

HOTEL AKZENTe

NIMM
MICH MIT

Mit TV Programm vom 01.10.2022 - 04.11.2022



STILVOLL FEIERN *Silvester*



Koch den Kürbis



Fit + Gesund im Herbst



Städtetrips



Gewinnen Sie zwei Übernachtungen im AKZENT Hotel Laupheimer Hof



Ihr Gewinn

Wer das besondere Etwas in seinem Urlaub sucht, braucht nicht weiter schauen als bis zum **AKZENT** Hotel Laupheimer Hof, denn hier treffen oberschwäbische Herzlichkeit und fernöstliches Flair aufeinander. Durch diese Mischung kreiert Familie Röbller ein ganz besonderes Ambiente, indem sich alle rundum wohlfühlen können.

Zwischen Ulm und Biberach, zwischen Donau und Bodensee, zwischen Oberschwaben und Allgäu liegt Laupheim. Mit 22.000 Einwohnern liegt die gemütliche Stadt in einer traumhaften Landschaft und bietet seinen Besuchern eine großartige Mischung von Kultur und Natur. Im Herzen der Stadt ist das **AKZENT** Hotel Laupheimer Hof, der perfekte Ausgangspunkt, um die vielfältige Region zu erkunden.

Köstliche Tapas und perfekt gegrillte Steaks aus dem Southbend-Grill, sind die Spezialität des Hauses. Damit dieser Genuss nachhaltig bleibt, vertraut der Laupheimer Hof auf Fleisch aus der Region und verzichtet gänzlich auf Massentierhaltung.

Ebenfalls aus der Alltagsroutine entführen nahegelegene Sauna-, Thermen- und Wellnessanlagen. Ob das Vitalium in Bad Wurzach, die Schwabentherme in Aulendorf oder auch das Donaabad Wonnemar in Neu-Ulm – erleben Sie pure Entspannung und traumhafte Erholung.

| | | | | | | | |
|----------------------------------|----------------|-----------------------|-------------------------|--------------------------|-------------------------------|--------|------------------------|
| Sammlung von Schriftstücken | ↘ | Nasenloch des Pferdes | anbau-fähig (...machen) | ↘ | men-schen-ähnliches Säugetier | ↘ | Treib-, Gärungs-mittel |
| boxen, stoßen (ugs.) | ↻ 5 | | | | | | |
| Pferde-rennbahn (engl.) | ↻ 2 | | | | Krüm-mung, Kurve | | Kloster-frau |
| | ↻ 1 | | | | | | |
| Erschütte-rung im Meeres-bereich | rissig, uneben | | | Leichtme-tall (Kurzwort) | | Schwur | |
| | | | | ↻ 4 | | | |
| hinneh-men, aushalten | | ↻ 3 | Flachs, Faser-pflanze | | | | |
| Schrift-stück, Dokument | | | | | | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|



AKZENT Hotel ★★★
Laupheimer Hof

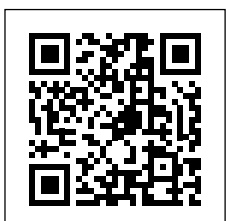
Rabenstraße 13
88471 Laupheim
Telefon: 07392 97 50
Email: info@laupheimer-hof.de
www.laupheimer-hof.de



Ihre Gastgeber
Familie Röbller



IMMER TOP INFORMIERT
Newsletter jetzt abonnieren



AUSFÜLLEN UND EINSENDEN:

Lösungswort:

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

Viel Glück!

SPIELREGELN

Gewinnen Sie zwei Übernachtungen inkl. Frühstück im Doppelkomfortzimmer im **AKZENT** Hotel Laupheimer Hof in Laupheim! Senden Sie Ihre Lösung bis zum 03.11.2022 handschriftlich unter Angabe Ihrer Anschrift und eMail-Adresse an: **AKZENT** Marketingzentrale - Stichwort „Kreuzworträtsel“ - Spitalstraße 1 - 38640 Goslar oder per Mail an info@akzent.de mit dem Betreff „Kreuzworträtsel“. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Liebe Leserinnen und Leser,

Schneller als gedacht ist sie wieder da - die kalte Jahreszeit! Die gruselige und spaßige Halloween Nacht. Der Nachspaziergang mit den selbstgebastelten Laternen. Das Hüpfen durch die Laubhaufen. Das kreative Schneiden von Kürbisgesichtern. Das Rodeln durch den Schnee, oder auch das Schlittschuhfahren auf dem Eis und das Anzünden von Wunderkerzen, macht die Jahreszeit so schön.

Passend dazu handelt es sich in dieser Ausgabe darum fit & gesund durch den Herbst zu kommen und den Jahreswechsel stillvoll in unseren **AKZENT** Hotels zu feiern. Für kalte und verregnete Tage haben wir leckere Rezeptideen rund um den Kürbis, um die Schlechtwetter Laune zu vertreiben. Außerdem finden Sie hier auch großartige Inspiration für den perfekten Start ins neue Jahr.

Besonders an den schönen Tagen dieser Jahreszeit sind Städte-trips optimal, da sich die vielen Ecken bei angenehmen Herbst-temperaturen am besten Erkunden lassen. Ab Seite 16 finden Sie ein paar wunderschöne Destinationen, um einen wunderschönen Herbsttag voll auszukosten.

Wir wünschen Ihnen wieder viel Spaß beim Lesen der aktuellen **AKZENTe**. Lassen Sie sich inspirieren! Genießen Sie diese Jahreszeit und bleiben Sie Gesund!

Luna Sperling

Ihre Luna Sperling

10 | Essen & Trinken
Koch den Kürbis

Inhaltsverzeichnis

2

Rätsel

Kreuzwörterrätsel mit tollen Preisen

Wissenswertes

Herbst

13

4

Silvester in den AKZENT Hotels

Den Jahreswechsel stilvoll feiern

Gesundheit & Fitness

Fit und Gesund im Herbst

14

7

Nachhaltigkeit

Im Urlaub die Welt retten!

Lifestyle

Unterwegs in Deutschland – Städtetrips

16

8

Hotelpotrait

Laupheimer Hof

Superheld des Monats

Trauben

20

10

Essen & Trinken

Koch den Kürbis

Fernsehprogramm

Vom 01. Oktober bis 04. November 2022

20



Silvester
DEN JAHRESWECHSEL STILVOLL FEIERN

Viele Menschen haben besonders bei den Feierlichkeiten zum Jahreswechsel hohe Erwartungen, die meistens leider oft nicht erfüllt werden. Warum also nicht mal die Party sausen lassen und das neue Jahr mit einer entspannten Auszeit beginnen? Der Jahreswechsel lässt sich auch nutzen, um zum Beispiel eine neue Region oder Stadt zu entdecken oder die freien Tage mit einem Wellnesswochenende voll auszukosten, um so mit voller Energie in das neue Jahr zu starten. Klingt super? Dann lieber schnell aktiv werden, denn besonders zu Silvester sind Städtereisen beliebt und die Hotels der **AKZENT** Kooperation schnell ausgebucht. Die Gastgeber in den ausgewählten Hotels erleichtern die Silvesterplanung, denn mit den **AKZENT** Hotel Arrangements erwarten die Gäste echte „Rundum-Sorglos-Pakete“. Damit ist ein guter Rutsch garantiert!

SILVESTER: ALTER, HEIDNISCHER BRAUCH

Wie so viele Feste, die wir heutzutage feiern, gehen auch die Feierlichkeiten zum Jahreswechsel auf die Heiden zurück. Als Heiden bezeichneten die Christen damals alle Volksstämme, die nicht christlichen Glaubens waren, unter anderem zum Beispiel die Germanen. Diese glaubten, dass ihr Kriegsgott Wotan besonders in den dunklen Nächten zwischen den Jahren sein Unwesen treibt. Der 31. Dezember liegt genau in der Mitte der sogenannten „Rauhnächte“ in der er am wenigsten Tageslicht gibt und die Germanen waren sich sicher, dass Wotan, diese Nacht nutze, um mit einem Heer von Gespenstern umherzuziehen.

Um Wotan und die Gespenster fernzuhalten, feierten die Germanen also ein besonders wildes und lautes Fest. So wurden wahrscheinlich Feuer entzündet und viel Lärm gemacht, um die bösen Geister zu vertreiben. Von diesem Kult der Germanen wurde einiges bis zu unserer heutigen Zeit beibehalten. So feiern wir nicht nur immer noch den Jahreswechsel, sondern auch die Tradition der Silvesterknaller und des Feuerwerks gehen wohl darauf zurück. Der beliebte Brauch des Bleigießens stammt dagegen noch von den alten Römern. Dazu wird Blei mithilfe eines Löffels über einer Flamme erhitzt und zum Abkühlen in Wasser gegeben. Dadurch formt es sich zu einer Figur, die bestimmte Bedeutungen hat und die Zukunft voraussagen soll. Ursprünglich handelt es sich beim Bleigießen allerdings nicht um eine Silvestertradition. Vielmehr sollten damit Prognosen für Feldzüge, Ernten oder anderen Ereignisse getroffen werden. Erst im Laufe der Jahre wurde daraus ein beliebtes Partyspiel zum Jahreswechsel.

ENTSPANNTES SILVESTER IN DER LÜNEBURGER HEIDE

Natürlich lässt man auch in der Lüneburger Heide zu Silvester die Korken knallen und Gäste können hier im **AKZENT** Hotel Berlin entweder 3 Nächte oder auch gleich eine ganze Woche entspannen. Für die passende Unterhaltung am Silvesterabend ist gesorgt, denn für seine Gäste stellt das Hotel ein feierliches Programm auf die Beine.

Und hat man beim Empfang mit Musik und Tanz den ein oder anderen Sekt zu viel getrunken, ist das auch kein Problem. Denn mit einem Besuch in der nahegelegenen Jod-Sole-Therme wird jede Katerstimmung vertrieben. Der Eintritt zu dieser ist im Silvester-Arrangement des **AKZENT** Hotel Berlins enthalten. Die Therme ist Norddeutschlands größtes Wellness- und Gesundheitsbad und bietet den Erholungssuchenden verschiedene Innen- und Außenbecken, eine großzügige Saunalandschaft und verschiedene weitere Wellnessangebote wie Massagen. Auch ein wenig frische Luft hilft gegen die Kopfschmerzen am nächsten Tag. Hier ist das **AKZENT** Hotel Berlin ebenfalls der passende Ausgangspunkt, denn inmitten der Lüneburger Heide ge-

legen, finden Besucher hier zahlreiche Möglichkeiten für entspannte Spaziergänge oder ausgedehnte Wanderungen in der einzigartigen Naturlandschaft.



AKZENT Hotel ★★★
Berlin

Alter Wiesenweg 11
29549 Bad Bevensen
Telefon: 05821 50 60
Email: info@hotel-berlin-bad-bevensen.de
www.hotel-berlin-bad-bevensen.de



SILVESTER 30.12.22-02.01.23

- 3 x Übernachtungen inkl. Frühstück
 - 2 x Abendessen im Rahmen der Halbpension
 - 1 x Silvesterfeier mit Empfang, kalt/ warmen Buffet, Mitternachtssnack und kleinem Unterhaltungsprogramm
 - tägl. unbegrenzten & freien Eintritt in die Jod-Sole-Therme
- | | |
|---------|------------------------|
| DZ p.P. | 370,00 bis 415,00 Euro |
| EZ | 400,00 bis 435,00 Euro |

GENIEßEN & SCHLEMMEN: SILVESTERURLAUB IN MAINFRANKEN

Inmitten einer bezaubernden Landschaft, die geprägt ist von klaren Flüssen, tiefen Tälern, weitläufigen Wiesen und uralten Weinbergen finden Erholungssuchende einen Ort, der fränkische Tradition und modernen Komfort miteinander in den Einklang bringt: das **AKZENT** Hotel Gasthof Krone in Helmstadt. Auch rund um den Jahreswechsel hat sich das Team des **AKZENT** Hotels ein buntes Programm zusammengestellt.

Gleich eine ganze Woche lang können Gäste hier die familiäre Atmosphäre und die fränkische Gastfreundschaft genießen. Neben allerlei kulinarischen Highlights wie einer Weinprobe mit traditioneller Häckerbrotzeit und einem Fondue lädt das **AKZENT** Hotel zu verschiedenen Aktivitäten ein. So entführt ein Nachtwächter die Gäste bei einer außergewöhnlichen Stadtführung in die historische Altstadt Würzburgs und bei einer Wanderung zu uralten Waldhütten im Helmstadter Wald ist man der Natur ganz nahe. Krönender Abschluss ist dann natürlich der Silvesterabend mit exklusivem 4-Gang-Menü.



AKZENT Hotel ★★★
Gasthof Krone

Würzburger Straße 23
97264 Helmstadt
Telefon: 09369 9 06 40
Email: info@gasthof-krone.de
www.gasthof-krone.de



SILVESTER IN MAINFRANKEN

- 4 Übernachtungen im Doppelzimmer
 - 3 x Krone Frühstücksbuffet
 - 1 x 3-Gang Menü am 28.12.
 - Fränkischer Abend mit Buffet und Unterhaltung am 29.12.
 - Hüttenwanderung mit Glühwein und Häppchen am 30.12.
 - Fondue-Abend mit viel Auswahl am 30.12.
 - 1 Dorfrundgang in Helmstadt mit anschließendem Kaffee und Kuchen am Silvesternachmittag
 - Silvesterabend mit einem exklusiven Vier-Gänge-Menü,
- Musik und Tanz sowie Mitternachtssekt, Mitternachtsimbiss
- Brunch am Neujahrstag
- Anreise Mittwoch:
- | | |
|-----------------|-------------|
| DZ Classic p.P. | 499,00 Euro |
| DZ Komfort p.P. | 549,00 Euro |
- Anreise Dienstag (inkl. Frühstück und Abendessen):
- | | |
|-----------------|------------|
| DZ Classic p.P. | 84,00 Euro |
| DZ Komfort p.P. | 89,00 Euro |
- kostenfreie Stornierung bis 15.11.

Tischlein DECK DICH



© Laszlo - stock.adobe.com

Einen Tisch komplett für ein Menü zu decken hat nicht nur den Vorteil, dass es chic aussieht – auch als Gastgeber hat man so weniger Arbeit. Aber auch für den nächsten Restaurantbesuch sollte man die ein oder andere Regel kennen.

TELLER

Teller sind wohl der zentrale Punkt jedes gedeckten Tisches. Denn das ganze Gedeck passt sich der Anordnung der Teller an. Bei ihnen gilt: von klein nach groß. Ganz unten liegt, optional, der Platzteller. Auf ihm werden keine Speisen angerichtet. Die Teller für Suppe, Vor- und Hauptspeise werden, von oben nach unten gesehen, auf dem Platzteller serviert. Der Vorspeiseteller ist in der Regel etwas kleiner als der für die Hauptspeise.

BESTECK

Das Besteck liegt links und rechts neben dem Teller. Die Messer liegen rechts vom Teller, die Messerschneide zeigt dabei nach

links zum Tellerrand. Die Gabeln liegen links vom Teller mit den Zinken nach oben. Messer und Löffel werden nebeneinander parallel auf einer Höhe platziert. Das Dessertbesteck liegt quer oberhalb des Tellers.

GLÄSER

Die Gläser finden ihren Platz oberhalb des Messers, also auf der rechten Seite. Dabei lassen sich die Gläser von links nach rechts, beginnend mit einem Rotweinglas, dann einem Weißweinglas und anschließend einem Wasserglas aufstellen.

DEKO

Eine festliche Tischdeko aus Blumen, Zweigen und/oder Kerzen wertet jede Tafel auf. Wichtig ist nur, dass die Elemente die Sicht der Gäste nicht blockiert und diese sich gegenseitig gut anschauen können.

IM URLAUB DIE WELT RETTEN!

Klimaneutrale AKZENT Hotels

THINK
green



Der Klimawandel ist in aller Munde – und das ist auch gut so! Viel zu lange schon lassen wir Menschen uns es auf den Kosten unseres Lebensraums viel zu gut gehen. Der Erderwärmung, den Mengen von Plastikmüll und der Wegwerfmentalität gilt es den Kampf anzusagen. Aber besonders im Urlaub fällt einem ein nachhaltiger Lebensstil und Verzicht oft schwer. Die gute Nachricht: Verzichten muss man auch nicht, denn viele der **AKZENT** Hotels in der Kooperation sind bereits seit 2016 als umwelt- und klimafreundlich zertifiziert.

KLIMANEUTRALER AUFENTHALT

Umweltschutz und Nachhaltigkeit sind modern und haben in unserer Gesellschaft einen immer höheren Stellenwert. Das zeigt sich auch in den Zahlen zu Zertifizierungen der Hotels innerhalb der **AKZENTe** Kooperation: Mittlerweile sind bereits über die Hälfte der **AKZENT** Hotels zertifiziert mit steigender Tendenz.

Doch die Zertifizierung ist noch nicht alles, denn darüber hinaus soll jedes Hotel auch seinen Gästen die Möglichkeit geben etwas für die Umwelt zu tun. Für nur je einen Euro pro Person und Nacht können Urlauber ihren Aufenthalt klimaneutral gestalten. Der CO₂-Ausstoß wird mit einem internationalen Projekt in Panama und einem nationalen Projekt im Landkreis Vorpommern ausgeglichen.

