

## KURZ NOTIERT Sandkreise für Träumer

Sandskulpturen gibt's weltweit, aber Sandkreise? Im US-Bundesstaat Oregon kann man seit Mitte März solche „Circles in the Sand“ bestaunen. Der Künstler Denny Dyke gestaltet zusammen mit Helfern alljährlich riesige Kunstwerke aus Spiralen, geschwungenen Linien, Kurven und Labyrinth. Mehr als 50 Kunstwerke sind es in diesem Jahr an den Stränden von Bandon. Pro „Traumbild“ – so nennt er seine Kunstwerke, die bis 2. September zu sehen sein werden – benötigt er gerade 45 Minuten. Infos unter [www.sandypathbandon.com](http://www.sandypathbandon.com)

## Alpenstadt des Jahres

Die Kleinstadt Morbegno in der Nähe des Comer Sees ist Alpenstadt des Jahres 2019. Das 12.000-Einwohner-Städtchen ist schon länger ein Geheimtipp unter Anhängern des sanften und kulinarischen Tourismus. Den Titel erhält Morbegno aufgrund mehrerer Vorzüge und Bestrebungen, wie die internationale Jury feststellt: „Die Stadt punktet besonders mit ihren Bemühungen für gute Beziehungen zu den umliegenden Berggebieten. Die Dienste, die Morbegno als Schlüsseldestination bereitstellt, sind vielfältig und auf eine nachhaltige Zukunft ausgerichtet.“ So setzt Morbegno auf LED-Beleuchtung in der ganzen Gemeinde, bietet E-Miet-Autos, baut kontinuierlich das Radwegenetz aus, minimiert den Bodenverbrauch oder bewahrt aufwendig historische Palazzi. Die seit 1997 ausgezeichneten Städte arbeiten in einem Verein zusammen. Dem Netzwerk gehören inzwischen 16 Städte aus Slowenien, Deutschland, Österreich, der Schweiz, Italien und Frankreich an. [www.alpenstaedte.org](http://www.alpenstaedte.org)

## Insel mit Tradition

Die Kanalinsel Guernsey pflegt das Erbe. Beim Heritage vom 19. April bis 10. Mai heißt es „Guernsey Encounters – Througout the Ages“. Die Besucher treffen Experten und gehen mit ihnen auf eine Reise durch die Geschichte der Insel, sie erleben Mittelalter, viktorianische Ära, aber auch die Zeit der deutschen Besatzung, wie sie im Kinofilm „Deine Juliet“ erzählt wird. Veranstaltungen mit Vorträgen, Ausstellungen, Aktivitäten und Verkostungen beschäftigen sich mit den einzelnen Epochen. [www.visitguernsey.com](http://www.visitguernsey.com)

## Finne zu mieten

„Mieten Sie sich ihren ganz persönlichen Finnen“, heißt es neuerdings auf der Website von Visit Finland. Acht Einheimische erklären exemplarisch, was den Lebensstil in Helsinki, Lapland oder an einem See ausmacht, und warum man damit glücklich ist. Und sie laden Urlauber ein, für zwei Nächte ihre Glückserlebnisse zu teilen. Bis zum 14. April können sich Interessenten für das Angebot bewerben. Mehr Infos unter [rentafinn.com/de](http://rentafinn.com/de)

Bad Gögging ist in vielerlei Hinsicht ein besonderer Ort: das Heilbad zwischen Altmühltal und Hallertau kann gleich mit drei natürlichen ortseigenen Heilmitteln trumpfen. Das ist einzigartig in Bayern. Der Kurort blickt zudem auf eine geschichtsträchtige Vergangenheit. In der Ortskirche St. Andreas blickt man auf die Überreste des ältesten römischen Heilbades nördlich der Alpen. Denn schon vor 2.000 Jahren entdeckten Kaiser Trajan und seine Truppen die warmen Schwefelquellen als Heilmittel gegen schmerzende Gelenke. Dank der Schwefelquellen erlangte der Kurort 1919 die Auszeichnung „Bad“.

