

TIPP FÜR VEREINE & UNTERNEHMEN:

www.franz-druck.de

Sie benötigen Anschreiben,
Einladungen, Formulare, Berichte –
gerne auch personalisiert?

Perfekt! Auch bei kleinen Auflagen sorgen
wir mit unserem hochwertigen

DIGITALDRUCK

für Ihre professionelle
Kommunikation.

WIR BERATEN SIE GERNE!

**franz
druck**
QUALITÄT & SERVICE VOR ORT

eitorfer straße 3 · 51570 windeck-stromberg
telefon (0 22 43) 24 93 · info@franz-druck.de

insider

...und du bist dabei!

FREIZEIT- UND VERANSTALTUNGSMAGAZIN

Eitorf | Ruppichteroth | Windeck
Nümbrecht | Waldbröl | Morsbach

Mai 2023

kostenlos mitnehmen!

seit 1962 | Persönlich, Ehrlich, Zuverlässig



KLEIN

Kompetenz ums Auto

- Neu-, Gebrauch und Jahreswagen
- Finanzierung, Leasing, Versicherung
- 1.-Klasse-Service
- Auto- und Transportervermietung

Siegstraße 100 · 53783 Eitorf

Kontakt: 02243 9179-0 | ford@klein.fsoc.de

www.autohaus-klein-eitorf.de

Erfolg

durch intensive Betreuung!



Steuerberater // Frank
Steiniger

Bitzenweg 7 · 51545 Waldbröl · Tel.: 02291 9099810

Brühl



02.06.-24.06.2023
Festival **brühlermarkt**
im Rathaus-Innenhof

Das Open Air-Konzertenerlebnis mit regionalen und
nationalen Bands, Gruppen und Ensembles wie

Sa., 17.06., 20 h • **Kempes Feinest**

Fr., 23.06., 20 h • Coverband **Decoy**

Sa., 24.06., 20 h • Bon Jovi Tributeband **Bounce**

📞 +VVK: Ticket- & Tourismus- Center brühl-info
Uhlstraße 1, 50321 Brühl, 02232 79-345
Webshop www.bruehl.de



Programmheft zum Download

Kreissparkasse
Köln

Stadtwerke
Brühl

BrühlKultur
www.bruehl.de

Specials:
• Fit für den Sommer
• insider im Westerwald

KulturPur

TICKETS: 0 18 03 / 74 26 54
WWW.KULTURPUR-FESTIVAL.DE

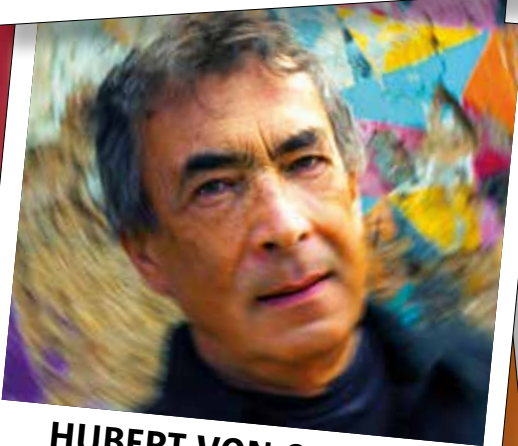
25. BIS 29. MAI 2023
AUF DEM GILLER BEI HILCHENBACH-LÜTZEL



CIRCUS BAOBAB
DO., 25. MAI 2023 | 19.30 UHR
Sitzplätze | Tickets ab 27,- €



BEITZELS COMEDY-GIPFEL
FR., 26. MAI 2023 | 18 UHR
Sitzplätze, freie Platzwahl: 22,- €



HUBERT VON GOISERN
FR., 26. MAI 2023 | 20 UHR
Sitzplätze | Tickets ab 39,- €



VON WEGEN LISBETH
FR., 26. MAI 2023 | 22.30 UHR
Stehplätze: 39,- €



CLOCKCLOCK | KAMRAD
SA., 27. MAI 2023 | 17 UHR
Stehplätze: 35,- €



PHILHARMONIE SÜDWESTFALEN
SA., 27. MAI 2023 | 19.30 UHR
Sitzplätze | Tickets ab 33,- €



LORD OF THE LOST
SA., 27. MAI 2023 | 22 UHR
Stehplätze: 36,- €



SILBERMOND
SO., 28. MAI 2023 | 19.30 UHR
Stehplätze: 57,- €



40 FINGERS
SO., 28. MAI 2023 | 22 UHR
Sitzplätze, freie Platzwahl: 34,- €



YARIMA BLANCO Y SON LATINO
MO., 29. MAI 2023 | 17 UHR
Stehplätze: 18,- €



**EARTH, WIND & FIRE
EXPERIENCE BY AL MCKAY**
MO., 29. MAI 2023 | 19.30 UHR
Stehplätze: 49,- €

Lieber Insider,

herzlich willkommen im Mai, der direkt mit einem freien Tag – dem Tag der Arbeit – sehr arbeitnehmerfreundlich beginnt. Mit einem Brückentag nach Himmelfahrt können Arbeitnehmer ein extra langes Wochenende herausholen und zum Monatsende gibt es am Pfingstmontag erneut einen Feiertag.

Bei so vielen zusätzlichen freien Tagen ist genug Potential vorhanden, um etwas schönes zu Unternehmen. Wie wäre es mit einer Erkundungstour im Westerwald? Unsere Nachbarregion weiß mit ursprünglicher Natur, beschaulichen Städtchen und tollem kulturellen Angebot zu locken. Die passenden Infos findest du ab Seite 18.

Mit steigenden Temperaturen bekommen wir schon jetzt einen Vorgeschmack auf den Sommer, der für viele von Outdoor-Aktivitäten geprägt sein wird. Deshalb ist jetzt genau die richtige Zeit, sich noch einmal sportlich zu betätigen, um dann fit für den Sommer zu sein. Das passende Themenspecial findest du ab Seite 4.

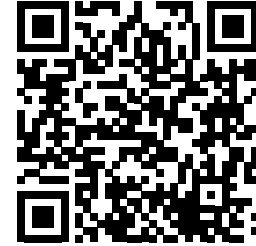
Die Gastronomie lockt im Mai mit frischen Frühlingserichten und leckeren Aktionen zum Muttertag am 14. Mai. Wer wo zu finden ist, erfährst du wie gewohnt in unserem Gastroverzeichnis hinten im Heft.

Natürlich gibt es auch wieder alle anstehenden Termine und Events in unserem Terminteil.

Ich wünsche dir einen sonnigen Mai und viel Spaß bei dem, was du erleben wirst.

Martin Finke

- ➔ Seite 4 Special:
»Fit für den Sommer«
- ➔ Seite 8 Terminliste
- ➔ Seite 16 Kinostarts
- ➔ Seite 18 Special:
»insider im Westerwald«
- ➔ Seite 27 Gewinnspiel
- ➔ Seite 28 Gastroverzeichnis
- ➔ Seite 31 Impressum



Hier bekommst du aktuelle Informationen zum Corona-Virus.



www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus.html

Liebe Veranstalter*innen und Vereine, helfen Sie uns, den insider noch besser und vollständiger zu machen. Unsere Termine recherchieren wir ständig in mühevoller Kleinarbeit. Leider sind uns aber nicht immer alle Termine rechtzeitig öffentlich zugänglich, und so kann es sein, dass wir Ihren Termin nicht finden. Wir versenden deshalb monatlich eine E-Mail, die Sie an die Abgabe der aktuellen Termine erinnert. Diese nehmen wir kostenlos in unseren Veranstaltungskalender auf. Das hilft Ihnen, Ihre Veranstaltung besser zu bewerben. Wenn wir Sie in unseren Verteiler aufnehmen dürfen, schicken Sie uns doch bitte eine Mail mit Ihren Daten an redaktion@insider-aktuell.de. Aus dem Verteiler können Sie sich natürlich jederzeit wieder abmelden, Ihre Daten werden nicht an Dritte weitergegeben. Gerne informieren wir Sie hierzu auch persönlich oder am Telefon (02292 95622-0).

Fit für den Sommer



Wer jetzt noch nicht in Trainingslaune ist, für den wird es aber höchste Zeit. Fit für den Sommer 2023 wirst du auf unterschiedlichste Weise. Die Coronapandemie hatte auch die Sport- und Fitnessrends der letzten Jahre geprägt und virtuelle Sportangebote und Outdoorfitness erlebten einen regelrechten Boom. Mit Lockerungen der Schutzmaßnahmen und Social Distancing wird in diesem Jahr der Hype um virtuelle Sportangebote deutlich abflachen, Fitnessstudios und Teamsportangebote rücken wieder stärker in den Fokus. Outdoor-Sport bleibt aber auch in diesem Jahr wieder absolut angesagt. Generell fokussiert sich die Sportbranche nicht mehr nur auf den Muskelaufbau und sportliche Höchstleistungen, sondern stellt einen allgemein gesunden Lebensstil und ein körperliches Gleichgewicht in den Mittelpunkt. Also erhalten neben dem Sport, auch Faktoren wie mentale Gesundheit, gesunde Ernährung und ausreichend Schlaf, einen deutlich größeren Stellenwert.

Fazit: Warte nicht, sondern gönne dir und deinem Körper etwas Gutes und starte fit und gesund in den Sommer!

Mentale Wellness: Viele Fitnessstudios kombinieren inzwischen ihre klassischen Angebote mit mentaler Wellness. Schon die Römer wähten den gesunden Geist in einem gesunden Körper. Das sich umgekehrt die körperliche Fitness aber vor allem dann optimal entwickelt, wenn vor, während und nach dem Training die innere Ausgeglichenheit berücksichtigt wird, ist unter Profileistungssportlern schon lange kein Geheimnis mehr. Immer mehr Hobby- und Feierabendsportler:innen nutzen diese Erkenntnisse inzwischen auch für sich. Mit entsprechenden Angeboten trägt die Fitnessbranche dieser Entwicklung nun Rechnung, zum Beispiel durch spezielle Wellnessbereiche und immer ausgeklügeltere Angebote wie zusätzliche Massagen, Atem- und Meditationsübungen an.

Wearables: Smartwatch, Fitnessstracker, Kopfhörer mit Herzfrequenzmesser, T-Shirts mit Sensoren, Bewegungs- und Kalorienanalyse im Handy. Alles, was unsere Schritte aufzeichnet, den Kalorienverbrauch anzeigt oder unsere Fettverbrennung analysiert, ist gern gesehen und wird genutzt. Denn wenn uns jemand sagt, wie gesund und aktiv wir unser Leben führen, sind wir motivierter und treiben noch mehr Sport. Der Markt ist riesig und wird um immer neue Produkte und Funktionen ergänzt. Es ist aber nur noch eine Frage der Zeit, bis die ersten Sensoren nicht mehr auf der Haut »getragen« werden, sondern unter die Haut oder in den Körper wandern. Dort sind sie unsichtbar, viel präziser und können ein viel umfangreicheres Bild unseres Gesundheitszustandes abbilden.



Beratung, Verkauf, Service, Ersatzteile und Zubehör

Ist Ihr Fahrrad fit für den Sommer?

Jetzt beraten lassen: 02243 3694



Hardstr. 1
53783 Eitorf www.lukas-fahrraeder.de

Gruppentraining: Sport wird nach Corona wieder mehr zum Social Event – in Vereinen, Fitnessclubs und Communities, in Form von Gruppentraining und Kursen. Zusammen trainieren, feste Trainingszeiten haben, gemeinsame Ziele verfolgen und sich gegenseitig unterstützen. Das sind alles Punkte, die Gruppentraining so effektiv und beliebt machen. Das Kursangebot in den Sportvereinen und Fitnessstudios wächst wieder überall. Egal ob Lauffreizeit, Zumba, Body-Pump oder Crossfit, gemeinsam kannst du mehr erreichen – probier es mal aus.






WIR
FREUEN UNS
AUF DEINEN
BESUCH

BADESPASS UND FREIZEITVERGNÜGEN PUR!

Das Löwenbad Hachenburg bietet tolles Hallen- und Freibadvergnügen:
Relaxen im Hot-Whirl-Pool, Action auf der Superrutsche, Sport und Spass beim Beachvolleyball,
Sonnenbaden auf der großen Liegewiese und vieles mehr.

Öffnungszeiten und Eintrittspreise findest Du auf unserer Internetseite.

löwenbad.de



11. Windecker Sommerlauf, Dattenfeld So., 18. Juni 2023 | Start 10:30 Uhr

Endlich ist es wieder soweit. Am Sonntag, den 18. Juni 2023, findet die 11. Auflage des Windecker Sommerlaufs statt. Start und Ziel ist im Sportpark des TSV Germania Windeck.

Der »11. Windecker Sommerlauf« richtet sich sowohl an Hobbyläufer:innen, und Neueinsteiger:innen als auch an ambitionierte Freizeitsportler:innen. Es wird wieder eine 7 Kilometer und eine 11 Kilometer Laufdistanz angeboten. Ebenso können erneut auch (Nordic-) Walker:innen auf den Sieben-Kilometer-Kurs gehen. Außerdem wird es wieder einen Bambinilauf geben. Kinder von 3 bis 6 Jahren können sich dafür anmelden.

Dass die weitestgehend flach verlaufende Strecke entlang der oberen Sieg sich für Jung und Alt eignet, wurde in den vergangenen Jahren durch das Starterfeld zwischen 7 und 77 Jahren eindrucksvoll unter Beweis gestellt. Beide Laufdistanzen starten im Sportpark des TSV Germania Windeck und führen über die Dattenfelder Siegbrücke auf den Siegweg und dann entlang der wunderschönen Sieg in Richtung Hoppengarten bzw. Röcklingen und wieder zurück.

Das Startgeld per Onlineanmeldung beträgt pro Teilnehmer:innen bis 16 Jahre 7,99 Euro.

Der Teilnahmepreis für Teilnehmer:innen ab dem 17. Lebensjahr beträgt 11,99 Euro. Für das Startgeld erhalten alle Teilnehmer:innen eine individuelle Zeitmessung per Chip, eine Teilnehmerurkunde mit seiner persönlichen Bruttolaufzeit, Verpflegung entlang der Strecke und im Zielbereich sowie einen mit Überraschungen gefüllten Starterbeutel.

Anmeldungen für alle Distanzen sind online über den QR-Code oder die Homepage

möglich. Dort findest du auch weitere Informationen, aktuelle Starterliste, Anfahrt, Rückblicke:

www.windecker-sommerlauf.de

Veranstalter sind die Laufsportfreunde Windeck

Hier direkt
anmelden:



Workout für Zuhause, Garten oder Park

Keine Mitgliedschaft in einem Fitnessclub oder Sportverein – das ist keine Entschuldigung, um dir etwas Gutes zu tun und fit zu werden. Dazu braucht es weder teure Geräte, viel Geld oder Zeit. Starte doch einfach mal im Kleinen und sei erstaunt, wie gut es dir tun wird. Alle zwei Tage für 20 Minuten – alles was du dazu brauchst, ist eine Stoppuhr und bei Bedarf eine Isomatte.