ZERTIFIZIERUNG DURCH DEN MARKTFÜHRER VIABONO

Ökologie und Ökonomie lassen sich kombinieren – so lautet das Motto von Viabono, die als unabhängige und führende Fachorganisation für Umwelt- oder Nachhaltigkeitszertifizierungen etabliert ist. Dabei zeichnen sich die Konzepte von Viabono sowohl durch ein hohes Maß an Fachkompetenz als auch an Praxisorientierung im Tourismusbereich aus.

Anders als bei Mitbewerbern zielen die wissenschaftlich fundierten Zertifizierungskonzepte von Viabono nicht auf die Abfrage von Maßnahmen, sondern auf die Ermittlung von Klima- und Umweltkennzahlen ab. So wird für jedes **AKZENT** Hotel ein individueller CO₂-Fußabdruck ermittelt und die Zertifizierung erfolgt nur durch einen entsprechenden Ausgleich und Maßnahmen hin zu einem klimaneutraleren Betrieb.

Dabei werden alle Bereiche der teilnehmenden **AKZENT** Hotels genauestens unter die Lupe genommen: Gebäude, Mobilität, Reinigung/Wäsche und natürlich im Bereich der Lebensmittel und Getränke. So erhalten die Hoteliers durch Viabono eine Ist-Analyse ihres momentanen CO₂-Fußabdrucks. Durch diese Kennzahlen kann genau ermittelt werden in welchen Bereichen die einzelnen **AKZENT** Hotel gut aufgestellt sind und in welchen der CO₂-Ausstoß noch verringert werden kann.

KOMPENSATION VON CO₂

Hier werden zwei Projekte unterstützt: eins in Panama und eins in Deutschland. Das deutsche Projekt MoorFutures hat es sich zur Aufgabe gemacht eine 54,6 Hektar große Fläche im Landkreis Mecklenburgische Seenplatte wieder leben einzuhauchen, um aus der Treibhausgasquelle einen hocheffizienten Kohlenstoffspeicher zu verwandeln. Unter anderem fördert die Wiedervernässung die Artenvielfalt und bietet einer Vielzahl von Insekten und Vögeln wieder einen Ort zum Rasten, Nisten und Leben.

Das in Panama umgesetzte Projekt verbindet nachhaltige Holzgewinnung und Kakaoanbau mit dem Schutz der Biodiversität und der Wiederherstellung des Ökosystems Wald. Hierbei werden nicht nur langfristig und faire Arbeitsplätze für die einheimische Bevölkerung, sondern auch neue Lebensräume für Tiere und durch die Pflanzung, überwiegend einheimischer Baumarten, ein neues Ökosystem geschaffen.



AKZENT Hotel Laupheimer Hof

Ein Hauch Fernost im Herzen Oberschwabens

Wer das besondere Etwas in seinem Urlaub sucht, der braucht nicht weiter schauen als bis zum **AKZENT** Hotel Laupheimer Hof, denn hier treffen oberschwäbische Gastfreundschaft und asiatisches Flair aufeinander. Durch diese exotische Mischung kreiert Familie Rößler ein ganz besonderes Ambiente indem sich Familien, Geschäftsreisende und Erholungssuchende rund um wohlfühlen können.

Wohlfühlatmosphäre schaffen

Das Vier-Sterne-Hotel, das zur **AKZENT**-Hotelkooperation gehört, bietet alles, was Gäste an einem Hotel schätzen: elegante, moderne Zimmer, eine gemütliche Bar, moderne Konferenz- und Veranstaltungsräume, einen Fitness- & Wellbeingbereich mit Sauna, Infrarotkabine und Ruhebereich mit Hängeliegen und Aussenbereich. Der hohe Stammgäste- Anteil belegt, dass das Angebot gut angenommen wird.

Die engagierten, freundlichen Mitarbeiter tragen zur Wohlfühlatmosphäre bei. Der Gast freut sich über ein freundliches Gesicht bei der Begrüßung, über eine aufmerksame Bedienung im Restaurant und ein liebevoll vorbereitetes Zimmer. Das ist dem Hotelinhaber auch sehr wichtig: „Unsere Mitarbeiter sind toll und sehr engagiert. Der Gast soll sich in unserem Hause wohlfühlen, sowohl der Übernachtungsgast als auch der Laupheimer, der zum Essen kommt oder abends ein Gläschen an der Bar trinken möchte.“

Der einheitliche Einrichtungsstil ist vom fernöstlichen Zen Stil beeinflusst und auf ganzheitliche Harmonie ausgelegt. Der Hotelchef hat selbst

einige Jahre in Asien gearbeitet und einige Erfahrungen und Einflüsse mitgebracht.

Im ganzen Haus laufen die Gäste auf einem Naturholzboden, außer in den Fluren. Dort befindet sich ein Teppichboden, um den Geräuschpegel zu dämpfen. Im ganzen Haus dominieren erdverbundene Farben und natürliche Materialien. Verschiedene Hölzer tragen genauso zum Wohlfühlambiente bei wie Steinfliesen und Glas. Unterschiedliche Lichtelemente, die den fernöstlichen Einfluss wiedergeben, stellen eine Verbindung zwischen bestehendem und neuem Teil her.

Im Haupthaus gibt es 59 elegante, moderne, klimatisierte Zimmer mit hochwertiger Ausstattung, die durch Schlichtheit ein Wohlfühlambiente bieten. Im Stammhaus ergänzen 27 Zimmer mit einfacherer Ausstattung eine preissensiblere Alternative zur Übernachtung.

Unter den fünf Zimmerkategorien befinden sich sogenannte „serviced Apartments“, die für Langzeitgäste ideal sind, da sie mit einer kleinen Küche ausgestattet sind. Diese bieten den Gästen die Möglichkeit zur Selbstverpflegung.



Ihre Gastgeber
Familie Rößler

AKZENT Hotel ★★★ Laupheimer Hof

Rabenstraße 13
88471 Laupheim

Telefon: 07392 97 50

Email: info@laupheimer-hof.de

www.laupheimer-hof.de





Entspannung für Leib und Seele

Boeuf à la mode, dicke Spätzle, Steaks und natürlich Zwiebelrostbraten mit Gmüs ond viel Soß finden sich auf der Speiskarte. Vielfältige Tapas laden zum Probieren und Teilen ein. Das zeitgemäße Speisenangebot umfasst auch vegetarische oder vegane Gerichte. Das macht Lust auf mehr.

Nachhaltigkeit zu leben und dem Gast etwas Gutes zu bieten, zieht sich im „Laupheimer Hof“ bis zur Küche wie ein roter Faden. Thomas Röbler legt Wert auf qualitativ hochwertige Zutaten, die von regionalen Lieferanten kommen.

Ein weiteres Highlight ist der Wellbeing Bereich im 3. Stock des Laupheimer Hofes. Im Fitnessraum kann man sich an Cardiogeräten oder mit Krafttraining auspowern. Die **Sauna** lädt zum Abschalten ein, um anschließend in einer Hängeliege im Ruheraum zur Schuhmann-Resonanz neue Energie zu tanken.

Zum **Jahresende** hat sich der Laupheimer so einiges einfallen lassen, um Gästen etwas Besonderes zu bieten. Den Auftakt macht am 31. Oktober das **Musical-Dinner**. Ab dem 26. November erstrahlt der Innenhof als Winterhof. Darauf folgen die **Krimi-Dinner-Shows** am 8. & 9. Dezember.

Zum Jahreswechsel dann das große kulinarische Highlight die **Silvesterfeier** im kompletten Erdgeschoß des Laupheimer Hofes mit Feuerwerk über dem Winterhof. All diese Veranstaltungen können Sie als Übernachtungsarrangement buchen.

31.10.2022
89,- € | 19 Uhr

DAS MUSICAL DINNER

im Laupheimer Hof

Genießt ein traumhaftes 4-Gänge-Menü und lasst Euch in die bunte Welt des Musicals entführen. Allerdings läuft für unsere beiden Musicaldarsteller in dieser Halloweennacht nicht alles nach Plan und plötzlich sind sie völlig auf sich alleine gestellt. Freil nach dem Motto „The Show must go on“ interpretieren die Beiden live mit viel Charme und Humor Hits aus Musicals wie „Cabaret“, „Tanz der Vampire“, „Mamma Mia“, „The Rocky Horror Picture Show“, „Grease“, „We will Rock you“ und vielen anderen.

info@laupheimer-hof.de | 07392 9750 | www.laupheimer-hof.de

08. und 09.12.2022
79,- € | 19 Uhr

Krimi-Dinner

im Laupheimer Hof

Tatort Laupheim. Ein traumhaftes 4-Gänge-Menü mit bester Unterhaltung im stilvollen Ambiente des Laupheimer Hofes und dazu, ein mysteriöser Mord, Kommissar Max Brandmaler und seine Assistentin nehmen mit viel Spannung, Energie und einer Prise Humor sofort die Ermittlungen auf. Gegenüber die ausgewählte Küche des Laupheimer Hofes, während die beiden Ermittler Licht ins Dunkle dieses kniffligen Falls bringen. Flebert mit, wenn Spuren und Beweise gesichert werden und jedem Indiz nachgegangen wird. Doch vorsicht! Denn auch Ihr gehört an diesem Abend zum Kreis der Verdächtigen...

07392 9750 | www.laupheimer-hof.de

KOCH DEN KÜRBIS

Herbstliche Vorspeise: Kürbis Bruschetta

Für 6 Personen

Zutaten:

2 Baguettes | 4 Knoblauchzehen | 400 g Kürbis | 4 EL Olivenöl | 2 EL Thymian | 2 EL Balsamico | Salz und Pfeffer | Kürbiskerne

Den Knoblauch schälen, das Baguette in Scheiben schneiden und den Kürbis in kleine Würfel schneiden. Den Kürbis dann für ca. 5 Minuten in Öl anbraten. Mit dem Balsamico ablöschen und mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen. Die Baguette Scheiben im Ofen auf Grillfunktion goldbraun rösten. Alternativ geht das auch im Toaster. Anschließend die Scheiben mit dem Knoblauch einreiben. Die Kürbiswürfel auf dem Brot verteilen und mit Kürbiskernen bestreuen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

Die Tage werden kürzer, das Wetter schlechter, aber es gibt auch einen Grund zur Freude: endlich findet man wieder verschiedene Kürbissorten im Supermarktregal. Kürbisse sind in der Küche vielseitig einsetzbar. Ob klassisch als Suppe, ganz herzwärmend aus dem Ofen oder als süße Leckerei - Kürbis Rezepte machen glücklich!

HOKKAIDO, BUTTERNUT & CO

Eigentlich gibt es viele verschiedene Kürbisarten- sogar hunderte, aber bei uns in den heimischen Supermarktregalen findet man üblicherweise nur zwei verschiedene Sorten: Hokkaido und Butternut.

Der Hokkaido landet dabei am häufigsten in unserer Küche. Das mag auch daran liegen, dass der Hokkaido eben genau so aussieht, wie man sich so einen Kürbis vorstellt. Er ist rund, mittelgroß, leuchtend orange und sieht gekocht wie gebacken richtig appetitlich aus. Ein weiterer Vorteil des Hokkaidos ist, dass man ihn nicht schälen muss. Die Schale des Hokkaidos ist nämlich im Gegensatz zu anderen Kürbissorten weich und lässt sich so einfach mitkochen. Daher eignet sich der Hokkaido besonders gut für Suppen und Aufläufe.

Nummer Zwei der beliebtesten Kürbissorten ist der Butternut. Wie sein Name schon verrät, hat er einen weichen, buttrigen Geschmack und schmeckt besonders geröstet aus dem Ofen gut. Der Butternut Kürbis ist eher länglich geformt und hat eine gelbliche Färbung.

Der Dritte im Bunde ist der Muskatkürbis. Ihn erkennt man an seiner zwar runden, aber im Gegensatz zum Hokkaido eher flachen Form. Der Muskatkürbis kann grün, braun oder orange gefärbt sein und ist ein echtes Schwergewicht, denn er kann bis zu 40 kg wiegen. Da seine Schale sehr hart ist und daher eine lange Garzeit hat, sollte man den Muskatkürbis vor der Weiterverarbeitung lieber schälen.

TIPPS ZUM KAUF UND LAGERUNG

Egal ob Hokkaido, Butternut oder Muskatkürbis- richtig zubereitet sind sie alle ein echter Gaumenschmaus. Aber wann sollte man Kürbis am besten kaufen, wie lagern und wie erkennt man ob er reif ist? Die Kürbiszeit beginnt in Deutschland Ende August oder September und reicht bis in den April hinein. In dieser Zeit kann man also guten Kürbis kaufen, der auch regional angebaut wurde.

Beim Kauf sollte man vor allem darauf achten, dass die Schale des Kürbisses unbeschädigt ist. Denn solange die Schale intakt ist, bleibt der Kürbis bei einer kühlen, trockenen und dunklen Lagerung sogar mehrere Monate frisch. Ist die Schale beschädigt sollte man den Kürbis möglichst schnell verarbeiten, da sonst das Innere des Gemüses schnell anfangen kann zu schimmeln. Angeschnitten hält der Kürbis sich im Kühlschrank ungefähr eine Woche. Ob ein Kürbis reif ist, kann man ganz einfach mit dem „Klopf-test“ herausfinden. Wenn der Kürbis beim Klopfen hohl klingt, ist er auch reif und zum Verzehr geeignet.



Der Klassiker: Die Kürbissuppe

Für 4 bis 6 Personen

Zutaten:

1 großer Kürbis | 1 Zwiebel | 2 Knoblauchzehen | 750ml Gemüsebrühe
| 250ml Wasser | 185ml Sahne | Salz und Pfeffer

Den Kürbis schälen und die Kerne entfernen. In gleichmäßige Stücke schneiden. Zwiebeln und Knoblauchzehen in grobe Stücke schneiden. In einem großen Topf geben und mit etwas Öl andünsten. Kürbis, Wasser und Gemüsebrühe hinzugeben. Alles zum Kochen bringen bis der Kürbis weich ist. Den Topf vom Herd nehmen und die Suppe mit einem Pürierstab bearbeiten bis eine einheitliche Masse entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Sahne unterrühren. Mit frischer Petersilie garnieren und servieren.

Zubereitungszeit: ca. 60 Minuten



Schnell und einfach: Kürbis-Zucchini-Puffer

Für 8 Personen

Zutaten:

200 g Zucchini | Salz, nach Geschmack | 200 g Kürbis | 2 Schalotten | ½ Zwiebel | 3-4 EL Mehl | Pfeffer, nach Geschmack | 2 EL Öl

Die Zucchini auf einer groben Reibe reiben. Mit Salz würzen und 15-20 Minuten ziehen lassen. Den Saft aus der Zucchini-Masse ausdrücken. Den Kürbis mit der Zwiebel auf einer groben Reibe raspeln. Zucchini, Ei, Mehl, Salz und Pfeffer hinzufügen. Alles gut mischen. Öl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen. Den Teig mit einem Löffel in die Pfanne geben. Die Zucchini Kürbis Puffer auf jeder Seite einige Minuten bräunlich braten. Die fertigen Puffer auf Papiertücher legen, um überschüssiges Öl zu entfernen. Die Zucchini-Puffer mit Kräutercreme servieren.

Zubereitungszeit: ca. 60 Minuten

© Olga - stock.adobe.com

Überbackenes Glück: gefüllter Kürbis

Für 8 Personen

Zutaten:

2 mittlere Hokkaido Kürbisse | 12 Champignons braun | 300 g Blumenkohl | 2 Schalotten | 2 Knoblauch Zehen | 100 g Porree roh | 200 g Gouda gerieben | 100 g Parmesan | 1 Zitrone frisch gepresst | 1 EL Olivenöl | 1 EL Butter | 6 Stängel Petersilie | 1 TL Fünf Gewürze Pulver | 1 Prise Meersalz | 1 Prise Pfeffer schwarz

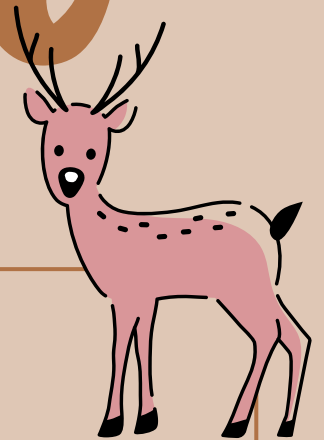
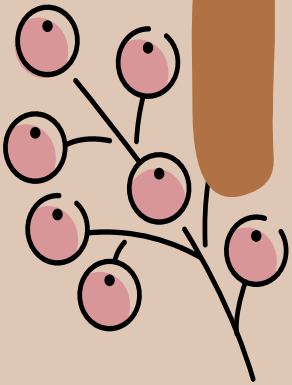
Kürbisse abbürsten, abspülen, halbieren und entkernen. Champignons putzen und vierteln. Paprika in kleine Würfel schneiden. Schalotten und Knoblauch schälen und klein schneiden. Blumenkohl abspülen, abtropfen lassen und dann mit dem Messer hacken bis er eine reisähnliche Konsistenz hat. Lauch in Ringe schneiden. Petersilie hacken. Öl und Butter in einer großen Pfanne schmelzen und Schalotten mit Knoblauch anschwitzen. Lauch dazugeben und anbraten. Paprika, Pilze und Blumenkohl dazugeben und kurz braten. Zitronensaft und Petersilie dazugeben und mit Gewürzen, Salz und Pfeffer abschmecken. Füllung auf die Kürbishälften aufteilen, mit Käse und Parmesan bestreuen. Kürbisse im vorgeheizten Backofen bei etwa 140°C für 20 - 30 Minuten garen.

