	6
13. Rot-Weiss Essen	31	41:46	40	7	5	4	4	2	9
14. VfL Osnabrück (A)	31	41:47	39	6	4	5	4	5	7
15. SV Waldhof Mannheim	31	37:36	38	7	5	3	2	6	8
16. Borussia Dortmund II	31	44:46	37	6	5	5	3	5	7
17. VfB Stuttgart II (N)	31	41:52	37	9	1	5	1	6	9
18. SV Sandhausen	31	44:52	32	6	2	8	2	6	7
19. Hannover 96 II (N)	31	40:62	27	4	2	9	3	4	9
20. SpVgg Unterhaching	30	34:59	19	3	6	6	0	4	11

3. Liga Formtab. (6 Sp.)	Sp	S	U	N	T	Diff.	P
1. Dynamo Dresden	6	4	2	0	10:3	7	14
2. TSV 1860 München	6	4	1	1	11:4	7	13
3. Arminia Bielefeld	6	4	1	1	12:6	6	13
4. SC Verl	6	4	0	2	11:10	1	12
5. SV Waldhof Mannheim	6	3	2	1	8:6	2	11
6. Hansa Rostock	6	3	1	2	9:5	4	10
7. FC Ingolstadt 04	6	3	1	2	12:11	1	10
8. VfL Osnabrück	6	3	1	2	6:5	1	10
9. Rot-Weiss Essen	6	3	1	2	5:6	-1	10
10. Alemannia Aachen	6	3	0	3	8:5	3	9

11. VfB Stuttgart II	6	3	0	3	9:10	-1	9
12. Erzgebirge Aue	6	3	0	3	7:8	-1	9
13. 1. FC Saarbrücken	6	2	2	2	6:8	-2	8
14. Viktoria Köln	6	2	1	3	8:9	-1	7
15. Energie Cottbus	6	2	1	3	7:11	-4	7
16. Hannover 96 II	6	1	2	3	11:14	-3	5
17. SV Wehen Wiesbaden	6	1	2	3	5:9	-4	5
18. Borussia Dortmund II	6	0	4	2	4:6	-2	4
19. SV Sandhausen	6	0	1	5	7:13	-6	1
20. SpVgg Unterhaching	6	0	1	5	5:12	-7	1

England 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw				
1. FC Liverpool (L)	31	72:30	73	12	2	1	10	5	1
2. FC Arsenal	31	56:26	62	10	4	1	7	7	2
3. Nottingham Forest	31	51:37	57	9	4	2	8	2	6
4. FC Chelsea	31	54:37	53	9	4	2	6	4	6
5. Manchester City (M)	31	57:40	52	9	3	3	6	4	6
6. Aston Villa	31	46:46	51	8	7	1	6	2	7
7. Newcastle United	29	49:39	50	8	2	4	7	3	5
8. FC Fulham	31	47:42	48	7	5	4	6	4	5
9. Brighton & Hove Albion	31	49:47	47	6	6	3	6	5	5
10. AFC Bournemouth	31	51:40	45	6	3	6	6	6	4
11. Crystal Palace	30	39:35	43	5	5	6	6	5	3
12. FC Brentford	31	51:47	42	7	4	5	5	2	8
13. Manchester United (P)	31	37:41	38	6	3	7	4	5	6
14. Tottenham Hotspur	31	58:45	37	6	3	7	5	1	9
15. FC Everton	31	33:38	35	4	8	4	3	6	6
16. West Ham United	31	35:52	35	5	3	8	4	5	6
17. Wolverhampton Wanderers	31	43:59	32	4	2	9	5	3	8
18. Ipswich Town (N)	31	31:65	20	1	4	11	3	4	8
19. Leicester City (N)	30	25:67	17	2	3	10	2	2	11
20. FC Southampton (N)	31	23:74	10	1	2	12	1	2	13