Aufwärmen: Bevor du Sport machst, solltest du dich immer aufwärmen. Dehne deine Arme, Beine, Hüfte und Kreise mal mit deinen Sprung- und Handgelenken und deiner Hüfte.

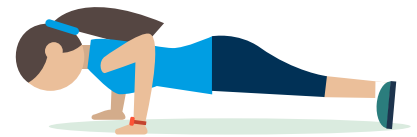
Danach kannst du auf der Stelle 3 Minuten gehen oder besser noch, leicht joggen.

60 Sekunden Pause



Hampelmann: 40 Sekunden Hampelmannsprung – 20 Sekunden Pause. Das wiederholst du drei mal.

60 Sekunden Pause



60 Sekunden Pause

Kniebeugen:

10 Kniebeugen, 30 Sekunden Pause. Das wiederholst du drei mal.



Achte bei den Kniebeugen darauf, dass deine Fersen am Boden bleiben und du dein Gewicht dorthin verlagerst. Füße und Knie zeigen in die gleiche Richtung (leicht nach außen). Der Rücken bleibt möglichst aufrecht und der Blick geht nach vorne. Buckel/runder Rücken sind hier falsch. Ohren und Füße sollten möglichst immer auf einer gedachten, vertikalen Linie liegen. Als Erleichterung fixiere einen Blickpunkt in der Ferne auf Augenhöhe und nimm die Hände als Gewichtsausgleich nach vorne, wenn du nach unten gehst.

Liegestütze: 10 Liegestütze, 30 Sekunden Pause. Das wiederholst du drei mal.

Achte bei den Liegestützen auf einen geraden Rücken – Po, Schultern Kopf bilden eine Linie. Hände auf Schulterhöhe und etwas breiter als deine Schultern abstellen, Körper anspannen und dann bis auf Bodenhöhe absenken und wieder nach oben drücken. Sind die ausgestreckten Beine zu schwer, kannst du auf den Knien weitermachen.

Erfolg: Schon nach einigen Wochen wirst du Erfolge feststellen können und merken, dass du fitter wirst und du dich wohler fühlst.

Wenn du dir unsicher bist, gesundheitliche Probleme hast oder du bei den Übungen (neben anfänglichem Muskelkater) Schmerzen haben solltest, dann wende dich auf jeden Fall an einen Arzt oder ein versiertes Fitnessstudio. Hier kann perfekt auf dich und deine Anforderungen eingegangen werden und du erhältst einen individuellen Trainingsplan, der deine Stärken und Schwächen berücksichtigt.

60 Sekunden Pause



Planke/Brett: 30 Sekunden halten, 15 Sekunden Pause. Das wiederholst du drei mal.

Leg dich auf den Boden, spanne deinen Körper an und drücke dich in den Unterarmstütz. Dann einfach (aus)halten. Achte darauf, dass dein Rücken nicht durchhängt und dein Po nicht zur Bergspitze wird. Dein Oberkörper bildet eine gerade Linie.



Neue Apotheke

Agata Roskop e.K.

Auch für die Urlaubs- oder Reiseapotheke sind wir Ihr kompetenter Ansprechpartner.

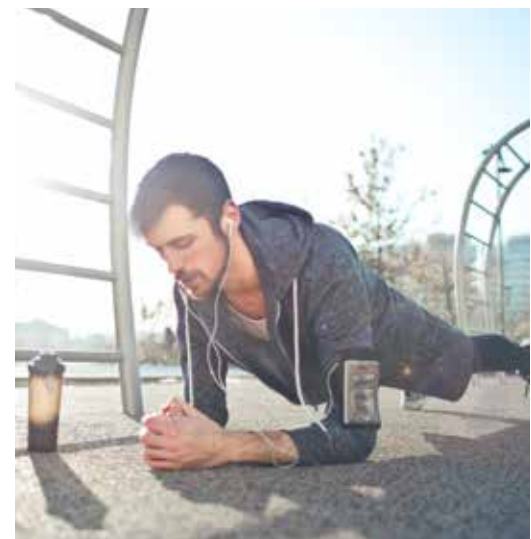
Lindenallee 13 · 57577 Hamm/Sieg
Tel.: 02682 95110 · Fax: 02682 951141
NeueApothekeHamm@web.de

www.NeueApothekeHamm.de

Unsere Öffnungszeiten:

Montag, Dienstag, Donnerstag & Freitag:
08:00 – 13:00 | 14:00 – 18:30 Uhr

Mittwoch Samstag
08:00 – 13:00 Uhr 08:30 – 14:00 Uhr





Ernährung

Wer sich gesund ernährt, wird schneller fit und bleibt es auch länger. Ein gesunder, ausgeglichener Stoffwechsel bringt den Körper auf Hochtouren und schützt vor Krankheiten. Auch die Fettpölsterchen, die man mit den Jahren aufgebaut hat, wird man allein mit Sport nicht so recht los. Eine bewusste Umstellung auf eine gesunde Ernährung unterstützt die Ziele von Sport und Fitness entscheidend. Doch was ist gesunde Ernährung überhaupt, welche Stoffe braucht der Körper und welche sind für Sport und Fitness eher hinderlich?

Zur Aufrechterhaltung der Körperfunktionen und zum Erhalt und Aufbau von Körpergewebe braucht der Körper Energie, die über die Nahrung aufgenommen wird. Der Energiegehalt der Nahrung wird in Kilokalorien (kcal) oder K-Joule (kJ) angegeben. Der Kalorienbedarf ist individuell verschieden und bemisst sich am Körperbau (vor allem der Muskelmasse), beruflicher Tätigkeit und sportlicher Aktivität. Die Hauptbestandteile unserer Nahrung sind Kohlenhydrate, Fette, Eiweiße, Ballaststoffe, Vitamine und Mineralien. Alle Teile sind wichtig, doch kommt es auf die richtige Zusammensetzung und Menge an. »Gute« Kohlenhydrate wie sie Brot, Kartoffeln, Getreide und Nudeln enthalten, sind die am schnellsten verfügbare Energie im Körper und sollten 50% der Nahrung

ausmachen. Fette (Streichfette, Öle) sollten nur 30% und Eiweiße 8 – 10% ausmachen.

»Schlechte« Kohlenhydrate wie in Süßigkeiten, Kuchen und Desserts, also in Form von Zucker, sollten am wenigsten auf dem Speiseplan stehen und nur ab und zu genossen werden. Sind die Ernährungsanteile verschoben, hat das Folgen: Durchblutungs- und Herzkreislaufprobleme können die Folge sein, das Risiko für Schlaganfall und Herzinfarkt steigt.

Obst und Gemüse enthalten viele Vitamine und gelten als äußerst gesundheitsfördernd. Fünfmal am Tag sollte eine handgroße Portion auf dem Speiseplan stehen. Gerade sportlich aktive Menschen sollten darauf Wert legen, denn nachweislich wirkt sich der Verzehr positiv auf das Herz-Kreislauf-System aus. Aber Vorsicht, bei süßem Obst ist der Zuckeranteil ebenfalls hoch.

Vitaminne

Vitamine erfüllen die verschiedensten Funktionen im Körper: Sie helfen beim Aufbau und Schutz von Zellen, stärken die Infektionsabwehr und wirken unterstützend bei der Bildung von Knochen und Blut.

Eine Portion **Vitamin C** am Tag kann eine gute Abwehr gegen wintertypische Krankheiten wie Erkältungen oder die Grippe sein und den Körper vor Viren schützen. Schon

der tägliche Verzehr von zwei Kiwis und zwei Orangen begünstigt die Bildung von Abwehrzellen und hilft, grippale Infekte zu vermeiden. Das Vitamin ist in vielen Obst und Gemüsesorten enthalten – beispielsweise Paprika, Brokkoli, Petersilie, Kiwi, Zitrone oder Erdbeeren.

Wenn es draußen früh dunkel wird, sind die Augen schnell erschöpft. **Vitamin A** ist dann sinnvoll, es stärkt das Dämmerungssehen. Außerdem kann Vitamin A die Schleimhaut in Nase und Mund widerstandsfähiger machen. Eine große Möhre oder eine Paprika können den empfohlenen Tagesbedarf an Vitamin A decken.

Mit den kälteren Temperaturen verschwindet auch das Tageslicht. Das Fehlen der Sonnenstrahlen kann die Laune verschlechtern, viele Menschen neigen sogar zu Winterdepressionen. Was helfen kann: Lebensmittel, wie zum Beispiel Fleisch oder Sonnenblumenkerne, die reich an **Vitamin B1** sind können das Nervensystem stärken und die Laune anheben.

Mithilfe von Sonnenlicht kann der Körper **Vitamin D** selbst herstellen. Eine halbe Stunde spazieren bei Tageslicht mit freien Händen und Gesicht reicht aus. Wenn das nicht möglich ist, muss das Vitamin über die Nahrung zugeführt werden. Vitamin D stärkt nicht nur die Knochen, sondern versorgt die Zellen auch mit Sauerstoff. Eine Avocado oder 100g Bismarckhering decken den Tagesbedarf.



Hier findest du alle Termine nach Datum aufgelistet. Die Abkürzungen entnimmst du bitte den Legenden.

Ausstellung/Führung/
Museum/Vortrag
Brauchtum
Bildung/Schule
Feste/Feiern
Gesundheit/Wellness

Kinder
Kirche
Kulinarisches
Kunst/Bühne/Film
Märkte
Musik

Natur/Outdoor
Politik
Soziales
Sport
Sonstiges

Eitorf
Ruppichterorth
Windeck
Nümbrecht
Waldröhl
Morsbach
Online

Alle Termine wurden sorgfältig recherchiert und uns durch die Veranstalter bis zum Redaktionsschluss mitgeteilt. Wegen Corona können Termine aber auch kurzfristig verschoben oder abgesagt werden. Bitte erkundige dich am besten vorher beim Veranstalter, ob dein Wunschtermin stattfindet.



Montag 01.05.

	Feste	Tag der Feuerwehr	Win	Herchen, Kurpark
	Brauc	Maifest	Win	Imhausen, Dorfplatz
	Natur	Maiwanderung	Nüm	Elsenroth
09:00 Uhr	Natur	Maiwandertag	Rup	Winterscheid, Pastoratsstr. 3
10:15 Uhr	Kirche	Missionsfest	Nüm	Ev. Kirche
11:00 Uhr	Brauc	Maifest	Win	Dreisel, Maiplatz
11:00 Uhr	Brauc	Maifest	Eit	Ottersbach
11:00 Uhr	Sonst	Mercedes Benz Oldtimer Club	Win	Öttershagen, Grube Silberhardt
11:00 Uhr	Markt	Holper Wochenmarkt	Mor	Holpe, Fritz-Wingen-Platz
11:00 Uhr	Markt	Trödelmarkt	Wal	Marktplatz
14:30 Uhr	Kunst	Film: "Das Letzte Mahl"	Eit	Theater am Park, Brückenstr. 31

Dienstag, 02.05.

09:00 Uhr	Sonst	Schadstoff-Mobil	Mor	Ellingen, Parkplatz Bürgerhaus
09:00 Uhr	Sozial	Café Wertvoll – von Frauen für Frauen	Nüm	Alte Schmiede, Marktstr. 10
13:00 Uhr	Sonst	Schadstoff-Mobil	Mor	Festplatz Wisseraue
17:00 Uhr	Ausst	Führung auf Burg Herrnstein	Rup	Hof an der Madonna

Mittwoch, 03.05.

09:00 Uhr	Sonst	Schadstoff-Mobil	Mor	Festplatz Wisseraue
10:00 Uhr	Sonst	Sprechtag des Notars	Mor	Rathaus
11:30 Uhr	Sonst	Schadstoff-Mobil	Wal	Herfen, Nutscheidstr. Parkstreifen
13:00 Uhr	Sonst	Schadstoff-Mobil	Mor	Lichtenberg, Parkplatz Festplatz
14:45 Uhr	Sonst	Schadstoff-Mobil	Wal	Marktplatz
15:00 Uhr	Sozial	Klön Café	Win	Dattenfeld, Seniorenbüro
15:30 Uhr	Kinder	Kinderchor	Rup	Winterscheid, St. Servatius, Hauptstr. 19,
16:00 Uhr	Kunst	„Landschaft mit Wolken“ Werke der Künstlerin Julia Steinberg; Mi. – Fr.	Nüm	Haus der Kunst
17:30 Uhr	Kulina	Großes Schnitzel-Schlemmerbuffet	Nüm	Bierenbacher Hof, Schlenke 3
19:00 Uhr	Musik	Weekbox – Open Stage & Jam Session	Win	Schladern, kabelmetal

Donnerstag, 04.05.

	Gesun	Trauerseminar mit Yoga, Qi Gong, Entspannung und Meditation bis 07.05.2023	Wal	EIAB, Schaumburgweg 3
	Gesun	Den inneren Kritiker umarmen	Wal	EIAB, Schaumburgweg 3
11:00 Uhr	Sonst	Schadstoff-Mobil	Eit	Gewerbegebiet, Im Auel 24

15:00 Uhr	Sozial	Seniorentreffen	Mor	Holpe, ev. Gemeindehaus
14:30 Uhr	Sonst	Schadstoff-Mobil	Eit	Bahnstraße (Schotterparkplatz)
15:00 Uhr	Sozial	Treff zum Klönen und Spielen bei Kaffee und Kuchen	Rup	Café Alte Schule, Burgstr
15:30 Uhr	Kinder	Vorlesestunde	Wal	Stadtbücherei, Kaiserstr. 82

Freitag, 05.05.

08:30 Uhr	Bildu	Erste Hilfe Grundkurs BG (9UE)	Eit	Parkstr. 12, Gesangsvereinshaus
13:00 Uhr	Sonst	Elektro-Kleinteile-Mobil	Eit	Lascheider Weg
17:00 Uhr	Markt	Feierabendmarkt	Eit	Place de Bouchain
18:30 Uhr	Ausst	Die positive Wirkung von Sport & Bewegung in der Krebsprävention und bei Krebs	Eit	FITNESS OASE, Im Auel 47
19:30 Uhr	Natur	Vollmondwanderung mit Harfenklang	Wal	Kräutercafé, Geilenkausener Str. 12
20:00 Uhr	Kunst	Das bisschen Haushalt... ist doch kein Problem – dachte ich“- Kabarett mit Hans Gerzlich	Nüm	Parkhotel, Kursaal
20:00 Uhr	Musik	7 Days in Sunny June - Konzert	Nüm	Schloss Homburg, Forum

Samstag, 06.05.