Zubereitungszeit: ca. 60 Minuten



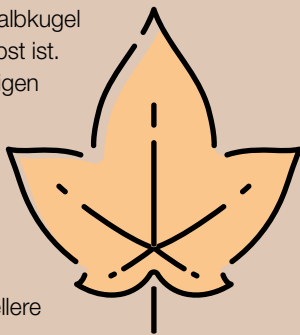
© karapa - stock.adobe.com

FAKTEN ÜBER DEN Herbst



Wusstest du, dass...

Wusstest du, dass die Erde sich im Herbst schneller dreht? Tatsächlich dreht sich die Erde ein klein bisschen schneller, wenn auf der Nordhalbkugel – also bei uns – Herbst ist. Schuld sind die riesigen Laubmassen, die im Herbst von den Bäumen auf die Erde fallen. Ihr Gewicht rückt nun näher an die Erdachse und sorgt so für eine schnellere Erdumdrehung.



Bauernregeln

zum Herbstanfang

- Viel Nebel im Herbst, viel Schnee im Winter.
- Ist im Herbst das Wetter hell, bringt es Wind und Winter schnell.
- Fällt das Laub recht bald, wird der Herbst nicht alt.
- Wühlt im Herbst der Regenwurm, gibt's im Winter manchen Sturm.

Wusstest du, dass...

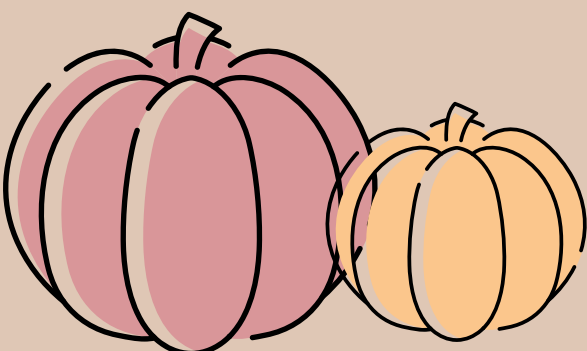
... Herbstkinder länger leben? Eine im Journal of Aging Research veröffentlichte Studie ergab, dass Babys, die in den Herbstmonaten geboren werden, mit größerer Wahrscheinlichkeit 100 Jahre alt werden als diejenigen, die in der übrigen Zeit des Jahres geboren werden. Die Studie ergab, dass 30 % der zwischen 1880 und 1895 geborenen Hundertjährigen in den USA in den Herbstmonaten geboren wurden.

Wusstest du, dass...

... der Begriff „Altweibersommer“ nichts mit alten Damen zutun hat? Der „Altweibersommer“ bezieht sich eher auf das veraltete deutsche Wort „weiben“, was in der modernen deutschen Sprache „weben“ heißt. In den letzten Septembertagen weben Jungspinnen lange Netzfäden. Auf den Fäden lassen sie sich durch die Luft tragen.

Wusstest du, dass...

... viele Menschen im Herbst ein „Liebeshoch“ empfinden? So werden zum Beispiel im Herbst die meisten Babys gezeugt. Forscher und Forscherinnen glauben, dass im Herbst die Hormone, die für unsere Gefühle verantwortlich sind, besonders auf Hochtouren laufen. Und dann ist's im Herbst ja auch noch so schön kuschelig.



FIT & GUT GELAUNT DURCH DEN HERBST

So langsam wird es kälter, nasser und dunkler. Wenn der Herbst vor der Tür steht, ist es unumgänglich, den Alltag in gewisser Weise umzukrempeln, um gut gelaunt und vor allem gesund durch die kalte Jahreszeit zu kommen. Durch die kurzen, eher dunklen Tage ist die Aufnahme von Vitamin D stark eingeschränkt – das sorgt meistens für eine trübe Stimmung und Antriebslosigkeit. Mit diesen Tipps und Tricks steht einem energiegeladenen Herbst nichts im Wege!

Gesund essen

In keiner anderen Jahreszeit ist die richtige, gesunde Ernährung so wichtig für die Gesundheit wie im Herbst. Neben vitaminreichem Obst wie Weintrauben, Birnen, Bananen, Äpfeln, sollte mit klassischem Herbstgemüse gekocht werden. Dazu zählen unter anderem Kürbis, Grünkohl, Kohlrabi, Brokkoli, Kartoffeln und Steckrüben, die zugleich zuverlässige Vitamin C Lieferanten sind. Aber auch Haselnüsse, Walnüsse oder Muskatnüsse – bekannt als „Studentenfutter“ – sorgen für einen Energieschub.

Viel trinken

Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr ist grundsätzlich wichtig. Erst recht, wenn die Wohnung schon geheizt wird und die Heizungsluft die Luftfeuchte auszuräumen versucht. Empfehlenswert sind zwischen 1,5 bis 2 Liter pro Tag. Damit ist kein Alkohol gemeint, sondern idealerweise Leitungswasser und Ingwer- sowie Kräutertees.

Ausreichende Bewegung

... und zwar an der frischen Luft. Krank wird man nämlich nicht durch Nässe und Kälte, sondern weil das Immunsystem herunterfährt. Wer seinen Kreislauf in Schwung bringt und Sport treibt, der härtet sich ab. Im Herbst ist das ideale Wetter, um mit Outdoor-Aktivitäten anzufangen. Während sich die Durchblutung in Gang bringt, verteilen sich die Abwehrstoffe im Körper und stärken das Immunsystem. Joggen oder Spazieren sorgt aber nicht nur für die körperliche Gesundheit, sondern beugt Depressionen vor.

Wohnung lüften

Im Herbst macht man es sich oft auf der Couch gemütlich. Doch gerade in den kalten Monaten ist es wichtig, mindestens 2x täglich seine kompletten Räumlichkeiten durchzulüften. Am besten morgens nach dem Aufstehen und am Abend vor dem Schlafen. Trockene Heizungsluft und Staub in der Luft trocknen die Schleimhäute aus und machen uns anfälliger für Viren. Gleichzeitig helfen Raumbefeuchter oder kleine Brunnen und Pflanzen dabei, die Luftfeuchte im Raum zu erhalten.

Genug Schlafen

Auch wenn der Winterschlaf nicht in der Natur des Menschen liegt, ist dieser trotzdem sehr wichtig. Da der Körper durch Wind und Wetter gestresster als im Sommer ist, werden auch die Erholungsphasen länger. Worauf es ankommt, ist ein regelmäßiger Schlaf-Rhythmus und eine nächtliche Schlafdauer von idealerweise 7 bis 9 Stunden.

Grüner Daumen

Pflanzen machen die Wohnung nicht nur wohnlicher, sie reinigen auch die Luft und sorgen für ein gutes Raumklima. Zudem wird das Ein- und Umtopfen wird zu einem Projekt, mit dem man sich den ganzen Nachmittag beschäftigen kann, während es draußen regnet und stürmt. Diese Pflanzen zählen zu den beliebtesten Zimmerpflanzen: Drachbaum, Bogenhanf, Monstera, Glücksfeder, Hauswurz und Efeute

Haut pflegen

Weniger Sonne, kalte Temperaturen und viel Heizungsluft trocknen auch die Haut aus und machen die Haare spröde. Deshalb sollte man der Haut jetzt sanftere Duschcremes statt Gel, reichhaltige Haarkuren, Gesichtsmasken & Peelings und dicke Cremepackungen für Hände und Füße gönnen. DIY-Cremes, Peelings, Haarmasken und Co. sind nicht nur gut für eure Gesundheit und eure Geldbörse, sondern werden auch bei der Herstellung zu einem Vergnügen! Zudem kurbeln Wechselduschen den Kreislauf und die Durchblutung an und bringen den Stoffwechsel in Schwung. Sie stärken das Immunsystem und sorgen außerdem für schöne Haut.

Positiv denken

Negative Gedanken im Herbst sind nicht gerade unüblich und sind bedingt durch das häufige Schmuddelwetter nicht immer leicht zu verdrängen. Dennoch: Trübsal blasen, sich schlecht gelaunt unter der Decke zu verkriechen und auf den nächsten Sommer zu warten bringt nicht wirklich viel! Stattdessen sollte man sich positiv stimmen und für Eigenmotivation sorgen. Die Gesundheit wird gefördert, wenn man die guten Dinge an der kühleren Jahreszeit sieht: Endlich mal wieder das machen, was im Frühjahr/Sommer vernachlässigt wurde, weil es draußen einfach zu heiß war. Ein Kinoabend, ein entspannter Sonntag im Wellnessbad oder ein nettes Teekränzchen mit den Liebsten – die Möglichkeiten sind weitreichend!

Ordentlich entspannen

Ein Tag in der Therme kann für Entspannung sorgen. Zwei Quellen speisen die Jod-Sole-Therme in Bad Bevensen. Die Heilssole verspricht bei verschiedenen Beschwerden Linderung. Atemwegs-, Haut- und Gelenkerkrankungen können sich durch das Bad in der Jod-Sole bessern. Für die Gesundheit förderlich ist auch die Anregung der Sole für das Herz-Kreislauf-System und die Durchblutung. Zusätzlich zu den Solebecken verfügt die Therme auch über einen großzügigen Sauna- und Spabereich. Für Gäste des **AKZENT Hotels Berlin** ist der Eintritt in alle Bereiche der Therme frei – ohne Einschränkungen. Wer mag, darf sich also ruhig mal einen schönen Saunatag gönnen. Saunagänge unterstützen das Herz-Kreislauf-System und stärken das Immunsystem. Durch die wechselnden Temperaturen kann der Körper sich auf die kommenden kalten Temperaturen vorbereiten.



Ihre Gastgeber
Familie Narres

AKZENT Hotel ★★★ Berlin

Alter Wiesenweg 11
29549 Bad Bevensen
Telefon: 05821 50 60
Email: info@hotel-berlin-bad-bevensen.de
www.hotel-berlin-bad-bevensen.de

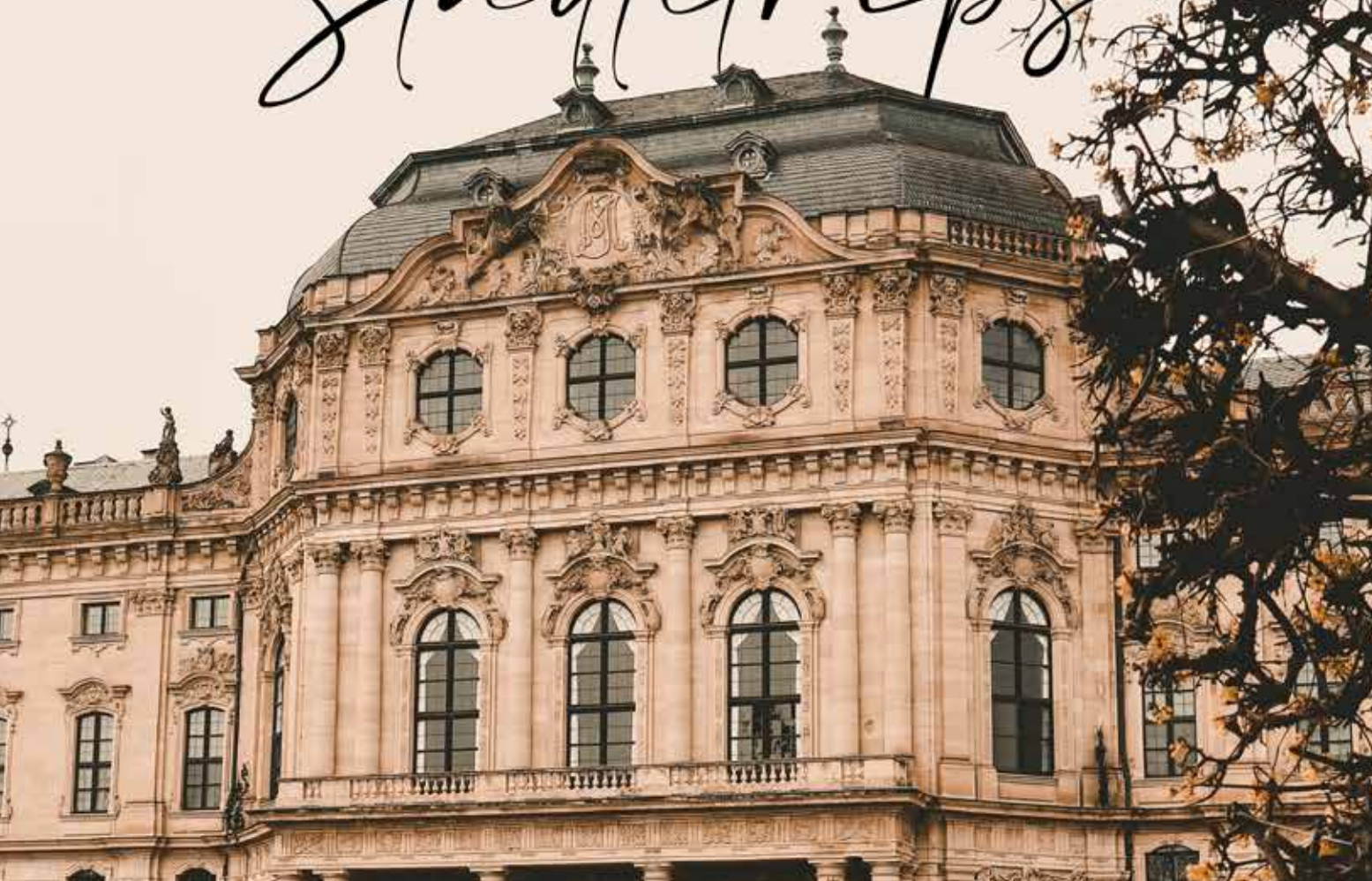


DIE MINIKUR

Für Bad Bevensen steht die Gesundheit an erster Stelle. Täglich stehen verschiedene Fitness- und Gesundheitskurse auf dem Programm. Die Therme sorgt im Anschluß für wohltuende Entspannung.

- 5 x Übernachtung inkl. Halbpension
DZ p.P. ab 580,00 – 675,00 Euro
EZ ab 622,00 – 710,00 Euro
- 2 x klassische Massage mit Bewegungsübungen (à 45 Min.)
- 5 x Freien & unbegrenzten Eintritt in die Therme

Städte trips



WÜRZBURG - WEINSTADT AM MAIN

RESIDENZ

Eines der bedeutendsten Schlösser Europas und Hauptwerk des süd-deutschen Barocks ist die Würzburger Residenz. Als drittes deutsches Bauwerk wurde es bereits im Jahr 1981 als UNESCO-Weltkulturerbe aufgenommen. Der Bau vereinigt deutschen Barock, französische Klassik und den Wiener Reichsstil – ein Bauwerk von ganz besonderer Eigenart. Als Zweiggalerie der Bayerischen Staatsgemäldesammlung beherbergt die Residenz Gemälde der venezianischen Malerei.

FESTUNG MARIENBERG

Mit ihrem direkten Blick hinab auf die Stadt Würzburg auf der rechten Mainuferseite, thront die Festung Marienberg der Stadt gegenüber auf der linken Seite des Mainufers. Über die Alte Mainbrücke gelangen Urlauber zum Burkarder Tor, von wo aus ein reizvoller Wanderweg am Fuße der Burg entlang durch umsäumende Weinreben schließlich zu dieser hinaufführt. Oben erwartet die Besucher ein Panorama-Blick über Würzburg und die malerisch hügelige Umgebung, die dicht bedeckt mit Weingütern ist.

FRÄNKISCHES WEINLAND

Mitten im fränkischen Weinland, dem sechstgrößten Anbaubereich Deutschlands, ist Würzburg zu finden und somit bekannt für seinen Weinanbau. Wer sich auf Entdeckungstour des Weines begeben möchte, für

den bieten sich Weinwanderwege an. So können Wanderer zum Beispiel auf dem Steinweinpfad nicht nur die mit Weinreben gefüllte Natur genießen, sondern erfahren alles Wissenswerte rund um den Weinanbau.