### TRIO FÜR DIE GESUNDHEIT

Um den Kurort dampft es, und manchmal riecht es auch. Der Grund ist gesund: Rund um Bad Gögging sprudeln mehrere Quellen mit einem sehr hohen Gehalt an Sulfid Schwefel von fünf bis sechs Milligramm pro Liter. Arthrose- und Rheumapatienten schwören auf das Heilmittel, das als Badekur die Regeneration der Knorpel unterstützt und entzündliche Gelenkerkrankungen lindert. Auch mit dem zweiten Heilmittel – dem Naturmoor von Bad Gögging – lassen sich viele positive Therapieergebnisse erzielen: Während die warmen Moorpackungen gegen Arthrose, Rheuma oder Gicht angewendet werden, helfen kalte Packungen bei Hauterkrankungen oder lokalen Entzündungen. Bei Gelenkschmerzen und Erschöpfungszuständen sind die auf 42 Grad Celsius temperierten Bäder zu empfehlen. Der entschlackende Effekt des Moores zeigt auch äußerlich seine Wirkung: ein Moor-Peeling strafft und verjüngt die Haut. Da das Naturmoor keinerlei chemische Zusätze enthält und sich obendrein viele Gäste über langanhaltende Schmerzfremheit freuen, erlebt das „Schwarze Gold“ derzeit eine Renaissance. Thermalwasser – das jüngste Heilmittel von Bad Gögging – erzielt durch seinen hohen Anteil an Mineralien wie Kalium und Magnesium nachweislich gute Effekte bei Erschöpfungszuständen. Beim schmerzlosen Treiben im warmen Thermalwasser bleibt der körperliche und seelische Ballast auf der Strecke. Wie eine Studie der Universität Würzburg gezeigt hat, hilft eine Woche Urlaub in Bad Gögging verbunden mit Thermalbädern in der Limes-Therme gegen den Stress des Alltags. Einige Hotels, zum Beispiel das Marc Aurel Spa & Golf Resort, verfügen über hoteleigene Thermalpools.

### ALLES UNTER EINEM DACH

Im Kur- und Urlaubsort Bad Gögging findet man das ganze Spektrum an Entspannung, Bewegung und Gesundheit unter dem Dach der Limes-Therme. Mit 10.000 Quadratmetern Gesamtfläche gehört sie zu den größten Kur- und Erholungsbädern Bayerns. Alles, was gut tut, wird hier geboten: zehn, mit heilemdem Mineral-Thermalwasser ge-

# GEWINNSPIEL Frischekick für Körper und Seele

In der deutschen Bäderlandschaft ist das niederbayerische Bad Gögging etwas Besonderes: Als einziger Kurort in Bayern verfügt der Ort über drei staatlich anerkannte Naturheilmittel: Schwefelwasser, Mineral-Thermalwasser und Naturmoor.



**Erholung:** Das Mineral-Thermalwasser der ortseigenen Quellen erfrischt die Gäste der Limes-Therme. Bad Gögging war schon vor 2.000 Jahren Sitz eines der größten römischen Staatsbäder nördlich der Alpen. FOTO: TOURIST-INFORMATION BAD GÖGGING/DH STUDIO KÖLN

speiste Außen- und Innenbecken, Therapie- und Trainingsbereiche sowie ein Wellnessbereich, eine römische Sauna-Landschaft und eine Totes-Meer-Salzgrotte. Dank der kurzen Wege von den Hotels zur Limes-Therme kann das Auto getrost in der Garage bleiben.

### 100 JAHRE BAD

Seit 1919 trägt das niederbayerische Bad Gögging den Bädertitel. Das 100-jährige Bestehen als offizielles Heilbad wird daher 2019 groß gefeiert. Besucher und Einwohner erwartet ein umfangreiches Programm mit Veranstaltungen, Er-

lebnisführungen, Ausstellungen rund um die Geschichte des Ortes, Vorträge zum Thema Kuren und Baden und Kurkonzerte mit nostalgischer Musik. Der Höhepunkt des Festjahres wird am Wochenende vom 28. bis 30. Juni 2019 gefeiert. Genau 100 Jahre nach der An-

erkennung zum Bad findet das Jubiläumsfest am Ufer der Abens in der romantischen Atmosphäre des alten Kurparks statt.

Weitere Informationen erteilt die Tourist Information Bad Gögging unter Tel. (0 94 45) 9 57 50, [www.bad-goegging.de](http://www.bad-goegging.de)



**Damals:** Blick auf die Abens und die Kirche – um 1920. FOTO: STADTARCHIV ABENSBERG



**Heute:** Moor-Anwendungen erfrischen, entschlacken und straffen die Haut. FOTO: DH STUDIO KÖLN

### GEWINNEN SIE EINEN EXKLUSIVEN WELLNESSURLAUB

Wir verlosen fünf Nächte im MARC AUREL Spa & Golf Resort in Bad Gögging für zwei Personen mit reichhaltigem Vital-Frühstücksbuffet und Abendessen im Rahmen der Halbpension. Die Nutzung der Bäder- und Saunalandschaft, des Fitness-Studios, Leih-Bademantel, Badeschuhe und Badetasche während des Aufenthaltes sind ebenfalls inklusive. Parkmöglichkeiten direkt am Hotel. Eigene Anreise.