Frankreich 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw				
1. Paris Saint-Germain (M,P)	28	80:26	74	12	2	0	11	3	0
2. Olympique Marseille	28	57:38	52	7	4	3	9	0	5
3. AS Monaco	28	54:35	50	10	2	2	5	3	6
4. Racing Straßburg	28	46:35	49	8	4	1	6	3	6
5. Olympique Lyon	28	54:38	48	9	2	3	5	4	5
6. OGC Nizza	28	52:35	47	8	4	2	5	4	5
7. OSC Lille	28	42:30	47	9	3	2	4	5	5
8. Stade Brest	28	44:43	43	8	3	3	5	1	8
9. RC Lens	28	32:30	42	6	2	6	6	4	4
10. AJ Auxerre (N)	28	39:39	38	7	5	2	3	3	8
11. FC Toulouse	28	37:36	34	4	4	6	5	3	6
12. Stade Rennes	28	38:38	32	7	1	7	3	1	9
13. FC Nantes	28	33:47	30	4	4	5	3	5	7
14. SCO Angers (N)	28	26:46	27	3	2	9	4	4	6
15. AC Le Havre	28	31:57	27	3	1	10	5	2	7
16. Stade Reims	28	29:42	26	3	4	8	3	4	6
17. AS St. Étienne (N)	28	28:64	23	5	2	6	1	3	11
18. Montpellier HSC	28	21:64	15	3	3	9	1	0	12

Italien 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw				
1. Inter Mailand (M)	31	69:30	68	11	3	1	9	5	2
2. SSC Neapel	30	47:24	64	11	2	2	8	5	2
3. Atalanta Bergamo	31	63:30	58	7	4	4	10	3	3
4. FC Bologna	30	50:34	56	9	5	1	6	6	3
5. Juventus Turin (P)	31	47:29	56	8	7	1	6	7	2
6. Lazio Rom	31	52:42	55	7	6	2	9	1	6
7. AS Rom	31	46:31	53	10	2	4	5	6	4
8. AC Florenz	31	49:32	52	10	3	3	5	4	6
9. AC Mailand	31	47:37	48	7	7	2	6	2	7
10. FC Turin	31	36:36	40	5	6	4	4	7	5
11. Udinese Calcio	31	36:42	40	7	2	6	4	5	7
12. CFC Genua	31	29:38	38	5	7	4	4	4	7
13. AC Como (N)	31	39:48	33	5	5	5	3	4	9
14. Hellas Verona	31	30:59	31	4	2	9	5	2	9
15. Cagliari Calcio	31	31:44	30	5	4	7	2	5	8
16. Parma Calcio (N)	31	37:51	27	4	5	7	1	7	7
17. US Lecce	31	22:50	26	3	6	7	3	2	10
18. FC Empoli	31	24:47	24	1	6	8	3	6	7
19. FC Venedig (N)	31	24:44	21	3	5	7	0	7	9
20. AC Monza	31	25:55	15	1	5	10	1	4	10

Spanien 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw				
1. FC Barcelona	30	83:29	67	11	1	3	10	3	2
2. Real Madrid (M)	30	63:31	63	12	1	2	7	5	3
3. Atlético Madrid	30	49:24	60	10	4	1	7	5</	

Briegels TOTO-Tipp



Foto: Imago

„Die Walz von der Pfalz“ spielte in der Fußball-Bundesliga für den 1. FC Kaiserslautern und in Italien für Hellas Verona und Sampdoria Genua. Für uns tippt er die Begegnungen der Woche.

Analyse zu Spiel 1:



FC Bayern München
–
Borussia Dortmund



Mein Tipp: 3:2 | 1

Verletzungssorgen beim Rekordmeister – und das ausgerechnet in der entscheidenden Phase der Saison. Trotz dieser Herausforderungen konnte der FC Bayern zuletzt mit einem 3:1-Sieg gegen den FC Augsburg wichtige Punkte im Titelrennen sichern. Dortmund hingegen präsentierte sich in den vergangenen beiden Partien stabiler, doch wie schnell diese Form wieder kippen kann, haben die Schwarzgelben in dieser Saison bereits mehrfach unter Beweis gestellt. Ein Duell also, in dem viel von der Tagesform abhängt.