Ihre Gastgeber
Familie Wander

AKZENT Hotel ★★★ Gasthof Krone

Würzburger Straße 23
97264 Helmstadt
Telefon: 09369 90640
Email: info@gasthof-krone.de
www.gasthof-krone.de



Ihre Gastgeber
Familie Dauenhauer

AKZENT Hotel ★★★ Am Bach

Eichgasse 5
97337 Dettelbach
Telefon: 09324 97300
Email: info@hotelambach.de
www.hotelambach.de



Ihre Gastgeber
Familie Dauenhauer

AKZENT Hotel ★★★★★ Franziskaner

Wallfahrtsweg 14
97337 Dettelbach
Telefon: 09324 973030
Email: info@hotelfranziskaner.de
www.hotelfranziskaner.de



MÜNSTER – PERLE DES MÜNSTERLANDES

An der Münsterschen Aa, dem linken Nebenfluss der Ems, liegt die Großstadt Münster inmitten von Streusiedlungen und Einzelhöfen geprägten Landschaft – dem Münsterland. Sie zählt zu den zehn größten deutschen Universitätsstädten, ist Sitz eines katholischen Bischofs, ist bekannt als Fahrradstadt und gilt somit als Vorbild einer Verkehrswende für andere Städte.

PRINZIPALMARKT

Dieser Straßenzug im Zentrum von Münster beherbergt eine der bekanntesten Häuserfassaden in Deutschland. Die mit Pflaster belegte Straße wird beidseitig von gereihten Giebelhäusern geprägt, von denen kein Giebel dem anderen gleicht. Der Name bedeutet Hauptmarkt, denn bereits seit dem 15. Jahrhundert lebten hier vor allem Kaufleute, die den örtlichen Einzelhandel auf Trab hielten. Noch heute ist der Prinzipalmarkt Standort für zahlreiche kleine Geschäfte, die der historischen Altstadt Glanz verleihen.

AASEE

Mitten im Herzen von Münster können sowohl die Münsteraner als auch die vielen Besucher ein traumhaftes Erholungsgebiet genießen. Der Aaseepark prägt das Stadtbild: viele Jogger und Spaziergänger nutzen das gute Klima und im Sommer wird der See von Segelbooten bevölkert, die einen Hauch maritimes Feeling mit sich bringen. Im Jahr 2008 erhielt der Park die Auszeichnung zum „schönsten Park Deutschlands“, 2009 folgte die Ehrung zum „schönsten Park Europas“.



Ihr Gastgeber
Niels Corsten

AKZENT Hotel ★★ ★★ Altenberge

Eisenbahnstraße 2
48341 Altenberge
Telefon: 0049 2505 9390 80
Email: info@lindenhotel-altenberge.de
www.lindenhotel-altenberge.de



Ihre Gastgeber
Familie Waltring

AKZENT Hotel ★★ ★★ Merfelder Hof

Borkener Straße 60
48249 Dülmen
Telefon: 02594 97 00
Email: info@merfelder-hof.de
www.merfelder-hof.de



Ihre Gastgeber
Familie Tietmeyer

AKZENT Hotel ★★ ★★ ★★ Tietmeyer

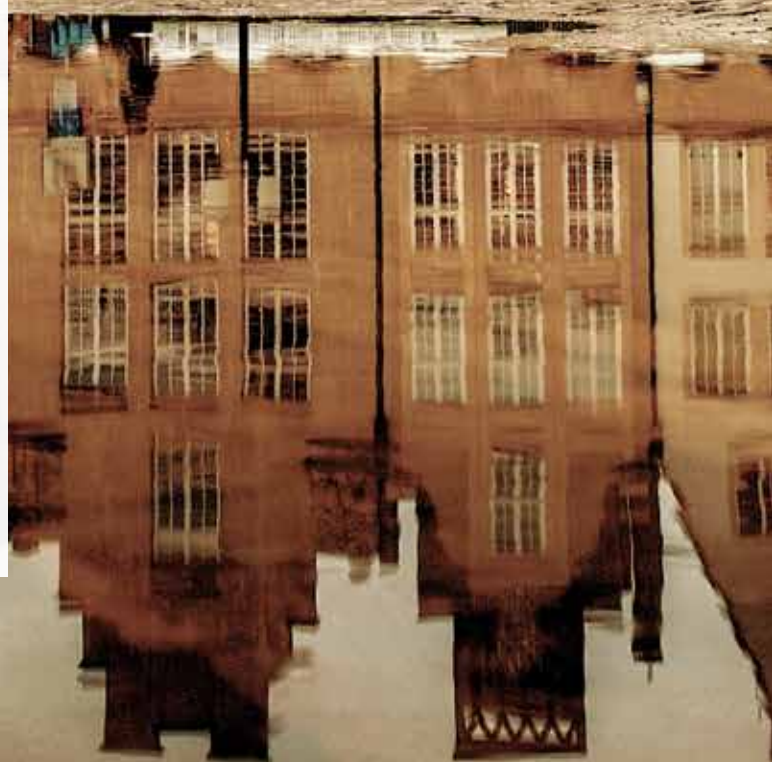
Hauptstraße 52
48624 Schöppingen
Telefon: 02555 93 87 50
Email: info@tietmeyer.de
www.tietmeyer.de



Ihre Gastgeber
Familie Wiege

AKZENT Hotel ★★ ★★ Saltenhof

Kreimershoek 71
48477 Hörstel-Bevergern
Telefon: 05459 80 50 00
Email: info@saltenhof.de
www.saltenhof.de



KONSTANZ – GRENZSTADT AM BODENSEE

Konstanz führt mit Sicherheit die Liste von Deutschlands Städten an, die mit einer traumhaften Lage aufwarten können. Direkt an den Ufern des Bodensees gelegen können Reisende einen sagenhaften Panoramablick über den See und dem angrenzenden nördlichen Alpenvorland in der Ferne genießen.

KONSTANZER KONZILJUBILÄUM

Im letzten Jahr feierte die Stadt 600jähriges Jubiläum des Konstanzer Konzils von 1418. Zu jener Zeit beanspruchten gleich drei Päpste der Stellvertreter Gottes auf Erden zu sein. So fand während des Konzils die einzige gültige Papstwahl nördlich der Alpen statt – das mittelalterliche Weltereignis, welches die damalige Kirchenspaltung beendete. Noch heute können die historischen Spuren in Konstanz bestaunt werden: so erinnern unter anderem das Konzilgebäude, der Hussenstein und die Hafenfigur „Imperia“ an die Konziljahre zu Beginn des 15. Jahrhunderts. Auf facettenreichen Stadtführungen durch die historische Altstadt mit ihren kleinen romantischen Gässchen erleben Besucher eine Zeitreise in die Stadtgeschichte.

Das Flanieren entlang des Hafens mit atemberaubender See- und Alpenkulisse, der unbeschränkte Genuss in den Gastronomien vor Ort und das gemütliche Bummeln durch über 400 Geschäfte und Galerien lädt die Reisenden dazu ein, einfach mal den Alltag hinter sich zu lassen und sorgt für einzigartige Momente.

BODENSEE UND INSEL MAINAU

Angrenzend an drei Länder – Deutschland, Schweiz und Österreich – nimmt der Bodensee eine Fläche 536 Quadratkilometer ein und ist mit Abstand der größte See Deutschlands. Zu jeder Jahreszeit hat ein Besuch in Konstanz am Bodensee eine ganze Menge zu bieten. Beliebtes Ausflugsziel ist unter anderem die nahegelegene Blumeninsel Mainau. Hier genießen Besucher ganzjährig die Schönheiten der Natur und erfreuen sich an der Ruhe, die die Insel verbreitet. Tulpen im Frühling, Rosen im Sommer, Dahlien im Herbst und ein märchenhafter Wintergarten im Winter verzaubern einen jeden Naturliebhaber.



Ihre Gastgeber
Familie Unglert

AKZENT Hotel ★★★★★ Altdorfer Hof

Burachstraße 12
88250 Weingarten/Württemberg
Telefon: 0751 5 00 90
Mail: hotel@altdorfer-hof.de
www.altdorfer-hof.de



Ihre Gastgeber
Familie Buck

AKZENT Hotel ★★★★★ Löwen

Obere Seestraße 4
88085 Langenargen
Telefon: 07543 3010
Email: info@loewen-langenargen.de
www.loewen-langenargen.de





DRESDEN – EINZIGARTIGE ARCHITEKTURSTADT

Als sehr attraktiver Besuchermagnet im Osten der Republik präsentiert sich den Reisenden die sächsische Landeshauptstadt Dresden. Folgende Sehenswürdigkeiten sollten Besucher bei einem Aufenthalt in der Region auf keinen Fall verpassen.

FRAUENKIRCHE UND NEUMARKT

Im Zentrum der Altstadt befindet sich das monumentale Herzstück der Stadt: das wiedererbaute alte und neue Wahrzeichen Dresdens – die Frauenkirche. Um die 1730er und 1740er Jahre errichtet, wurde die Kirche im Februar 1945 bei einem Luftangriff zerstört. Nach der Wende wurde sie durch ein hohes Spendenaufkommen im Jahr 2005 wiederaufgebaut. Ebenso wurde im Zuge der Bauarbeiten der anschließende Neumarkt schrittweise rekonstruiert und die typischen barocken Giebelhäuser neu errichtet. So erhält die Stadt nach und nach ihr wunderschönes, neues altes Zentrum zurück.

SEMPEROPER

Die Semperoper ist Deutschlands bekanntestes Opernhaus. Sie ist Heimstätte der Sächsischen Staatskapelle, einem der ältesten und renommiertesten Orchester der Welt. Weltweit ist die Oper Inbegriff bedeutender Opernkunst und ist Spielstätte für Opern und Staatskapellen sowie für das Ballett und die Junge Szene. Unter Gottfried Semper wurde das Bauwerk erstmals 1841 als „Königliches Hoftheater“ errichtet. Nach zwei Zerstörungen folgten zwei Wiederaufbauten der Oper. So empfängt seit der letzten Wiedereröffnung im Februar 1985 eines der schönsten Opernhäuser der Welt allabendlich seine Gäste von nah und fern.



Ihr Gastgeber
Jens Ueberfuhr

AKZENT Hotel ★★★★★ Goldner Hirsch

Markt 10
01917 Kamenz
Telefon: 03578 78350
Mail: info@hotel-kamenz.de
www.hotel-kamenz.de



Ihr Gastgeber
Herr Höller

AKZENT ★★★★★ Congresshotel Hoyerswerda

Dr.-Wilhelm-Külz-Straße 1
02977 Hoyerswerda
Telefon: 03571 4630
Email: info@congresshotel-hoyerswerda.de
www.congresshotel-hoyerswerda.de



Ihre Gastgeber
Familie Schreier Pfützner

AKZENT Hotel ★★★ Residence

Wilthener Straße 32
02625 Bautzen
Telefon: 03591 27 95 75
Email: info@bautzen-hotels.de
www.bautzen-hotels.de



Ihre Gastgeberin
Simone Hanke

AKZENT Hotel ★★★ Frankenberg

Dammpfatz 3
09669 Frankenberg
Telefon: 037206 773
Email: info@hotel-frankenbg.de
www.hotel-frankenbg.de



SUPERHELD DES MONATS

WEINTRAUBE



... stärkt die Abwehr

... schützt das Herz

... verbessert das Gedächtnis

... hält länger jung

© valery121283 - stock.adobe.com

Samstag, 1. Oktober 2022

Sonntag, 2. Oktober 2022

Das Erste **ARD** **ZDF** **RTL** **SAT.1** **PRO 7** **RTL ZWEI**

17.00 Tagesschau **17.10** Brisant **17.47** Wetter **17.50** Tagesschau **18.00** Sport-
schau **18.30** Sportschau **19.57** Lotto am Samstag **20.00** Tagesschau **Nachrichten**
17.00 heute Xpress **17.05** Länderspiegel **17.35** Mit Leib und Seele – Gesundes Brot mit mehr Geschmack **18.05** SOKO Wien **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Der Bergdoktor

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| <p>20.15 Frag doch mal die Maus Show</p> <p>23.15 Tagesthemen</p> <p>23.35 Das Wort zum Sonntag Magazin</p> <p>23.40 Inas Nacht Talkshow</p> <p>0.40 Casino Gangsterfilm, USA/F 1995. Mit Robert De Niro, Sharon Stone</p> | <p>20.15 Wilsberg Schmeckt nach Mord, Krimi, D 22</p> <p>21.45 Helene Fischer – Wenn alles durchdreht Dokufilm, D 2022</p> <p>23.00 heute-journal Doku</p> <p>23.15 Das aktuelle Sportstudio Doku</p> <p>0.40 heute Xpress Doku</p> | <p>20.15 Die Puppenstars Jury: Max Giermann, Martin Reini, Puppe „Kakerlak“, Annette Frier</p> <p>23.05 Take Me Out Show</p> <p>Moderation: Jan Köppen</p> <p>0.10 Take Me Out Show</p> <p>1.25 Mario Barth rettet Deine Liebe Show</p> | <p>20.15 Findet Dorie Animationsfilm, USA 2016</p> <p>Regie: Andrew Stanton, Angus MacLane</p> <p>22.15 Urlaubsreif Komödie, USA 2014</p> <p>0.30 Dirty Cops – War on Everyone Action-Ikomödie, GB 2016</p> | <p>20.15 The Masked Singer Show. Ein Rateteam muss herausfinden, wer hinter der Maske steckt.</p> <p>23.30 The Masked Singer – red. Spezial Magazin</p> <p>0.05 The Masked Singer – red. Spezial</p> | <p>20.15 Projekt: Peacemaker Actionthriller, USA 1997</p> <p>Mit George Clooney</p> <p>22.45 Criminal Squad – Dirty Jobs, Dirty Cops Actionfilm, USA 2018</p> <p>Mit Gerard Butler</p> <p>1.05 Projekt: Peacemaker Actionthriller, USA 1997</p> |
|---|---|---|---|---|---|

VOX **KABEL EINS** **NDR** **3SAT** **WDR** **ORF 2**

14.55 Guidos Deko Queen **15.55** Guidos Deko Queen **16.55** Guidos Deko Queen **18.00** hundkatzemaus **19.10** Der Hundeprofi **20.15** Ghost Rider **Fantasyfilm, USA/AUS 2007** **22.50** Pitch Black – Planet der Finsternis **Thriller, USA/AUS 2000** **1.00** Medical Detectives

12.45 Castle **13.35** Castle **14.30** Castle **15.25** Hawaii Five-0 **16.25** News **16.35** Hawaii Five-0 **17.35** Hawaii Five-0 **18.25** Hawaii Five-0 **19.15** Hawaii Five-0 **20.15** Die geheime Welt ... Reportagerihe **23.20** Die geheime Welt ... **2.10** Die geheime Welt ...

18.00 Nordtour **18.45** DAS! **19.30** Ländermagazine **20.00** Tagesschau **20.15** Die Schlagernacht 2021 in der Berliner Waldbühne **22.45** Der Use-
dom-Krimi: Ungebetene Gäste **Kriminalfilm, D 2021** **0.15** Maria Wern, Kripo Gotland **Die Insel der Puppen. Krimireihe, S 2012**

19.20 Kaminer inside **20.00** Tagesschau **20.15** Django Asül: Nachspiel **Show** **21.00** Christian Ehring: Antikörper **21.45** Lars Reichow: ICH! **Show** **22.30** Moritz Neumeier: Ich liebe sie trotzdem **23.00** Sarah Hakenberg: Wieder da! **23.30** Adam und Evelyn **Drama, D 2018** **1.05** lebens.art

18.15 Westart **18.45** Akt. Stunde **19.30** Lokalzeit **20.00** Tagess. **20.15** Vorwärts immer! **Komödie, D 2017** **21.45** Die Frau vom Checkpoint Charlie (1/2) **Drama, D 2007** **23.15** Die Frau vom Checkpoint Charlie (2/2) **Drama, D 2007** **0.45** Willkommen bei den Honeckers **Komödie, D 2016**

19.56 Sport aktuell **20.05** Seitenblicke **20.15** Aufsteirern – Die Show der Volkskultur **21.50** ZIB **22.00** Peter Rapp – Als wäre es gestern gewesen **22.55** Der Bulle von Tölz **Strahlende Schönheit. Krimireihe, D 2003** **0.30** Inspektor Jury – Mord im Nebel **Kriminalfilm, D/A 2015**

