

Das Magazin für Darmstadt & Umgebung



## VIEL PLATZ FÜR GROSSARTIGE IDEEN UND VISIONEN



**HANNO BENZ**

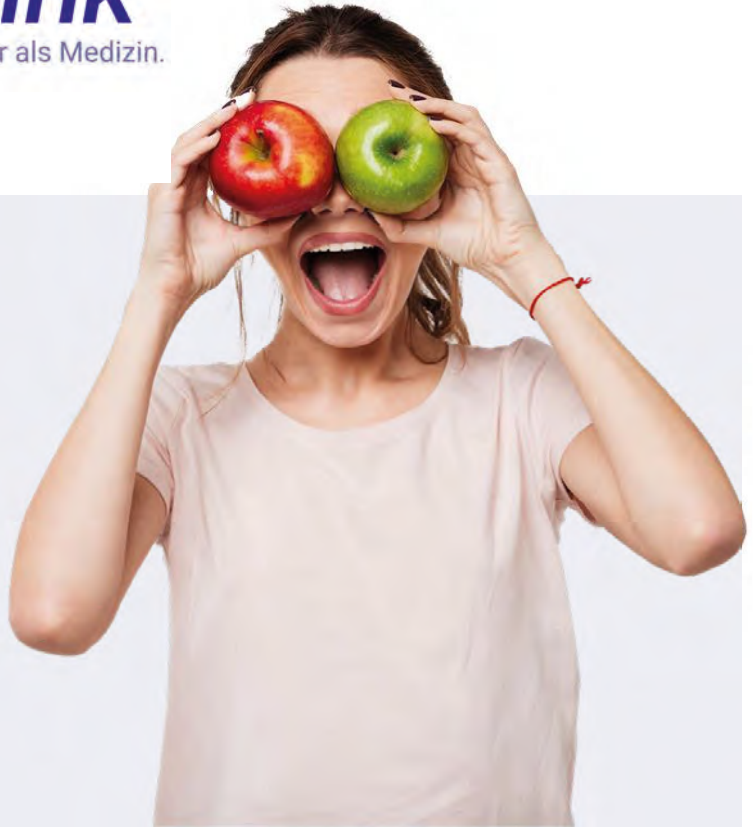
Halbzeitgespräch mit dem  
Darmstädter Oberbürgermeister

**WOLFGANG SEELIGER**

Seit Jahrzehnten kämpft der Wahl-Heiner  
für seine musikalischen Projekte

**OK KID**

Im Interview und live zu Gast  
beim »Trebur Open Air«



## RADIOLOGISCH ALLES IM BLICK!

AUFSPÜREN. ANALYSIEREN. AUSWERTEN.

### Werde Teil unseres Teams!

Wir bieten einen Arbeitsplatz mit Zukunft:  
vielseitig, spannend, sinnstiftend.  
Wir arbeiten miteinander und füreinander.

## Medizinische Fachkräfte – mit oder ohne Röntgen- bzw. Mammographie-Screeningschein – die Qualifikation kann bei uns erworben werden.

### Das hast du dir verdient

- Attraktive Bezahlung
- Sonderzahlungen (Leistungsbonis)
- Jubiläumsprämie
- Edenredkarte
- Regelmäßige Teambesprechungen
- Mitarbeitererevents
- After Work
- Vermögenswirksame Leistungen
- Kita Zuschuss
- Betriebliche Altersvorsorge
- Wasser, Kaffee und Süßigkeiten
- Einarbeitungsplan
- 30 Tage Urlaub
- Weiterbildungsmöglichkeiten
- Flexible Arbeitszeiten
- Berufs- und Wiedereinsteiger sind willkommen
- Ergonomische Arbeitsplätze
- E-Bike Lademöglichkeit
- Gute Parksituation
- Kombi-Angebot: Kostenloser Parkplatz oder Deutschland Ticket (Monatskarte)
- Gute Verkehrsanbindung
- Klimatisierter Arbeitsbereich und Luftreiniger
- Wir fördern deine Weiterbildung im Bereich Röntgen & Mammographie-Screeningschein

### Unsere technische Ausstattung

- Neubaueinzug Januar 2025 mit neuester technischer Ausstattung in allen Bereichen
- 1,5 und 3 Tesla MRT Siemens für Cardio MRT,
- MR Mammografie, Neurologische Bildgebung, Prostata MRT
- 256-Zeilen Pro.Pulse CT Siemens, ein 64 und ein 80 Zeiler diverse voll digitale Röntgenarbeitsplätze

### Dein Profil

- Du hast eine abgeschlossene Ausbildung als Medizinische Fachkraft
- mit Fachkunde im Röntgen- und/oder Mammographie-Screeningschein
- Freude am Umgang mit Patienten und Mitarbeitern
- Teamfähigkeit, Selbstständigkeit, Engagement sowie Einfühlungsvermögen

### Unsere Standorte

- LifeLink Radiologie Darmstadt am Alice Hospital
- LifeLink Radiologie Darmstadt Eschollbrücker Straße
- LifeLink Radiologie Darmstadt am Agaplesion Elisabethenstift
- LifeLink Radiologie Darmstadt am Fachärztezentrum Klinikum Darmstadt
- LifeLink Radiologie Darmstadt Mammographie Zentrum
- LifeLink Radiologie Rüsselsheim Mammographie Zentrum
- LifeLink Radiologie Erbach Mammographie Zentrum

Wir haben dein Interesse geweckt?  
Dann freuen wir uns auf deine Bewerbung





Christoph Rau

**Darmstadt Bilder**

Juli 2026 | 76. Darmstädter Heinerfest, 2.–6.7.2026

**inhalt #520****4 People**

Hanno Benz:  
Halbzeitgespräch mit dem Oberbürgermeister

**8 Glosse & Kolumnen**

- Liliengelaber #96:  
Saisonstart im Odenwald  
- Darmstadt-Glosse #215:  
100 Prozent  
- Frau Hempel auf 'm Sofa #58:  
Gegenwind

**10 News & Promotion****16 Tipps & Hacks****18 Titelstory**

Hidden Place im Carree

**20 Kultur & Kunst**

- Wolfgang Seeliger  
- Buch des Monats  
- WDC: Vom Scheitern und Handeln

**24 Musik**

OK Kid:  
im Interview und live zu Gast  
beim »Trebür Open Air«

**26 Weitsicht**

Manuel Bauer:  
90 Jahre Dalai Lama

**27 Essen & Trinken**

Odenwald Gasthäuser:  
Endlich wieder draußen genießen

**28 Special**

Cityscout: Eberstadt

**30 Stadtkulturkalender**

- Musik & Locals, Festivalmelder  
- Bühne, Klassik & Jazz

**38 Exit & Impressum**

- Verlosungs-Highlight  
- Auslagestelle des Monats

*Einfach  
vorbeikommen,  
Fragen stellen  
und Informationen  
zu medizinischen  
Themen erhalten!*

## Arztvortrag „Medizin im Dialog“

**Datum und Uhrzeit**

Mittwoch, 12. August 2026  
von 17 Uhr bis 18 Uhr

**Vortrag**

Wieder aktiv durch modernen  
Teलगelenkersatz am Knie - für mehr  
Beweglichkeit und Lebensqualität

**Referent**

Chefarzt der Klinik für Orthopädie,  
Unfallchirurgie und Sportmedizin  
Prof. Dr. med. Georg Köster

**Ort**

AGAPLESION ELISABETHENSTIFT  
Stiftssaal  
Stiftstraße 12a (EG der Stiftskirche)  
64287 Darmstadt

**Kontakt bei Fragen**

[presse.eke@agaplesion.de](mailto:presse.eke@agaplesion.de)

Wir freuen uns auf Besucher:innen  
und ihre Fragen!





Oberbürger Hanno Benz im neuen Rathaus-Foyer

# »Es ist mein Anspruch, eine Stadt für alle zu gestalten.«

**Halbzeitgespräch mit Oberbürgermeister Hanno Benz**

VON THEA NIVEA | FOTO: KLAUS MAI

■ **Am 24. April 2023 wurde Hanno Benz zum Darmstädter OB gewählt, am 23. Juni war Halbzeit seiner ersten Amtszeit. FRIZZmag sprach mit ihm über Stabilität und bemerkenswerte Treffer, bevorstehende Auswehlungen und fragte nach seiner Spielidee.**

**FRIZZmag: im Gegensatz zu einem Fußballspieler gibt es für einen Oberbürgermeister ja keine Halbzeitpause. Wie viele Pausen hast du oder kannst du dir in deinem Job nehmen?**

Hanno Benz: Mein Terminkalender ist gut gefüllt, denn gerade der persönliche Austausch vor Ort mit den Bürgerinnen und Bürgern, den Kulturinitiativen, den Sportvereinen und den Unternehmen ist mir wichtig. Dazu kommen viele interne Termine oder Gremiensitzungen. Klassische Pausen gibt es in einem Amt wie dem des Oberbürgermeisters

nicht. Grundsätzlich bin ich immer erreichbar – auch im Urlaub. Aber ich achte darauf, mir auch Zeit für meine Familie zu schaffen – bewusste Zeitfenster zum Kraft tanken – auch das gehört zur Selbstorganisation im Amt.

**Vor Beginn deiner Amtszeit hast du gesagt: nach sechs Jahren OB Hanno Benz ist die Stadtgesellschaft wieder geeint, Darmstadt ist gerechter und zukunfts-sicherer und die Menschen vertrauen ihrem OB. Wie viel Vertrauen spürst du nach drei Jahren?**

Ich möchte das an einem konkreten Beispiel festmachen: unserem neuen Rathaus-foyer.

Zum ersten Mal seit Ende des Zweiten Weltkriegs und der Zerstörung unserer Stadt haben wir einen zentralen, gut sichtbaren und vor allem barrierefreien Zugang zum Rathaus geschaffen. Das klingt vielleicht nach einem Bauprojekt, ist aber viel mehr als

das. Es ist ein Symbol dafür, wie Verwaltung und Politik heute funktionieren soll.