	Musik	RhineRiverRudies	Win	Schladern, elmores
	Musik	Blueskonzert	Nüm	Benroth
	Musik	Konzert Klangwerk	Mor	Klangwerk
09:00 Uhr	Bildu	Malteser: Erste-Hilfe-Ausbildung	Wal	Happach, Happacher Weg 13
10:00 Uhr	Sonst	Repair-Café	Mor	Am Prinzen Heinrich 5
10:00 Uhr	Markt	Pflanzen- und Gartenflohmarkt	Win	Altwindeck, Im Thal Windeck 17
10:00 Uhr	Sonst	Berufs-Info-Messe	Nüm	GWN Arena, Mateh-Yehuda-Straße 3a
10:00 Uhr	Sonst	Tiere filzen mit Gabi Mazaracis	Nüm	Mildsiefen 18
10:00 Uhr	Kinder	Kulturrucksack – Künstlerische Naturerfahrung	Nüm	Schloss Homburg
10:00 Uhr	Natur	Brainwalking rund um Halscheid	Win	Halscheid, Parkplatz am Friedhof
11:00 Uhr	Natur	Kräutertour im Mai	Wal	Kräutercafé, Geilenkausener Str. 12
11:00 Uhr	Natur	VHS-Kurs: Wälder und ihre Bäume – erleben, erfahren, erkennen	Wal	Panarbor, Nutscheidstr. 1
14:00 Uhr	Sonst	Dörfer-Rundfahrt	Nüm	Gouvieux-Straße, Haltestelle
15:00 Uhr	Politik	SPD-Ortsverein	Rup	Am Kammericher Hof
19:30 Uhr	Musik	Minguet Quartett-Konzert	Nüm	Schloss Homburg, Forum

Es ist wieder
Sommergarten-Zeit

Jetzt reservieren:
Tel. 02683 7230

Für die Mütter und die Väter:
Genießen, feiern, wohlfühlen!



ZUM ALTEN FRITZ

DAS LANDGASTHAUS IM ASBACHER LAND

Eitorfer Str. 11 . 53567 Asbach-Löhe/Ww.

Ruhetage: Montag & Dienstag

Muttertag ist ein Fest für die Familie –
Vatertag ein Fest für gute Freunde.

Freuen Sie sich auf unser gemütliches Restaurant oder genießen Sie bei gutem Wetter ein kühles Getränk und leckeres Essen in unserem Sommergarten. **Wir freuen uns immer auf Ihren Besuch.**

Bitte reservieren Sie rechtzeitig.

Informieren Sie sich auf
www.alter-fritz.com



HENNEF

grün
erleben

40 JAHRE

BREUER

BLÜTENFREUDE FÜR BALKON & GARTEN ...

14. MAI
MUTTERTAG

Pflanzen Breuer e.K. HENNEF . Emil-Langen-Str. 6 . Tel.: 0 22 42/91 55 40
Mo.–Fr. 9–19 Uhr . Sa. 9–18 Uhr . So. 11–16 Uhr (Kein Verkauf von Möbeln/Geräten.)

Muttertag, 14. Mai:
11–16 Uhr geöffnet



BESUCH UNS IN HENNEF
**WOHLFÜHL-GARTEN-
CENTER MIT CAFÉ**

www.pflanzen-breuer.de



VERANSTALTUNGEN

IN DER „BUNTEN STADT AM RHEIN“

- Antik- & Trödelmarkt (06. & 07.05 / 12. & 13.08.)
- Linzer Sommerfestival / Buttermarkt Open Air (16.06. / 14.07. / 18.08.)
- Internationales Drehorgelfestival (18./20./21.05.)

Also „Loss mer fiere“ – mit rheinischem Frohsinn und auf Linzer Art!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

www.linz.de



Hier findest du alle Termine nach Datum aufgelistet. Die Abkürzungen entnimmst du bitte den Legenden.

**Ausstellung/Führung/
Museum/Vortrag**
Brauchtum
Bildung/Schule
Feste/Feiern
Gesundheit/Wellness

Kinder
Kirche
Kulinarisches
Kunst/Bühne/Film
Märkte
Musik

Natur/Outdoor
Politik
Soziales
Sport
Sonstiges

Eitorf
Ruppichteroth
Windeck
Nümbrecht
Waldröhl
Morsbach
Online

20:00 Uhr	Musik	HOT STUFF in Concert	Win	Schladern, kabelmetal
20:00 Uhr	Musik	Michael Küttner's „Undetected Crime“ – BasicTrio	Eit	Theater am Park, Brückenstraße 31
21:00 Uhr	Feste	Crazy White Night Party	Rup	Schönenberg, Bergstr. 1

16:00 Uhr	Natur	VHS-Kurs: Kräuter für die grüne Hausapotheke	Wal	Parkplatz Nutscheidstr.
15:00 Uhr	Sozial	Gedächtnistraining mit Gedächtnistrainerin Anne Halbach	Win	Dattenfeld, Seniorenbüro
		Ihrer Stimme eine Stimme geben – Überzeugungen, Stärken und Gehör verschaffen	onl	WoMan@Work
16:30 Uhr	Sonst			
18:30 Uhr	Gesun	Leben fließt: Zeit für mich	onl	lebenfließt.de
19:00 Uhr	Sonst	Treffen der NABU Ortsgruppe Morsbach	Mor	Bistro Alt Morsbach

Sonntag, 07.05.

15:00 Uhr	Kunst	VHS-Kurs: Kunst in der Kirche – Giovanni Vetere	Eit	Ev.Kirche, Bahnhofstr. 17
09:00 Uhr	Markt	Trödelmarkt	Eit	Erntehalle Kehlenbach
09:30 Uhr	Kirche	Familienmesse	Rup	Winterscheid, St. Servatius
10:00 Uhr	Natur	Kräuterspaziergang mit Jasmin Dziemba	Rup	Schönenberg, Grundschule
10:00 Uhr	Natur	Waldexkursion	Mor	Kreisel am Busbahnhof
11:00 Uhr	Feste	Frühlingsfest des gemischten Chors Wallerhausen	Mor	Holpe, Gesellenhaus
14:30 Uhr	Musik	Heimpel Liedermacherei	Win	Herchen, Kurparkcafé
15:00 Uhr	Feste	Kneipp-Verein e.V.: Frühlingsfest	Nüm	Park-Hotel
15:00 Uhr	Musik	„Ich war noch niemals in New York“ – ein Nachmittag voller Hits und Schlager	Nüm	Parkhotel, Kursaal
15:30 Uhr	Musik	Mundorgelsingen	Wal	Hochstr.
20:00 Uhr	Musik	Maik Krahl Quartett - Konzert	Nüm	Schloss Homburg, Forum

Donnerstag, 11.05.

	Gesun	Kloster-Auszeit für Trauernde – denn Trauer hat heilende Kraft bis 14.05.2023	Wal	EIAB, Schaumburgweg 3
07:00 Uhr	Markt	Vieh- und Krammarkt	Wal	Zentrum Innenstadt

Freitag, 12.05.

	Musik	The Lyra Loop Project	Win	Schladern, elmores
	Gesun	Es gibt keinen Weg zum Frieden – Frieden ist der Weg bis 14.05.23	Wal	EIAB, Schaumburgweg 3
	Gesun	Heimkommen und Heilen mit dem Klangboot	Wal	EIAB, Schaumburgweg 3
15:00 Uhr	Natur	VHS-Kurs: Mit Eseln unterwegs durch die Natur – Eine Familienwanderung mit Eseln	Wal	Bladersbach, Ronnenwiese 12
18:00 Uhr	Kunst	Wer bin ich? Kreativ-Workshop zu alternativen Porträts	Nüm	Schloss Homburg
19:00 Uhr	Gesun	Ringu Tulku Rinpoche	Win	Halscheid, Auf dem Kuppen 7
19:00 Uhr	Kunst	Sketch der Theatergruppe „Vürhang op“	Mor	Kulturstätte, Hahner Str. 31-33
20:00 Uhr	Musik	Queen May Rock – Unplugged	Eit	Theater am Park, Brückenstr. 31
20:00 Uhr	Kunst	Martin Zingsheim und Musiker „Normal ist das nicht“	Win	Herchen, Bodelschwing-Gymnasium

Montag 08.05.

11:00 Uhr	Markt	Holper Wochenmarkt	Mor	Holpe, Fritz-Wingen-Platz
15:00 Uhr	Gesun	Kneipp-Verein e.V.: Sitzgymnastik-Bewegungsschule	Nüm	VHS-Akademie
19:30 Uhr	Sport	VHS-Kurs: Latin-Ladies bis 04.06.23	Nüm	Gaderoth, Dorfhaus
20:30 Uhr	Sport	VHS-Kurs: Crashkurs: Gesellschaftstanz für Paare ohne Vorkenntnisse bis 05.06.23	Nüm	Gaderoth, Dorfhaus

Dienstag, 09.05.

10:00 Uhr	Sozial	Kneipp-Verein e.V.: Fit im Kopf: Power für die grauen Zellen	Nüm	Volksbank Oberberg
11:00 Uhr	Sonst	Schadstoff-Mobil	Win	Wiedenhof, Dahlhausener Str.
14:30 Uhr	Sonst	Schadstoff-Mobil	Win	Herchen, In der Au
15:00 Uhr	Musik	Kneipp-Verein e.V.: Tanzen für alle Junggebliebene	Nüm	Engelsstift-Cafeteria
15:00 Uhr	Sozial	Seniorenkreistreffen der Kath. Kirchengemeinde „St. Gertrud“	Mor	Gaststätte "An der Seelhardt"
18:30 Uhr	Kulina	VHS-Kurs: Vitalküche – Einfach frischer, gesünder und bunter essen!	Mor	Gemeinschaftsschule, Hahner Str.

Mittwoch, 10.05.

16:00 Uhr	Kunst	„Landschaft mit Wolken“ Werke der Künstlerin Julia Steinberg; Mi. – Fr.	Nüm	Haus der Kunst
-----------	-------	---	-----	----------------

Samstag 13.05.

	Brauc	Fatimaprozession	Mor	Alzen
09:00 Uhr	Bildu	Malteser: Erste-Hilfe-Ausbildung	Wal	Happach, Happacher Weg 13
09:30 Uhr	Sonst	Repair Café	Win	Dattenfeld, Bergische Str. 30
10:00 Uhr	Natur	Naturkundliche Wanderung „Wald und Flur im (Klima) Wandel“	Win	Herchen, Höher Landstraße
10:00 Uhr	Feste	1. Sommerfest der Windecker Schulen	Win	Schladern, kabelmetal
11:00 Uhr	Markt	Umweltwochen-Markt	Mor	Kulturstätte, Hahner Str. 31-33
11:00 Uhr	Natur	Wälder und ihre Bäume - erleben, erfahren, erkennen	Wal	Panarbora, Nutscheidstr. 1
12:00 Uhr	Kunst	Bilderbuch-Kino „IST JA NUR EINS!“	Mor	Kulturstätte, Hahner Str. 31-33

HAUSGEMACHTES

KUCHEN-BUFFET

jeden Samstag im Bistro Balance

Alle Kuchen
und Torten
auch zum
Mitnehmen!

Wir bitten um
Vorbestellung bei
größeren Bestellungen
für ihre
Feierlichkeiten.

Öffnungszeiten:

Montag – Freitag: 07:30 – 19:00 Uhr

Samstag: 08:00 – 16:00 Uhr

BISTRO
BALANCE

Mittelstraße 49 - 51 | 53773 Hennef

Tel. 02242 96988-0

info@bistro-balance.de

www.bistro-balance.de

Hier findest du alle Termine nach Datum aufgelistet. Die Abkürzungen entnimmst du bitte den Legenden.

Ausstellung/Führung/
Museum/Vortrag
Brauchtum
Bildung/Schule
Feste/Feiern
Gesundheit/Wellness

Kinder
Kirche
Kulinarisches
Kunst/Bühne/Film
Märkte
Musik

Natur/Outdoor
Politik
Soziales
Sport
Sonstiges

Eitorf
Ruppichterorth
Windeck
Nümbrecht
Waldröhl
Morsbach
Online

14:00 Uhr	Sonst	Dörfer-Rundfahrt	Nüm	Gouvieux-Straße, Haltestelle
14:00 Uhr	Natur	VHS-Kurs: Kräuterwanderung	Eit	Merten, Burgweg
14:00 Uhr	Sonst	Vierte Eitorfer Bierwanderung	Eit	Bourauel
14:30 Uhr	Kinder	Pferdeerlebnis-Tag	Nüm	Mildsiefen, Pferdehof
14:30 Uhr	Natur	VHS-Kurs; Rinder, Schafe & Co. – Ein Besuch auf dem Arche-Hof	Win	Kohlberg, Arche Hof
15:00 Uhr	Feste	Kaiserstraßenfest	Wal	Kaiserstraße
15:00 Uhr	Kirche	Ökumenischer Gottesdienst	Mor	Kulturstätte; Hahner Str. 31-33
19:00 Uhr	Musik	5. Geinger Oberkrainer Abend,	Nüm	Grötzenberg, Sängerkheim
20:00 Uhr	Musik	WDR4 Disco 44	Win	Schladers, kabelmetal

Sonntag, 14.05.

10:00 Uhr	Kunst	Workshop mit der KUNSTWERSTATT KÖLN	Nüm	Schloss Homburg
11:00 Uhr	Markt	Bauernmarkt	Win	Leuscheid
11:00 Uhr	Markt	Flohmarkt am Wasserfall	Win	Schladers, kabelmetal
12:00 Uhr	Kirche	Schwangerensegnung	Rup	Schönenberg, St. Maria Magdalena
13:00 Uhr	Sport	Linedance – Schnupperworkshop	Win	Schladers, kabelmetal
14:45 Uhr	Ausst	Was geht mich das an?! Historische Bildung (für) heute	Win	Rosbach, Salvatorkirche

Montag, 15.05.

11:00 Uhr	Markt	Holper Wochenmarkt	Mor	Holpe, Fritz-Wingen-Platz
15:00 Uhr	Gesun	Kneipp-Verein e.V.: Sitzgymnastik-Bewegungsschule	Nüm	VHS-Akademie
15:00 Uhr	Sonst	Spielekreis	Nüm	Marienberghausen, Gemein-dehaus

Dienstag, 16.05.

15:00 Uhr	Sport	Kneipp-Verein e.V.: Geselliges Kegeln	Nüm	Park-Hotel
-----------	-------	---------------------------------------	-----	------------

Mittwoch, 17.05.

	Gesun	Das Lotus-Sutra bis 21.05.23	Wal	EIAB, Schaumburgweg 3
	Gesun	Wander-Retreat bis 21.05.23	Wal	EIAB, Schaumburgweg 3
15:00 Uhr	Sozial	Spielesachmittag	Win	Dattenfeld, Seniorenbüro

Donnerstag, 18.05.

	Feste	Vatertagsevent und Menschenkicker Turnier	Eit	Käsberg, Sportplatz
	Brauc	Vatertagsbiwak mit Fraktionsschießen, Bürgerkönigsschießen, Prinzenschießen und Königsschießen	Eit	Mühleip, Sportplatz
11:00 Uhr	Feste	Dorffest	Rup	Holenfeld
11:00 Uhr	Sport	Vatertagsturnier	Nüm	Golf-Park
11:00 Uhr	Feste	Vatertag in Ellingen	Mor	Ellingen, Korseifener Str. 27

Freitag, 19.05.