Das Erste **ARD** **ZDF** **RTL** **SAT.1** **PRO 7** **RTL ZWEI**

17.00 Brisant **17.44** Gewinnzahlen Deutsche Fernsehlotterie **17.45** Tagesschau **18.00** Bericht aus Berlin **18.30** Weltspiegel **19.15** Sportschau **20.00** Tagesschau **Nachrichten**
18.00 Ramsch und Rares: Schatzsuche auf dem Flohmarkt **18.30** Terra Xpress **18.55** Aktion Mensch Gewinner **19.00** heute **19.10** Berlin direkt **19.30** Faszination Erde

| | | | | | |
|--|---|--|--|---|---|
| <p>20.15 Tatort: Das Tor zur Hölle Krimi, A 2022</p> <p>21.45 Anne Will Diskussion</p> <p>22.45 Tagesthemen</p> <p>23.05 ttt Magazin</p> <p>23.35 Exil Drama, D/B/KOS 20</p> <p>1.30 Tagesschau</p> <p>1.35 Harold und Maude Tragikomödie, USA 1971</p> | <p>20.15 Rosamunde Pilcher: Hochzeitstag Liebesfilm, D 2022</p> <p>21.45 heute-journal</p> <p>22.15 The Perfect Mother Serie, F 2021</p> <p>23.45 Abzocke im Osten – Die Einheitsverbrecher Doku</p> | <p>20.15 Das Sommerhaus der Stars – Kampf der Promipaare Show</p> <p>22.30 stern TV am Sonntag</p> <p>0.00 Das Sommerhaus der Stars – Kampf der Promipaare Show</p> <p>2.20 Das Sommerhaus der Stars Show</p> | <p>20.15 Onward: Keine halben Sachen Animationsfilm, USA 2020</p> <p>22.20 Die Bestimmung – Insurgent Sci-Fi-Film, USA/CDN 2015 Mit Shailene Woodley</p> <p>0.40 Sunshine Sci-Fi-Film, USA/GB 2007</p> | <p>18.55 American Football: NFL, Spiel 14</p> <p>22.20 American Football: NFL Spiel 15</p> <p>1.45 Joko gegen Klaas – Das Duell um die Welt Show. Joko und Klaas begeben sich wieder auf Reisen um den Globus.</p> | <p>20.15 Blood Diamond Drama, USA/D/GB 2006</p> <p>23.00 Zodiac – Die Spur des Killers Thriller, USA 2007. Mit Jake Gyllenhaal, Mark Ruffalo</p> <p>1.55 Blood Diamond Drama, USA/D/GB 2006</p> |
|--|---|--|--|---|---|

VOX **KABEL EINS** **NDR** **3SAT** **WDR** **ORF 2**

12.15 Criminal Intent **13.15** Criminal Intent **14.10** Criminal Intent **15.05** Criminal Intent **16.00** Biete Rostlaube, suche Traumauto **17.00** auto mobil **18.10** Die Beet-Brüder **20.15** Hot oder Schrott – Promi Spezial **23.30** Prominent! **0.15** Medical Detectives **Dokureihe**

14.55 Mein Lokal, Dein Lokal **15.55** News **16.10** Mein Lokal, Dein Lokal **17.10** Mein Lokal, Dein Lokal **18.10** Urlaub Ahoi – Sommer, Sonne, Wellengang **20.15** Willkommen bei den Reimanns **22.00** Abenteuer Leben am Sonntag **0.20** Willkommen bei den Reimanns **Dokureihe**

17.00 25 Jahre BINGO! – Das große Jubiläum **18.45** DAS! **19.30** Ländermagazine **20.00** Tagesschau **20.15** Wunder-schön! **21.45** Sportschau **22.05** Kaum zu glauben! **22.50** Sportclub **23.35** Speed Queens – Frauen für die Formel 1 **0.05** Quizduell – Olymp

19.40 Schätze der Welt **20.00** Tagesschau **20.15** Michael Mittermeier: Safety First **Show** **21.00** Tobias Mann: Mann gegen Mann **21.45** Es kommt noch besser **Komödie, D 2015. Mit Andrea Sawatzki** **23.10** Scarface **Gangsterfilm, USA 1983** **1.35** Die wilden Philippinen

17.15 Die Tierärzte **18.00** Hunde verstehen! **18.45** Akt. Stunde **19.30** Westpol **20.00** Tagess. **20.15** Wunderschön! **21.45** Sportschau **22.15** Zeiglers wunderbare Welt des Fußballs **23.15** Mord mit Aussicht **0.00** Mord mit Aussicht **0.50** Zwischen den Zeilen

19.17 Lotto **19.30** ZIB **19.51** Wetter **19.56** Sport aktuell **20.05** Seitenblicke **20.15** Tatort: Das Tor zur Hölle **Krimireihe, A 2022** **21.50** ZIB 2 **22.10** Im Zentrum **23.05** Weg damit – Die Kunst der Entsorgung **0.00** Die geheimnisvolle Welt der Bäume – Naturschätze der Steiermark

Das Erste ARD

15.30 Das Traumhotel ... 17.00 Brisant ... 17.44 Gewinnzahlen ...



20.20 Tatort: Die Rache an der Welt

20.20 Tatort: Die Rache an der Welt ... 21.50 Tagesthemen extra ... 22.00 Anne Will ...

ZDF

15.20 heute Xpress ... 15.30 Die Rosenheim-Cops ...



20.15 Ein Sommer auf Langeoog

20.15 Ein Sommer auf Langeoog ... 21.45 heute-journal ...

RTL

14.30 7 Zwerge - Der Wald ist nicht genug ...



20.15 Das Sommerhaus der Stars

20.15 Das Sommerhaus der Stars ... 22.50 Showstern TV am Sonntag ...

SAT.1

14.25 Der Marsianer - Rettet Mark Watney ...



20.15 Avengers: Infinity War

20.15 Avengers: Infinity War ... 23.20 Im Herzen der See ...

PRO 7

15.00 NFL-süchtig ... Höhepunkte vom vergangenen Spieltag ...



18.55 American Football: NFL

18.55 American Football: NFL ... 22.20 American Football: NFL ...

RTL ZWEI

14.15 Die Schnäppchenhäuser - Der Traum ...



20.15 Born to be Wild

20.15 Born to be Wild - Saumäßig unterwegs ... 22.20 School of Rock ...

VOX

12.30 Criminal Intent ... 13.15 Criminal Intent ...

KABEL EINS

13.35 Mein Lokal, Dein Lokal ... 14.35 Mein Lokal, Dein Lokal ...

NDR

18.45 DAS! ... 19.30 Ländermagazine ...

3SAT

19.30 Das Salz des Lebens ... 20.00 Tagesschau ...

WDR

18.00 Tiere suchen ein Zuhause ... 18.45 Aktuelle Stunde ...

ORF 2

19.17 Lotto 6 aus 45 mit Joker ... 19.30 Zeit im Bild ...

Das Erste ARD

17.00 Tagesschau ... 17.15 Brisant ...



20.15 Martha Liebermann

20.15 Martha Liebermann - Ein gestohlenes Leben ... 21.45 Tagesthemen ...

ZDF

17.10 hallodeutschland ... 17.45 Leuteheute ...



20.15 Nachtschicht

20.15 Nachtschicht ... 21.45 heute-journal ...

RTL

17.00 RTL Aktuell ... 17.07 Explosiv Stories ...



20.15 Bauer sucht Frau

20.15 Bauer sucht Frau ... 22.15 RTL Direkt ...

SAT.1

16.00 Klinik am Südring ... 17.00 Lenßen übernimmt ...



20.15 Hochzeit auf den ersten Blick

20.15 Hochzeit auf den ersten Blick ... 23.05 Lieben & Leben in Hollywood ...

PRO 7

16.05 The Big Bang Theory ... 16.30 The Big Bang Theory ...



20.15 Die ProSieben Politik Show

20.15 Die ProSieben Politik Show ... 22.15 JENKE. Das Klima-Experiment ...

RTL ZWEI

14.55 Hartz und herzlich - Tag für Tag Benz-Baracken ...



20.15 Skate Fever

20.15 Skate Fever - Stars auf Rollschuhen ... 22.55 Naked Attraction ...

VOX

15.00 Shopping Queen ... 16.00 Guidos Deko Queen ...

KABEL EINS

15.50 News 16.00 The Mentalist ... 16.55 Abenteuer Leben ...

NDR

18.45 DAS! ... 19.30 Ländermagazine ...

3SAT

20.00 Tagesschau ... 20.15 Wale - Clevere Giganten ...

WDR

18.00 WDR aktuell ... 18.15 Servicezeit ...

ORF 2

19.23 Wetter ... 19.30 ZIB ... 19.51 Wetter ...

Das Erste ARD

17.00 Tagesschau ... 17.15 Brisant ...



20.15 Die Kanzlei

20.15 Die Kanzlei ... 21.00 In aller Freundschaft ...

ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops ... 17.00 heute ...



20.15 laut, stark, gleich, beherzigt

20.15 laut, stark, gleich, beherzigt ... 21.00 frontal ...

RTL

17.00 RTL Aktuell ... 17.07 Explosiv Stories ...



20.15 Bauer sucht Frau

20.15 Bauer sucht Frau ... 22.15 RTL Direkt ...

SAT.1

16.00 Klinik am Südring ... 17.00 Lenßen übernimmt ...



20.15 Navy CIS

20.15 Navy CIS ... 21.15 Navy CIS: L.A. ...

PRO 7

15.35 The Big Bang Theory ... 16.05 The Big Bang Theory ...



20.15 Unschuldig im Gefängnis

20.15 Unschuldig im Gefängnis ... 22.30 Late Night Berlin ...

RTL ZWEI

14.55 Hartz und herzlich - Tag für Tag Benz-Baracken ...



20.15 Hartz und herzlich

20.15 Hartz und herzlich ... 22.15 Hartz und herzlich ...

VOX

16.00 Guidos Deko Queen ... 17.00 Zwischen Tüll und Tränen ...

KABEL EINS

16.55 Abenteuer Leben täglich ... 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal ...

NDR

18.15 Aus Liebe zum Holz - Nachhaltig tischlern ...

3SAT

20.15 Kommissar Maigret: Die Tänzerin und die Gräfin ...

WDR

16.15 Hier und heute ... 18.00 WDR aktuell ...

ORF 2

19.51 Wetter ... 19.56 Sport aktuell ...

| | | | | | |
|---|--|---|--|--|---|
| Das Erste ARD 17.00 Tagesschau 18.00 Gefragt – Gejagt 18.50 Watzmann ermittelt 19.45 Wissen vor acht 19.50 Wetter 20.00 Tagesschau | ZDF 17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Wismar 18.54 Lotto 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Blutige Anfänger | RTL 17.00 RTL Aktuell 17.30 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell – Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ | SAT.1 16.00 Klinik am Südring 17.00 Lenßen übernimmt 17.30 Lenßen übernimmt 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 Doppel kocht besser 19.55 Sat.1 Nachrichten | PRO 7 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo | RTL ZWEI 14.55 Hartz und herzlich Tag für Tag Benz-Baracken 17.05 Mieten Kaufen Live 18.05 Köln 50667 19.05 Berlin – Tag & Nacht Doku-Soap. Alte Freunde |
|  20.15 Lauchhammer – Tod in der Lausitz 21.00 Lauchhammer – Tod in der Lausitz 21.45 Plusminus 22.15 Tagesthemen 22.50 Maischberger 0.05 Nachtmagazin |  20.15 Aktenzeichen XY ... ungelöst 21.45 heute-journal 22.15 ZDFzoom 23.00 sportstudio UEFA Champions League 0.00 Markus Lanz |  20.15 Mario Barth deckt auf 22.15 RTL Direkt 22.35 stern TV 0.00 RTL Nachtjournal |  20.15 The Taste 23.30 Doppel kocht besser 0.30 The Voice of Germany 2.40 Let the music play – Das Hit Quiz Show |  20.15 TV total 21.25 Zervakis & Opdenhövel. Live. 22.40 Die ProSieben Politik Show: Ein Jahr Klimaminister Robert Habeck 0.40 Zervakis & Opdenhövel. Live. Magazin |  20.15 Narumol & Josef – Unsere Geschichte geht weiter! 21.20 Die Wollnys 22.20 Babylarm 23.20 Die Babystation 0.20 Autopsie 1.15 Autopsie Dokureihe |
| VOX 15.00 Shopping Queen 16.00 Guidos Deko Queen 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates 19.00 Das perfekte Dinner 20.15 VOX Inside 22.15 Mission Erde Spezial 0.15 vox nachrichten 0.35 Medical Detectives | KABEL EINS 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal 18.55 Achtung Kontrolle! 20.15 Space Cowboys 21.00 Abenteuerfilm, USA 2000 23.00 In the Line of Fire 1.25 Late News 1.30 Space Cowboys 1.25 Abenteuerfilm, USA 2000 | NDR 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Magisches Mittelmeer 21.00 Unter Pottwalen 21.00 Magisches Mittelmeer 21.45 NDR Info 22.00 extra 3 23.00 Unter Gaunern 0.40 extra 3 | 3SAT 18.30 nano 19.00 heute 19.18 3sat-Wetter 20.00 Tagesschau 20.15 Servus. Grüezi. Hallo. 20.22 West of Liberty 23.10 Aufbruch ins Ungewisse 0.35 10vor10 | WDR 18.00 WDR aktuell 18.15 Servicezeit 20.00 Tagesschau 20.15 Markt 21.00 Doc Esser 21.45 WDR aktuell 22.15 Weizen als Waffe 23.00 Thailands Elefantenretterin 0.25 Maischberger | ORF 2 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Inga Lindström: Alle lieben Elin 21.50 Autofocus 22.00 ZIB 2 23.05 WELTJournal 23.55 Im falschen Leben 1.20 Inga Lindström: Alle lieben Elin |

| | | | | | |
|--|--|--|---|--|---|
| Das Erste ARD 17.00 Tagesschau 18.00 Gefragt – Gejagt 18.50 In aller Freundschaft 19.45 Wissen vor acht 19.50 Wetter 20.00 Tagesschau | ZDF 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Stuttgart 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Notruf Hafenkante | RTL 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell – Das Wetter 19.04 Klima Update 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ | SAT.1 16.00 Klinik am Südring 17.00 Lenßen übernimmt 17.30 Lenßen übernimmt 18.00 Lenßen übernimmt 19.00 Doppel kocht besser 19.55 Sat.1 Nachrichten | PRO 7 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo | RTL ZWEI 14.55 Hartz und herzlich Tag für Tag Rostock 17.05 Mieten Kaufen Live 18.05 Köln 50667 19.05 Berlin – Tag & Nacht Doku-Soap. Kick it like Noah |
|  20.15 Der Usedom-Krimi: Gute Nachrichten 21.45 Kontraste 22.15 Tagesthemen 22.50 Nuhr im Ersten 23.35 Inas Nacht 0.35 Nachtmagazin |  20.15 Fritzie – Der Himmel muss warten 21.00 Fritzie – Der Himmel muss warten 21.45 heute-journal 22.15 maybrit illner 23.15 Markus Lanz 0.30 heute journal update 0.45 Filmgorillas |  20.15 Felix Hutt Investigativ: Mode. Macht. Missbrauch: Das skrupellose Geschäft mit jungen Models 22.15 RTL Direkt 22.35 Extra Spezial 0.00 RTL Nachtjournal |  20.15 Doc Caro – Einsatz mit Herz 22.10 akte. Magazin 23.10 Der Rentenschock – warum es jeden treffen kann 0.15 Hochzeit auf den ersten Blick |  20.15 Love is King 22.30 red. Magazin 23.30 Big Stories Show 0.30 Love is King 2.30 red. Magazin 3.25 Spätnachrichten |  20.15 Polizei im Einsatz 22.15 Hartes Deutschland – Leben im Brennpunkt 0.15 Der Trüdeltrupp 1.10 Der Trüdeltrupp 1.55 Der Trüdeltrupp 2.40 Der Trüdeltrupp |
| VOX 16.00 Guidos Deko Queen 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates 19.00 Das perfekte Dinner 20.15 The Expendables 22.00 The Expendables II 23.55 vox nachrichten 0.15 Medical Detectives | KABEL EINS 16.00 The Mentalist 16.55 Abenteuer Leben 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal 18.55 Achtung Kontrolle! 21.00 Sternekoch räumt auf! 22.20 K1 23.20 Die Schrebergärtnerin 1.20 Late News | NDR 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Bosnien und Herzegowina 21.00 Bosnien und Herzegowina 21.45 NDR Info 22.00 Morden im Norden 22.50 Morden im Norden 23.35 Morden im Norden 0.25 Großstadtrevier | 3SAT 18.30 nano 19.00 heute 19.18 3sat-Wetter 20.00 Tagesschau 20.15 Ökosystem Garten 21.00 scobel 22.00 ZIB 2 22.25 Der Dissident 0.20 10vor10 0.50 Maischberger | WDR 20.00 Tagesschau 20.15 Quarks 21.00 Quarks 21.45 WDR aktuell 22.15 Hard Life 23.10 Hard Life 0.00 Mein Leben als Zucchini 0.20 Animationsfilm, CH/F 2016 | ORF 2 18.51 infos & tips 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 ZIB 19.51 Wetter 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Rosenheim-Cops 21.05 Am Schauplatz 22.00 ZIB 2 22.30 Eco 23.05 Stöckl 0.05 Der Winzerkrieg Familienfilm, D/A 2011 |