Analyse zu Spiel 4:



Borussia M'gladbach
–
SC Freiburg



Mein Tipp: 3:1 | 1

Borussia Mönchengladbach kam zuletzt nicht über ein 1:1 gegen den FC St. Pauli hinaus, während der SC Freiburg eine deutliche 1:4-Niederlage gegen Borussia Dortmund hinnehmen musste. Für beide Teams zählt nun jeder Punkt im Kampf um die internationalen Plätze – ein Unentschieden wäre zu wenig, denn die Konkurrenz sitzt ihnen dicht im Nacken. Umso wichtiger wird es sein, in diesem direkten Duell ein klares Zeichen zu setzen und die eigenen Ambitionen zu untermauern.

Analyse zu Spiel 7:



VfB Stuttgart
–
SV Werder Bremen



Mein Tipp: 3:1 | 1

Der VfB Stuttgart hat eine erfolgreiche Woche hinter sich: Nach dem Einzug ins DFB-Pokalfinale gewannen die Schwaben auch in der Bundesliga deutlich mit 4:0 beim VfL Bochum. Auch Werder Bremen kann zufrieden sein: Mit einem 2:0-Heimsieg gegen Eintracht Frankfurt wahrte das Team die Chance auf einen Europapokal-Platz. Nun treffen die Tabellenachbarn direkt aufeinander, und beide Mannschaften haben die Gelegenheit, Boden auf die oberen Tabellenränge gutzumachen.

Nr.	Begegnung	Tipp
1	FC Bayern München – Borussia Dortmund	1
2	Bayer 04 Leverkusen – 1. FC Union Berlin	1
3	TSG 1899 Hoffenheim – 1. FSV Mainz 05	2
4	Borussia M'gladbach – SC Freiburg	1
5	VfL Bochum 1848 – FC Augsburg	1

Nr.	Begegnung	Tipp
6	Holstein Kiel – FC St. Pauli	0
7	VfB Stuttgart – SV Werder Bremen	1
8	Eintracht Frankfurt – 1. FC Heidenheim 1846	1
9	1. FC Kaiserslautern – 1. FC Nürnberg	1
10	SC Paderborn 07 – Fortuna Düsseldorf	1

Nr.	Begegnung	Tipp
11	Preußen Münster – Karlsruher SC	0
12	SSV Jahn Regensburg – FC Schalke 04	2
13	AS Monaco – Olympique Marseille	1

Der verbindliche Annahmeschluss für die TOTO 13er Ergebniswette ist am Samstag, 12. April 2025, um 15:00 Uhr.

Rezept der Woche

Ostertorte mit Schokoladeneiern

Zutaten (für 10 Stücke)

Für die Böden:

80 g	Zartbitterschokolade
2 EL	Kakaopulver
1 Prise	Salz
1 TL	Backpulver
300 g	Mehl + etwas für die Formen
3	Eier
2 EL	Vanillezucker
150 g	Zucker
200 g	weiche Butter + etwas für die Formen
3-4 EL	Milch

Zum Füllen und Verzieren:

4 EL	Orangensaft
150 g	Butter (zimmerwarm)
1 EL	Speisestärke
1 EL	Zitronensaft
50 g	Zucker
250 g	frische Erdbeeren
	Zuckerperlen
	Zuckerblüten
	Schokoladen-Ostereier

So wird's gemacht

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Zwei Springformen (circa 20 cm Durchmesser) mit Butter einfetten und mit Mehl ausstreuen. Die Schokolade hacken und über einem Wasserbad schmelzen lassen. Für die Böden die Butter mit Zucker und Vanillezucker cremig rühren. Die Eier nacheinander unterrühren. Das Mehl mit Backpulver, Salz und Kakao mischen, über die Masse sieben und unterheben. Die flüssige Schokolade mit der Milch einrühren. Den Teig gleichmäßig auf die vorbereiteten Springformen verteilen, glattstreichen und im heißen Ofen circa 35 Minuten backen (Stäbchenprobe machen). Herausnehmen, kurz abkühlen lassen, aus den Formen stürzen und vollständig auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Für die Buttercreme-Füllung die Erdbeeren waschen, putzen und pürieren. Das Püree durch ein feines Sieb streichen und mit Zucker, Zitronensaft und Spei-