	Sport	Alte Herren Turnier	Eit	Käsberg, Sportplatz
	Sport	Mitmachzirkus	Nüm	Benroth
08:30 Uhr	Bildu	Erste Hilfe Grundkurs BG (9UE)	Eit	Parkstr. 12, Gesangsvereinshaus
13:00 Uhr	Sonst	Elektro-Kleinteile-Mobil	Rup	In der Schleeharth (Am Bröltalbad)
17:00 Uhr	Ausst	Dorfführung durch den Nümbrechter Ortskern	Nüm	
19:00 Uhr	Sonst	Dämmerschoppen	Wal	Wilkenroth, Dorfplatz

Samstag 20.05.

	Kulina	Kochen für Teens (9-16 Jahre) mit Marcus Zimmermann	Rup	maro Küchenhaus, Brölstr. 14
09:00 Uhr	Bildu	Malteser: Erste-Hilfe-Ausbildung	Wal	Happach, Happacher Weg 13
10:30 Uhr	Sport	eMTB Basic, 6 Stunden	Win	Schladers, Waldbröler Str. 3
14:00 Uhr	Sonst	Dörfer-Rundfahrt	Nüm	Gouvieux-Straße, Haltestelle
14:00 Uhr	Natur	VHS-Kurs: Essbare Wildkräuter sammeln und zubereiten	Rup	Sekundarschule
20:00 Uhr	Feste	SVK Party mit Cocktailbar	Eit	Käsberg, Sportplatz

Sonntag, 21.05.

11:00 Uhr	Musik	KIWI: kabelKLASSIK	Win	Schladers, kabelmetal
12:00 Uhr	Feste	Tag der offenen Tür	Nüm	Mildsiefen, Pferdehof
14:00 Uhr	Natur	RBN-Aktion: Offener Privatgarten	Rup	Familie Pint, Auf der Harth 27
16:00 Uhr	Musik	Oberbergisches Kammerorchester + Orgel	Wal	St. Michael, Inselplatz
18:00 Uhr	Kirche	Relate - Jugendgottesdienst	Nüm	Bierenbachtal

Montag, 22.05.

11:00 Uhr	Markt	Holper Wochenmarkt	Mor	Holpe, Fritz-Wingen-Platz
15:00 Uhr	Gesun	Kneipp-Verein e.V.: Sitzgymnastik-Bewegungsschule	Nüm	VHS-Akademie

Dienstag, 23.05.

14:30 Uhr	Musik	Kneipp-Verein e.V.: Gemeinsames Singen mit Akkordeon-Begleitung	Nüm	Engelsstift-Cafeteria
17:00 Uhr	Sozial	DRK-Blutspende	Rup	Sekundarschule, St.-Florian-Str. 2

Mittwoch, 24.05.

15:00 Uhr	Sozial	Gedächtnistraining mit Gedächtnistrainerin Anne Halbach	Win	Dattenfeld, Seniorenbüro
16:00 Uhr	Sozial	DRK-Blutspende	Win	Leuscheid, Evangl.Gemeindehaus Moesstr. 6
18:00 Uhr	Sozial	Happycap Gruppe	Nüm	Alte Schmiede, Marktstr. 14
20:00 Uhr	Musik	WEEKBOX: New Turpentine	Win	Schladers, kabelmetal

OBERWESEL 2023 | VERANSTALTUNGEN

30. April	Weinhexennacht
07. Mai, 04. Juni, 02. Juli,	Sonntagskonzerte auf dem historischen
06. Aug., 03. Sept., 01. Okt.	Marktplatz
27. - 29. Mai	Mittelalterliches Spectaculum
21. - 23. Juli	Oberweseler Kirmes und Wein am Mittelrhein
13. August	Villa Musica „Salve Regina“
20. August	Oelsberg pur - Wein und Wandern
07. - 11. September	Oberweseler Weinmarkt
09. September	Rhein in Flammen
02. und 03. Dezember	Historischer Weihnachtsmarkt

Schiffstickets zu „Rhein in Flammen“ erhalten Sie hier: www.ticket-regional.de/ti-oberwesel

HISTORISCHE STADTFÜHRUNG

Termine:	samstags
Uhrzeit & Treffpunkt:	14:00 Uhr am Marktplatz Oberwesel
	Teilnahme kostenfrei
	ca. 1,5 Stunden
Dauer:	Keine Anmeldung erforderlich.

Sondertermine und Themenführungen für Gruppen ganzjährig buchbar.



Tourist-Info | 06744 - 710624 | www.oberwesel.de

Stadt der Türme und des Weines

Schmuckkästchen Hamm

Gold-, Silber-, Zinnankauf

Wir kaufen dauerhaft und ortsfest an:

- Gold- und Silberschmuck (Zustand ist egal, auch defekt),
- Silber- bzw. versilberte Bestecke,
- Zahngold, Münzen,
- Zinnartikel.

Goldverkauf ist Vertrauenssache!

Verkaufen Sie Ihr wertvolles Gold nicht, ohne unser Angebot gehört zu haben!

Der Ankauf erfolgt nach Gewicht zu aktuellen, fairen Preisen. **Bargeldauszahlung!**

Friedrich-Ebert-Str. 4 - 57577 Hamm/Sieg - Tel.: 02682-96 40 279

Mo, Di, Do, Fr: 9:00 - 12:00 und 14:00 - 18:00 Uhr Mi, Sa: 09:00 - 12:00 Uhr

www.taxi-wisser.de

Krankenfahrten · Flughafentransfer · Kurierfahrten · Clubtouren

TAXI Wisser

Eitorf · Schmidtgasse 12

Telefon 02243-2220

Ruppichterath · Brölstr. 29

Telefon 02295-5820



Hier findest du alle Termine nach Datum aufgelistet. Die Abkürzungen entnimmst du bitte den Legenden.

Ausstellung/Führung/
Museum/Vortrag
Brauchtum
Bildung/Schule
Feste/Feiern
Gesundheit/Wellness

Kinder
Kirche
Kulinarisches
Kunst/Bühne/Film
Märkte
Musik

Natur/Outdoor
Politik
Soziales
Sport
Sonstiges

Eitorf
Ruppichterorth
Windeck
Nümbrecht
Waldröhl
Morsbach
Online

Donnerstag, 25.05.

07:00 Uhr	Markt	Vieh- und Krammarkt	Wal	Zentrum Innenstadt
17:30 Uhr	Gesun	Milarepa Guruyoga Retreat	Win	Halscheid, Auf dem Kuppen 7
18:00 Uhr	Musik	BGH-Mai-Konzert	Win	Herchen, Bodelschwing-Gymnasium

10:30 Uhr	Sport	eMTB Advanced TrailRide	Win	Schladern, Waldbröler Str. 3
14:00 Uhr	Sonst	Dörfer-Rundfahrt	Nüm	Gouvieux-Straße, Haltestelle
18:30 Uhr	Kulina	Weinabende im Herzen von Nümbrecht	Nüm	Restaurant Manufaktur
20:00 Uhr	Feste	Pfingstsportfest des SV-Höhe: Mallorca-Fete	Win	Altenherfen, Sportplatz

Freitag, 26.05.

	Brauc	Vatertagsevent an der Kelterser Brücke	Eit	Kelters, Siegbrücke
	Kunst	Kleinkunst Abend	Win	Schladern, elmores
	Sonst	Spargelfahrt	Wal	AWO-Waldröhl
	Gesun	In der Stille Heilung finden bis 29.05.23	Wal	EIAB, Schaumburgweg 3
08:30 Uhr	Bildu	Erste Hilfe Grundkurs BG (9UE)	Eit	Parkstr. 12, Gesangsvereinshaus
11:00 Uhr	Sonst	Schadstoff-Mobil	Rup	In der Schleehardt (Am Bröltalbad)
14:30 Uhr	Sonst	Schadstoff-Mobil	Rup	Schönenberg, Zur Bröltal-Arena
15:00 Uhr	Sozial	DRK-Blutspende	Eit	Sekundarschule, Brückenstr. 60
15:00 Uhr	Sozial	Kneipp-Verein e.V.: Klönen bei Kaffee und Kuchen	Nüm	Park-Café
17:00 Uhr	Natur	Das Wildkräuter Einmaleins	Nüm	Schloss Homburg
18:30 Uhr	Kulina	Weinabende im Herzen von Nümbrecht	Nüm	Restaurant Manufaktur
19:30 Uhr	Sport	Biodanza - Der Tanz des Lebens	Nüm	Gaderoth, Dorfhaus

Sonntag, 28.05.

09:15 Uhr	Kirche	Orgelmesse auf der historischen Klais-Orgel Holpe	Mor	St. Mariä Heimsuchung
09:30 Uhr	Sonst	Rund um Nümbrecht	Nüm	Kurpark Nümbrecht
11:00 Uhr	Kulina	Kulinarische Führung	Nüm	
11:00 Uhr	Sport	Samsonite Tour	Nüm	Golf-Park
11:00 Uhr	Markt	Holper Wochenmarkt	Mor	Holpe, Fritz-Wingen-Platz
12:00 Uhr	Kulina	Festliches Pfingstbuffet	Nüm	Bierenbacher Hof, Schlenke 3
15:00 Uhr	Sozial	Senioren-Strungen	Nüm	Prombach, Dorfhaus
17:30 Uhr	Kulina	Festliches Pfingstbuffet	Nüm	Bierenbacher Hof, Schlenke 3
20:00 Uhr	Feste	Pfingstsportfest des SV-Höhe: Kölsche Abend	Win	Altenherfen, Sportplatz

Montag, 29.05.

10:00 Uhr	Kinder	Gottesdienst mit Kindern	Nüm	Marienberghausen, ev. Kirche
11:00 Uhr	Kirche	Kindergarten- und Gemeindefest	Eit	Ev. Kirche, Bahnhofstr. 17
11:00 Uhr	Feste	Pfingstsportfest des SV-Höhe: Frühschoppen, Verlosung, Meisterschaftsspiel der Senioren	Win	Altenherfen, Sportplatz
12:00 Uhr	Kulina	Festliches Pfingstbuffet	Nüm	Bierenbacher Hof, Schlenke 3
17:30 Uhr	Kulina	Festliches Pfingstbuffet	Nüm	Bierenbacher Hof, Schlenke 3

Samstag 27.05.

	Brauc	Pfingsteiersingen	Rup	Schönenberg
	Kulina	BBQ Baguette mit Marius Nebel	Rup	maro Küchenhaus, Brölstr. 14
09:00 Uhr	Bildu	Malteser: Erste-Hilfe-Ausbildung	Wal	Happach, Happacher Weg 13
10:00 Uhr	Sonst	Schreibworkshop – Insiderwissen von einem echten Autor!	Wal	Stadtbücherei, Kaiserstr. 82

Dienstag, 30.05.

09:00 Uhr	Sonst	Schadstoff-Mobil	Nüm	Wirtenbach, Vereinshaus
12:30 Uhr	Sonst	Schadstoff-Mobil	Nüm	Harscheid, Sängenheim

Mittwoch, 31.05.

09:00 Uhr	Sonst	Schadstoff-Mobil	Nüm	Marienberghausen, Parkplatz
11:30 Uhr	Sonst	Schadstoff-Mobil	Wal	Marktplatz
13:00 Uhr	Sonst	Elektro-Kleinteile-Mobil	Win	Herchen, In der Au
14:45 Uhr	Sonst	Schadstoff-Mobil	Wal	Hermesdorf, Käthe-Kollwitz-Str. 18
17:30 Uhr	Sonst	Schadstoff-Mobil	Nüm	Homburg-Bröl, Sängenheim
19:00 Uhr	Musik	Weekbox – Open Stage & Jam Session	Win	Schladern, kabelmetal



Elektro Köster-Freib

Beleuchtungsanlagen
Installation
Antennenanlagen
Planung
Geräte
Wärmepumpen
Kundendienst
Nachtspeicherheizung

Im Auel 92 · 53783 Eitorf

Tel.: 02243 2722

Mobil: 0172-9007783

Fax.: 02243 80895

info@elektro-koester-freiss.de

www.elektro-koester-freiss.de



20.+21. MAI

23. **Olper**
StadtfestVerkaufs-
offener
Sonntag
olpe aktiv

Kurkölnener Platz

Mallorca-Fete

Samstag 27.05.2023

CRAZY MOTTI
ab 20 Uhr

DJ Crazy Motti

Cocktail-
BarFreizeitmannschaften-
Turnier**Pfingstsportfest**
Windeck-Altenherfen27.05. - 29.05.2023
- Eintritt frei -**Kölsche Abend**

Sonntag 28.05.2023

CRAZY MOTTI
ab 20 UhrCocktail-
Bar„Tanzgruppen“
Alt - Herren - TurnierMontag 29.05.2023 ab 11.00 Uhr Traditioneller Frühschoppen
Große Verlosung und Cafeteria am Nachmittag

15:00 Uhr SV Höhe I : TuS Herchen II --- Meisterschaftsspiel der Senioren

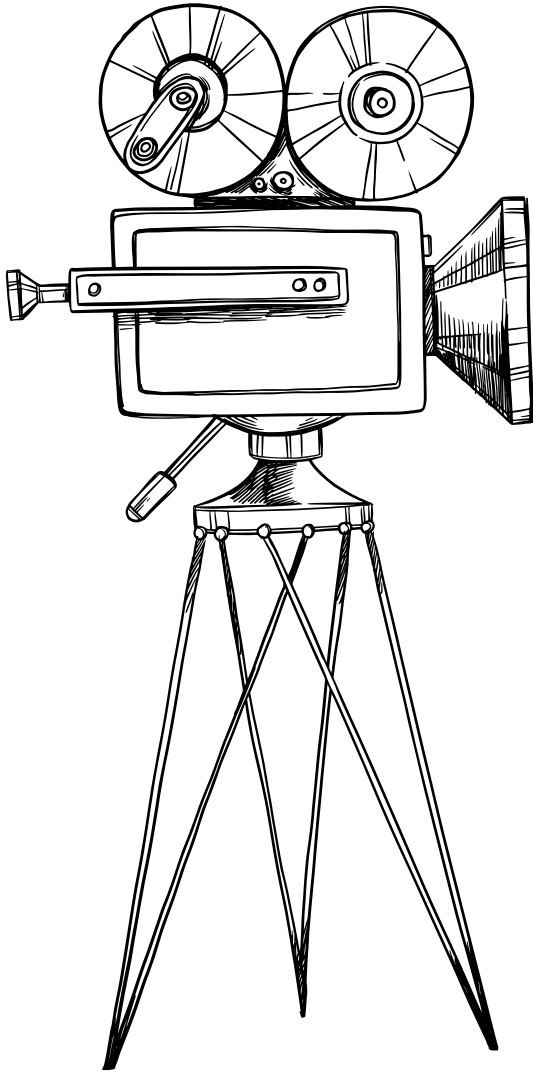
Edelmetallkontor**Sofort Bargeld**

für Gold · Silber · Schmuck · Zahngold und Münzen

Waldbröl

Kaiserstr. 25e

Öffnungszeiten:
Mo., Di., & Donnerstag:
10 bis 17 UhrKontakt und Termin-
absprache: 02291 9009511



KINO STARTS

Mittwoch, 03.05.2023

- Guardians of the Galaxy Vol. 3

Donnerstag, 04.05.2023

- Oink
- Das Lehrerzimmer
- Mediterranean Fever

Donnerstag, 11.05.2023

- Winnie-the-Pooh – Blood and Honey
- Sisu
- Book Club 2: Ein neues Kapitel
- Gewalten
- 153 Meter

Donnerstag, 18.05.2023

- Fast & Furious 10
- Asterix und Obelix im Reich der Mitte
- Die Linie

Donnerstag, 25. 05. 2023

- Renfield
- Arielle, die Meerjungfrau
- Und dann kam Dad
- Valeria



Gourmetmarkt
Treffen - Genießen - Relaxen

ab April wieder da

21. April
19. Mai
16. Juni
21. Juli
18. August
22. September
ab 16 Uhr
MARKTPLATZ
HENNEF

SAMTWEICH UND CREMIG,
KOMPLEX, FILIGRAN UND
AUSSERGEWÖHNLICH:
VERFEINERT MIT HIMBEER-
DESTILLAT AUS UNSERER
EDEL-DESTILLERIE.