In diesem Foyer sitzen Kolleginnen und Kollegen, die Bürgerinnen und Bürgern den Weg zu Ämtern und Verwaltungsstellen weisen. Es ist zentraler Anlaufpunkt für Gäste, die unsere Stadt besuchen. Der Darmstadt-Shop ist hier integriert und gleichzeitig hat das Büro der Bürgerbeauftragten dort eine direkte Anlaufstelle für alle, die sich bei Problemen an die Stadt wenden wollen. Ohne Umwege, ohne Hürden.

Das war mir wichtig. Denn es ist mein Anspruch, eine Stadt für alle zu gestalten – mit einer Verwaltung, die sichtbar und ansprechbar ist und den Menschen auf Augenhöhe begegnet. Dieses Foyer steht genau dafür.

Und dieses Prinzip lässt sich auf viele andere Bereiche übertragen: ob Mobilität, Wohnen oder Bildung. Bei vielen Begegnungen mit den Menschen erfahre ich Zuspruch und

Unterstützung. Das zeigt mir, dass wir auf einem guten Weg sind.

#### **Wodurch ist Darmstadt gerechter und zukunftssicherer geworden?**

Überall dort, wo wir Barrieren abbauen, Zugänge schaffen und Bürgerinnen und Bürger beteiligen, machen wir unsere Stadt gerechter und zukunftsfähiger.

In drei Jahren haben wir wichtige Weichen gestellt: Beim Thema Mobilität ist es gelungen, verhärtete Fronten abzubauen – etwa bei der Dieburger Straße. Der zweite Aldi in Arheilgen ist vom Tisch, das Areal kann nun gemeinsam mit der Bürgerschaft entwickelt werden. Wir konzentrieren uns auf die Orte, an denen Nahversorgung gefährdet ist. Erste Erfolge in der Rossdorfer Straße und im Schwarzen Weg zeigen, dass dieser Weg richtig ist.

Die Zusammenarbeit mit dem Landkreis haben wir intensiviert – von der erfolgreich abgeschlossenen Sparkassenfusion über den Mobilitätsplan bis zum ersten gemeinsamen Wachstumsplan 2035. Die Wirtschaftsförderung wurde neu aufgestellt, um Unternehmen und Handwerk besser zu unterstützen. Und obwohl Darmstadt »Digitalstadt« heißt, hinkt die Verwaltung was Digitalisierung angeht, jahrzehntelang hinterher – das holen wir jetzt nach.

Die Kommunale Wärmeplanung liegt vor und wurde eben nicht am grünen Tisch geplant, mit wenig Bezug zur Praxis, sondern mit dem Energieversorger vor Ort gestaltet. Denn Energie- und Wärmewende müssen vor allem auch für die Menschen und Unternehmen bezahlbar bleiben.

Darmstadt wächst – die soziale Infrastruktur ist nur bedingt mitgewachsen. Deshalb habe ich mich so vehement für einen Neubau der Rollsporthalle im Bürgerpark eingesetzt.

Trotz desaströser Haushaltslage, die sich Ende 2023 auch aufgrund wegbrechender Gewerbesteuererinnahmen abzeichnete und von deren tatsächlichem Ausmaß ich erst nach meinem Amtsantritt erfahren habe, ist es gelungen die Handlungsfähigkeit der Stadt zu erhalten. Ohne dass wir bei Vereinen und Kultur kürzen mussten. Die Stadtteile wurden gestärkt: Wixhausen hat wieder eine Bezirksverwalterin, Arheilgen eine Meldestelle und in Eberstadt sanieren wir Rathaus und Mühlthalbad.

Ich habe in drei Jahren vieles auf den Weg gebracht, aber strukturelle Reformen brauchen Zeit. Wie im Fußball: Erfolgreich ist ein Trainerwechsel nicht nach dem ersten Sieg – sondern wenn die Mannschaft wieder stabil

steht, eine klare Spielidee hat und langfristig erfolgreich ist. Genau daran arbeite ich.

#### **Wenn man sich die Ergebnisse der Kommunalwahl anschaut, scheint die Stadtgesellschaft weniger geeint denn je. Oder sind die Verhältnisse in der Stavo (Stadtverordnetenversammlung) kein Abbild der Stadtgesellschaft?**

Die Fragmentierung in der Stavo bedeutet nicht automatisch eine gesplante Gesellschaft. Was wir sehen, ist zunächst einmal eine Pluralisierung.

Trotzdem muss uns das Ergebnis nachdenklich stimmen. Denn gestärkt wurden nicht neue Kräfte der Mitte, sondern auch die Ränder links und rechts. Es geht jetzt darum, die Menschen, die sich den Rändern zugewandt haben, wieder für die politische Mitte zu gewinnen nicht durch Überheblichkeit, sondern durch Zuhören, durch konkrete Lösungen. Das sage ich seit meinem Amtsantritt. Dieses Vertrauen wieder herzustellen, braucht Zeit.

Eines zeigt dieses Ergebnis aber klar: Keine Partei kann sich hinstellen und sagen »Wir haben gewonnen, wir geben jetzt die Richtung vor.« Die Wählerinnen und Wähler haben niemandem einen solchen Auftrag erteilt. Die eigentliche Herausforderung liegt

# 470.000 Menschen in der Region erreichen!

Jetzt sichtbare Werbeformate auf Bus & Bahn entdecken!



darin, aus dieser Vielfalt gemeinsam handlungsfähige Mehrheiten zu schmieden – das erfordert Kompromissbereitschaft von allen Seiten. Die gemeinsamen Alltagserfahrungen in der Stadt – ob ÖPNV, Schulen oder öffentlicher Raum – verbinden die Menschen ja weiterhin.

**Ein Ziel der SPD bei der Kommunalwahl war, den OB zu stärken. Die SPD hat jetzt mit II Sitzen noch einen weniger als 2021. Fühlst du dich dennoch gestärkt?**

Als SPD-Mitglied hätte ich mir ein besseres Abschneiden meiner Partei gewünscht, wir sind stabil geblieben. Als Oberbürgermeister bin ich für die ganze Stadt gewählt. Meine Aufgabe bleibt es, diese Stadt zusammenzuhalten und handlungsfähig zu regieren – jetzt erst recht mit Partnern, die bereit sind, Verantwortung zu übernehmen.

Auch die Grünen haben fünf Sitze verloren. Wer nach solchen Verlusten sofort die OB-Wahl 2029 ins Visier nimmt und einer stabilen Koalitionsoption eine Absage erteilt, dem geht es vermutlich in erster Linie um Parteipolitik – nicht um die Stadt.

**Mit SPD, CDU, Uffhass und FDP hat sich eine bemerkenswerte Minderheitskonstellation gebildet. Eine Mehrheit ist derzeit nicht in Sicht, dafür fehlen sechs Sitze. Was ist die Perspektive?**

Die Wählerinnen und Wähler haben kein »Weiter so« gewählt. Im Gegenteil. Es gilt jetzt den Wählerauftrag zu erfüllen: Kompromisse eingehen, zuhören, gemeinsam Lösungen finden. Die bisherigen Gespräche und die Zusammenarbeit zwischen SPD, CDU, Uffhass und FDP laufen sehr vertrauensvoll. Uns eint die tiefe Verbundenheit zu Darmstadt. Eine Kooperation aus so vielen verschiedenen Kräften gab es in unserer Stadt noch nie – sie kann aber durch das Zusammenführen der unterschiedlichen Interessen ein echter demokratischer Gewinn sein. Zu dieser themenbasierten Zusammenarbeit sind alle demokratischen Parteien eingeladen.

**Im Juli bzw. Juni 2027 enden die Amtszeiten der beiden Grünen Dezernenten, Bürgermeisterin Barabara Akdeniz und Michael Kolmer, im September die des Volt-Dezernenten Holger Klötzner. Ab Januar stehen also Dezernentwahlen an. Damit eröffnen sich Möglichkeiten für Auswechslungen in deiner 2. Halbzeit – wie willst du sie nutzen?**

Anders als der Oberbürgermeister, der von den Bürgerinnen und Bürgern direkt gewählt wird, obliegt die Wahl von hauptamtlichen Dezernenten der Stadtverordnetenversammlung. Diese Wahl ist kein Selbstzweck, sondern der Motor unserer kommunalen Demokratie. Politik verändert sich, Heraus-

forderungen verändern sich – und deshalb muss sich auch die Aufstellung in der Verwaltung immer wieder daran messen lassen, ob sie die beste Lösung für die Stadt bietet. Es ist die vornehmste Aufgabe der Stadtverordnetenversammlung, dies sicherzustellen.

**Was würdest du als die schönsten Treffer in der 1. Halbzeit deiner Amtszeit bezeichnen? Gehören der Aldi in Arheilgen und das Mühlthalbad in Eberstadt dazu? Und – um im Bild zu bleiben – gabs auch Eigentore?**

Politisch treibt mich kein Einzelmoment an, sondern die Möglichkeit zu gestalten. Ich sehe meine Aufgabe darin, politische Themen und Projekte voranzubringen. Dabei habe ich schnell festgestellt, dass Verwaltungshandeln einer eigenen Logik folgt. Hier gibt es dringenden Modernisierungsbedarf. Erste Ämterstrukturen haben wir bereits angepackt, aber ehrlich gesagt: Die Digitalisierung der Verwaltung verläuft viel zu schleppend. Das müssen wir deutlich beschleunigen zum Beispiel bei der Einführung der E-Akte. Ein zentraler Faktor dieser Entwicklung ist es, die Mitarbeitenden der Verwaltung kontinuierlich in den Prozess einzubinden. Neue, moderne Arbeitsabläufe dienen primär der Entlastung des Personals und garantieren zugleich den zügigen Service, den die Bürgerinnen und Bürger von uns erwarten.

**Welche Ergebnisse erwartest du für die 2. Halbzeit?**

Für die zweite Halbzeit meiner ersten Amtszeit habe ich klare Ziele. Die wichtigste Grundlage bleibt ein genehmigungsfähiger Haushalt. Nur durch eine solide Haushaltskonsolidierung sichern wir uns die politische Handlungskraft, um überhaupt gestalten zu können.