sestärke in einen Topf geben. Unter Rühren aufkochen, bis die Masse eindickt. Anschließend auf Zimmertemperatur abkühlen lassen. Die Butter weiß-cremig aufschlagen und nach und nach die Erdbeermasse unterrühren. Falls nötig, kurz kaltstellen. Einen Kuchenboden mit Orangensaft beträufeln und mit der Buttercreme bestreichen. Den zweiten Boden daraufsetzen und die Torte rundherum mit der restlichen Creme einstreichen. Mindestens eine Stunde kaltstellen. Vor dem Servieren mit Schokoladen-Ostereiern, Zuckerblüten und Zuckerperlen dekorieren.



Foto: Cookbutler.com

Ihr Wochen-Horoskop



Steinbock 22.12.–20.01.

Es bieten sich in dieser Woche vielversprechende berufliche Chancen. Nutzen Sie diese.



Wassermann 21.01.–19.02.

Aktivitäten an der frischen Luft machen Ihnen viel Spaß. So können Sie vom Alltagsstress abschalten.



Fische 20.02.–20.03.

Lassen Sie die Arbeit ruhen, denn es stehen Tage des Genießens und der Harmonie an.



Widder 21.03.–20.04.

Die Liebessterne stehen günstig. Überraschen Sie Ihren Liebingsmenschen mit einem romantischen Dinner.



Stier 21.04.–20.05.

Lassen Sie sich in Finanzdingen nicht beeinflussen. Prüfen Sie die vorliegenden Angebote genau.



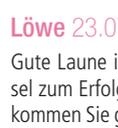
Zwillinge 21.05.–21.06.

Ihr Elan wirkt ansteckend auf Ihr Umfeld. Nutzen Sie jetzt Ihre Möglichkeiten optimal aus.



Krebs 22.06.–22.07.

Einigkeit macht stark, auch am Arbeitsplatz und privat. Es geht Ihnen zurzeit blendend.



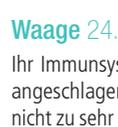
Löwe 23.07.–23.08.

Gute Laune ist der ultimative Schlüssel zum Erfolg. Im beruflichen Umfeld kommen Sie gut zurecht.



Jungfrau 24.08.–23.09.

Kompromisse sind für Sie momentan nicht drin. Derzeit gilt das Motto „entweder ... oder“.



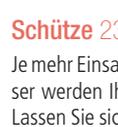
Waage 24.09.–23.10.

Ihr Immunsystem ist zurzeit ziemlich angeschlagen. Setzen Sie sich selbst nicht zu sehr unter Druck.



Skorpion 24.10.–22.11.

Sie können momentan Kontakte knüpfen, die Ihnen in Zukunft weiterhelfen könnten. Vertrauen Sie darauf.



Schütze 23.11.–21.12.

Je mehr Einsatz Sie bringen, umso besser werden Ihre Ergebnisse ausfallen. Lassen Sie sich nicht ablenken.



Dr. Flemmer Gesundheitsserie

Jung bleiben und gesund altern

Wie bleibt man auch im Alter fit und voller Lebensfreude? Welche Maßnahmen helfen, den Körper gesund zu halten und typische Alterskrankheiten zu vermeiden? In dieser Ausgabe stellen wir zwei Ratgeber von Dr. Andrea Flemmer vor, die wertvolle Tipps für ein vitales Leben bieten. Zudem gibt es wieder eine Buchverlosung!

Blutzuckerwerte verstehen – Diabetes heilen

Unsere Ernährung beeinflusst maßgeblich den Blutzuckerspiegel – und damit auch das Risiko, an Diabetes zu erkranken. Während die WHO maximal 50 g Zucker pro Tag empfiehlt, liegt der Durchschnittskonsum in Deutschland bei 95 g. Die Folge? Steigende Diabeteszahlen!