Das Modewort Entschleunigung darf durchaus treffend als Synonym für das MARC AUREL Spa & Golf Resort verstanden werden. Dieser herrliche Platz inmitten der Natur, mit seinen geräumigen Zimmern und Suiten, den beiden Restaurants, Café, Bar, Konferenzräumen und dem 2.800 Quadratmeter großen Wellnessbereich, ist ein Königreich für Körper, Geist und

Seele. Das im römischen Stil erbaute Hotel ist eine Hommage an die Römer und insbesondere an den Kaiser Marcus Aurelius. Im wunderbaren Wellnessbereich wirkt die Heilkraft des Thermalwassers im Indoor-Pool. Draußen wartet ein ganzjährig beheizter 50-Meter-Pool auf Sportschwimmer. Neben dem selbstverständlichen Komfort eines mehrfach ausgezeichneten Vier-Sterne-Superior-Hauses bietet das Hotel ein Sport- und Wellnessangebot, das bein-

drückt. Für Golfer besonders wichtig: Der hauseigene 9-Loch-Golfplatz (vom DGV anerkannt) liegt direkt am Hotel.

MARC AUREL Spa & Golf Resort, Tel. (0 94 45) 95 80, [www.marcaurel.de](http://www.marcaurel.de)

Einfach anrufen! Viel Glück!  
**Gewinn-Hotline:**  
**01378 40 20 52**

Der Anruf kostet 50 Cent aus dem Festnetz der Deutschen Telekom (abweichende Preise aus den Mobilfunknetzen). Mitarbeiter dieser Zeitung und ihrer Tochterunternehmen sowie deren Angehörige sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Teilnahmechluss: Freitag, 5. April 2019.



**Hier übernachten die Gewinner:** Im MARC AUREL Spa & Golf Resort in Bad Gögging. FOTO: MARC AUREL

Den Moselanern wird zu Recht eine ausgesprochene Neigung zum Feiern nachgesagt. Eine genussreiche Reise zu den Spitzenlagen der Mosel verspricht das moderne Weinevent „Mythos Mosel“ am 15. und 16. Juni.

30 Weingüter öffnen ihre Höfe und laden mit weiteren Gastwinzern auf einer Strecke von 20 Flusskilometern zwischen Ürzig und Briedel zum Probieren und Diskutieren ein. Weinparties, Winzermenüs und weitere Verkostungen stehen auf dem Programm. Bei diesem Event gilt: Einmal Eintritt zahlen, bei allen Stationen zwanglos probieren. Die Weinlandschaft gibt es gratis dazu! Und gerade beim Wandern lässt sich die Einzigartigkeit der Mosel besonders intensiv erleben.

Der Moselsteig begleitet den gesamten deutschen Mosellauf von Perl an der deutsch-französisch-luxemburgischen Grenze bis zum Deutschen Eck in Koblenz. Auf seiner 365 Kilometer langen Strecke verliert er nie die Nähe zu den Moseldörfern und -städten und verbindet auf 24 Etappen die schönsten Aussichtspunkte, Naturerlebnisse und Sehenswürdigkeiten der Mosel: Europas steilster Weinberg, der Bremmer Calmont, die Burg Eltz und Trier als

## WANDERURLAUB Mythos Mosel

Seit jeher fasziniert das Weinanbaugebiet Mosel mit seiner Landschaft und den dort wachsenden Rieslingreben. All das kann man auf einer Wanderung erleben.



**Auf ins Vergnügen:** Eine Wanderung durch das Weinanbaugebiet Mosel. FOTO: MOSELLANDTOURISTIK GMBH/D. KETZ

Deutschlands älteste Stadt liegen direkt an der Strecke.

Das Wander-Arrangement „Mythos Mosel – Eine Riesling Reise“ der Mosellandtouristik vereint Wander- und Weingenuss in einem fünftägigen Kurzurlaub. Gäste erwandern den Moselsteig auf zwei Etappen und entdecken die Region während der Veranstaltung Mythos Mosel auch in weinkulinarischer Hinsicht.

Umfassende Wanderinformationen gibt es online auf [www.mosellandtouristik.de](http://www.mosellandtouristik.de) und [www.moselsteig.de](http://www.moselsteig.de).

Buchung und Info: Mosellandtouristik, Kordelweg 1, 54470 Bernkastel-Kues, Tel. (0 65 31) 9 73 30, [www.mosellandtouristik.de](http://www.mosellandtouristik.de).