EIERLIKÖR DES JAHRES 2023

ONLINE SHOP  WWW.BIRKENHOF-BRENNEREI.DE



Birkenhof
Brennerei

Birkenhof-Brennerei · 57647 Nistertal · F 02661 982040 · info@birkenhof-brennerei.de

R B BECKER
ingenieure

■ ■ ■ ■ ■ Versorgungstechnik, Energie, Umwelt.



Wir planen für Menschen.



Von der Beratung über die Konzeption, Planung, Ausschreibung und Angebotsprüfung bis hin zur Vergabe – BECKER Ingenieure ist Ihr unabhängiger Partner für ökonomisch und ökologisch nachhaltiges Bauen in den Gewerken Heizung, Klima, Sanitär und Elektro. Wir übernehmen für Sie zudem Projektleitung, Bauüberwachung, Abnahme und Abrechnung.

Am Kirchweier 30
51570 Windeck-Dattenfeld
Stollwerckstraße 1
51149 Köln/Porz-Westhoven

Inhaber: Dipl.-Ing./Dipl.-Wirt.-
Ing. (FH) Rainer Becker

Telefon 02292 95622-0
Telefax 02292 95622-48
ingenieure@becker-net.de
www.becker-ingenieure.de

www.becker-ingenieure.de



der insider im

Westerwald

...sanft wogend, zwischen Rhein, Lahn, Dill und Sieg, erhebt er sich. Der Blick streift über die lichten Höhen, wie der kühle Wind, von einem Horizont zum anderen. Über den mächtigen und bunten Laub- und Mischwäldern mit urtümlichen Mammutbäumen, dazwischen kreisen Milane. Kleine Weiher öffnen den Blick ins Land. Verträumt murmeln Wied und Nister in ihren tiefen Tälern, durchfließen mit ihrem Lebenselixier kleine Wälder Haufendörfer. Dort, an den Feuern in Schmiede und Küche, ist es warm und heimelig, ein Duft von deftigem Kartoffeltopf durchströmt die Stuben. Wie einst die Riesen spielten hier die Elemente, kraftvoll formten sie das Land. Wahre Schätze hinterließen sie in seinem Schoß: Wie schwarzer Diamant funkelt auch heute der Basalt an vielen Orten, geschmiedet im Feuerbauch der Erde, stark, fest und ewig. Ein begehrter Baustoff für die großen Städte von Welt ganz in der Nähe. Das kostbare Lebenselixier Wasser formt verwunschene Schluchten, bevor es sich in kleine Seen ergießt. Edle Krüge und Ampho-

ren für alle Welt entstehen aus dem Ton im Kannenbäcker Land. Und über allem summt seit Angedenken der frische und freie Wälder Wind. Doch Geschenke vergibt der Westerwald nur selten: Wer seine Schätze heben will, der muss beständig und geradezu ein sturer Kopf sein. Und so formt der Westerwald auch seine Wälder. Sie halten zusammen, wie ihr Basalt, ehrlich und mit sich im Reinen. Und sie wissen: Nur geduldig und gemeinsam kommen sie zum Ziel. So wie der Westerwälder »Basaltkopf« Friedrich Wilhelm Raiffeisen, der genau hier seine kühne und heute weltweit erfolgreiche Idee der Genossenschaft von und für Gleichgesinnte verwirklichte. So schreite weit aus, spüre mit jedem Deiner Schritte die Magie der Ruhe, erde Deine Gedanken. Nimm Dir vom unerschöpflichen Füllhorn urtümlicher Kraft der Elemente und atme die Frische auf den Höhen. Entdecke die Faszination längst vergessen geglaubter Gemeinschaft und Herzlichkeit tief in Deiner Seele. Finde Deine Welt. Im Westerwald.

Bilder und Informationen: Westerwald Touristik-Service | Dominik Ketz

www.westerwald.info

Veranstalter: Stadt Altenkirchen

www.stadtfest-altenkirchen.de

6.+7. MAI

STADT FEST

ALTEN KIRCHEN

BELLERSHEIM

UNTERNEHMENSGRUPPE

Wir sorgen für Sie.

Bellersheim Unternehmensgruppe präsentiert:

SAMSTAG

BIG MAGGAS

DIE SCHÖNSTE BOYGROUP
DER WELT

QUEEN MAY ROCK

SONNTAG

VIER GEWINNT

FANTA 4 TRIBUTE BAND

**5.-7. MAI
KIRMES**

wwn

Westerwald-Netz



rhenag

EnergieZukunft. Seit 1872.



Verkaufsoffener Sonntag

INNERHALB DES FESTGEBIETES

Naturlehrpfad »Eisvogelweg« – Leben im Bach, am Bach und in der Flur

Länge: 8 km |
Start/Ziel: Westernhohe, Dorfplatz

Der Naturlehrpfad »Eisvogelweg« entlang von Krummbach und Lasterbach durch die typische Westerwälder Mittelgebirgslandschaft. Die romantische Tallandschaft zwischen Westernhohe und Hüblingen hat der bekannte Frankfurter Kabarettist Matthias Beltz einmal als die »Toskana des Westerwaldes« bezeichnet.

Der Weg führt dich über naturbelassene Wege mal am Bach entlang, mal durch Wiesengelände mit typischen Pflanzenarten. Klares Wasser und saftige Wiesen locken interessante Bewohner an, die du hier in Ruhe beobachten kannst. Ruhebänke an verschiedenen Stellen der Strecke laden zur Rast ein.

Die Gehzeit beträgt etwa 2 Stunden. Beginnend am Dorfplatz in Westernhohe führt der Weg über Hüblingen, Elsoff und Neunkirchen bis zur Birkenmühle bei Hausen. Rund 20 Schautafeln entlang des Weges informieren dich über die jeweiligen Gemeinden und den Lebensraum vieler Tiere.



WesterwaldSteig-Erlebnisschleife: Romantische Seenplatte

Länge: 15km | Start/Ziel: Dreifelden

Von Dreifelden startest du die Rundtour auf den Prädikatswanderweg WestewaldSteig – das grüne »W« zeigt dir, wo es lang geht. Vorbei am Dreifelder Weher über den Postweiher, welche der Westerwälder Seenplatte ihren Namen geben. Die Weiher sind untereinander durch Kanäle verbunden. Die Wied, der größte Fluss des Westerwaldes durchfließt ebenfalls den Dreifelder Weiher. Der gesamte Bereich der Seenplatte genießt Landschaftsschutz. Danach führt dich der Weg von Freilingen über die Hochflächen mit Wiesen und Feldern zum Naturschutzgebiet »Wölfinger Weiher« und dann auf den Schwengersberg. Von hier kannst du – auf einer Höhe von 463 m eine wunderbare Aussicht genießen. Im Anschluss geht es Richtung Rothenbach und entlang von Waldrändern wieder zurück bis Dreifelden. Vorbei an der ältesten Steinkirche des Westerwaldes kommst du wieder an den Dreifelder Weiher, dessen Ufer dich bis fast bis zu deinem Startpunkt begleitet.



Wäller Tour: Klosterweg

Länge: 18km |
Start/Ziel: Rengsdorf/Waldbreitbach

Von Rengsdorf aus geht über die Kuranlage »Rosenberg« hinunter ins idyllische Laubachtal bis nach Ehscheid. Dort querst du den schönen Kurpark mit Kneipanlage und es geht weiter zur Gommscheider Höhe, die dir einen wunderbaren Weitblick gewährt. Es geht Bergab – durch das Wildgehege des Fürsten zu Wied – ins tiefe Dombachtal. Von dort nach Kurtscheid. Die dortige Heilige Schutzengel-Kirche mit Dorfbrunnen, dem historischen Taufbecken und den Buntglasfenstern ist einen Blick wert. Der Klosterweg führt weiter ins Flockenbachtal. Vorbei an der Burgruine Neuerburg geht es über die Mutter-Rosa-Gedenkstätte hinauf nach Glockenscheid, mit dem Kloster St. Marienhaus. Auf der Klosterbergterrasse wirst du mit einem wundervollen Blick ins Wiedtal belohnt. Im weiteren Verlauf führt der Klosterweg parallel zum Wiedweg bis zur Pfarrkirche »Maria Himmelfahrt« in Waldbreitbach, die auch den Zielpunkt bildet.



Westerwald Touristik-Service | Dominik Ketz

Westerwald Touristik-Service | Dominik Ketz



kultur
WERK wissen

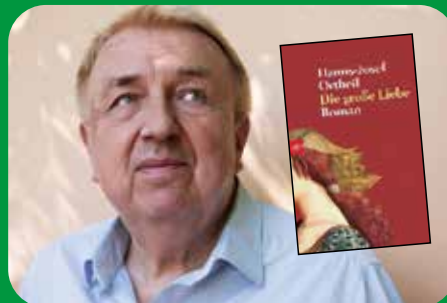
WISSENER
& eigehART präsentieren:

Mi, 31. Mai 19:30 Uhr



HAZMAT MODINE

So, 4. Juni 18:00 Uhr



Hanns-Josef **ORTHEIL**

Do, 22. Juni 19:30 Uhr



GIORA FEIDMAN

Reservierte Sitzplätze jetzt buchen bei allen Reservix-Vorverkaufsstellen,
unter kulturwerk-wissen.de sowie bei der Ticket-Hotline 069 902839 86.

15. Kult-Openair

„Die Kölsche Nacht“

Samstag 17.06.2023



Eintritt: 25 €

Einlass: 17:30h

Beginn: 18:45h

Hotel Landsknecht
Uckerath

Es gilt die zum Zeitpunkt der Veranstaltung gültige Corona-Schutzverordnung und das Hygienekonzept des Hauses Landsknecht

Tickets:

www.bonnticket.de
info@westerwaldsterne.de

Und bei allen
Vereinsmitgliedern



Konzerte 2023

KARTENVORVERKAUF

Beim Musikkreis, an der
Konzertkasse

Buch- und Kunsthandlung
Marienstatt
57629 Marienstatt

Tickets online bestellen unter:

[www.ticket-regional.de/
marienstatter-musikkreis](http://www.ticket-regional.de/marienstatter-musikkreis)

Ticket-Hotline: 0651-9790777
Montag bis Samstag: 9 – 20 Uhr
und an allen Ticket Regional
Vorverkaufsstellen

www.ticket-regional.de/vvk

Karten sind vom Umtausch und
Rückertstattung ausgeschlossen!



Der MARIENSTATTER MUSIKKREIS der Zisterzienserabtei Marienstatt ist Träger der Abteikonzerte.

ZISTERZIENSER
ABTEI MARIENSTATT



Konzert mit Bariton und Orgel

Music Fit For A King!

James Berry (London/UK), Bariton;

Alexander Berry (Organist und Director of Music Bradford Cathedral/UK), Orgel

Werke von Händel, Howells, Williams, Elgar, Walton, Jacob u. a.

Nach der Krönung von König Charles III. präsentiert das Bariton-Organ-Duo James und Alexander Berry englische und königlich festliche Musik. Die Musiker beklagen zwar das Ende der großen Elisabethanischen Epoche, aber feiern nun den Beginn einer neuen Königs-Ära.

Kostenbeitrag: 14,- € (ermäßigt 12,- €; unter 14 Jahren: Eintritt frei)



Pfingstmontag, 29. Mai, 15:15 Uhr

Abteikirche

Künstlerischer Leiter: Frater Gregor Brandt OCist, 57629 Abtei Marienstatt, Tel.: 02662-9535400 | www.abtei-marienstatt.de | musikkreis@abtei-marienstatt.de

Schlichtheit und Schönheit

Die Zisterzienserkirche und ihre kunstvolle Ausstattung laden ein zu Betrachtung, zu stiller Besinnung und Gebet.

Zisterziensische Einfachheit und rheinische Baukunst

Die Abteikirche von Marienstatt gilt als erste rechtsrheinische gotische Kirche in Deutschland und ist ein bis in unsere Zeit bewundertes Kunstwerk.

An ihr ist zum ersten Mal das System der freischwebenden Strebebögen um die ganze Kirche herum durchgeführt. Insgesamt steht die Marienstatter Kirche zum einen in der Tradition französischer und deutscher Zisterzienserkirchen, ist zum anderen aber auch ein Zeugnis der rheinischen Baukunst. Kunstgeschichtlich kann man die Kirche der Frühgotik zuzählen. Alle Elemente der Gotik sind schon ausgeprägt: Spitzbogen, Strebepfeiler, Kreuzrippengewölbe.

Der Bau wird entsprechend dem Einfachheitsprinzip der Zisterzienser durch schlichte Architekturformen und den Verzicht auf Türme geprägt. Nur ein Dachreiter über der Vierung war zur Unterbringung von ursprünglich einer, maximal zwei Glocken gestattet. Heute befinden sich im Dachreiter vier Glocken. Die Kirche war reiner Zweckbau. Aber gerade durch die Beschränkung der Mittel trat echtes Können und bleibende Kunst hervor; es entstand ein Gotteshaus, das durch seine Formbewältigung und Linienführung ein bis in unsere Zeit bewundertes Kunstwerk blieb.



www.abtei-marienstatt.de

Besondere Klangsönheit

Die große Orgel wurde 1970 in der Abteikirche eingeweiht und ist für ihre besondere Klangsönheit über die Grenzen Deutschlands hinaus bekannt.

Gebaut wurde die Orgel von der österreichischen Orgelbaufirma Rieger und verfügt über 73 Register, IV Manuale und Pedal und über 5.000 Pfeifen. Sie steht, wie vielfach auch in Spanien und in vielen süddeutschen Klöstern, über den Ställen des Chorgestühls und begleitet täglich das Chorgebet der Mönchsgemeinschaft sowie den Gemeindegang.