Doch es gibt gute Nachrichten: Diabetes Typ 2 ist durch gezielte Ernährung und Bewegung vermeidbar – und oft sogar heilbar. Ernährungswissenschaftlerin Dr. Andrea Flemmer zeigt praxisnah, wie sich der Blutzucker natürlich senken lässt und welche Lebensmittel dabei helfen. Von der Funktion der Bauchspeicheldrüse über Insulinresistenz bis hin zu leckeren Rezepten für den Alltag – dieser Ratgeber bietet umfassende Informationen für ein gesundes Leben ohne Diabetes. Wer den Zuckerkonsum reduziert und auf eine ausgewogene Ernährung achtet, kann nicht nur Diabetes vermeiden, sondern auch neue Energie gewinnen. Ein wertvoller Begleiter für alle, die sich aktiv um ihre Gesundheit kümmern möchten.



Das Geheimnis, jung zu bleiben und alt zu werden

Altern ist ein natürlicher Prozess – doch wie können wir ihn positiv gestalten? Dr. Andrea Flemmer und Friedrich Graf haben zehn praxiserprobte Strategien entwickelt, um den Alterungsprozess zu verlangsamen und die Lebensqualität zu erhalten. Von gesunder Ernährung über Bewegung bis hin zur mentalen Fitness – dieses Buch zeigt auf verständliche Weise, worauf es ankommt. Ein Blick auf Okinawa, die „Insel der Hundertjährigen“, zeigt: Langlebigkeit hat viele Bausteine. Mit den richtigen Maßnahmen können Gelenkprobleme, Diabetes und Demenz aktiv vermieden werden – für ein unbeschwertes und gesundes Leben bis ins hohe Alter.



i Mehr unter goldegg-verlag.com

Zu gewinnen

Das glüXmagazin verlost je vier Exemplare der hier vorgestellten Bücher. Sie möchten gewinnen? Dann beantworten Sie folgende Frage: **Welche Erkrankung kann durch eine bewusste Ernährung vermieden oder sogar geheilt werden?** Die Versandadresse, den Einsendeschluss sowie die Teilnahmebedingungen finden Sie auf Seite 9. Bitte geben Sie auch an, welches Buch Sie gewinnen möchten. Kennwort: Flemmer.



Mainzer Hofsänger und Django Reinhardt geben Konzerte für den guten Zweck

Musikgenuss trifft Mitgefühl

Ein Wochenende voller Musik und Menschlichkeit: In Kooperation mit Lotto Rheinland-Pfalz fanden am ersten Aprilwochenende gleich drei Benefizkonzerte statt, die nicht nur das Publikum bewegten, sondern auch beeindruckende 27.500 Euro für wohltätige Zwecke einspielten.



Scheckübergabe in Bad Kreuznach (von links): Moderatorin Angelina Kappler, Oberbürgermeister Emanuel Letz, Steffi Meffert (Kinderschutzbund Bad Kreuznach) sowie der Vorsitzende des Lotto-Stiftungsvorstandes Magnus Schneider.

teilt: Jeweils 3.000 Euro gingen an die Fördervereine der KITA St. Christopherus, der Freiwilligen Feuerwehr sowie der Burrweiler St. Annakapelle.



Bei der Scheckübergabe in Burrweiler: Ortsbürgermeister Christian Weber (Mitte) und Dieter Noppenberger (Lotto Rheinland-Pfalz, 4. v. re.) bei der Scheckübergabe.

Besonderes Augenmerk lag auf dem Konzert der Mainzer Hofsänger am Sonntag in Idar-Oberstein. In der voll besetzten Kirche St. Bonifatius war die frisch gewählte Bundestagspräsidentin Julia Klöckner als Schirmherrin vor Ort. Organisiert von der Katholischen Pfarrgemeinde Nahe Glan, kam der Erlös von 10.000 Euro dem Projekt „Musikalische kulturelle Begegnungen der Generationen“ zugute – ein Vorhaben, das die Verbindung zwischen Jung und Alt durch gemeinsame musikalische Erlebnisse stärkt.

Weltmusik trifft Engagement

Parallel dazu luden Django Reinhardt und Orchester am Samstagabend ins Parkhotel Kurhaus in Bad Kreuznach ein. Unterstützt von den GordiSingers aus Planig und Torino Reinhardt, begeisterten die Musiker mit einem Abend voller Swing und Weltmusik. 8.500 Euro kamen zusammen – ein Betrag, der in vollem Umfang dem Kinderschutzbund, Orts- und Kreisverband Bad Kreuznach, übergeben wurde.