Auf diesem Fundament können wir die Stadt weiterentwickeln, gerade auch was die soziale Infrastruktur angeht. Eine Stadt wächst nicht nur durch Wohnraum, sondern durch Begegnung – deshalb darf Wohnungsbau niemals ohne den zeitgleichen Ausbau von Schulen, Kitas und Sportstätten gedacht werden, denn erst lebendige Vereine, aktive Freizeiträume und hohe Aufenthaltsqualität verwandeln Stadtviertel in ein echtes, funktionierendes Zuhause mit starkem sozialem Zusammenhalt.

Deshalb gilt es auch die Sportinfrastruktur sowie Kulturangebote zu erhalten und zu stärken. Der »Sportentwicklungsplan«, der »Rahmenplan Kultur« und der »Wachstumsplan« sind kurz vor dem Abschluss bzw. gehen nun in die Umsetzung. Instrumente, mit denen wir eine valide Datengrundlage schaffen.

Wir stärken gezielt unsere Wirtschaft und Resilienz. Durch eine neue Wirtschaftsförderung und die fusionierte Sparkasse schaf-

fen wir gute Bedingungen für Unternehmen. Zudem arbeiten wir enger denn je mit dem Landkreis zusammen – auch beim Wohnungsbau, indem der Bauverein nun die gesamte Region in den Blick nimmt.

Gleichzeitig müssen wir das Stadtmarketing und unser Welterbe Mathildenhöhe strategisch weiterentwickeln. Die gesamte Stadt muss und soll mehr vom Welterbe-Titel profitieren. Beides muss stärker vermarktet sowie Wissenschaft, Wirtschaft, Kunst und Tourismus enger miteinander verzahnt werden. Darüber hinaus stärken wir gezielt unsere Stadtteile. Projekte wie die Neue Mitte Wixhausen und der Umbau des Einkaufszentrums in Kranichstein haben für uns Priorität.

**Ist nach Abpfiff deiner 2. Halbzeit 2029 die Stadtgesellschaft wieder geeint und gerecht und zukunftsicher? Und woran dürfen wir das überprüfen?**

Am Ende zählt, was die Menschen im Alltag spüren: funktionierende Dienstleistungen, eine mitwachsende soziale Infrastruktur und wirtschaftliche Stabilität für Darmstadt. Ob eine Gesellschaft gerecht und geeint ist, zeigen keine nackten Zahlen, sondern die gelebte Realität – etwa die Frage, ob sich jüdische und queere Menschen in unserer Stadt sicher fühlen. Als Stadt stehen wir vor großen Herausforderungen, die großen Transformationen bei Energie und Mobilität lassen sich ebenso wie die Verteidigung der Demokratie vor Ort nur bewältigen, wenn jetzt die strukturellen Fundamente für eine moderne Verwaltung, resiliente Wirtschaft und eine krisenfeste Gemeinschaft gelegt werden. Daran arbeite ich täglich.

**Viele Berufspolitiker gewinnen ja in ihrer Amtszeit enorm an Gewicht, auch körperlich. Bei dir ist das sichtbar anders. Wie schwer ist es in deinem Job, das regelmäßige Laufen diszipliniert durchzuhalten?**

Das ist für mich keine Frage von Disziplin, sondern von Lebensqualität. Das Laufen ist mein Ventil, um Stress abzubauen und über anstehende Entscheidungen in Ruhe nachzudenken. Diese Routine gibt mir die nötige Stabilität, um den Kopf frei zu haben.

**hanno\_benz.vita**

\*21.8.1972 in Darmstadt, wuchs in Arheilgen auf, wo er auch heute wohnt. Abitur an der Bertolt-Brecht-Schule, Studium Politik und Germanistik mit Abschluss Magister Artium in Frankfurt. Nach Stationen bei einem Telekommunikations- und Beratungsunternehmen war er tätig bei einem Energieversorger im Rhein-Main-Gebiet als Leiter Public Affairs. Seit 25.6.2023 ist er Oberbürgermeister der Wissenschaftsstadt Darmstadt. Benz ist seit seiner Jugend in der SPD aktiv. Benz ist verheiratet, Vater von zwei erwachsenen Kindern und ein begeisterter Läufer.

# JAZZ



Auf der carree Piazza

22. & 29. Juli

12. & 26. August

02. September

16:30 - 20:00 Uhr



carree

  carreedarmstadt

## lilien.gelaber #96



SV88.DE

## Saisonstart im Odenwald

27.6., Trainingsauftakt in Winterkasten im Sommerlutofen (sofern die Wetterprognose stimmt). 2 Tage zuvor, ist die Profimannschaft an das Merck-Stadion am Böllenfalltor zurückgekehrt, um verschiedene Tests und Leistungsdiagnostiken zu durchlaufen. Nicht mehr dabei sind neben den bereits Verabschiedeten Fraser Hornby und Isac Lidberg. Hornby kickt nächste Saison beim Ligakonkurrenten Wolfsburg, eine Entscheidung, mit der er Sympathiewerte gegen Geldwerte eintauscht. Lidberg hat den Sprung in die Bundesliga geschafft, er geht nach Mönchengladbach, die Fohlen gehören wieder zu den Geheimfavoriten des Abstiegs. Zu selbigen könnten auch die Lilien werden, wenn es ihnen nicht gelingt, halbwegs gleichwertigen Ersatz im Sturm zu finden. Geld schießt bekanntlich keine Tore, schon gar nicht, wenn es auf Konten liegt. Also, bitte die geschätzt 8 Mio gescheit reinvestieren. An der Freigabe durch die Schatzmeisterin sollte es nicht liegen, die frisch zur »Bekennenden Heinerin« gekürte Anne Baumann trägt die Lilie in ihrem Herzen und weiß, wie viel die vielen ungekürten bekennenden Heiern und Lilienfans ein Abstieg schmerzen würde. Also, schon mal gut, dass Marco Richter trotz teuer vielleicht doch bleibt, dass Fabian Nürnberger und Grayson Dettoni ganz bestimmt bleiben und mit Noah Weißhaupt immerhin schon mal ein neuer da ist. Der 24-Jährige kommt mit Erstligaerfahrung vom SC Freiburg. In der vergangenen Saison war der Offensivspieler zunächst zu Legia Warschau, dann zu Hannover 96 verliehen. Lediglich 16 Einsätze sprechen dafür, dass beide Stationen nicht nach Plan verliefen. Ganz im Gegensatz zu seiner Leih-Station beim FC St. Pauli. Dort überzeugte er in der Rückrunde 2024/25 und trug dazu bei, den Klassenerhalt zu sichern. Spätestens bis zu Beginn des Trainingslagers sollten noch ein paar weitere neue dazugekommen sein. Das findet in diesem Jahr erneut in Bad Wörishofen im Allgäu statt. Vom 19. bis 26.7. halten wir auf dem Gelände des FC Bad Wörishofen trainiert, zwei Testspiele sind geplant. Am 1. August im Merck-Stadion steigt die traditionelle Saisoneroöffnung mit Generalprobe vor dem Zweitliga-Start am Wochenende des 7. bis 9.8., Gegner noch unbekannt. Auch noch unbekannt der Gegner der ersten Pflichtspiels in der 2. Bundesliga statt. Schon bekannt hingegen der Gegner in der ersten DFB-Pokal-Hauptrunde: Die Lilien müssen zum Ostregionalligisten nach Jena. Das Erreichen der 2. Runde ist genauso Pflicht wie der Klassenerhalt. Oh Lilie, oh Lilie, oh Lilie!

LILLIE OHL

## Testspiele

Sa., 4.7., 13 Uhr, SG Arheilgen (A)  
Sa., 11.7., 15 Uhr, VfR Fahlheim (A)  
Di., 14.7., 18 Uhr, FC Homburg (H)  
Fr., 17.7., 18 Uhr, FC Astoria Walldorf (A)

## 100 Prozent

## Darmstadt-Glosse #215

**Ich finds schade**, sag ich, dass die Heinerfesteröffnung nicht mehr im Schlosshof ist. Ich auch, sagt mein Vater, ist aber nachvollziehbar. Großen Respekt, sagt meine Mutter, dass der Heinerfestverein das hingekriegt hat, 100.000 Miese sind nicht gerade wenig. Heimatverein Darmstädter Heiner e. V., sag ich, so heißt das korrekt. Ja, ja, sagt meine Mutter, jeder weiß auch so, wen ich gemeint habe. Es gibt ja auch noch den Förderverein, sag ich. Und, sagt mein Vater, du hast den neuen Vorsitzenden und seinen Stellvertreter letztes Jahr interviewt und vor zehn Jahren seinen Vorgänger und deshalb muss das alles ganz genau sein.

**Ist was mit dir**, fragt meine Mutter, habt ihr irgendwelche Konflikte, von denen ich nichts weiß? Er ärgert sich wg. meinen Interviewfragen an den Oberbürgermeister, sag ich. Meiner, sagt meine Mutter. Deiner, sagt mein Vater, du hast ihn doch gar nicht interviewt. Das würde noch fehlen, sagt meine Mutter. Klar, sag ich, ihr seid euch nicht ganz grün, versteh ich, und, ich weiß, auf wegen folgt Genitiv. Und auf Abwegen, fragt mein Vater, was folgt da?

**Er findets unangemessen**, sag ich, dass ich den OB nach Eigentoren in der 1. Halbzeit seiner Dienstzeit fragte habe. Find ich gut, sagt meine Mutter, und die Antwort? Keine, sag ich, ich hab nach Treffern gefragt und hab ne Antwort gekriegt und die Frage, obs auch Eigentore gab, hat er ignoriert. Was ich 100 % okay finde, sagt mein Vater, das Interview insgesamt übrigens auch, besonders die Idee, das Ganze mit Fußball zu verknüpfen. Metaphorisch, sag ich, bot sich das an. Wo wir jetzt ja, sagt mein Vater, sogar Gruppensieger sind. Und, sag ich, am Heinerfestsamstag um 23 Uhr gegen Frankreich ausscheiden.