Marienstatt hat die einzige authentische spanische Batterie außerhalb der iberischen Halbinsel – Horizontaltrompeten aus dem Jahre 1732, die der Orgel barocken Glanz verleihen. Sie klingt dank Akustik und Lage über dem »Coro« so, wie man sie auch in Spanien hören kann. Diese Trompeteria ist also ein wirkliches Original, keine Kopie oder Nachahmung.

Eine weitere Besonderheit ist, dass man um die Marienstatter Orgel herumgehen kann. Die Orgel ist einfach und klassisch symmetrisch aufgebaut und lebt ganz aus dem gotischen Raumgefüge heraus. Das Gehäuse ist wie das alte Chorgestühl aus massiver Eiche gefertigt. Ein Stahlskelett trägt die Windladen und die mechanische Spieltraktur.

Dank des hervorragenden Einsatzes der Intonateure konnte die Marienstatter Orgel im Lauf der Jahre künstlerisch und klanglich vollendet werden.



TICKETS
GEWINNSPIEL



www.birkenhof-brennerei.de/brass-festival



**BRASS,
DRINKS, FOOD
UND EINE ECHT
FETTE PARTY!**

**JETZT
ONLINE
TICKETS
SICHERN!**

**Birkenhof
Brennerei**

Auf dem Birkenhof · 57647 Nistertal · Fon 02661 982040

Wisserland

Touristik e. V.

Unterwegs auf spannenden Wanderrouen in Westerwald und Siegtal



© Dominik Ketz



© Dominik Ketz



© Dominik Ketz

RegioBahnhof · 57537 Wissen · ☎ +49 (0) 27 42 - 26 86
info@wisserlandtouristik.de · wisserland.de

WIR FEIERN „15 JAHRE WESTERWALDSTEIG“

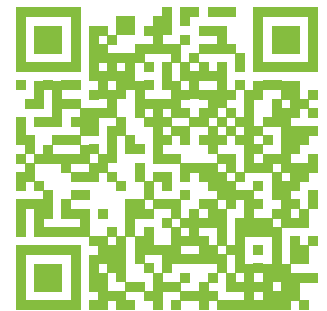
— w —
AB APRIL GEFÜHRTE
WANDERUNGEN
INKL. GROSSEM
GEWINNSPIEL

Der WesterwaldSteig feiert Jubiläum!

Zahlreiche geführte Wanderungen im Jubiläumsjahr inklusive Verlosung mit attraktiven Preisen!

Der **WesterwaldSteig** feiert in diesem Jahr seinen 15. Geburtstag. Alle Wanderfreunde und Fans des »Top Trails of Germany« sind herzlich eingeladen, dieses besondere Jubiläum gebührend zu feiern. Um möglichst viele Abschnitte des Steigs unter die Füße nehmen zu können, wird **ab April 2023** eine Vielzahl an **abwechslungsreichen geführten Wanderungen** angeboten.

Jede*r Teilnehmer*in nimmt an einer Verlosung teil und hat die Chance auf attraktive Gewinne aus der Region. Als Hauptpreis winkt eine Fahrt mit dem Heißluftballon, die eine ganz neue Perspektive auf das Wanderparadies Westerwald verspricht. Eine Übersicht aller Termine ist zu finden unter **www.westerwald.info/15jahrewesterwaldsteig** und wird dort ständig aktualisiert. Es lohnt sich also, immer mal wieder einen Blick auf die Veranstaltungsseite zu werfen!



... ganz nach Deiner Natur!



Hauptgewinn



Dominik Ketz

HIER DIE NÄCHSTEN TERMINE IM ÜBERBLICK:

So., 07.05.: Geführte Wanderung durchs Wäller Land

Start: 10 Uhr, Tourist-Info WällerLand am Wiesensee
Länge: ca. 12 km | Infos: Tourist-Info WällerLand
(02663-291494, post@waellerland.com)

Sa., 13.05.: Wanderung „Hügel, Seen und eine Schlucht“

Start: 11 Uhr, Westerwaldhalle, Rennerod |
Länge: ca. 17 km | Infos: Tourist-Info „Hoher Westerwald“
(02664-9939093, touristinfo@rennerod.rlp.de)

Sa., 20.05.: Wanderung „Auf dem Kleinen Wäller zum großen Glück“ | Start: 10 Uhr, Wildpark-Abenteuerspielplatz, Bad Marienberg | Länge: ca. 7 km | Infos: Tourist-Info Bad Marienberg (02661-7031, touristinfo@badmarienberg.de)

So., 21.05.: Wanderung „Die Feuerschleife“

Start: 10 Uhr, Basaltpark, Bismarckstraße 66, Bad Marienberg | Länge: ca. 14 km | Infos: Tourist-Info Bad Marienberg (02661-7031, touristinfo@badmarienberg.de)

So., 28.05.: Wanderung „Entdecke den Zauber des Waldes“

Start: 14 Uhr, Grube Louise, Bergstr. 21, Bürdenbach | Länge: ca. 5,5 km | Infos: Petra Lux, (natur-wald-erleben@t-online.de)

Sa., 10.06.: Wanderung „Weiher, Wahnsinns-Fernsicht & das Schmanddippe“ | Start: 10 Uhr, Waldspielplatz Steinen | Länge: ca. 10 km | Infos: Rainer Lemmer (0178-4628694, wanderfuehrer@typisch-westerwald.de)



RÖMERTAGE 13. & 14. MAI 23 - HANDWERK & MILITÄR

Römerfest im Erlebnismuseum RömerWelt in Rheinbrohl am Beginn des Limes:

4. Vindeliker-Kohorte zeigt das römische Militärleben im 2. Jh. n. Chr.

Im Gelände: Handwerk u.a. Töpfern, Steinmetz & Schmied, Brotbacken im Backhaus Programm und Mitmachstationen u.a. Münzprägung, Tonarbeiten & Bogenschießen

**AUSFLUGSZIEL AM RHEIN
FÜR DIE GANZE FAMILIE**

RömerWelt
Arienheller 1
56598 Rheinbrohl
Tel. 02635 921866
info@roemer-welt.de

www.roemer-welt.de

RömerTage in Rheinbrohl

13. & 14. Mai 2023 – Römerfest mit Lager der 4. Vindeliker-Kohorte und römischem Rahmenprogramm

Am zweiten Wochenende im Mai, perfekt für den Muttertagsausflug, finden die diesjährigen RömerTage in der RömerWelt Rheinbrohl statt. Im Außengelände des Erlebnismuseums zeigt die 4. Vindeliker-Kohorte das römische Militärleben, der am Limes stationierten Auxiliarsoldaten im 2. Jahrhundert nach Christus. In Ihrem voll ausgestatteten Lager geben sie den Besuchern Einblick und breit gefächerte

Informationen zu den vielen Fragen, die sich aufdrängen: Was ist ein Auxiliar? Warum ging man zum Militär? Was war Bestandteil der Ausbildung? Wie hoch war die Bezahlung? Welche Karrierechancen gab es? Welche Ausrüstung trug ein Auxiliar im Vergleich zu einem Legionär? Was gab es zu essen? Wie sah ein normaler Arbeitstag bei den Hilfstruppen aus?

Zum weiteren Programm des Römerfestes zählt neben antikem Handwerk wie Steinbearbeitung und Schmiedekunst auch die Herstellung römischer Keramik an der Töpferscheibe. Hier werden sowohl fertige Stücke in Form

unterschiedlichster Tonartikel präsentiert als auch eine Möglichkeit zum Selbstgestalten angeboten. Weitere Mitmachaktionen wie die Münzprägung oder das Bogenschießen ergänzen das Angebot für große und kleine Besucher. Im Backhaus werden die Öfen befeuert und mit schmackhaften Broten bestückt. Hier darf zugeschaut und auch gekostet, sowie ein Brot für zu Hause erworben werden.

Natürlich ist für einen ausgiebigen Pausenschmaus in herzhafter und süßer Form gesorgt.

www.roemer-welt.de




SCHICHT FÜR SCHICHT ZUM ICH

Entdecke, was die Archäologie
mit Dir selbst zu tun hat!

Schloss Monrepos

D – 56567 Neuwied, Tel. 02631-977 20, monrepos-rgzm.de

Museum geöffnet: Dienstag bis Sonntag & feiertags 10-17 Uhr

   [paleomonrepos](https://www.paleomonrepos.de)



MONREPOS

Archäologisches Forschungszentrum und Museum
für menschliche Verhaltensevolution

MONREPOS ist eine Einrichtung des LEIZA.

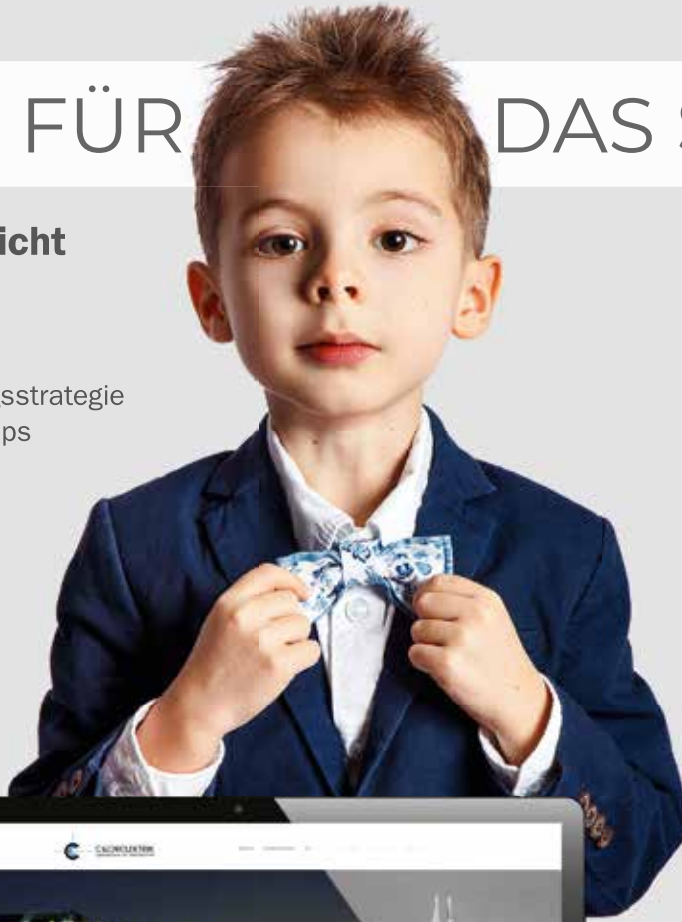


LEIBNIZ-ZENTRUM
FÜR ARCHÄOLOGIE

UPGRADE FÜR DAS STIEFKIND!

Verschenden Sie nicht länger das Potenzial Ihrer Homepage!

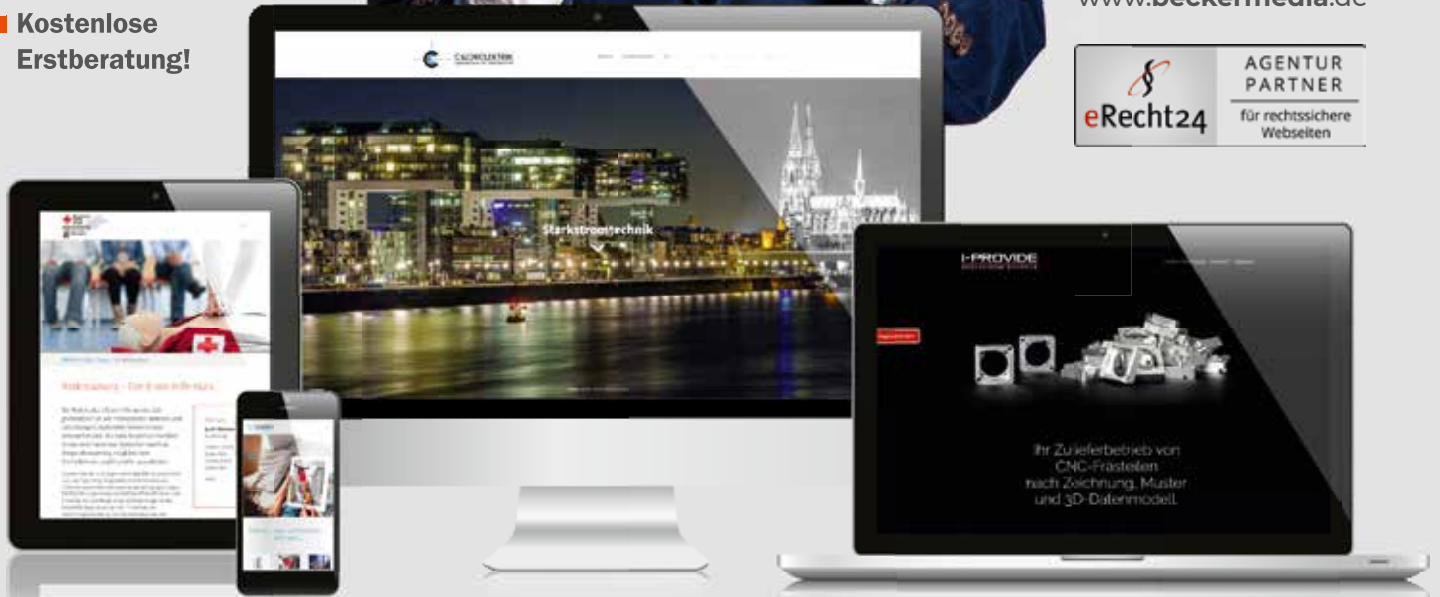
- Frische Konzepte mit Erfolgsstrategie für Homepages, Online-Shops und Portale
- Responsive Design für alle Bildschirmgrößen
- Content Management für einfache Pflege
- Know How in Datenschutz und Internetrecht
- Premium-Webhosting für hohe Erreichbarkeit
- **Kostenlose Erstberatung!**



JETZT BERATUNG BUCHEN!



www.beckermedia.de



**HOMEPAGES
ONLINE SHOPS
PORTALE
TYPO3
WORDPRESS
SHOPWARE**



**KONZEPTION
GRAFIKDESIGN
CORPORATE DESIGN
LOGO DESIGN
WERBEKAMPAGNEN
CROSS MEDIA**



**FLYER
BROSCHÜREN
KATALOGE
MAGAZINE
DRUCKSACHEN
STEMPEL**



**SOCIAL MEDIA
ACCOUNT SETUP
CONTENT
KAMPAGNEN
WERBUNG
BERATUNG**



**FOTOGRAFIE
VIDEO
DROHNE
RETUSCHE
STOCK
STUDIO**



**WERBETECHNIK
SCHILDER
KUNDENSTOPPER
FOLIEN
AUFKLEBER
POINT OF SALE**



**WERBEBERATUNG
VOR ORT
PER VIDEOCHAT
INDIVIDUELL
ERSTBERATUNG
KOSTENLOS**

BECKER media

■ ■ ■ ■ ■ Werbeagentur, Verlag, Softwarehaus.