| | | | | | |
|---|---|---|---|--|---|
| Das Erste ARD 17.00 Tagesschau 18.00 Gefragt – Gejagt 18.50 Quizduell-Olymp 19.45 Sportschau 19.50 Wetter 20.00 Tagesschau | ZDF 17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Kitzbühel 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Betys Diagnose | RTL 17.00 RTL Aktuell 17.30 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell – Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ | SAT.1 16.00 Klinik am Südring 17.00 Lenßen übernimmt 17.30 Lenßen übernimmt 18.00 Lenßen übernimmt 19.00 Doppel kocht besser 19.55 Sat.1 Nachrichten | PRO 7 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo | RTL ZWEI 17.05 Mieten Kaufen Live Show Thomas Schürmann 18.05 Köln 50667 19.05 Berlin – Tag & Nacht Doku-Soap. Mil-las Junggesellinnenabschied |
|  20.15 Die Drei von der Müllabfuhr 21.45 52 Jahre unschuldig im Knast? 22.15 Tagesthemen 22.50 Tatort: Kein Mittelteil 0.20 You shall not lie – Tödliche Geheimnisse |  20.15 Jenseits der Spree 21.15 SOKO Leipzig 22.00 heute-journal 23.00 heute-show 23.30 ZDF Magazin Royale 0.15 heute journal update |  20.15 Ninja Warrior Germany – Die stärkste Show Deutschlands 23.15 Mario Barth rettet Deine Liebe 0.15 RTL Nachtjournal 0.50 Die ultimative Chart-Show 2.05 Mario Barth & Friends |  20.15 The Voice of Germany 23.00 Let the music play – Das Hit Quiz Show 0.00 The Taste 2.45 Sechserpack Show |  20.15 Solo: A Star Wars Story 23.00 John Wick: Kapitel 3 1.40 Solo: A Star Wars Story |  20.15 Escape Plan 22.25 RoboCop 0.40 Maschinenland 2.15 Der Supersturm – Die Wetter-Apokalypse |
| VOX 15.00 Shopping Queen 16.00 Guidos Deko Queen 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates 19.00 Das perfekte Dinner 20.15 Das spanische Dorf 22.15 The Expendables 0.15 vox nachrichten | KABEL EINS 15.50 News 16.00 The Mentalist 16.55 Abenteuer Leben 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal 18.55 Achtung Kontrolle! 20.15 Navy CIS 21.15 Navy CIS 22.15 Criminal Minds 0.15 Criminal Minds 1.05 Late News 1.10 Criminal Minds | NDR 17.00 NDR Info 17.10 Leopard, Seebär & Co. 18.00 Ländermagazine 18.15 Hofgeschichten 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Die Wohnraum-Erfüller 21.15 Anpacken mit den Lieblingen 21.45 NDR Info 22.00 NDR Talk Show 0.00 Käpt'ns Dinner | 3SAT 18.30 nano 19.00 heute 19.18 3sat-Wetter 20.00 Tagesschau 20.15 Oktoberfest 1900 21.50 Madeira 22.00 Funchal 22.25 Ich weiß, was du letzten Sommer getan hast 0.00 10vor10 | WDR 18.00 WDR aktuell 18.15 Was kostet... 20.00 Tagesschau 20.15 Terror im Deutschen Herbst 21.00 Entführt im Münsterland 21.45 WDR aktuell 23.30 Güte Unterhaltung 0.15 Kölner Treff | ORF 2 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 ZIB 19.51 Wetter 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Der Staatsanwalt 21.20 Vera 22.00 ZIB 2 22.25 Euromillionen Jolanthe und der Nussknacker 0.30 Der Staatsanwalt |

ARD Das Erste

16.00 W wie Wissen **16.30** Last Exit Moldau **17.00** Tagesschau **17.10** Brisant **17.50** Tagesschau **18.00** Sportschau **18.30** Sportschau **19.57** Lotto **20.00** Tagesschau



20.15 Klein gegen Groß – Das unglaubliche Duell
Gäste: Annette Frier, Elisabeth Seitz, u. a.
23.30 Tagesthemen
23.50 Das Wort zum Sonn.
23.55 Inas Nacht
0.55 Tödliche Geständnisse
Thriller, D 2016

ZDF ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops **17.00** heute Xpress **17.05** Länderspiegel **17.35** Lasst die Sau raus **18.05** SOKO Wien **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Der Bergdoktor



20.15 Stralsund Die rote Linie, Krimi, D 2022. Mit Katharina Wackernagel
21.45 Der Alte Krimiserie
22.45 heute-journal
23.00 Das aktuelle Sportstudio
0.25 heute Xpress
0.30 heute-show

RTL RTL

13.10 Hör mal, wer da hämmert! **13.45** Der Blaulicht-Report **14.45** Der Blaulicht-Report **15.20** Pompöö! **16.45** Exklusiv – Weekend **17.45** Gala **18.45** Aktuell **19.05** Life



20.15 35 Jahre Dirty Dancing – Die große Geburtstagsparty
Show, Gäste: Rebecca Mir, Vanessa Mai, Mit Jeanette Biedermann, Joachim Lambi, DJ Ötzi
23.05 Take Me Out Show
0.15 Take Me Out Show

SAT.1 SAT.1

11.30 Hochzeit auf den ersten Blick **14.15** Das große Backen **16.59** So gesehen **17.00** Doppelt kocht besser **18.00** Doc Caro – Einsatz mit Herz **18.00** Doc Caro **19.55** Sat.1 Nachrichten



20.15 Exodus: Götter und Könige Bibelfilm, USA/GB/E 2014. Mit Christian Bale
23.15 Kampf der Titanen Actionfilm, GB/AUS/USA 1.0. Mit Sam Worthington
1.10 V wie Vendetta Actionfilm, USA/GB/D 05

PRO 7 PRO 7

16.45 Two and a Half Men **17.15** Fresh off the Boat **17.45** Fresh off the Boat **18.15** Newstime **18.25** Die Simpsons **18.50** Die Simpsons **19.15** Die Simpsons **19.45** Die Simpsons



20.15 The Masked Singer Show, Moderation: Matthias Opdenhövel
23.30 The Masked Singer – red. Spezial
Magazin, Moderation: Annemarie Carpendale, Viviane Geppert
0.00 The Masked Singer

RTL ZWEI RTL ZWEI

14.15 Die Schnäppchenhäuser **15.15** Die Schnäppchenhäuser **16.15** Die Schnäppchenhäuser **17.15** Die Schnäppchenhäuser – Jeder Cent zählt **18.15** Armes Deutschland



20.15 Lethal Weapon 3 – Die Profis sind zurück Actionkomödie, USA 92
22.30 Lethal Weapon 4 – Zwei Profis räumen auf Actionkomödie, USA 1998. Mit Mel Gibson
1.05 Escape Plan Actionthriller, USA 2013

VOX VOX

14.55 Guidos Deko Queen **15.55** Guidos Deko Queen **16.55** Guidos Deko Queen **18.00** hundkatzemaus **19.10** Der Hundeprofi **20.15** In Time – Deine Zeit läuft ab Sci-Fi-Film, USA 2011 **22.30** The Expendables II Actionfilm, USA/D/BUL 2012 **0.15** Medical Detectives



20.15 Tatort: Leben Tod Ekstase Krimi, D 2022. Mit Margarita Broich
21.45 Anne Will Diskussion
22.45 Tagesthemen
23.05 ttt Magazin
23.35 Grace of Monaco Biografie, USA/F/B 2014
1.05 Tagesschau

KABEL EINS KABEL EINS

13.35 Castle **14.30** Castle **15.30** Hawaii Five-0 **16.20** News **16.35** Hawaii Five-0 **17.30** Hawaii Five-0 **18.20** Hawaii Five-0 **19.15** Hawaii Five-0 **20.15** 9-1-1: Lone Star Neuanfang in Texas **21.20** 9-1-1: Lone Star **23.15** Navy CIS: L.A. **0.10** Navy CIS



20.15 Süßer Rausch Die Familie, Drama, D 2022. Mit Désirée Nosbusch
21.45 heute-journal
22.15 The Chelsea Detective Detektivserie Der Lohn der Sünde
23.45 Sisis Erben
0.30 heute Xpress

NDR NDR

17.35 Neues aus Büttenwarder **18.00** Nordtour **18.45** DAS! **19.30** Ländermagazine **20.00** Tagesschau **20.15** Open Range – Weites Land **20.45** Western, USA 2003 **22.25** Tanzsport: Weltmeisterschaft Formation Standard **0.25** Maria Wern, Kripo Gotland Vermächtnis, Krimireihe, S 2013



20.15 Dirty Dancing Tanzfilm, USA 1987. Mit Patrick Swayze, Jennifer Grey
22.15 stern TV am Sonntag
23.45 Dirty Dancing Tanzfilm, USA 1987
1.40 Dirty Dancing 2 – Heiße Nächte auf Kuba Romanze, USA 2004

3SAT 3SAT

19.20 Spanien lesen! **20.00** Tagesschau **20.15** Gentleman **21.15** Jan Delay – Dann is' Showtime **22.15** Suchtpotenzial: Sexuelle Belustigung **22.45** Masel Tov Cocktail Tragikomödie, D 2020 **23.15** Käfigtiger Drama, D 2019 **23.40** Fünf nach Zwölf Drama, D 2019



20.15 Avengers: Endgame Actionfilm, USA 2019. Mit Robert Downey jr., Chris Evans
23.45 Exodus: Götter und Könige Bibelfilm, USA/GB/E 2014
2.25 Avengers: Endgame Actionfilm, USA 2019

WDR WDR

17.45 Kochen mit Martina und Moritz **18.15** Westart **18.45** Aktuelle Stunde **19.30** Lokalzeit **20.00** Tagesschau **20.15** Tatort: Des Teufels langer Atem Krimireihe, D 2021 **21.45** Moritz Neumeier: Lustig **23.15** Jürgen Becker Solo: Volksbegehren **0.00** Jürgen B. Hausmann



19.00 American Football: NFL Spiel 19. Möglich: Indianapolis Colts - Jacksonville Jaguars
22.20 American Football: NFL Spiel 20
1.45 Joko & Klaas gegen ProSieben Mit Matthias Opdenhövel, u.a.

ORF 2 ORF 2

19.30 Zeit im Bild **19.56** Sport aktuell **20.05** Seitenblicke **20.15** Mei liebste Weis **21.50** ZIB **22.00** Tatort: Tod aus Afrika **22.15** Krimireihe, A 2006 **23.30** Der Bulle von Tölz Zirkusluft, Krimireihe, D 2002 **1.05** Kommissarin Seiler ermittelt – Damals warst du still Kriminalfilm, D 2005



20.15 Scary Movie 5 Horrorkomödie, USA 2013
21.50 Happy Deathday Horrorthriller, USA 2017
23.40 Lemony Snicket – Rätselhafte Ereignisse Fantasyfilm, D/USA 04
1.35 Scary Movie 5 Horrorkomödie, USA 2013

ARD Das Erste

17.00 Tagesschau **17.15** Brisant **18.00** Gefragt – Gejagt **18.50** Großstadtrevier **19.45** Wissen vor acht – Zukunft **19.50** Wetter **19.55** Wirtschaft vor acht **20.00** Tagesschau



20.15 Hirschhausen und Long Covid Doku
21.00 Hart aber fair
22.15 Tagesthemen
22.50 Verbreitung als Waffe?
23.35 Der letzte Flug – Ein deutsches Geheimnis DokuFilm, D 2022
1.05 Tagesschau

ZDF ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops **17.00** heute **17.10** hallo deutschland **17.45** Leute heute **18.00** SOKO Potsdam **19.00** heute **19.25** Handwerker – verzweifelt gesucht



20.15 Süßer Rausch Das Erbe, Drama, D 2022. Mit Désirée Nosbusch
21.45 heute-journal
22.15 Vigil – Tod auf hoher See Krimiserie
23.15 Vigil – Tod auf hoher See Krimiserie
0.10 heute journal update

RTL RTL

16.00 Die Retourenprofis **17.00** RTL Aktuell **17.07** Explosiv Stories **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** Exklusiv **18.45** RTL Aktuell **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ



20.15 Bauer sucht Frau Moderation: Inka Bause
22.15 RTL Direkt
22.35 Extra – Das RTL Magazin
23.25 Spiegel TV Magazin
0.00 RTL Nachtjournal
0.35 Die Alltagskämpfer
1.15 Ohne Filter Reihe

SAT.1 SAT.1

16.00 Klinik am Südring **17.00** Lenßen übernimmt **17.30** Lenßen übernimmt **18.00** Lenßen übernimmt **18.30** Lenßen übernimmt **19.00** Doppelt kocht besser **19.55** Sat.1 Nachrichten



20.15 Hochzeit auf den ersten Blick Doku-Soap
23.05 Lieben & Leben in Hollywood Magazin
0.05 Das große Backen Show, Jury: Bettina Schliephake-Burchardt, Christian Hübs
2.25 So gesehen Magazin

PRO 7 PRO 7

16.00 The Big Bang Theory **16.30** The Big Bang Theory **17.00** taff **18.00** Newstime **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo



20.15 Die ProSieben Politik Show: Ein Jahr Kanzler Olaf Scholz
22.20 Big Countdown! Die 50 größten Helden der 90er
0.35 Big Stories Show
1.35 Die ProSieben Politik Show: Ein Jahr Kanzler Olaf Scholz Show

RTL ZWEI RTL ZWEI

13.55 Die Reimanns **14.55** Hartz und herzlich – Tag für Tag Rostock **17.05** Mieten Kaufen Live **18.05** Köln 50667 – Doku-Soap. Erste Risse **19.05** Berlin – Tag & Nacht – Doku-Soap



20.15 Skate Fever – Stars auf Rollschuhen Show, Pop-Giganten
22.50 Naked Attraction Show, Darryl und Ania
23.50 Naked Attraction – Dating hautnah Hilde und Steven
0.50 Hartz und herzlich

ARD

17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Gefragt – Gejagt 18.50 WaPo Bodensee 19.45 Wissen vor acht – Natur 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Fußball: DFB-Pokal 2. Hauptrunde: SV Darmstadt 98 – Borussia Mönchengladbach

23.45 FAKT Magazin

0.15 Nachtmagazin

0.35 Alles für meine Tochter Drama, D 2013

2.05 Tagesschau

ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Köln 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Die Rosenheim-Cops



20.15 Inga Lindström: Alle lieben Elin Liebesfilm, D 2016

21.45 heute-journal

22.15 Jedes Wort ein Sieg – Mein Stottern hält mich nicht auf

22.45 Markus Lanz

0.00 heute journal update

RTL

16.00 Die Retourenprofis 17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ



20.15 Bauer sucht Frau Doku-Soap

22.15 RTL Direkt

22.35 Bauer sucht Frau – Stallgeflüster Show Moderation: Inka Bause

23.20 Extra Spezial – Ralf, der Bauernreporter

0.00 RTL Nachtjournal

SAT.1

16.00 Klinik am Südring 17.00 Lenßen übernimmt 17.30 Lenßen übernimmt 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 Doppel kocht besser 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Navy CIS Krimiserie Ein Berg aus Schuld

21.15 Navy CIS: Hawaii Krimiserie. TNT. Mit Vanessa Lachey

22.15 Navy CIS Krimiserie Der Kopf der Schlange

23.15 Bull Am Ende der Angst

0.10 Bull Krimiserie

PRO 7

15.35 The Big Bang Theory 16.00 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Joko & Klaas gegen ProSieben Show Mitwirkende: Jessica Schwarz, Florian David Fitz, Alexander Klaws, Daniel Abt, Wigald Boning, Simon Gosejohann

23.05 Late Night Berlin Show

0.20 TV total Show

RTL ZWEI

14.55 Hartz und herzlich – Tag für Tag Rostock 17.05 Mieten Kaufen Live 18.05 Köln 50667 Doku-Soap. Die Schöne und das Aggro-Biest 19.05 Berlin – Tag & Nacht



20.15 Hartz und herzlich Dokureihe. Magdeburg Max ist mit der Haus-haltsführung seiner Wohnung überfordert.

22.15 Hartz und herzlich Dokureihe. Bergheim

0.15 Autopsie – Mysteriöse Todesfälle Dokureihe

ARD

17.15 Brisant 18.00 Gefragt – Gejagt 18.50 Watzmann ermittelt – Feuer unterm Dach 19.45 Wissen vor acht – Erde 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Eltern mit Hindernissen Komödie, D 2020 Mit Nicolette Krebsitz

21.45 Money Maker Doku

22.15 Tagesthemen

22.50 Maischberger

0.05 Nachtmagazin

0.25 Eltern mit Hindernissen Komödie, D 2020

ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Wismar 18.54 Lotto 19.00 heute 19.25 Blütige Anfänger



20.15 Fußball: DFB-Pokal 2. Runde: FC Augsburg – FC Bayern München

23.45 Markus Lanz

0.45 heute journal update

1.00 Chinas neuer Kaiser Doku

1.30 Wir Deutschen und China Doku

RTL

16.00 Die Retourenprofis 17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ



20.15 Mario Barth deckt auf Show

22.15 RTL Direkt

22.35 stern TV Magazin Moderation: Steffen Hallaschka

0.00 RTL Nachtjournal

0.35 Doubles on Tour

1.35 CSI: Miami Krimiserie

SAT.1

16.00 Klinik am Südring 17.00 Lenßen übernimmt 17.30 Lenßen übernimmt 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 Doppel kocht besser 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 The Taste Show Jury: Tim Raue, Frank Rosin, Alexander Herrmann, Alexander Kumpfner, Alexander Huber Mod.: Angelina Kirsch