**Ich dachte**, sagt meine Mutter, das passiert schon eine Runde früher, so stehts jedenfalls in deiner letzten Glosse. Stimmt, sagt mein Vater, und bei nem WM-Aus im Sechzehntelfinale kann man sich 100% aufs Heinerfest konzentrieren. Und hätte wahrscheinlich, sag ich, ein paar Sicherheitsauflagen weniger. Es waren ja vor allem die erhöhten Sicherheitsauflagen, die zu den



## Hi, ich bin Thea Nivea.

Nivea hab ich von meinem Vater. Weil ich als Kind mal Nivea gegessen habe. Erklärt er mir heute noch. Überhaupt erklärt er reichlich viel. Inzwischen erklär ich ihm aber eher mal was. Bzw. wir reden drüber, über Darmstadt, über Politik oder Fußball, halt was gerade so los ist. Meine Mutter mischt da auch ordentlich mit. Was dabei raus kommt, könnt ihr hier lesen.

Wenn ihr auch mitmischen wollt, schreibt mir einfach:

[t.nivea@frizzmag.de](mailto:t.nivea@frizzmag.de)

Mehrkosten geführt haben, und im Schlosshof sind die halt besonders hoch und teuer.

**Versteh ich**, sagt meine Mutter, ich finds aber trotzdem schade. Ich sehs pragmatisch, sag ich, dann muss man zum Bieranstich nicht nochmal den Ort wechseln. Und wie genau, fragt meine Mutter, sind jetzt die fehlenden 100 Mille zusammengekommen? Es heißt, sag ich, dass Heinerfest hat sein Minus selbst geheilt. 100 %, sagt mein Vater, mit Unterstützung von Stadt und Land. Vom Land gabs eher weniger Unterstützung, sag ich. Wieso, sagt mein Vater, hat der hessische Innenminister nicht letztes Jahr erzählt, dass in einer Zeit, in der radikale Kräfte unser friedliches Zusammenleben bedrohen, solche Volksfeste eine große Bedeutung hätten?

**Wie heißt der nochmal**, fragt meine Mutter. Roman Posseck,

sag ich, erzählt gerne Romane und am Ende kommt ein Tausender bei raus. 100 % politische Lyrik halt, sagt mein Vater, 1.000 Euro von 100.000 Mehrkosten ist immerhin 1 %. Und 2 %, sag ich, bei Gesamtkosten von ner halben Million. Gut, sagt mein Vater, dann tragen wir eben als Familie dazu bei, das Heinerfest zu stabilisieren. Und wie, fragt meine Mutter. Ganz einfach, sag ich, wir gehen jeden Tag hin. Und mit 2 % wieder heim, sagt mein Vater.

**Und wir nehmen Cindy und Tina mit**, sag ich. Wer soll das sein, fragt meine Mutter. Die Flugroute und die Straßenbahn, sag ich. Mir scheint, sagt meine Mutter, du hast jetzt schon 2 %. Nein, sag ich, das war der Versuch der Überleitung auf kommunalpolitische Themen. Dafür, sagt meine Mutter, ist es heute viel zu heiß. Das wird auch deshalb nix mehr, sagt mein Vater, weil wir bestimmt schon bei 100 % sind. 100 % was, fragt meine Mutter. 100 % Text, sag ich, meint er, wir sind aber erst bei 97. Darmstadt liegt laut Steuerzahlerbund bei der Gebühr für die Außengastronomie deutschlandweit auf einem vorderen Platz, sagt mein Vater. Wir schenken, sag ich, Mama ne alte Straßenbahn zum Geburtstag. Jetzt reicht's aber, sagt meine Mutter. Ja, sag ich, ganz genau sogar.



## Gegenwind

### Frau Hempel auf'm Sofa Die Lifestyle-Kolumne #58

Wann haben Sie zuletzt gemerkt, dass Sie gegen etwas ankämpfen, das sich einfach nicht bewegen will und lässt? Dieses Gefühl kennen die meisten – und die wenigsten mögen es.

Im Coaching sitze ich manchmal Menschen gegenüber, die mit aller Kraft gegen eine Situation drücken: Gegen das Tempo anderer oder gegen eine Entscheidung, die längst gefallen ist, sowie gegen Umstände, die sich nicht ändern lassen. Die Energie des sich dagegen Lehnens ist enorm, jedoch geht sie vollständig in den Widerstand und nicht in das, was als nächstes möglich wäre.

Widerstand ist menschlich. Er zeigt uns, dass uns etwas wichtig ist und er kostet viel Kraft – oft mehr, als die Situation selbst abverlangt. Und manchmal frage ich mich: Wie viel Widerstand erzeugen wir dabei selbst? Durch unsere eigene Erwartung, dass die Dinge so laufen sollten wie geplant oder durch den Wunsch, die Kontrolle zu behalten, durch die innerste Überzeugung, dass Widerstand bedeutet, dass etwas falsch läuft – durch all das erzeugen wir Widerstand im Innen und Außen.

Wer segelt, weiß: Gegen den Wind kommt man nicht an. Aber wer den Kurs klug anpasst und seine Segel entsprechend setzt, nutzt den Wind – und kommt ans Ziel. Was im ersten Moment wie ein Hindernis wirkt, wird zur treibenden Kraft. Die Fähigkeit, sich zu bewegen, zu reflektieren, sich neu auszurichten und gleichzeitig das Ziel im Auge zu behalten scheint mir eine kluge Form von Stärke.

Was dabei hilft, ist Vertrauen und die Haltung, dass ein Prozess seine eigene Logik hat. Dass nicht alles, was sich widersetzt, auch falsch ist. Manchmal führen Reibung und Auseinandersetzungen zu einem besseren Ergebnis: Eine andere Person geht nicht mit. Wir müssen erneut zuhören, reflektieren und gemeinsam neu nachdenken. Im besten Fall führt der genommene Umweg mit dieser weiteren Reflexionsschleife zu einer stimmigeren Lösung für alle Beteiligten.

Ich wünsche Ihnen, dass Sie spüren dürfen, dass Gegenwind, Reibung und Bewegung etwas Konstruktives sein können. ANNETTE HEMPEL

**Alice Kultursommer**  
im Park des Alice-Hospitals  
**Eintritt frei**  
Die Konzerte finden bei jedem Wetter statt!

12.07.2026 | 11:00 Uhr  
**Safe Sane & Single**

19.07.2026 | 11:00 Uhr  
**Frank Bülow & Friends**

[www.alice-hospital.de](http://www.alice-hospital.de)

AliceGut!

## Für einen traumhaften Sommer.



Heidelberger Str. 81B  
64285 Darmstadt-Bessungen  
Telefon 061 51-31 58 71  
[www.bessunger-buchladen.de](http://www.bessunger-buchladen.de)

**Bessunger Buchladen**  
*Klein, fein, gleich nebenan.*

## SOMMER AUF DEM WASSER



⚓ **TÄGLICH RUNDFAHRTEN**

⚓ **WÖCHENTLICH TAGESFAHRTEN  
AUF MAIN UND RHEIN**

🍴 **SOMMER BBQ**

🌅 **SUNSET X  
SKYLINE-TOUR**

🍹 **AFTER-WORK  
SHIPPING**



**PRIMUS-LINIE**  
FRANKFURTER PERSONENSCHIFFFAHRT ANTON NAUHEIMER GMBH  
MAINKAI 36 | 60311 FRANKFURT AM MAIN | [WWW.PRIMUS-LINIE.DE](http://WWW.PRIMUS-LINIE.DE)



**Der Spezialist für Polsterhandwerk**  
Meister und Restaurator im Raumausstatterhandwerk

Bessunger Str. 33-35 • Darmstadt • 06151 / 63573  
[www.raumausstattung-wallner.de](http://www.raumausstattung-wallner.de)



## Fern ist nah

Mit dem RMV gleich da

Die großen hessischen Sommerferien stehen unmittelbar bevor – und damit ist jede Menge Zeit für gemeinsame Erlebnisse mit der ganzen Familie. Dabei braucht es oft gar keine weite Reise, um echtes Urlaubsgefühl zu erleben: Ein entspannter Tag am Wasser, ein ausgiebiger Bummel durch die Altstadt oder ein kurzer Ausflug ins Grüne. Die Region hält dafür unzählige Möglichkeiten bereit. Und wer mit den Bus und Bahn unterwegs ist, spart sich Stau, Parkplatzsuche und Stress – und kann die gemeinsame Zeit von Anfang an genießen. Denn Erholung beginnt nicht erst am Ziel, sondern oft schon unterwegs. Gut zu wissen – Mit dem Deutschland-Ticket flexibel durch den Sommer: Wer mehrere Ausflüge plant, ist mit dem Deutschland-Ticket besonders unkompliziert unterwegs – im RMV-Gebiet und weit darüber hinaus. Kinder fahren kostenfrei mit: Kinder unter 6 Jahre fahren in Begleitung eines Erwachsenen kostenlos. Auch Fahrräder und Hunde dürfen im RMV kostenfrei mitgenommen werden. Tageskarten – Einzel- oder als Gruppentageskarten: Lohnen sich oft schon ab der 2. Fahrt und sind daher ideal für spontane Sommerausflüge – um alleine oder gemeinsam unterwegs zu sein. Alles dabei mit RMVgo: Verbindungen finden, Tickets kaufen und Echtzeitinfos abrufen – einfach in der App. **FM**

■ [www.rmv.de](http://www.rmv.de)



Darmstadt: Citymarketing e.V., Rüdiger Dunker

## Plitsch-Platsch-Spaß für Stadtkinder

Spritzige Sommerferien mitten in die City

Ferienzeit ist Spielzeit! In den ersten Wochen der hessischen Sommerferien verwandelt sich der Vorplatz der Centralstation wieder in eine spritzige Oase für Familien. Beim »Darmstädter Wasserspielplatz« können Kids bis 10 Jahre nach Herzenslust Wasser pumpen, in Becken matschen und Boote auf Reisen schicken. Während die Kleinen mit Rinnen und Eimern experimentieren, genießen die Großen entspannt die direkt angrenzende Außengastronomie. Organisiert vom Darmstadt Citymarketing e.V. und der Volksbank Darmstadt Mainz, bietet das TÜV-geprüfte Wasserspielmobil eine perfekte, kostenfreie Erfrischung beim sommerlichen Stadtbummel. Also: Handtuch einpacken und vorbeischaun! **FM**

II. Juli bis 8. August, täglich von 11 bis 18 Uhr, Carree (Vorplatz Centralstation), Darmstadt

■ [www.darmstadt-citymarketing.de](http://www.darmstadt-citymarketing.de)

ES GIBT VIELE MÖGLICHKEITEN  
INDIVIDUELLE  
SCHUH-EINLAGEN ZU TRAGEN

WIR BERATEN SIE GERNE

SCHUHHHAUS LANG  
BICKENBACHERSTRASSE 1  
64342 SEEHEIM-JUGENHEIM  
[LANG-LAUF-JUGENHEIM.DE](http://LANG-LAUF-JUGENHEIM.DE)



**OPTIK BOGORINSKI**  
Sehen & Hören



BARRIERE  
FREI

VOLL  
KLIMATISIERT

KUNDEN  
PARKPLATZ

Egal ob es um gutes Sehen oder Hören geht.