Am Kirchweiher 30
51570 Windeck-Dattenfeld
Telefon 02292 95622-0
media@becker-net.de

www.beckermedia.de

14. Ballonfestival Bonn

08. – 11.06.2023 in der Rheinaue



insider Gewinnspiel

Ein langes Wochenende voller Ballonfahrten steht bevor: Vom 08. bis 11. Juni 2023 findet das 14. Ballonfestival in der Bonner Rheinaue statt. Ballonstarts sind wegen des Feiertages bereits am Donnerstagabend geplant. Bis zu 30 Heißluftballone, darunter auch verschiedene Sonderformen und ein Luftschiff, werden auf der großen Blumenwiese in den Sonnenauf- und Sonnenuntergang starten. Die Gäste können sich nicht nur auf eindrucksvolle Ballonstarts freuen, geplant sind auch ein abwechslungsreiches Familienprogramm und viele Informationen rund um die Luftfahrt, den Start der Modellballone gegen Abend und das eindrucksvolle Ballonglühen am Samstag bei Einbruch der Dunkelheit.

- Donnerstag, **08. Juni**, ab 19 Uhr: **Erste Ballonstarts** aus der Rheinaue*
- Freitag, **09. Juni**, ab 19 Uhr: Offizielle **Eröffnung** mit beeindruckendem Massenstart der Ballone*
- Samstag, **10. Juni**, ab 15 Uhr: **Familienprogramm, Ballonstarts** ab 19 Uhr*
- Sonntag, **11. Juni**, ab 12 Uhr: **Familienprogramm, Ballonstarts** ab 19 Uhr*

*Witterungsabhängig

Große Blumenwiese, Ludwig-Erhard-Allee,
Höhe Herbert-Wehner-Platz, 53175 Bonn

www.ballonfestival-bonn.de



Programmpunkte: Bungee-Trampolin, Ballon am Kran, Zorbing Ballone, Wasserrolle, Fahrrad-Parcours, Kinderschminken, Klettergarten, Dschungel-Parcours, Gewinnspiele u.v.m.



Und jetzt kommst du: Wir verlosen nämlich zusammen mit Skytours Balloning GmbH eine Ballonfahrt im Wert von 229€. Gestartet wird auf dem Ballonfestival am 11.06.2023 (Morgenfahrt) in den Sonnenaufgang. Alles was du dafür tun musst, ist die rechts stehende Frage beantworten und Daumen drücken.

www.skytours-ballooning.de



Der Gewinner, die Gewinnerin wird per eMail benachrichtigt. Mitarbeiter von BECKERMEDIA sowie deren Familienangehörige sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Jeder Teilnehmer darf nur einmal teilnehmen, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Es besteht kein Anspruch auf Barauszahlung. Im Falle eines Gewinnes gibst du mit der Teilnahme dein Einverständnis zur Veröffentlichung deines Namens im insider-Magazin, auf der insider Homepage sowie auf der Facebook-Fanpage. Der Gewinn wird durch die Skytours Balloning GmbH zur Verfügung gestellt. Diese sind auch für die Durchführung und Umsetzung verantwortlich und es gelten die Bedingungen und Regeln der Skytours Balloning GmbH. Mit der Teilnahme erklären Sie sich mit den Datenschutzbestimmungen der Firma BECKER media einverstanden. Ihre Daten werden nur zur Durchführung des Gewinnspiels gespeichert und nur zur Durchführung/Umsetzung des Gewinnes an beteiligte Dritte weitergegeben.

Mitmachen und gewinnen!

Ticket für eine Ballonfahrt

Und so geht's: Einfach die Antwort auf folgende Frage und vollständige Kontaktdaten **bis 21.05.2023** per E-Mail an: quiz@insider-aktuell.de senden und mit ein bisschen Glück gewinnen!

Wie nennt man es, wenn sich ein Heißluftballon durch die Luft bewegt?
A: Fliegen | B: Fahren

Wir wünschen viel Erfolg.

Mit dem Insider

GUT ESSEN & TRINKEN


in Eitorf, Ruppichteroth und Windeck

ASIATISCH



Haus am Mühlenberg
Waldbröl, Vierbuchermühle
www.vierbuchermuehle.de

Hotel Auermühle
Windeck-Au, Auermühle 4
www.hotel-auermuehle.de

Hotel-Restaurant »Zur Post« 
Ruppichteroth-Winterscheid,
Hauptstr. 29
www.zurpost-winterscheid.de

Hotel Schützenhof
Eitorf, Windecker Str. 2
www.hotel-schuetzenhof-eitorf.de

Jägerheim
Eitorf, Markt 20

Landgasthof Zur Bachmühle
Windeck-Rosbach, Silberhardtstraße 5
www.zurbachmuehle.de

Pesos Landhaus
Windeck-Leuscheid, Weyerbuscher Str. 46
www.pesos-landhaus.de

Scheel Seck, Musikkneipe
Eitorf, Kelterser Str. 54

Tanzcafé Berghof
Ruppichteroth-Schönenberg, Bergstraße 1
www.tanzcafe-berghof.de


Unikat Shisha & Dance Palace
Eitorf, Parkstraße 20

Wirtshaus an St. Severin
Ruppichteroth, Burgstr. 25
www.wirtshaus-ruppichteroth.de

Zum Treppchen
Eitorf, Siegstr. 14

Zur Linde
Eitorf-Halft, Schönenberger Str. 48

Zur Linde
Windeck-Altwindeck,
Wacholderstrasse 8
www.linde-altwindeck.de

Asia TRAN
Windeck-Rosbach, Rathausstraße 24 

Le-Le Restaurant
Eitorf, Bahnhofstraße 6
lele-eitorf.de 

China-WOK
Eitorf, Siegstraße 9 

BARS & KNEIPEN




Alt Schladern
Windeck-Schladern, Waldbröler Straße

Bauernschänke
Rupp.-Bröleck, Felderhoferbrücke 10
www.diebauernschaenke.de 

Brückenstübchen
Eitorf, Brückenstraße 21

Dorfschänke Ruppichteroth
Ruppichteroth, Burgstraße 26
www.dorfschaenke-ruppichteroth.de 

Gasthaus Dattenfelder Hof
Windeck-Dattenfeld, Hauptstr. 110
www.dattenfelderhof.de 

Gasthof Rolandseck
Windeck-Rosbach, Rathausstraße 47
www.gasthof-rolandseck.de 

BIERGARTEN



Bauernschänke
Rupp.-Bröleck, Felderhoferbrücke 10
www.diebauernschaenke.de

Bikers Rast
Windeck-Dattenfeld, Zum Hochkreuz 5
www.bikersrast-dattenfeld.de

Eitorfer Biergarten
Eitorf, Eichelkamp 14

Elmores
Windeck-Schladern, Schönecker Weg 5
www.elmores.de

Restaurant Syrtaki
Windeck-Mauel, Preschlinallee 11
hotel-willmeroth-windeck.de

Gasthaus Dattenfelder Hof
Windeck-Dattenfeld, Hauptstr. 110
www.dattenfelderhof.de

Gasthof Rolandseck
Windeck-Rosbach, Rathausstraße 47
www.gasthof-rolandseck.de

Restaurant Haus Friedental
Windeck-Irsen, Irsertalstraße
www.friedental.de

Hotel-Restaurant »Zur Post«
Ruppichteroth-Winterscheid,
Hauptstr. 29
www.zurpost-winterscheid.de

Zur Linde
Windeck-Altwindeck,
Wacholderstrasse 8
www.linde-altwindeck.de

CAFÉS



Bäckerei & Konditorei Gilgens
Windeck-Leuscheid, Saaler Straße 6
Eitorf, Markt 13
www.gilgens.de

Blumencafé
Windeck-Dattenfeld, Hauptstraße 120


Cafe Auth
Eitorf, Brückenstraße 13

Café Kränzchen
Eitorf, Asbacher Straße 9
www.cafekraenzchen.de 


Eichhof Bioladen-Café
Much/Ruppichteroth, Eichhof 8

Eiscafé Boutique
Eitorf, Posthof 8

THOMAS Eis & Café
Windeck-Schladern, Waldbröler Straße 7


Kaffee-Zeit
Windeck-Rosbach, Rathausstr. 43
www.kochs-backstube.de 

Kamps
Eitorf, Bahnhofstraße 32
www.kamps.de 

Kleins Backstube
Eitorf, Im Auel 24
www.kleinsbackstube.de 


Kurparkcafé
Windeck-Herchen, In der Au 4
www.kurparkcafe-herchen.de

Mellebonne
Eitorf-Irleben, Dorfstr. 57
www.mellebonne.de

PIEROTH CAFE
Windeck-Schladern, Waldbröler Str.
www.backhaus-pieroth.de 

Landcafé Hof Fröhling
Windeck-Hurst, Rauher Hohn 20
www.hof-froehling.de

Reformhaus Lichius
Eitorf, Markt 17

Zum Tiroler
Windeck-Schladern, Bodenbergr. 9 



EISDIELEN



- Eiscafé Boutique**
Eitorf, Posthof 8
- THOMAS Eis & Café**
Windeck-Schladern,
Waldbröler Straße 7
- Eisdiele La Crema**
Windeck-Rosbach, Rathausstraße 14
- Da Vinci Eiscafé**
Eitorf, Markt 5
- Eisdiele Tormen**
Ruppichteroth, Brölstr. 29

Gasthof Rolandseck
Windeck-Rosbach, Rathausstraße 47
www.gasthof-rolandseck.de

Haus am Mühlenberg
Vierbuchermühle 2, Waldbröl,
www.vierbuchermuehle.de

Hotel Auermühle
Windeck-Au, Auermühle 4
www.hotel-auermuehle.de

Hotel Schützenhof
Eitorf-Alzenbach, Windecker Str. 2
www.schuetzenhof.de

Hotel-Restaurant »Zur Post«
Ruppichteroth-Winterscheid,
Hauptstr. 29
www.zurpost-winterscheid.de

Irlenborner Hof
Eitorf-Irlenborn, Hauptstraße 62

Landgasthof Zur Bachmühle
Windeck-Rosbach, Silberhardtstraße 5
www.zurbachmuehle.de

Löwenburg Herchen
Windeck-Herchen, In der Au 7

Pesos Landhaus
Windeck-Leuscheid,
Weyerbuscher Str. 46
www.pesos-landhaus.de

Restaurant Zur Post
Windeck-Rosbach, Rathausstr. 13
www.zur-post-windeck.de

Restaurant Haus Friedental
Windeck-Irsen, Irsentalstraße
www.friedental.de

Restaurant Syrtaki
Windeck-Mauel, Preschlinallee 11
hotel-willmeroth-windeck.de

Tanzcafé Berghof
Ruppichteroth-Schönenberg, Bergstraße 1
www.tanzcafe-berghof.de

Wirtshaus an St. Severin
Ruppichteroth, Burgstr. 25



IMBISS



Bella Casa
Eitorf, Asbacher Str. 14
www.bellacasa-eitorf.de

Bei Janni
Windeck-Rosbach, Marktstr. 4

Futterkrippe by Lenz
Ruppi.-Schönenberg,
Rathausstraße 17

Im Auel
Eitorf, Im Auel 2

Foodbar
Eitorf, Markt 12
food-bar.eatbu.com

Pera
Windeck-Rosbach,
Hurster Straße 3

Pizza Mann
Eitorf, Harmoniestr. 19

Pizza Service Da Franco
Ruppichteroth,
Im Weilandsgarten 5

Rustica
Schladern, Waldbröler Str. 14

Rustica
Eitorf, Siegstr. 2

Rustica
Ruppichteroth, Burgstr. 2

Esswerk
Eitorf, Harmoniestraße 24

Schlemmerpfanne
Eitorf, Im Auel 2

Sempati-Grill-Imbiss
Eitorf, Siegstr. 29

Dattenfelder Grill
Dattenfeld, Auf der Niedecke 1b

Siegtal Restaurant
Dattenfeld, Hauptstr.

Windecker Pizzeria & Grill
Schladern, Waldbröler Str. 40



MEDITERRAN



Balkanhaus – Bei Uschi
Eitorf-Rankenhohn, Hofstr. 48
www.balkanhaus-bei-uschi.de

Bella Casa
Eitorf, Asbacher Str. 14
www.bellacasa-eitorf.de

Bei Janni
Windeck-Rosbach, Marktstr. 4

Böck Dich – das Restaurant
Eitorf, Markt 15
cafe-restaurant-boeck-dich.eatbu.com

Restaurant Syrtaki
Windeck-Mauel, Preschlinallee 11
www.hotel-willmeroth-windeck.de

Griech. Restaurant Top Spin
Eitorf, Am Eichelkamp 1

Ital. Restaurant La Scala
Eitorf, Markt 17

Taverne Mythos
Eitorf, Leienbergstraße 5

Pera
Windeck-Rosbach,
Hurster Straße 3

Pizza Mann
Eitorf, Harmoniestr. 19

Pizza House
Ruppichteroth, Aher Str. 2

Restaurant & Tapas Bar Picador
Eitorf, Cäcilienstraße 34

Ristorante Oasi
Windeck-Rosbach, Holzgasse 1
www.pizzeria-ristorante-oasi.de

Roma
Eitorf, Bahnhofsstr. 8

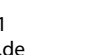
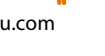
Rustica
Schladern, Waldbröler Str. 14

Rustica
Eitorf, Siegstr. 2

Rustica
Ruppichteroth, Burgstr. 2

Dattenfelder Grill
Dattenfeld, Auf der Niedecke 1b

Taverne Artemis Spiridon
Windeck-Rosbach, Rathausstraße 14



BÜRGERLICHE KÜCHE



Bauernschänke
Rupp.-Bröleck, Felderhoferbrücke 10
www.diebauernschaenke.de

Brasserie & Restaurant Gut Heckenhof
Eitorf, Heckerhof 5
www.gut-heckenhof.de

LU'S Box
Eitorf, Markt 15
www.lusbox-restaurant.de

Böck Dich – das Restaurant
Eitorf, Markt 15
cafe-restaurant-boeck-dich.eatbu.com

Gasthaus Dattenfelder Hof
Windeck-Dattenfeld, Hauptstr. 110
www.dattenfelderhof.de

Gasthof Kammericher Hof
Ruppichteroth-Kammerich, Dorfstraße 7

Gasthof Paulus
Dattenfeld, Hauptstr. 82
gasthof-paulus.metro.bar



Hier kannst du dein Essen abholen.

Hier kannst du dir dein Essen liefern lassen.