Ob klassische Chormusik oder mitreißende Weltmusik – die Konzerte zeigten eindrucksvoll, wie kulturelles Engagement mit sozialer Verantwortung Hand in Hand gehen kann.

Chorklang für die gute Sache

Bereits am Samstagabend hatten die Mainzer Hofsänger ihr erstes Konzert nach der Karnevalssaison in Burrweiler gegeben. In der bis auf den letzten Platz gefüllten Kirche sang sich das Ensemble schnell in die Herzen des Publikums. Die Ortsgemeinde Burrweiler unter Federführung von Ortsbürgermeister Christian Weber zeichnete für die Organisation verantwortlich. Der Reinerlös von 9.000 Euro wurde gerecht aufge-



Umrahmt von den Mainzer Hofsängern in Idar-Oberstein: Bundestagspräsidentin Julia Klöckner (Mitte), Lotto-Geschäftsführer Jürgen Häfner (am Scheck, Mitte) sowie der stellv. Lotto-Aufsichtsratsvorsitzende Walter Desch (4. v. re.).

MOIN IN OSTFRIESLAND

Insel Norderney und Ostfriesische Küste



© Nordreisender, stock.adobe.com

1.565,- € p. P. im DZ

Einzelzimmerzuschlag 53,- €

8 Tage: 18.05. – 25.05.2025
21.09. – 28.09.2025

Inklusivleistungen

- Fahrt im modernen Reisebus
- 7x Übernachtung inkl. Frühstücksbuffet im 4-Sterne Hotel Regina Maris in Norden-Norddeich
- 7x Abendessen als 3-Gang-Wahlmenü
- Ganztägige Reiseleitung bei Ausflug „Emden – Greetsiel“, „Neuharlingersiel – Jever“ und „Aurich – Wiesmoor“
- Schifffahrt Norderney hin und zurück inkl. Gästebeitrag
- Inselrundfahrt Norderney
- Eintritt Blumenhalle Wiesmoor
- Durchgehende BOHR-Reisebegleitung
- Kurtaxe
- Haustürabholung bzw. Anreisebonus

Reiseverlauf

1. Tag | Anreise

2. Tag | Insel Norderney

3. Tag | Freizeit

4. Tag | Emden – Greetsiel

Nach einem geführten Spaziergang durch die Stadt haben Sie Zeit zur freien Verfügung. Vielleicht besuchen Sie das Otto-Huus?

5. Tag | Neuharlingersiel – Jever

Fahrt nach Aurich – in die „heimliche Hauptstadt“ Ostfrieslands mit ihrem historischen, aber gleichzeitig auch modernen Zentrum.

7. Tag | Freizeit

8. Tag | Heimreise

TOSKANA UND INSEL ELBA

Zwischen Weinbergen und Zypressen



© Vojtech Herout, stock.adobe.com

1.495,- € p. P. im DZ

Einzelzimmerzuschlag 190,- €

8 Tage: 26.05. – 02.06.2025
25.08. – 01.09.2025

Inklusivleistungen

- Fahrt im modernen Reisebus
- 1x HP im 4-Sterne Hotel im Raum Mailand (Landeskategorie)
- 6x HP im 4-Sterne Hotel Villa delle Rose in Pescia (Landeskategorie)
- Stadtführungen in Mailand, Lucca, Pisa, Viareggio, Florenz, San Gimignano und Siena
- Ganztägige Reiseleitung am 3., 4. und 6. Tag
- Audiogeräte in Mailand, Florenz und Siena
- Fährüberfahrt Insel Elba und zurück
- Weinprobe inkl. kleinem Imbiss
- Fahrt mit der Bimmelbahn in Pisa
- Durchgehende BOHR-Reisebegleitung
- Kurtaxe
- Haustürabholung bzw. Anreisebonus

Reiseverlauf

1. Tag | Anreise Raum Mailand

2. Tag | Mailand – Pescia

Mailand, Italiens heimliche Hauptstadt, präsentiert sich mit einmaligen Architektur- und Kunstschätzen und seinem majestätischen Dom.