Wir sind Ihr zuverlässiger Partner auf beiden Gebieten. Wir haben nicht nur ein vielfältiges Angebot an Brillen, Sonnenbrillen und Kontaktlinsen sondern auch Hörgeräte und Gehörschutz für jeden Bedarf.

Partner aller Krankenkassen.

🏠 Eberstädter Str. 79 • Pfungstadt

06157 - 2962 ☎

✉ [info@bogorinski.de](mailto:info@bogorinski.de)

[bogorinski.de](http://bogorinski.de) 🌐



## Sommer, Swing und Pop-Poeten im Alice-Garten

**Der Alice-Kultursommer lockt wieder mit hochkarätigen Open-Air-Konzerten**

Es ist wieder so weit: Der Alice-Kultursommer lädt zum entspannten Beisammensein mit »Kind und Kegel« ein. Seit 2009 hat sich die charmante Konzertreihe im idyllischen Park des Alice-Hospitals am Fuße der Mathildenhöhe zu einer echten Institution im Darmstädter Kulturkalender entwickelt. Das Rezept ist so einfach wie genial: Lokale Live-Musik, leckere Odenwälder Speisen und spritziger Bergsträßer Wein im Grünen. Ob auf der Picknickdecke liegend oder tan-

zend vor der Bühne – das entspannte Ambiente ist garantiert. Dieses Jahr stehen zwei ganz besondere Sonntags-Highlights auf dem Programm. Den Auftakt am 12. Juli machen »Safe, Sane & Single« (Foto links). Im schicken Zwirn und mit geschmalzter Locke katapultiert das Trio das Publikum zurück in die Roaring Twenties. Mit Bigband-Swing, stampfendem Rhythm & Blues und quirligem Rock'n'Roll entfachen die drei Vollblutmusiker ein wahres Nos-

talgie-Feuerwerk. Am 19. Juli übernimmt dann Frank Bülow das Mikrofon. Der profilierte Pop-Poet, der einst Hits für Culture Beat oder Marianne Rosenberg schrieb, präsentiert mit seiner hochkarätigen Band (»Friends« wie Bassist Holger Kalenda und Drum-Dozent Lui Ludwig) sowie Special Guest Jennifer Davids feinste Ohrwürmer. Umsonst und draußen!

FM

Sonntag, 12. Juli & Sonntag, 19. Juli. Eintritt frei!

Einlass jeweils ab 10:30 Uhr, Beginn um 11 Uhr

Alice-Park, Dieburger Straße 31, Darmstadt

■ [www.alice-hospital.de](http://www.alice-hospital.de)

# EINFACH KLIMAFREUNDLICH FÜR ALLE.

Nachhaltige und bezahlbare Energielösungen.  
Darüber freuen sich Mensch und Natur.





**KLEINE FLUCHTEN**

**Egal wohin die Reise geht**

**Kleine Fluchten**  
Magdalenenstr. 3  
64289 Darmstadt  
Telefon 06151 71 72 89

**Öffnungszeiten:** Montag – Freitag  
10:00 – 14:00 Uhr · 15:00 – 19:00 Uhr  
Samstag 10:00 – 16:00 Uhr

**DAS Outdoor-geschäft in Darmstadt**

Onlineshop: [www.kleinefluchtendarmstadt.de](http://www.kleinefluchtendarmstadt.de)

**Vollkornbrote, Baguette, Brötchen, Kuchen, Kaffeeteilchen und pikante Quiche. Vieles ist aus 100% Dinkel.**



Schulsstr. 3 • Darmstadt • 06151 / 296138  
Mo-Fr 7-18 • Sa 7-16



## Rummel-Rendezvous: Gewinne Backstage-Pässe Exklusiver Blick hinter die Kulissen des Erbacher Wiesenmarkts

Schon mal davon geträumt, hinter die Kulissen von Südhessens größtem Volksfest zu linsen? Wir, vom FRIZZmag, machen es möglich! Marktmeister Peter Breidenbach führt euch persönlich durch die gigantische Logistik des Erbacher Wiesenmarkts. Bei dem rund vier- bis fünfstündigen Rundgang erfahrt ihr alles über die Kosten, das Material und den enormen Aufwand der Schausteller. Das Beste: Neben exklusiven Infos warten ein Begrüßungsgetränk, kostenlose Testfahrten in den Fahrgeschäften und ein Abschlussimbiss auf euch. Kaufen kann man die Tickets nicht, nur gewinnen. Perfekt für alle Jahrmarkt-Fans ab 18 Jahren, die gut zu Fuß sind. Seid dabei!

FM

**FRIZZ** verlost 2 x 2 Tickets für Dienstag, den 21.7. Siehe Seite 38. ES: 14.7.

Wiesenmarktgelände, 64711 Erbach

■ [www.erbach.de](http://www.erbach.de)



präsentiert:

**Darmstädter Wasserspielplatz**

**11. Juli bis 8. August**  
**im Carree**  
täglich von 11 – 18 Uhr  
[darmstadt-citymarketing.de](http://darmstadt-citymarketing.de)





**DA staunst du.**



## Indische Küche zu Hause genießen Sommer beim Lahore Palace

Wer im Sommer eine Feier plant – ob Geburtstag, Firmenfeier oder eine größere Veranstaltung –, kann sich kulinarisch vom Lahore Palace begleiten lassen. Das indisch-pakistanische Spezialitätenrestaurant bietet ein abwechslungsreiches Catering mit Vorspeisen, Suppen, vegetarischen und veganen Gerichten sowie Spezialitäten mit Huhn, Lamm, Rind oder Fisch. Besonders gefragt sind Curry-Gerichte oder die würzigen Tandoori-Spezialitäten. Auch exotische Desserts gehören zum Angebot. Das Team stellt individuelle Menüs zusammen und unterstützt auf Wunsch mit Geschirr und Personal vor Ort. Inhaber Rafiq Chaudhary berät Interessierte gerne persönlich und sorgt dafür, dass die Feier auch kulinarisch in Erinnerung bleibt. MN

Eschollbrücker Straße 5, 64283 Darmstadt

Tel.: 0 61 51 / 33 22 9; E-Mail: [kontakt@lahore-palace.de](mailto:kontakt@lahore-palace.de)

Mo-Di, Do-So: 11.30 – 14.30 und 17.30 – 23 Uhr. Bitte reservieren!

■ [www.lahore-palace.de](http://www.lahore-palace.de)



## Vom Bürgerhaus in die Weststadt

Fr., 10.7., 22 Uhr, Weststadt Café, Mainzer St. 106, Darmstadt

Was als gemeinsames Hobby begann, macht Luca und Noah heute zu einer festen Größe in der regionalen Clubszene. Unter dem Namen »Bürgerhouse« bringt das 20-jährige DJ-Duo seinen Mix aus House, Disco und UK-Garage auf die Tanzflächen. Der Name entstand am Bürgerhaus in Traisa, wo sich die Freunde regelmäßig trafen.

Nach Auftritten im Künstlerkeller und der Galerie Kurzweil folgt nun der nächste Meilenstein: die eigene Party im Weststadt Café. Für Noah schließt sich damit ein Kreis. Schon als Kind war er mit seinen Eltern bei den Grillabenden in der Weststadt, heute steht er dort mit Luca hinter den DJ-Pulten. Unterstützt werden sie von Marko und User Selections vom Chaos Disco Club. Euch erwarten Disco-Vibes und eine lange Sommernacht.

FM

**FRIZZ** verlost 1 x 2 Tickets. Siehe Seite 38. ES: 6.7.

■ [www.instagram.com/buergerhouse\\_](https://www.instagram.com/buergerhouse_)



## Kurztrip durch Europa mit Nervenkitzel

Europa-Park startet mit Neuheiten in die Sommersaison

In Deutschlands größtem Freizeitpark erwarten Besucher mehr als 100 Attraktionen und Shows in 18 europäischen Themenbereichen. Neu ist der Themenbereich Monaco rund um die Achterbahn »Silver Star«, der mediterranen Flair, Kulinarik und eine exklusive Fahrzeugsammlung präsentiert. Ebenfalls neu sind »Sallys Café« im isländischen Themenbereich sowie der 4D-Film »SNORRI 4D – Catch Me If You Candy«. Für Action sorgen Highlights wie »Voltron Nevera powered by Rimac«, »Poseidon« und »Atlantica Super-Splash«. Die Wasserwelt Rulantica bietet ganzjährig über 50 Attraktionen. Auch die »Silver Lake City« wächst weiter und erweitert ihr Angebot um neue Unterkünfte, Gastronomie und Freizeitmöglichkeiten im Westernstil.

FM

**FRIZZ** verlost 2 x 2 Tickets. Siehe Seite 38. ES: 17.7.

■ [www.europapark.de](https://www.europapark.de)

## Unsere GoldCard: mehr Sicherheit, mehr Freiheit.

Sie legen großen Wert auf Komfort und Sicherheit? Dann sind Sie mit der GoldCard bestens versorgt.