23.30 Best-of the Taste

0.35 The Voice of Germany Show. Sing-Offs (2)

PRO 7

15.35 The Big Bang Theory 16.00 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 TV total Show

21.25 Zervakis & Opendhövel. Live. Magazin

22.30 TV total Show

22.45 Die ProSieben Politik Show: Ein Jahr Kanzler Olaf Scholz

0.40 Zervakis & Opendhövel. Live. Magazin

RTL ZWEI

14.55 Hartz und herzlich – Tag für Tag Rostock 17.05 Mieten Kaufen Live 18.05 Köln 50667 Doku-Soap. Wer einmal lügt... 19.05 Berlin – Tag & Nacht Doku-Soap. Randale



20.15 Narumol & Josef – Unsere Geschichte geht weiter! Doku-Soap. Die große Thai-Hochzeit in Bayern

21.20 Die Wollnys Doku

22.20 Die Babystation

23.20 Die Babystation

0.20 Autopsie Dokureihe

ARD

17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Gefragt – Gejagt 18.50 In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte 19.45 Wissen vor acht 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Der Usedom-Krimi: Schneewittchen Kriminalfilm, D 2022

21.45 Panorama Magazin

22.15 Tagesthemen

22.50 Die Carolin-Kebekus-Show

23.35 SchleichFernsehen

0.20 Nachtmagazin

ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Stuttgart 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Notruf Hafenkante



20.15 Marie fängt Feuer Ungewisse Zukunft Heimatfilm, D 2022. Mit Christine Eichenberger

21.45 heute-journal

22.15 maybrit illner

23.15 Markus Lanz Talk

0.30 heute journal update

0.45 Filmgorillas Magazin

RTL

17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.04 Klima Update 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ



20.15 stern TV Magazin Inside Supermarkt

22.15 RTL Direkt

22.35 stern TV Spezial

0.00 RTL Nachtjournal

0.35 Wohnungsnot in Deutschland Doku

1.25 CSI: Miami Krimiserie

2.15 CSI: Miami

SAT.1

16.00 Klinik am Südring 17.00 Lenßen übernimmt 17.30 Lenßen übernimmt 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 Doppel kocht besser 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Doc Caro – Einsatz mit Herz Dokureihe Mit Dr. Carola Holzner

22.20 akte. Moderation: Claudia von Brauchitsch

23.20 Wechseljahre für Anfänger:innen

0.20 Hochzeit auf den ersten Blick

PRO 7

15.35 The Big Bang Theory 16.00 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Love is King Show Moderation: Olivia Jones

22.30 red. Magazin

23.30 Big Stories Show Mega-Hype Südkorea

0.30 Love is King

2.25 red. Magazin

3.15 Spätnachrichten

3.20 Big Stories Show

RTL ZWEI

14.55 Hartz und herzlich – Tag für Tag Rostock 17.05 Mieten Kaufen Live 18.05 Köln 50667 Doku-Soap. trau, schau, wem 19.05 Berlin – Tag & Nacht Doku-Soap



20.15 Mensch Retter Doku-Soap. Leben und Tod

22.15 Hartes Deutschland – Leben im Brennpunkt Reportage. Leipzig

0.15 Der Trüdeltrupp

1.10 Der Trüdeltrupp

1.55 Der Trüdeltrupp

2.40 Der Trüdeltrupp

ARD
 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant
 18.00 Wer weiß denn sowas?
 Show 18.50 Großstadtrevier
 Twister 19.45 Wissen vor acht
 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft
 vor acht 20.00 Tagesschau
 20.15 Wildes Marokko
 21.00 Hart aber fair
 22.15 Tagesthemen
 22.50 Russland, Putin und
 wir Ostdeutsche
 23.35 Die Deutsche und Russen
 – Frieden und Krieg
 Dokumentation
 0.20 Nachtmagazin

ZDF
 16.10 Die Rosenheim-Cops
 17.00 heute 17.10 hallo-
 deutschland 17.45 Leute
 heute 18.00 SOKO Potsdam
 19.00 heute 19.20
 Wetter 19.25 WISO
 20.15 Die Bürgermeisterin
 Drama, D 2022
 21.45 Engagiert und at-
 tackeriert Reportage
 22.15 heute-journal
 22.45 Vigil – Tod auf hoher
 See Krimiserie
 23.40 Vigil Krimiserie
 0.35 heute journal update

RTL
 16.00 Die Retourenprofis 17.00
 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Sto-
 ries 17.30 Unter uns 18.00
 Explosiv 18.30 Exclusiv
 18.45 RTL Aktuell 19.05 Al-
 les was zählt 19.40 GZSZ
 20.15 Bauer sucht Frau
 Doku-Soap
 22.15 RTL Direkt
 22.35 Extra – Das RTL Mag.
 23.25 Spiegel TV Magazin
 0.00 RTL Nachtjournal
 0.35 Die Alltagskämpfer
 1.15 Ohne Filter Reihe
 1.45 CSI: New York

SAT.1
 15.00 Klinik am Südring 16.00
 Britt – Der Talk 17.00 Len-
 Ben übernimmt 17.30 Len-
 Ben übernimmt 18.00 Doppel
 kocht besser 19.00 Mein Mann
 kann 19.55 Sat.1 Nachrichten
 20.15 Hochzeit auf
 den ersten Blick
 Doku-Soap. Kinga und
 Morten stellen in ihren
 Flittertagen in Italien erste
 Unterschiede fest.
 23.05 Lieben & Leben in
 Hollywood Magazin
 0.05 Das große Backen

PRO 7
 15.35 The Big Bang Theory
 16.05 The Big Bang Theory
 16.30 The Big Bang Theory
 17.00 taff 18.00 Newstime
 18.10 Die Simpsons 18.40
 Die Simpsons 19.05 Galileo
 20.15 The Big Bang Theory
 20.45 The Big Bang Theory
 21.15 The Big Bang Theory
 21.45 The Big Bang Theory
 22.15 The Big Bang Theory
 22.40 The Big Bang Theory
 23.05 The Big Bang Theory
 23.35 The Big Bang Theory
 0.00 The Big Bang Theory

RTL ZWEI
 16.00 RTLZWEI News 16.05
 Programm nach Ansage
 17.05 SOS – Retter im Einsatz
 18.05 Köln 50667 Doku-
 Soap. Alles nicht so einfach
 19.05 Berlin – Tag & Nacht
 20.15 Skate Fever – Stars
 auf Rollschuhen
 Show. Traumpaar
 22.15 Naked Attraction
 23.20 Naked Attraction –
 Dating hautnah
 0.20 Hartes Deutschland
 Reportagerihe
 1.55 Hartz und herzlich

VOX
 15.00 Shopping Queen 16.00
 Guidos Deko Queen 17.00 Zwi-
 schen Tüll und Tränen 18.00 First
 Dates 19.00 Das perfekte Dinner
 20.15 #VOXStimme 20.15 Zum
 Schwarzwälder Hirsch 22.15
 Alles auf Anfang – Startschuss für
 ein neues Leben 23.15 Good-
 bye Deutschland! 0.15 nachr.

KABEL EINS
 15.50 News 16.00 The Mentalist
 16.55 Abenteuer Leben
 täglich 17.55 Mein Lokal, Dein
 Lokal. Reportagerihe 18.55 Achtung
 Kontrolle! 20.15 Auf
 der Flucht Actionfilm, USA
 1993. Mit Harrison Ford 23.05
 Alarmstufe: Rot Actionfilm,
 USA/F 1992 1.05 Late News

NDR
 18.45 DAS! 19.30 Länder-
 magazine 20.00 Tagesschau
 20.15 Markt 21.00 Die Tricks
 mit Geldanlagen und Finanzen
 21.45 NDR Info 22.00 Die Macht
 der Superreichen 22.45 Kul-
 turjournal 23.15 Weißer, wei-
 ßer Tag. Mysterythriller, ISL/DK/S
 2019 1.00 Sex Drama, DK 2020

3SAT
 19.20 Kulturzeit 20.00 Tages-
 schau 20.15 Gebirgsbach,
 Moor und Steppensee 21.00
 Die wunderbare Welt des Wein-
 gartens 21.45 An den Ufern
 des Tagliamento 22.00 ZIB
 2 22.25 American Wall
 Dokumentarfilm, A/USA 2021
 23.55 Jedes Wort ein Sieg

WDR
 16.00 aktuell 16.15 Hier und
 heute 18.00 aktuell / Lokalzeit
 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle
 Stunde 20.00 Tagesschau
 20.15 Der Vorkoster 21.00
 Grenzenlos köstlich 21.45 WDR
 aktuell 22.15 Tatort: Mitgehen-
 gen Krimireihe, D 2018 23.45
 Die Carolin-Kebekus-Show

ORF 2
 19.00 Bundesland heute 19.30 ZIB
 19.51 Wetter 19.56 Sport
 aktuell 20.05 Seitenblicke
 20.15 Die Millionen-Show
 21.10 Thema 22.00 ZIB 2
 22.30 kulturMontag 23.15
 Gerhard Bronner – Kein Blatt
 vorm Mund 0.05 Tatort: Spur des
 Blutes Krimireihe, D 2022

ARD
 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß
 denn sowas? Show 18.50 Watz-
 mann ermittelt Blattschuss
 19.45 Wissen vor acht – Erde
 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft
 vor acht 20.00 Tagesschau
 20.15 Ramstein – Das
 durchstoßene Herz
 Drama, D 2022
 Mit Max Hubacher
 21.45 Ramstein – Die Doku
 22.15 Tagesthemen
 22.50 Luna und die Gerech-
 tigkeit Doku
 0.20 Nachtmagazin

ZDF
 16.10 Die Rosenheim-Cops
 17.00 heute 17.10 hallo-
 deutschland 17.45 Leute
 heute 18.00 SOKO Wismar
 18.54 Lotto 19.00 heute
 19.25 Blutige Anfänger
 20.15 Die große „Terra X“-
 Show
 21.45 heute-journal
 22.15 Deutscher Zukunfts-
 preis 2022
 23.00 sportstudio UEFA
 Champions League
 0.00 Markus Lanz
 0.45 heute journal update

RTL
 16.00 Die Retourenprofis 17.00
 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Sto-
 ries 17.30 Unter uns 18.00
 Explosiv 18.30 Exclusiv
 18.45 RTL Aktuell 19.05 Al-
 les was zählt 19.40 GZSZ
 20.15 Mario Barth deckt auf
 Show
 22.15 RTL Direkt
 22.35 stern TV Magazin
 0.00 RTL Nachtjournal
 0.35 Gefahr Gaffer –
 Schaulust auf
 Deutschlands Straßen
 Reportage

SAT.1
 15.00 Klinik am Südring 16.00
 Britt – Der Talk 17.00 Len-
 Ben übernimmt 17.30 Len-
 Ben übernimmt 18.00 Doppel
 kocht besser 19.00 Mein Mann
 kann 19.55 Sat.1 Nachrichten
 20.15 The Taste Show
 Jury: Tim Raue, Frank
 Rosin, Alexander Herr-
 mann, Alexander Kump-
 ner, Sophia Rudolph
 Mod.: Angelina Kirsch
 23.15 Best-of the Taste
 0.20 The Voice of Germany
 Show. Sing Offs (3)

PRO 7
 15.35 The Big Bang Theory
 16.05 The Big Bang Theory
 16.30 The Big Bang Theory
 17.00 taff 18.00 New-
 stime 18.10 Die Simpsons 18.40
 Die Simpsons 19.05 Galileo
 20.15 TV total Show. Moder-
 ation: Sebastian Pupfaff
 21.25 Zervakis & Odden-
 hövel. Live. Magazin
 22.45 Uncovered Das Ko-
 kain-Netzwerk: Der Weg
 von Südamerika nach
 Deutschland
 0.00 Nach Ansage

RTL ZWEI
 16.00 RTLZWEI News 16.05
 Programm nach Ansage 17.05
 SOS – Retter im Einsatz
 18.05 Köln 50667 Doku-
 Soap. Ein Leben gerettet, eins
 genommen 19.05 Berlin – Tag & Nacht
 20.15 Programm nach
 Ansage
 22.15 Die Babystation
 23.15 Die Babystation
 0.15 Autopsie – Mysteriöse
 Todesfälle Dokureihe
 1.05 Autopsie Dokureihe
 1.50 Autopsie Dokureihe
 2.35 Autopsie Dokureihe

ARD

17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte 19.45 Wissen vor acht – Mensch 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Der Usedom-Krimi: Am Ende einer Reise 22.15 Monitor 22.50 Die Carolin-Kebekus-Show 23.35 Drei. Zwo. Eins. Michl Müller

ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Stuttgart 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Notruf Hafenkante



20.15 Marie fängt Feuer 21.45 heute-journal 22.15 maybrit illner 23.15 Markus Lanz 0.30 heute journal update 0.45 Filmgorillas

RTL

17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.04 Klima Update 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ



20.15 Fußball: Europa League 21.00 Fußball: Europa League 23.00 Fußball: Europa League Highlights und Zsfg. der anderen Spiele 0.00 RTL Nachtjournal

SAT.1

15.00 Klinik am Südring 16.00 Britt – Der Talk 17.00 Lenßen übernimmt 17.30 Doppelt kocht besser 18.00 Mein Mann kann 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Doc Caro – Einsatz mit Herz 22.25 akte. Magazin. Mod.: Claudia von Brauchitsch 23.25 SAT.1 Reportage 0.25 Hochzeit auf den ersten Blick 2.50 Lieben & Leben in Hollywood Magazin

PRO 7

15.35 The Big Bang Theory 16.00 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Love is King 22.25 red. Magazin 23.25 Big Stories Show 0.25 Love is King 2.15 red. Magazin 3.10 Spätnachrichten

RTL ZWEI

16.00 RTLZWEI News 16.05 Programm nach Ansage 17.05 SOS – Retter im Einsatz 18.05 Köln 50667 19.05 Berlin – Tag & Nacht 20.05 Doku-Soap



20.15 Mensch Retter 22.15 Hartes Deutschland – Leben im Brennpunkt 0.15 Der Trüdeltrupp 1.50 Der Trüdeltrupp 2.35 Der Trüdeltrupp

VOX

15.00 Shopping Queen 16.00 Guidos Deko Queen 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates 19.00 Das perfekte Dinner 20.15 Mortal Engines: Krieg der Städte 22.50 Sci-Fi-Film, USA/NZ 2018 22.50 96 Hours – Taken 3 0.25 Actionthriller, USA/E/F 2014 1.00 nachrichten



20.15 Meine Mutter gibt es doppelt 21.45 Wo ist Hilal? 22.15 Tagesthemen 22.50 Tatort: Der letzte Schrey 0.20 Mankells Wallander...

KABEL EINS

15.50 News 16.00 The Mentalist 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal 18.55 Achtung Kontrolle! 20.15 Unsere Bundeswehr: Missionen, Menschen, Emotionen 22.10 K1 Magazin 23.15 Die Schrebergärtner: Säen, mähen und Trophäen 1.10 Kabel Eins Late News



20.15 Jenseits der Spree 21.15 SOKO Leipzig 22.00 heute-journal 22.30 heute-show 23.00 ZDF Magazin Royale 23.30 SOKO Magazin 0.15 heute journal update 0.30 Die Europa-Saga

NDR

18.15 Den Tätern auf der Spur 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Mythos Katar 21.00 Das unbekannte Königreich – Saudi-Arabien 21.45 NDR Info 22.00 HIP: Ermittlerin mit Mords-IQ 22.50 HIP: Ermittlerin mit Mords-IQ 23.40 Großstadtrevier



20.15 Ninja Warrior Germany – Die stärkste Show Deutschlands 23.15 Mario Barth rettet Deine Liebe 0.15 RTL Nachtjournal 0.50 Die ultimative Chart-Show

3SAT

18.30 nano 19.00 heute 19.18 3sat-Wetter 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Moderner Krieg – wie neue Waffen das Militär verändern 21.00 Doku 21.00 scobel 22.00 ZIB 2 22.25 auslandsjournal extra 22.55 Stadt der Spione – Wien im Kalten Krieg 23.40 Zapp



20.15 The Voice of Germany 23.30 Let the music play – Das Hit Quiz Show 0.30 The Taste 2.50 Sechserpack Show

WDR

16.15 Hier und heute 18.00 WDR aktuell 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 20.00 Tagesschau 20.15 Quarks 21.00 Hirschhausen – Corona ohne Ende? 21.45 WDR aktuell 22.15 Tatort: Monster 23.45 Unter den Sternen von Paris 2020



20.15 Infinite – Lebe unendlich 22.25 Replicas 0.30 Infinite – Lebe unendlich

ORF 2

19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 ZIB 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Rosenheim-Cops 21.05 Am Schauplatz Gericht 22.00 ZIB 2 22.30 Menschen und Mächte 23.25 Stöckl. 0.25 Bella Martha 0.25 Tragikomödie, D/I/A 2001



20.15 Hellboy 2 – Die goldene Armee 22.35 Die Legende von Aang 0.35 Hellboy 2: Die goldene Armee

ARD

17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Quizduell-Olymp 19.45 Sportschau vor acht 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Wer weiß denn sowas 23.25 Tagesthemen 23.45 Das Wort z. Sonntag 23.50 Bericht vom Parteitag der CSU 0.10 Kommissar Dupin

ZDF

15.15 Bares für Rares 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute Xpress 17.05 Länderspiegel 17.35 plan b 18.05 SOKO Wien 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Der Bergdoktor



20.15 Kolleginnen – Für immer 21.45 Der Alte 22.45 heute-journal 23.00 Das aktuelle Sportstudio 0.25 heute Xpress 0.30 Bericht vom Parteitag der CSU in Augsburg

RTL

13.45 Der Blaulicht-Report 14.45 Der Blaulicht-Report 15.20 Pompöö! 16.45 Explosiv – Weekend 17.45 Gala 18.45 RTL Aktuell 19.04 Klima Update 19.05 Life



20.15 RTL Samstag Nacht – Das Wiedersehen 23.00 RTL Samstag Nacht – Mirco Nontschew Spezial 0.00 Take Me Out

SAT.1

14.00 Mein Mann kann 15.00 Mein Mann kann 16.00 Mein Mann kann 16.59 So gesehen 17.00 Britt – Der Talk 18.00 Britt – Der Talk 19.00 Britt – Der Talk 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Knowing – Die Zukunft endet jetzt 22.50 Maze Runner – Die Auserwählten in der Brandwüste 1.15 Knowing...