3. Tag | Lucca – Weinprobe – Pisa

4. Tag | Siena – San Gimignano

5. Tag | Viareggio – Freizeit am Meer

6. Tag | Insel Elba

7. Tag | Florenz

Eine der wohl bedeutendsten Kunstmetropolen der Welt steht auf dem Programm.

8. Tag | Heimreise

FRIAUL

Zwischen Adria und Alpen



© rh2010, stock.adobe.com

1.499,- € p. P. im DZ

Einzelzimmerzuschlag 210,- €

8 Tage: 03.06. – 10.06.2025

Inklusivleistungen

- Fahrt im modernen Reisebus
- 7x HP im 4-Sterne Hotel Meridianus in Lignano Sabbiadoro (Landeskategorie)
- Strandservice
- Ganztägige Reiseleitung bei Ausflug „Grado und Aquileia“, „Triest und Schloss Miramare“, „Udine und San Daniele“, „Gorizia und Cividale del Friuli“, und „Schloss Duino, Rilkeweg und Palmanova“
- Eintritt inkl. Kopfhörer in der Basilika von Aquileia und im Schloss Miramare
- Weinprobe mit kleinem Imbiss
- Schinkenverkostung in San Daniele
- Eintritt in den Tempietto Longobardo
- Eintritt Schloss Duino
- Durchgehende BOHR-Reisebegleitung
- Kurtaxe
- Haustürabholung bzw. Anreisebonus

Reiseverlauf

1. Tag | Anreise

2. Tag | Grado und Aquileia

3. Tag | Triest und Schloss Miramare

Heute fahren Sie zunächst in die Hauptstadt der Region Friaul-Julisch Venetien – nach Triest. Hier beginnt Ihre Besichtigung an der Piazza dell'Unità, dem vielleicht schönsten Platz Italiens.

4. Tag | Udine und San Daniele

5. Tag | Tag zur freien Verfügung

6. Tag | Gorizia und Cividale del Friuli

7. Tag | Schloss Duino – Rilkeweg – Palmanova

8. Tag | Heimreise

INSEL JUIST

... das Töwerland (Zauberland)



© DirkR, stock.adobe.com

ab 1.349,- € p. P. im DZ

Einzelzimmerzuschlag 120,- €

7 Tage: 03.06. – 09.06.2025
06.10. – 12.10.2025

Inklusivleistungen

- Fahrt im modernen Reisebus
- 6x ÜF im 4-Sterne Nordseehotel Freese in Juist
- Täglich eine Karaffe Granderwasser
- Fährüberfahrt Norddeich – Juist – Norddeich inkl. 1x Koffer und 1x Handgepäck
- Transfer mit der Pferdekutsche: Hafen – Hotel – Hafen
- Inselkutschfahrt
- Nutzung von Schwimmbad, Sauna und Fitnessbereich
- Bademäntel, Badeschlappen und Saunahandtücher im Hotel
- Haustürabholung bzw. Anreisebonus
- Kurtaxe

Reiseverlauf

1. Tag | Anreise

2. Tag | Inselkutschfahrt

Juist ist nicht nur autofrei, sondern sogar Kfz-frei. Hier wird fast alles mit dem Pferdefuhrwerk erledigt. Und so lernen Sie die Insel während einer gemütlichen Spazierfahrt mit der Kutsche kennen.

3. – 6. Tag | Freizeit

Werden Sie eins mit der Natur und gönnen Sie Ihrem Körper, Geist und Seele ein paar unbeschwerte Tage inmitten fast unberührter Natur. Juist gehört zum Nationalpark Niedersächsisches Wattenmeer und hat den Titel UNESCO-Weltnaturerbe.

7. Tag | Heimreise

BOHR GmbH

An der Kreisstraße 2 • 55483 Lautzenhausen
www.bohr.de • reisebuero@bohr.de

Buchungen unter:

Telefon 06543 5019-414

Buchungscode: 2526



Sommerkatalog 2025
kostenlos und
unverbindlich
anfordern.