Beantragen Sie noch heute Ihre neue GoldCard und profitieren Sie von exklusiven Service- und Versicherungsleistungen.

 **Volksbank  
Darmstadt Mainz**

[volksbanking.de/goldcard](https://volksbanking.de/goldcard)



**Ateliercafé Am Mühlbach**  
Kegelpfunde, Kirschen und Klettern & Klettern

**Hier geht's um die "CurryWorscht"**

Wurst vom Holzkohlegrill mit hausgemachten Currysoßen von drachenschärf bis mild und 1 Getränk

**ab 9,90 €**

Um Vorbestellung wird gebeten

am Samstag, 11.07.26, ab 16:30 Uhr, im Ateliercafé Am Mühlbach, in Weiterstadt-Schneppenhausen.

Mehr Infos unter:  
www.ateliercafe-muehlbach.de

**Neue Stadthalle • Langer**

**10.07. RUBBER SOULMATES**  
21 Uhr Beatles meets Rock'n'Roll

**17.07. ROCKFURT**  
21 Uhr Pure Rock Music

**24.07. MADHOUSE FLOWERS**  
21 Uhr Pop-Rock-Covers

**31.07. TÜRZUESZIEHT**  
21 Uhr Weltmusik-Comedy

**14.08. CASHMA HOODY**  
21 Uhr Trippin'-Rock-Reggae

**21.08. WELTHITS AUF HESSISCH**  
21 Uhr Akustik-Rock-Duo

**21.08. PETER PAN**  
18.30 Uhr SpielWerk der Dreieichschule

**11.09. IVY STAR**  
20 Uhr Travestie par excellence

**18.09. WOODY FELDMANN**  
20 Uhr Comedy: Sachma, geht's noch?

**02.10. 90er-PARTY**  
21 Uhr Tanz in den Feiertag mit DJ Holsh

**17. Langer Sommerspiele**

**TICKET HOTLINE 06103 203455**



## »Trinken erwünscht – bis kurz vor der OP«

**Interview mit Chefarzt Dr. med. Marc Winetzhammer (Zentrum für Anästhesie, OP und Schmerztherapie)**

**FRIZZ: Am ELISABETHENSTIFT gibt es ein neues Konzept, bei dem mit kürzerer Nüchternheitszeit vor der OP gearbeitet wird. Was ist das genau?**

Dr. Winetzhammer (Foto): »Mit einem innovativen Nüchternheitskonzept gelingt es Kliniken Sicherheit und Wohlbefinden von Patient:innen zu stärken. Viele Stunden vor einer Operation nichts zu essen und trinken galt jahrzehntelang als unverzichtbar. Das wird heute zunehmend kritisch hinterfragt, da ein langer Verzicht auf Flüssigkeit nachweislich das Risiko für Komplikationen nach einer Operation erhöhen kann. Für die meisten Patient:innen ist es von Vorteil klare Flüssigkeit zu sich zu nehmen, bis sie von der Station in den OP gebracht werden.«

### Wie ist der Ablauf vor der OP?

Dr. Winetzhammer: »Im Rahmen des Narkoseaufklärungsgesprächs erhalten unsere Patient:innen eine Nüchternheitskarte. Wer keine wesentlichen Vorerkrankungen oder operative Besonderheiten aufweist, bekommt eine grüne Karte und darf bis kurz vor der Operation klare Flüssigkeiten trinken: Wasser, Tee, klare Säfte oder Kaffee mit einem Schuss Milch sind erlaubt. Für Patient:innen mit bestimmten Einschränkungen gibt es die gelbe Karte mit individuell festgelegten Zeiten. Nur wenige Patient:innen erhalten eine rote Karte, bei der nichts mehr aufgenommen werden darf. Hinter der Idee steckt ein einfaches Ziel: mehr Sicherheit und weniger Komplikationen. Denn wer ausreichend Flüssigkeit zu sich nimmt, geht körperlich stabiler in die Narkose. Das Risiko, insbesondere bei älteren Menschen, für Kreislaufprobleme, Stürze oder Verwirrheitszustände nach der Operation sinkt deutlich. Auch die Erholung verläuft oft schneller. Darüber hinaus vermindert die Zufuhr klarer Flüssigkeiten bis kurz vor der Operation Durst-, Hunger- und Unwohlsein, reduziert Stress und stabilisiert den Blutdruck. Die Anlage venöser Zugänge wird erleichtert und das Risiko von Übelkeit, Erbrechen und Schmerzen nach der Operation wird gesenkt.«

FM

Weitere Infos:

■ [www.agaplesion-elisabethenstift.de](http://www.agaplesion-elisabethenstift.de)

**Fachschulzentrum**  
Gesundheit und Pflege

**Arbeiten, wo du Leben berührst:**

**Pflegefachkraft**

**Ergotherapie\***

**Altenpflegehilfe**

**Physiotherapie\***

\*Ausbildung plus Studium

**fachschulzentrum.de**



## Musiksommer im Palmengarten

**Hochkarätige Open-Air-Musikreihen vor der idyllischen Kulisse des Musikpavillons**

Ob Klassik oder Blues, ob Pop oder Jazz – im Sommer kommen Musikliebhaber:innen im Palmengarten wieder voll auf ihre Kosten. Im lauschigen Ambiente des Musikpavillons bringt ab Anfang Juli die Kammeroper Frankfurt Rossinis »Gelegenheit mach Diebe« auf die Bühne, gefolgt von »Ein unerhörter Ope-  
rettensalon 2« ab Ende Juli.

In der Reihe »Jazz im Palmengarten« unter der künstlerischen Leitung der Jazz-Ini-

tiative Frankfurt treten unter anderem Baby Sommer's Brother & Sisterhood und die Markus Stockhausen Group auf. Viel Abwechslung bieten wie immer auch die Konzerte im Rahmen von »Summer in the City« in Kooperation mit dem Künstler:innenhaus Mousonturm – unter anderem mit Tanita Tikaram und Martin Kohlstedt.

Bluesfans können sich schon einmal Samstag, den 15. August, vormerken: An

diesem Abend ist die preisgekrönte Band Blue Deal im Palmengarten zu Gast. Jeden Sonntag bis Ende September stehen außerdem wieder Promenadenkonzerte von Musikvereinen aus Frankfurt und Umgebung sowie unter der Leitung der Hochschule für Musik und Darstellende Kunst auf dem Programm.

FM

Weitere Infos:

■ [www.palmengarten.de](http://www.palmengarten.de)

World  
Frankfurt

Design  
RheinMain

Capital  
2026

WORLD  
DESIGN  
CAPITAL  
FRANKFURT  
RHEINMAIN  
2026

dreams,  
ideas &  
prototypes

Museum  
Angewandte Kunst,  
Frankfurt

WDC-  
Campus  
*young talents at work*

Ausstellung  
03. Juli –  
09. August

Eröffnungs-  
Festival  
03.–05. Juli

Gefördert durch



STADT FRANKFURT AM MAIN



Auf Grundlage der  
Leitidee von

Design for Democracy.  
Atmospheres for  
a better life

World Design Capital®  
ist eine Initiative der



Fotografie: Kerstin Weiser

Bestell- und Abholservice - täglich von 11.30 - 23.30



EISCAFE  
PIZZERIA  
RESTAURANT  
**SAN REMO**  
Inh.: Di Maria Carmelo  
Darmstadt • Grafenstr. 22  
Tel.: 06151/20776  
Lebenskultur nach alter,  
typisch italienischer Tradition

Speisekarte online: [www.sanremo-darmstadt.de](http://www.sanremo-darmstadt.de)

**GEBURTSHILFE**  
[www.die-geburtsklinik.de](http://www.die-geburtsklinik.de)

**Informationsabend**  
Jeden dritten Montag im Monat  
18:00 Uhr | online

- **Unsere Beleghebammen** betreuen Sie zu Hause und im ALICE-HOSPITAL
- **Unsere Gynäkologen** versorgen Sie ambulant und stationär
- **Die Kinderärzte** der Kinderkliniken stehen für den Notfall bereit

**AliceGute!**

IHR HEISSER DRAHT  
ZU UNSEREM HAUS  
TELEFON  
**06151 4020**



## »Sweet Days« vom Reisen und Naschen

**FRIZZ-Tipp: »Mallorca« von Simone Ruths und Franziska König**

Hallo Sommer! Authentisch, einfach. Rezepte, die Lust auf Urlaub machen und das Fernweh wecken. Aus dem Buch »Sweet Days« vom Reisen und Naschen. Ein besonderes Backbuch mit stimmungsvoller Reisefotografie, persönlichen Geschichten sowie einfachen und authentischen Rezepten.

**Mallorquinischer Mandelkuchen**

12 Stücke | Springform (26 CM ø) | Zubereitungszeit: 20 Min. | Backzeit: 45 Min.

6 Eier (M)

Salz

250 g Puderzucker | Pck. Vanillezucker Abrieb von 1 Bio-Zitrone

200 g gemahlene Mandeln

Außerdem:

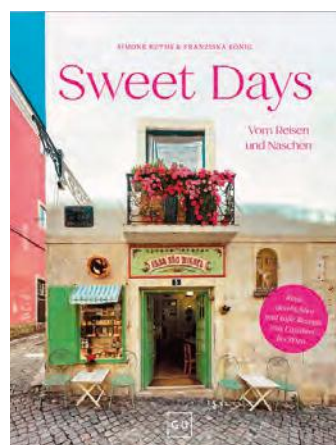
Butter und gemahlene Mandeln für die Form, Puderzucker zum Bestäuben, Mandelblättchen zum Dekorieren

175 °C Ober- und Unterhitze

Den Backofen auf 175 °C vorheizen. Die Eier trennen. Die Eiweiße mit etwas Salz steif schlagen. In einer großen Schüssel Eigelbe, Puderzucker, Vanillezucker und Zitronenabrieb schaumig verrühren. Die Mandeln und den Eischnee im Wechsel unter den Eigelbschaum heben. Die Springform mit Backpapier auslegen, den Rand einfetten und mit gemahlenden Mandeln ausstreuen. Den Teig einfüllen und den Mandelkuchen auf der mittleren Schiene in 45 Min. hellbraun backen. Falls der Kuchen zu dunkel wird, während des Backvorgangs mit Alufolie abdecken. Herausnehmen, abkühlen lassen und den mallorquinischen Mandelkuchen vor dem Servieren mit Puderzucker bestäuben und mit Mandelblättchen dekorieren.