Bildlizenzen by Pixelio.de: Asiatisch: Alexander Klaus; Bars & Kneipen: Rene Golembewski; Peperoni: W.R. Wagner; Biergarten: Wandersmann; Eisdiele: Dr. Stephan Barth; Deutsche Küche: Helene 13; Imbiss: Ute Pelz; Mediterran: Twinlili; Lamm angerichtet: Agentur A59, Tim Reckmann; by Pexels: Jonathan Borba

Überregionale Empfehlungen dieser Ausgabe:

Zum alten Fritz
Asbach-Löhe, Eitorfer Str. 11
regionale Küche | Biergarten
www.alter-fritz.com



Mit dem Insider
**GUT ESSEN
 &
 TRINKEN**
 in Nümbrecht, Waldbröl und Morsbach



ASIATISCH

BIERGARTEN

CAFÉS

EISDIELEN



China-Thai Express Lotus
 Waldbröl, Landrat-Danzier-Str. 1

 **Restaurant "Ponyhof-Knotte"**
 Wiehl-Hübender, Römerstraße 33
 www.hotel-ponyhof.de

 **Café Scheffel's Backstube**
 Morsbach, Bahnhofstr. 12-14 (im REWE)

Eiscafé Bez
 Waldbröl, Kaiserstr. 36

Restaurant "Bierenbacher Hof"
 Nümbrecht, Schlenke 3
 www.bierenbacher-hof.de

Café-Tiffany
 Nümbrecht, Lindchenweg 1

Eis-Café-Bistro Pfeil
 Waldbröl, Kaiserstr. 40a

Cafeteria im Krankenhaus
 Waldbröl, Dr.-Goldbogen-Str.

Eiscafé Emozioni
 Morsbach, Waldbröler Str. 1

Eiscafé Bez
 Waldbröl, Kaiserstr. 36

 **Eis-Café "Venezia"**
 Nümbrecht, Dorfplatz 4

Eis-Café-Bistro Pfeil
 Waldbröl, Kaiserstr. 40a



Bistro-Café "Alt Morsbach"
 Morsbach, Zur Burg 4

Eis-Café "Venezia"
 Nümbrecht, Dorfplatz 4



McDonalds
 Waldbröl, Wiehler Straße 22



Park Café im Park-Hotel Nümbrecht
 Nümbrecht, Parkstraße 3

Rosi Buchen Cafe
 Morsbach, Siedenberger Straße 25

Turmstübchen auf dem Lindchen
 Nümbrecht, Höhenstraße




BARS & KNEIPEN



Chapeau Claque Dancing Club
 Waldbröl, Bergstr. 2

Pilskneipe "Nümbrechter-Stube"
 Nümbrecht, Parkstraße 3

**Websters-Inn
 Whiskey & Ale House Irish Pub**
 Waldbröl, Hochstr. 19

 **Hier kannst du dein Essen abholen.**

 **Hier kannst du dir dein Essen liefern lassen.**

DEIN LOKAL IST NICHT AUFGEFÜHRT ODER AN DEINEN DATEN HAT SICH ETWAS GEÄNDERT?

DANN RUF' UNS AN ODER FÜLLE EINFACH DEN ÄNDERUNGS-AUFTRAG AUS. TELEFON: 02292-956220

Bildlizenzen by Pixelio.de: Asiatisch: Alexander Klaus; Bars & Kneipen: Rene Golembewski; Peperoni: W.R. Wagner; Biergarten: Wandersmann; Eisdielen: Dr. Stephan Barth; Deutsche Küche: Helene 13; Imbiss: Ute Pelz; Mediterran: Twinlili; Lamm angerichtet: Agentur A59, Tim Reckmann; Burger: BirgitH; Weinflasche: Raphael Reischuk; Kuchen: Pixabay, Daria-Yakovleva

**Sie möchten Ihren Veranstaltungsort/
 Ihre Lokalität wirkungsvoll hervorheben?**



Option: »Marker« Fettschrift auf gelbem Hintergrund und zusätzlichem Platz für Ihre Telefonnummer und Webadresse.

Option: »Box« Ihre Adresse in einem Adressfeld (51x16mm) mit Platz für bis zu vier Zeilen für Ihre Firmendaten und ein Logo.

BÜRGERLICHE KÜCHE



Pfannkuchenhaus
Nümbrecht, Hauptstraße 60
www.pfannkuchen-haus.com

Restaurant "Alt Waldbröl"
Waldbröl, Hochstraße 3c
www.alt-waldbroel.de



Restaurant "Park-Stube"
Nümbrecht, Parkstraße 3

Restaurant "Derichsweiler Hof"
Nümbrecht, Jakob-Engels-Straße 22
www.derichsweilerhof.de

Restaurant "Bierenbacher Hof"
Nümbrecht, Schlenke 3
www.bierenbacher-hof.de

Restaurant Boxberg
Waldbröl, Kaiserstr. 113

Restaurant "Zur Alten Post"
Nümbrecht, Humperdinkstraße 6
www.hotelzuraltenpost.com

Restaurant "Tri Angeli"
Morsbach, Siegenger Str. 1
www.triangle.li

Restaurant Zehntscheuer
Nümbrecht, Homburg 2
www.restaurant-zehntscheuer.de



Wirtschaft Zur Klus
Waldbröl, Niederhof 1
www.zurklus.de

Wirtschaft zur Republik
Morsbach, Kirchstr. 13

Zum Römer
Waldbröl, Hochstr. 7

Restaurant & Weinstube Rolandsburg
Morsbach, Bahnhofstr. 51

Biker-Station Berkenroth
Nümbrecht, Berkenrother Str. 1
www.biker-station.de

Gaststätte "Lichtenberger Hof"
Morsbach, Bergstr. 1

Gaststätte Seelhardt
Morsbach, An der Seelhardt 4

Gasthof zur Linde
Waldbröl, Hauptstraße 61
www.linde-hermesdorf.de

Goldener Acker
Morsbach, Zum goldenen Acker 44
www.goldener-acker.de

Haus am Mühlenberg
Vierbuchermühle 2, Waldbröl
www.vierbuchermuehle.de

Haus Maibuche
Waldbröl, Karl-Conrad-Weg 1

Holstein's Mühle
Nümbrecht, Holstein's Mühle 1
www.holsteinsmuehle.de

Im Stiefel
Waldbröl, Hochstr. 30a

Kotelettchen
Waldbröl, Brölstr. 15
www.kotelettchen.de

Landhotel Hotel "Goldener Acker"
Morsbach, Zum goldenen Acker 44
www.goldener-acker.de

Landgasthof "Wildenburger Hof"
Morsbach, Krottorf 7
www.landgasthof-wildenburgerhof.de

ManuFaktur das Restaurant
Nümbrecht, Hauptstr. 42
www.manufaktur-das-restaurant.de

COBAR
Waldbröl, Am Busbahnhof

IMBISS



Die Pommestanke
Waldbröl, Brölstraße 18

Sportpark-Bistro
Nümbrecht, Höhenstraße 40
www.nuembrecht.com/de/sport-park

McDonalds
Waldbröl, Wiehler Straße 22

Pizza-Service Pinocchio
Waldbröl, Kaiserstraße 51



Da Antonio
Morsbach, Bahnhofstr. 10
www.porto-pizza.de



Pizzeria Alibaba
Nümbrecht,
Otto-Kaufmann-Str. 11

Restaurant Ümit
Waldbröl, Gartenstraße 5

Imbißstube Bauer
Morsbach, Bahnhofstr. 13

Morsbacher City Grill
Morsbach, Krottorfer Str. 3

Sultans Morsbach
Morsbach,
Waldbröler Str. 34-36



Athos
Waldbröl, Brölbahnstr. 1
www.athos-waldbröl.de



Casa della Lasagna
Nümbrecht, Wuppertaler Str. 3



Da Antonio
Morsbach, Bahnhofstr. 10
www.porto-pizza.de



Quattro Stagioni
Nümbrecht, Hauptstr. 52
www.quattrostagioni.biz



Pizzeria Alibaba
Nümbrecht,
Otto-Kaufmann-Str. 11



Pizzeria Il Camino
Waldbröl, Am Mühlenteich 10
www.pizzataxi-oberberg.de



Pizza-Service Pinocchio
Waldbröl, Kaiserstraße 51



Meson el Toro
Waldbröl, Brölbahnstr. 71
www.meson-el-toro.de



Restaurant AKROPOLIS
Morsbach, Waldbröler Str. 44
www.beim-tasso.de



Restaurant Boxberg
Waldbröl, Kaiserstr. 113

Restaurant Ümit
Waldbröl, Gartenstraße 5

Restaurant HELLAS
Morsbach, Brölstr. 403

Restaurant Zehntscheuer
Nümbrecht, Homburg 2
www.restaurant-zehntscheuer.de

Sultans Morsbach
Morsbach,
Waldbröler Str. 34-36



Impressum / Herausgeber

Ansprechpartner/Projektleitung:

Martin Finke (martin.finke@insider-aktuell.de)

Inhaber: Dipl.-Ing./Dipl.Wirt.-Ing. Rainer Becker

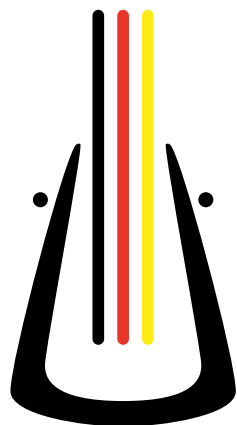
Bilder/Texte: Alle Veranstalter/Inserenten haben BECKERMEDIA gegenüber erklärt, im Besitz der Nutzungsrechte für eingereichte Abbildungen und Texte zu sein und stellen BECKERMEDIA bei Urheberrechts- und Copyright-Verletzungen von jeglicher Haftung frei.

Gewinnspielklausel: Der Gewinner wird schriftlich benachrichtigt. Mitarbeiter von BECKERMEDIA sowie deren Familienangehörige sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Jeder Teilnehmer darf nur einmal teilnehmen, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Es besteht kein Anspruch auf Barauszahlung. Im Falle eines Gewinnes geben Sie mit der Teilnahme Ihr Einverständnis zur Veröffentlichung Ihres Namens im insider-Magazin, auf der insider Homepage sowie auf der Facebook-Fanpage.

Haftungsausschluss: Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrollen übernimmt BECKERMEDIA keine Garantie dafür, dass die bereitgestellten Informationen vollständig, richtig und in jedem Fall aktuell sind. Dies gilt auch für alle Internet-Seiten, auf die verwiesen wird. BECKERMEDIA behält sich das Recht vor, ohne vorherige Ankündigung Änderungen oder Ergänzungen der bereitgestellten Informationen vorzunehmen oder diese zu entfernen.

Annahme von Inseraten und Veranstaltungshinweisen:
BECKERMEDIA
Am Kirchweiher 30
51570 Windeck
www.insider-aktuell.de
info@insider-aktuell.de
Telefon 02292-95622-0

BECKER
media



MUSIKFEST
DER BUNDESWEHR

23. Sept.
2023
Düsseldorf
PSD BANK DOME

Mehr als
800
Mitwirkende
aus
7 Nationen

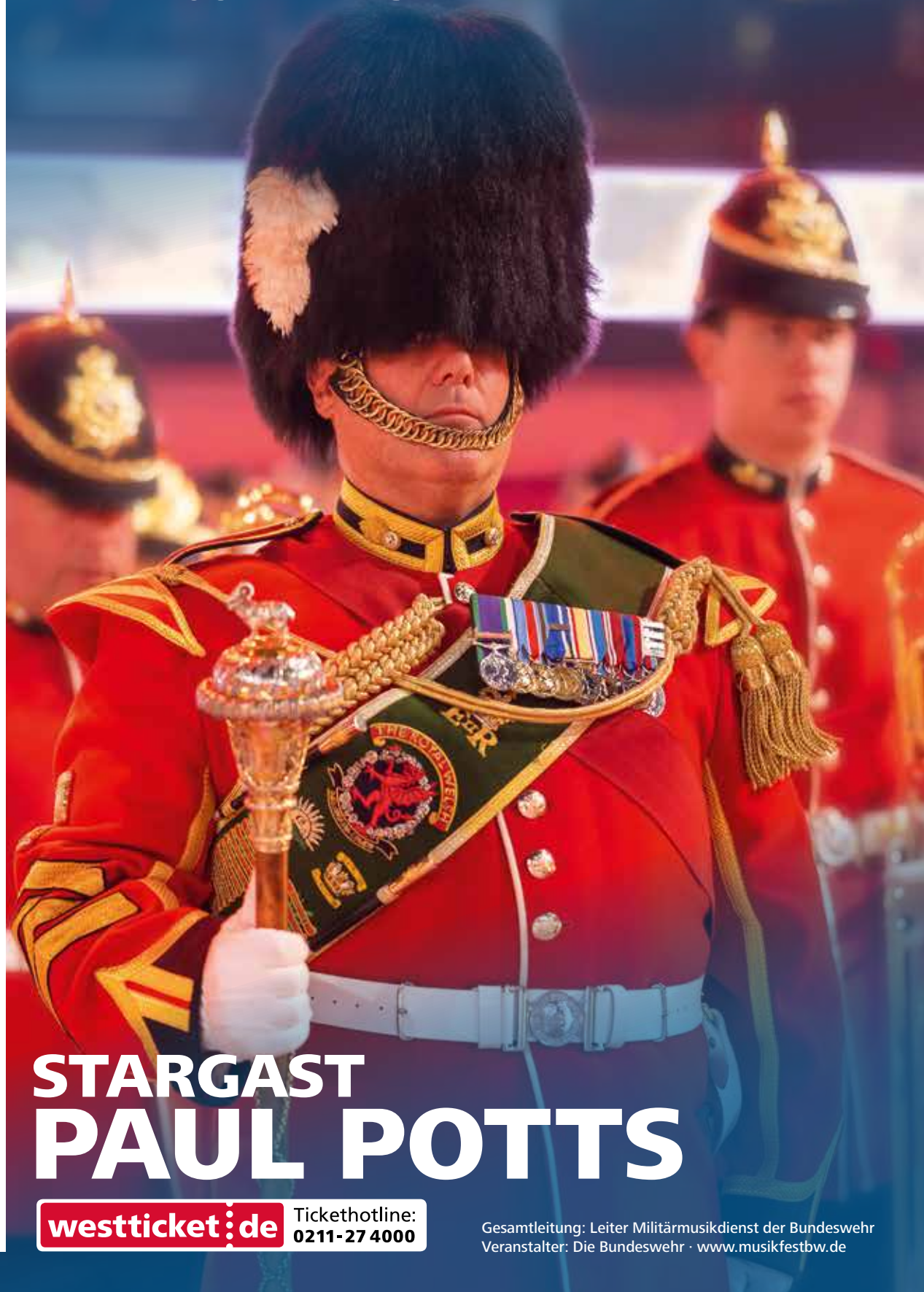


POWERED
BY
STREITKRÄFTEBASIS

INTERNATIONALES MILITÄR TATTOO

MUSIKFEST DER BUNDESWEHR

PRÄSENTIERT VON
JOHANNES B. KERNER



STARGAST PAUL POTTS

westticket.de

Tickethotline:
0211-27 4000

Gesamtleitung: Leiter Militärmusikdienst der Bundeswehr
Veranstalter: Die Bundeswehr · www.musikfestbw.de