PRO 7

16.50 Two and a Half Men 17.15 Fresh off the Boat 17.45 Fresh off the Boat 18.15 Newstime 18.25 Die Simpsons 19.15 Die Simpsons 19.45 Die Simpsons



20.15 The Masked Singer 23.25 The Masked Singer – red. Spezial Magazin 23.55 The Masked Singer 2.25 The Masked Singer...

RTL ZWEI

14.15 Die Schnäppchenhäuser 15.15 Die Schnäppchenhäuser 16.15 Die Schnäppchenhäuser 17.15 Die Schnäppchenhäuser – Jeder Cent zählt 18.15 Armes Deutschland



20.15 Akte X – Der Film 22.30 Akte X – Jenseits der Wahrheit 0.35 nach Ansage

ARD Das Erste

15.30 Das Traumhotel | Sri Lanka. TV-Familienfilm, D/A 2010 **17.00** Brisant | **17.44** Gewinnzahlen **17.45** Tagesschau | **18.00** Bericht aus Berlin | **18.30** Weltspiegel | **19.15** Sportschau | **20.00** Tagesschau



20.15 **Polizeiruf 110: Hexen brennen** | Krimireihe, D 2022

21.45 **Reeperbahn Spezialeinheit FD65** | Dokumentarfilm, D 2022

23.15 **Tagesthemen** | **23.35** **ttt** | Magazin | **0.05** **Druckfrisch**

ZDF ZDF

18.00 Wenn das Geld nicht reicht – zum Heizen | **18.30** Terra Xpress | **18.55** Aktion Mensch Gewinner | **19.00** heute | **19.10** Berlin direkt | **19.30** Unsere Kontinente



20.15 **Unterm Apfelbaum – Einsturzgefährdet** | Komödie, D 2022

21.45 **heute journal** | **22.15** **The Chelsea Detective** | Detektivserie | **23.45** **Powerpaare für die Krone** | Doku | **0.30** **heute Xpress**

RTL RTL

14.50 Bruce Allmächtig | Komödie, USA 2003 **16.45** Die Versicherungsdetektive | Doku-Soap **18.45** RTL Aktuell | **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter | **19.05** Exklusiv – Weekend | Magazin




20.15 **Ninja Warrior Germany – Promi-Special** | Show. Kandidaten: Luca Hänni, Elena Miras, Felix Streng, Eric Stehfest u.a.

0.00 **Life** | Sci-Fi-Horror, USA/GB 2017 | **1.50** **Bruce Allmächtig** | Komödie, USA 2003

SAT.1 SAT.1

16.10 Mr. Bean macht Ferien | Komödie, GB/F/D 2007. Mit Rowan Atkinson **17.55** Julia Leischik sucht: Bitte melde Dich | **18.55** Julia Leischik sucht: Bitte melde Dich | **19.55** Sat.1 Nachrichten



20.15 **Transformers: The Last Knight** | Sci-Fi-Film, USA/CHN/CAN 17. Mit Mark Wahlberg

23.25 **Alien: Covenant** | Sci-Fi-Film, USA/GB 2017 | **1.40** **Transformers: The Last Knight** | Sci-Fi-Film, USA/CHN/CAN 17

PRO 7 PRO 7

11.20 Joko & Klaas gegen ProSieben | **14.00** NFLSüchtig | **14.30** American Football | NFL London Games – Denver Broncos at Jacksonville Jaguars **17.50** Newstime **17.55** American Football



21.20 **American Football** | NFL Live – Spiel 25

0.45 **Love is King** | Show. Olivia Jones hat ihren Singles höfliches Benehmen vermittelt. Nun muss es noch mit der Liebe klappen. | **2.35** **Kiss Bang Love**

RTL ZWEI RTL ZWEI

14.30 X-Factor: Das Unfassbare | **15.30** X-Factor: Das Unfassbare | **16.25** X-Factor: Das Unfassbare | **17.25** X-Factor: Das Unfassbare | **18.25** X-Factor: Das Unfassbare. U.a.: Die Mumie



20.15 **X-Factor: Das Unfassbare** | Mysteryserie | **21.15** **X-Factor: Das Unfassbare** | Mysteryserie | **22.15** **X-Factor: Das Unfassbare** | Mysteryserie U.a.: Glückszahlen | **23.20** **X-Factor: Das Unfassbare** | Mysteryserie

ARD Das Erste

17.00 Tagesschau | **17.15** Brisant | **18.00** Wer weiß denn sowas? | Show **18.50** Großstadtrevier | Fallsches Spiel **19.45** Wissen vor acht | **19.50** Wetter | **19.55** Wirtschaft vor acht | **20.00** Tagesschau



20.15 **Trump, Biden, meine US-Familie und ich** | Doku | **21.00** **Hart aber fair** | **22.15** **Tagesthemen** | **22.50** **Trumps Erbe(n)** | **23.35** **Das Massaker im Arnsberger Wald** | **0.20** **Nachtmagazin**

ZDF ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops | **17.00** heute | **17.10** hallo-deutschland | **17.45** Leben ist mehr! | **18.00** SOKO Potsdam | **19.00** heute | **19.20** Wetter | **19.25** WISO



20.15 **Solo für Weiss** | Todesengel. Krimireihe, D 22. Mit Peter Jordan | **21.45** **heute journal** | **22.15** **Vigil – Tod auf hoher See** | Krimiserie | **23.10** **Vigil – Tod auf hoher See** | Krimiserie | **0.00** **heute journal update**

RTL RTL

17.00 RTL Aktuell | **17.07** Explosiv Stories | **17.30** Unter uns | **18.00** Explosiv | **18.30** Exklusiv | **18.45** RTL Aktuell | **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter | **19.05** Alles was zählt | **19.40** GZSZ



20.15 **Bauer sucht Frau** | Doku-Soap | **22.15** **RTL Direkt** | **22.35** **Extra – Das RTL Mag.** | **23.25** **Spiegel TV** | Magazin | **0.00** **RTL Nachtjournal** | **0.35** **Die Alltagskämpfer** | **2.00** **Ohne Filter – So sieht mein Leben aus!**

SAT.1 SAT.1

15.00 Klinik am Südring **16.00** Britt – Der Talk **17.00** Lenßen übernimmt **17.30** Lenßen übernimmt **18.00** Doppelt kocht besser **19.00** Mein Mann kann **19.55** Sat.1 Nachrichten



20.15 **Hochzeit auf den ersten Blick** | Doku-Soap | **23.05** **Hochzeit auf den ersten Blick** | Die spannendsten TV-Momente | **0.05** **Hochzeit auf den ersten Blick** | Doku-Soap | **1.10** **Julia Leischik sucht: Bitte melde Dich**

PRO 7 PRO 7

15.40 The Big Bang Theory | **16.05** The Big Bang Theory | **16.30** The Big Bang Theory | **17.00** taff **18.00** Newstime **18.10** Die Simpsons | **18.40** Die Simpsons | **19.05** Galileo



20.15 **The Big Bang Theory** | Sitcom | **20.45** **The Big Bang Theory** | **21.10** **The Big Bang Theory** | **21.40** **The Big Bang Theory** | **22.10** **The Big Bang Theory** | **22.35** **The Big Bang Theory** | **23.05** **The Big Bang Theory** | **23.35** **The Big Bang Theory**

RTL ZWEI RTL ZWEI

16.00 RTLZWEI News | **16.05** Programm nach Ansage | **17.05** SOS – Retter im Einsatz | **18.05** Köln 50667 | Doku-Soap **19.05** Berlin – Tag & Nacht | Doku-Soap. Die Nacht der lebenden Toten



20.15 **Skate Fever – Stars auf Rollschuhen** | Show. Summer Vibes | **22.15** **Naked Attraction** | Sapphire und Kieron | **23.20** **Naked Attraction – Dating hautnah** | **0.20** **Hartz und herzlich** | **1.55** **Hartz und herzlich**

ARD Das Erste

17.00 Tagesschau | **17.15** Brisant | **18.00** Wer weiß denn sowas? | Show **18.50** WaPo Bodensee | **19.45** Wissen vor acht – Natur | **19.50** Wetter | **19.55** Wirtschaft vor acht | **20.00** Tagesschau



20.15 **Die Kanzlei** | Anwaltsserie. Fehlfarben | **21.00** **In aller Freundschaft** | **21.45** **Report München** | **22.15** **Tagesthemen** | **22.50** **Dienen für Deutschland?** | Doku | **23.35** **Einsamer Tod** | Doku | **0.05** **Nachtmagazin**

ZDF ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops | **17.00** heute | **17.10** hallo-deutschland | **17.45** Lesch sieht Schwartz | **18.00** SOKO Köln | **19.00** heute | **19.20** Wetter | **19.25** Die Rosenheim-Cops



20.15 **Die Wahrheit über unsere Landwirtschaft** | Doku | **21.00** **frontal** | Magazin | **22.15** **heute journal** | **22.45** **333 Meter Hausflur** | Doku | **22.45** **Markus Lanz** | **0.00** **heute journal update**

RTL RTL

17.00 RTL Aktuell | **17.07** Explosiv Stories | **17.30** Unter uns | **18.00** Explosiv | **18.30** Exklusiv | **18.45** RTL Aktuell | **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter | **19.05** Alles was zählt | **19.40** GZSZ



20.15 **Bauer sucht Frau** | Doku-Soap | **22.15** **RTL Direkt** | **22.35** **Bauer sucht Frau – Stallgeflüster** | **23.20** **Extra Spezial – Ralf, der Bauernreporter** | Doku-Soap | **0.00** **RTL Nachtjournal**

SAT.1 SAT.1

15.00 Klinik am Südring **16.00** Britt – Der Talk **17.00** Lenßen übernimmt **17.30** Lenßen übernimmt **18.00** Doppelt kocht besser **19.00** Mein Mann kann **19.55** Sat.1 Nachrichten



20.15 **Navy CIS** | Krimiserie. Das freche Mädchen | **21.15** **Navy CIS: L.A.** | Krimiserie. Die Miliz | **22.15** **Navy CIS** | Krimiserie. Der Neustart | **23.15** **Bull** | Die Diana-Affäre | **0.10** **Navy Krimiserie** | **1.05** **Navy CIS** | Krimiserie

PRO 7 PRO 7

16.10 The Big Bang Theory | **16.40** The Big Bang Theory | **17.05** The Big Bang Theory | **17.30** The Big Bang Theory | **18.00** Newstime **18.10** Programm nach Ansage



20.15 **Joko & Klaas gegen ProSieben** | Show. Mitwirkende: Rick Kavanian, Simon Pearce, Wincent Weiss, Allie Neumann | **23.05** **Late Night Berlin Show** | **0.15** **TV total Show** | **1.20** **Joko & Klaas gegen ProSieben**

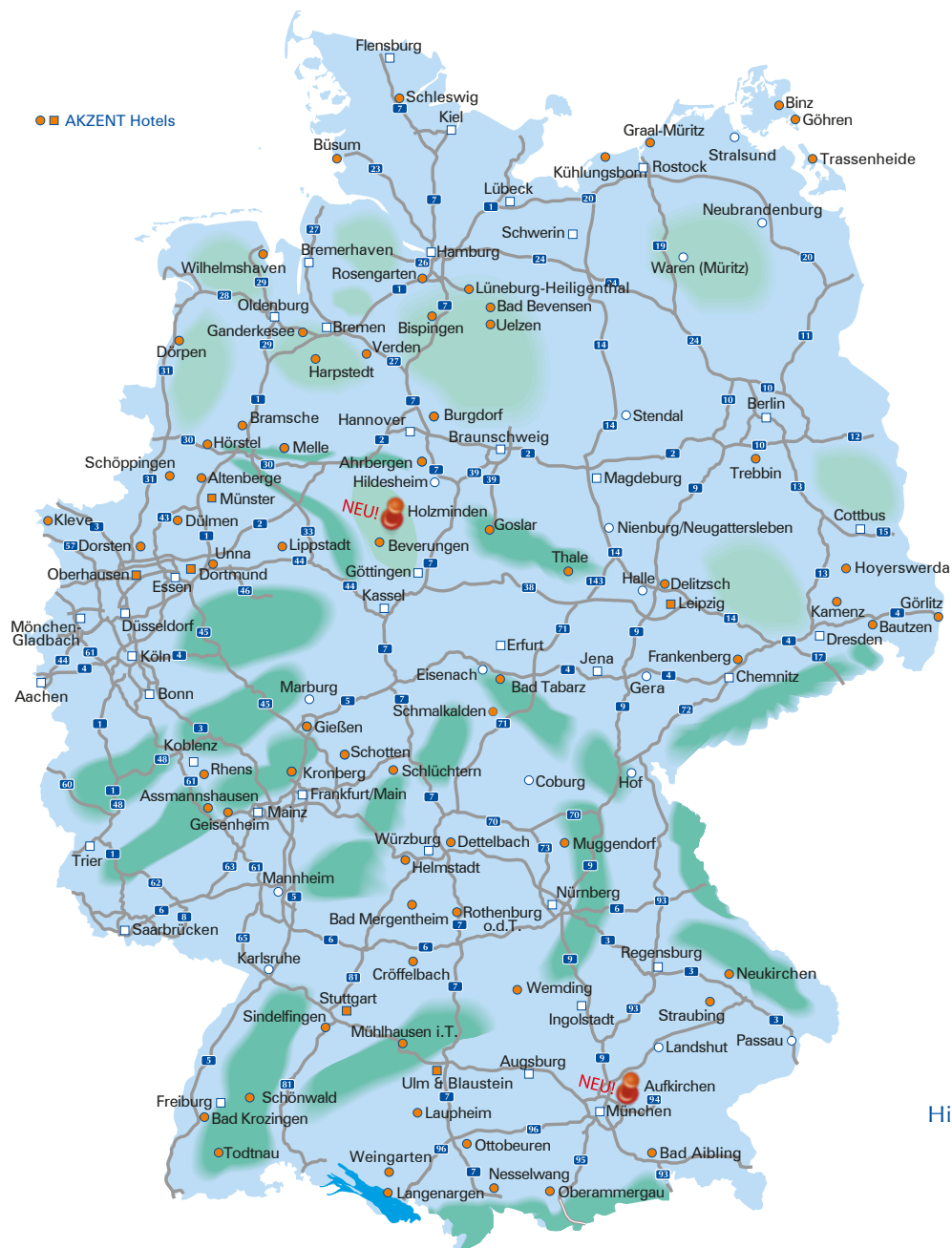
RTL ZWEI RTL ZWEI

14.15 Der Trödeltrupp | Doku-Soap **16.15** Der Trödeltrupp | Doku-Soap. Mauro und Otto bei Manuela **18.15** Der Trödeltrupp | Doku-Soap. Mauro und Otto bei Florian und Melanie



20.15 **Der Trödeltrupp** | Doku-Soap. Reloaded | **22.15** **Der Trödeltrupp – Fundstücke** | **0.20** **Autopsie Dokureihe** | **1.10** **Autopsie Dokureihe** | **1.55** **Autopsie Dokureihe** | **2.40** **Die Forensiker** | **3.25** **Die Forensiker**

AKZENT - HOTELS -



Hier unser Gästemagazin
einfach downloaden



Telefon + 49 53 21 / 75 91 40 Fax · + 49 53 21 / 75 91 49 · Spitalstraße 1 · D-38640 Goslar · www.akzent.de · info@akzent.de

Pinterest · Facebook · Instagram



Werden Sie unser

AKZENT Stammgast

... und profitieren Sie von unschlagbaren Raten
und unserem **Stammgastvorteil in Höhe von 5 €**.

Ihre Treue belohnen wir!

Ihren **AKZENT**-Stammgastcode erhalten Sie bei Abreise in
einem unserer **AKZENT** Hotels. Danach können Sie direkt von
den Vorteilen profitieren!

Wir wünschen Ihnen einen guten Aufenthalt in einem unserer
AKZENT Hotels und viel Spaß mit der **AKZENT** Stammgastkarte!

Wie?

Fragen Sie unser freundliches **Rezeptions-Team!**