FM

Sweet Days: Vom Reisen &amp; Naschen, ISBN: 978-3-7589-0347-2

■ [www.rosavision.de](http://www.rosavision.de)



Klaus Mai

## Quishing-Alarm: Betrug mit Fake-QR-Codes!

**FRIZZ-Tipp: »Computer« von Pascal Reinheimer**

Quishing ist Cyberbetrug mit gefälschten QR-Codes. Der Begriff setzt sich zusammen aus »QR« (Quick Response) und »Phishing«. Solche Fake-QR-Codes landen auf gefälschten Mitteilungen der Post oder über angebliche Bank-Briefe im Briefkasten. Über diese QR-Codes wollen die Täter arglose Scanner oft auf gefälschte Webseiten locken, um Kontozugangsdaten abzufischen. Reinheimer-Tipp: QR-Codes unklarer Herkunft NICHT scannen und die Bank kontaktieren. Achtung: Quisher hinterlassen gefälschte QR-Codes auch auf Parkautomaten und Ladesäulen. Was Verbraucherzentrale und ADAC raten, lesen Sie auf den Seiten des Computer-Dienstleisters reinheimer\_systemloesungen Darmstadt. FM

■ [www.systemloesungen.de](http://www.systemloesungen.de)



Adrian Nolte

## Lapland – Unvergessliche Momente

**FRIZZ Tipp: »Travel« von Lara Kerkmann**

Finnisch-Lapland hat mich von der ersten Minute an verzaubert. Unser gemütliches Hotel in Kuusamo war der perfekte Ausgangspunkt für unzählige Erlebnisse. Die Vielfalt der Region begeisterte mich: Husky- und Rentierschlittenfahrten durch die glitzernde Winterlandschaft, rasante Abfahrten auf der Rodelbahn und eine E-Bike-Tour durch die verschneite Natur. Nach einem Saunagang wagte ich das Eisbaden im See – ein echtes Highlight. Ob Familien, Paare oder Alleinreisende – hier findet jeder sein Abenteuer. Der Höhepunkt ist eine Übernachtung im Glas-Iglu mit Blick auf die magischen Polarlichter. FM

■ [www.reisewelt-darmstadt.de](http://www.reisewelt-darmstadt.de)



## Kuralpe Kreuzhof

**FRIZZ Tipp: »Dining« von Nima Ghamari**

Die Kuralpe Kreuzhof im Lautertal ist ein schönes Ausflugsziel im Odenwald. Idyllisch auf einem Hügel gelegen, ist sie ein beliebter Ausgangspunkt für Wanderungen und Radtouren. Seit 2004 führen Olaf Bormuth und seine Frau den traditionsreichen Betrieb in fünfter Generation, dessen Geschichte bis ins 19. Jahrhundert zurückreicht. Heute vereint die Kuralpe Restaurant, Biergarten, Hotel, Eventlocation und Hofladen. Serviert wird eine deutsche Küche mit saisonalen Spezialitäten. Besonders kann ich die verschiedenen Schnitzelvarianten empfehlen – vom Kalbs- und Schweineschnitzel bis zum Kochkäseschnitzel. Bei unserem Besuch haben wir auch die Bärlauchcremesuppe und den frischen Spargel probiert, der Service ist freundlich und aufmerksam. Biker sind willkommen: Es gibt einen eigenen Fahrradkeller, denn Olaf Bormuth ist selbst begeisterter Mountainbiker, Rennradfahrer und Motorradfahrer. FM

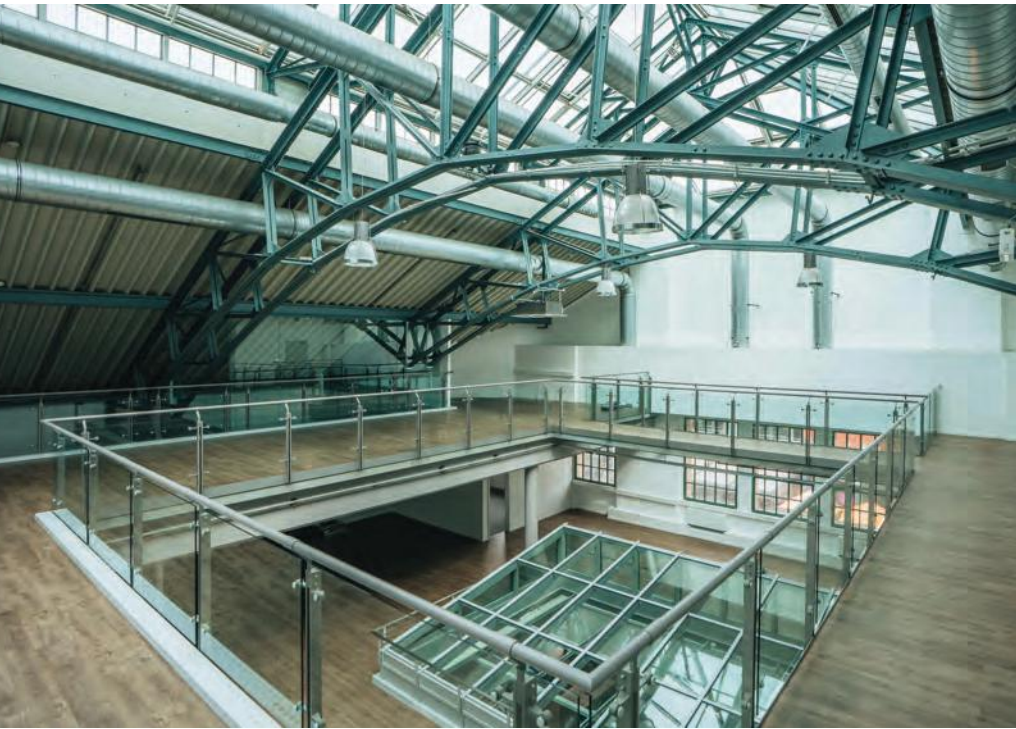


## Sommer im Kopf, Kreislauf im Urlaub?

**FRIZZ Tipp: »Nutrition« von Christiane Dölz**

An heißen Tagen fühlt sich vieles anders an: Wir sind müder, träger, greifen schneller zu Snacks oder vergessen sogar zu trinken. Kein Wunder. Ab ca. 30 Grad muss unser Körper deutlich mehr arbeiten, um seine Temperatur stabil zu halten. Der Kreislauf läuft auf Hochtouren, wir schwitzen mehr und verlieren schneller Flüssigkeit – oft, ohne es direkt zu merken. Gleichzeitig verändern sich Konzentration, Appetit und unser Hungergefühl. Spannend ist: Durst und Hunger werden im Gehirn nah beieinander verarbeitet. So kann es schnell mal zu Verwirrungen kommen. Deshalb lohnt sich ein kurzer Check: Brauche ich gerade wirklich das belegte Brötchen – oder doch Wasser, Schatten und eine Pause? Genießt den Sommer! FM

■ [www.christiane-doelz.de](http://www.christiane-doelz.de)



# Hidden Place sucht neues Konzept

Im Carree schlummert verstecktes Potenzial

VON MARTINA NOLTEMEIER | FOTOS: ADRIAN NOLTEMEIER, CARREE DARMSTADT

**Mitten in der Darmstädter City verbinden sich im Carree Einkaufen, Gastronomie und Kultur. Doch nur wenige kennen diesen Ort im zweiten Obergeschoss: Eine außergewöhnliche Gewerbefläche im Industrie-Chic sucht einen neuen Nutzer.**

»Es soll eine Stadt in der Stadt sein« – das ist die Idee, die hinter dem Carree mitten in der Darmstädter Innenstadt steckt. Das Carree ist mehr als nur ein Einkaufszentrum. Als »Erlebnisquartier« mit mehr als 40 Shops und Dienstleistern findet man hier vielfältige Möglichkeiten an einem Ort. »Alle Lebensbereiche sollen hier abgebildet werden – vom Restaurantbesuch über Einkaufsmöglichkeiten und Fitness bis hin zu Kulturangeboten und Dienstleistungen«, beschreibt Carree Quartiers-Manager Friedbert Kulesa (Foto), der das Carree seit zehn Jahren begleitet, das Konzept.

## Einzelhandel, Gastronomie und Kultur

Dabei versteht sich das Carree nicht nur als Versorgungsstandort, sondern auch als Ort der Begegnung. »Das Carree ist auch ein Ort zum Verweilen, um dem Trubel der Stadt zu entkommen.« Gastronomisch bietet es eine breite Auswahl – vom Kaffeehaus über italienische und asiatische Küche bis hin zu

Snacks und Burgern. Ergänzt wird das Angebot durch verschiedene Dienstleister wie Banken, ein Reisebüro, eine Post-Filiale sowie Schulungsunternehmen. Neue Sitzgelegenheiten vor der Centralstation laden zum Verweilen ein und werden von Besucher:innen sehr gut angenommen.

Ein wichtiger Bestandteil des Areals ist die benachbarte Centralstation, die das kulturelle Leben in der Innenstadt prägt. Im Sommer locken auf der Piazza – dem zentralen Platz des Carrees – Veranstaltungen wie die »Merck Sommerperlen«. Das Carree selbst veranstaltet an jedem zweiten Donnerstag noch bis August den beliebten »Weinsalon Rheinhessen« sowie von Juli bis September eine neue Jazz-Reihe mit Darmstädter Musiker:innen.

Das Quartier entstand in den 1990er Jahren auf dem Gelände des ehemaligen HEAG-Elektrizitätswerks. Teile der historischen Industriearchitektur wurden erhalten und prägen bis heute das Erscheinungsbild des Areals. Im Zuge einer zweijährigen Sanierung wurden die ehemaligen HEAG-Hallen in das neue Quartier integriert. Zur Eröffnung 1995 sprach die Presse von »Darmstadts neuer Innenstadt – das neue Herz Darmstadts«. Bis heute zeichnet sich das Carree durch eine urbane Mischung von Läden, Büros, Kul-

tur, Gastronomie und Handel aus. 1997 war es eines der größten Bauprojekte in Darmstadt mit einer Investition. Obwohl das Konzept einer Markthalle mit Verkaufs- und Imbissständen damals als innovativ galt, fand es leider nicht die erhoffte Resonanz.

## »Wir möchten Darmstadt diesen Platz zeigen«

Was viele Besucher:innen des Carrees nicht kennen: Im zweiten Obergeschoss verbirgt sich eine außergewöhnliche Gewerbefläche über dem Restaurant »La Piazza«. Vom Balkon aus kann man auf das Dach des Fashion-Stores »Mango« schauen. Die rund 750 Quadratmeter große Einheit verteilt sich über zwei Ebenen und verbindet großzügige Open-Space-Bereiche mit Industrie-Charme.

Die Fläche war ursprünglich an die damalige Darmstädter Stadtmarketinggesellschaft ProRegio vermietet. Auf der oberen Ebene befand sich eine Roof-Bar. »Es sind innovative, coole Räume in einer sehr guten, zentralen Lage. Sie sind auch für Feiern und Ausstellungen gut geeignet. Besonders schön ist das Licht beim Sonnenuntergang. Wer repräsentative Räume sucht, ist hier gut aufgehoben«, sagt Anja Herdel, Geschäftsführerin bei Wissenschaftsstadt Darmstadt Marketing GmbH.



Zuletzt wurden die Räume als Office-Lösung für den E-Commerce-Bereich eines Handelsunternehmens genutzt. Nun bietet sich die Chance für eine neue Nutzung.

Hohe Decken, sichtbare Stahlkonstruktionen, viel Glas und offene Raumstrukturen verleihen den Räumen einen besonderen Charme. Ergänzt werden die Flächen durch mehrere Büros und Besprechungsräume, Duschen sowie einen kleinen Balkon. Architektur- und Designbüros, Innenarchitekten, Kreativ- und Marketingagenturen, IT-Unternehmen, Immobilienbüros, Versicherungen, individuelle Office-Lösungen oder Möbel- und Produktausstellungen könnten hier ihr neues

Zuhause finden. Die Immobilie bietet außerdem sehr gute Möglichkeiten für Veranstaltungen und für Ausstellungen. Denkbar sind auch Event- oder Gastronomiekonzepte.

Ein weiterer Vorteil neben den vielfältigen gastronomischen Möglichkeiten in der Mittagspause oder nach Feierabend ist die gute Erreichbarkeit: Die öffentlichen Tiefgaragen sind direkt über zwei Aufzüge angebunden. Wer mit Bus und Bahn anreist, kann das Quartier bequem mit dem öffentlichen Nahverkehr erreichen.

»Die repräsentative Fläche wartet nun auf einen Nutzer, der die besondere Architektur und das Potenzial dieses Ortes für sich ent-

deckt«, sagt Kulessa. Der Eigentümer ist offen für neue Ideen und kreative Nutzungskonzepte. Mit der Gestaltung der Fläche lässt sich nicht nur das Carree, sondern auch der Kern Darmstadts mitprägen. Wer eine Fläche sucht, die mehr als ein Büro ist, sollte sich jetzt melden. Denn dieser Hidden Place hat das Potenzial, zum neuen In-Place in Darmstadts City zu werden.

Carree Darmstadt Quartiersmanagement

Tel.: 0 61 51 / 177 330

E-Mail: [info@carree-darmstadt.de](mailto:info@carree-darmstadt.de)

■ [www.carree-darmstadt.de](http://www.carree-darmstadt.de)

■ [instagram: @carreedarmstadt](https://www.instagram.com/carreedarmstadt)



PERSISCH ORIENTALISCHES  
RESTAURANT

**GARTENLOKAL**  
**IDYLLISCHE AUSZEIT**

VIKTORIAPLATZ 12, DARMSTADT  
TEL. DA 1016310 | [WWW.DJADOO.DE](http://WWW.DJADOO.DE)



## »Ein Darmstädter, der nicht lockerlässt«

**Seit Jahrzehnten kämpft der Wahl-Heiner Wolfgang Seeliger für seine musikalischen Projekte. Doch ganz ohne Gegenwind geht's in Darmstadt nicht.**

TEXT & FOTO VON NADINE BOHLAND

■ **Wieso nicht ausnahmsweise mal eine komplette Bühne auf den Steg des Woogs einfliegen lassen, Elton John für ein Konzert ins Stadion holen oder gleich eine eigene Konzertreihe ins Leben rufen? Für das kulturelle Angebot in Darmstadt gibt der Dirigent Wolfgang Seeliger alles. Dabei eckt der heute 80-Jährige immer wieder an.**

Eine gute Work-Life-Balance hatte Wolfgang Seeliger rückblickend wohl nie. Für die Musik hat der Darmstädter Dirigent und Chorleiter immer alles gegeben: »Ich habe eine Kondition wie ein Ross. Ich bin sehr dankbar«, sagt Seeliger, der oft betont, wie viel Glück er im Leben gehabt habe. Täglich arbeite er bis zu 20 Stunden, sieben Tage die Woche. Mit wenig Schlaf auszukommen, sei für ihn ein »Geschenk Gottes«. Regenerieren könne sich der 80-Jährige, der ursprünglich nie nach Darmstadt kommen wollte, schnell. Diese Begabung stecke hinter seinem Tatendrang.

Während Seeliger spricht, trommelt er immer wieder mit den Fingern auf den hölzernen Tisch seines imposanten Büros im Martinsviertel oder lässt die Aktenklammer seines Ordners klickend durch die Hände gleiten. Ein stiller Mensch ist der Dirigent nicht, temperamentvoll dagegen umso mehr.

Der Wahl-Heiner, der seine Karriere in Salzburg begann und mit Karajan und Bernstein zusammenarbeiten durfte, beschreibt sich als enthusiastisch. Zielgerichtet und empathisch sei er - ein Mensch, der andere begeistern und führen könne. Als Dirigent müsse man Widerstände überwinden können. Ihm gelinge das durch Begeisterung. »Du musst mit deinem Können überzeugen, damit die anderen tun, was du möchtest«, verrät Seeliger eine seiner Strategien. Dafür müsse man aber auch von sich selbst überzeugt sein.

Dass nicht jeder so tickt wie er, sei ihm bewusst. In all den Jahren seines kulturellen Engagements habe er in Darmstadt viele ehrenamtliche Menschen »verschlissen«. Die

finanziellen Gegebenheiten hätten ihn dazu gezwungen. Geld für seine Projekte sei stets knapp gewesen. Nur durch ehrenamtliche Helfer konnten sie gestemmt werden. Dass manche unter diesen Bedingungen hingschmissen hätten, sei kein Wunder. Für seine Projekte habe er immer gekämpft und die Politik mit seinen verrückten Ideen regelrecht gestört: »In Salzburg war vieles selbstverständlich, in Darmstadt bin ich als Ideenlieferer für einige unbequem«, erklärt Seeliger.

Darin liege ein wesentlicher Unterschied zwischen seinem ersten Leben als Maestro in vielen Ländern Europas und seinem zweiten in Darmstadt. 1975 kam Seeliger als Zweiter Kapellmeister ans Hessische Staatstheater. Darmstadt ließ ihn seitdem nicht mehr los. Kritik an der dortigen Kulturarbeit übt er offen.

Mehrere Oberbürgermeister habe er kommen und gehen sehen, zufrieden gewesen sei er aber nur mit wenigen. Einer davon sei Heinz Winfried Sabais, der zuvor Kulturdezernent war. In dessen Amtszeit gründete Seeliger 1977 den Darmstädter Konzertchor, den er bis heute leitet. Dass sich Jochen Partsch weniger für die Musik interessiert habe, bedauere Seeliger. Verübeln könne er es ihm aber nicht, denn als Sozialdezernent habe er einen anderen Schwerpunkt gehabt. Kulturmanagement sei ein Vollzeitjob. Kein Politiker könne alle Fachbereiche abdecken. Persönlich angreifen, wolle er niemanden.

Von Darmstadt wünscht er sich ein besseres Miteinander - eine Kultur, die nicht nur verwaltet, sondern gestaltet wird: »Gestalten bedeutet viel Zeit«, ist sich Seeliger bewusst. Und es kostet Geld. Gerade das sei in Darmstadt ein Problem: »In Darmstadt wird die Selbstausschöpfung gelebt«. Eigentlich müsste er für Konzerteintritte höhere Preise verlangen. Darauf verzichte er jedoch.

Die Auswirkungen fehlender Mittel zeigen sich auch bei den »Darmstädter Residenzfestspielen«. Vor 25 Jahren gründete Seeliger sie. Während die Konzerte in den ersten zehn Jahren noch mehrere Wochen dauerten, ginge das finanziell heute nicht mehr.

Seeliger hat mit der Gründung der Residenzfestspiele viele verborgene Orte zu Konzertsflächen gemacht. Auch in diesem Jahr sind Konzerte an unterschiedlichen Orten der Stadt vom 31. Juli bis zum 9. August geplant. Das Motto lautet: »In eine bessere Welt«. Wie es interpretiert wird, hänge von den Künstlern ab. Darmstädter Orte haben er und sein Team viele entdeckt - darum gehe es: historische Plätze und Räume für die Darmstädter neu zu entdecken und mit Musik zu beleben.

Residenzfestspiele: 31. Juli bis 9. August

Verschiedene Orte in Darmstadt

■ [www.residenzfestspiele.de](http://www.residenzfestspiele.de)



## Vorhang auf in Bensheim

**Das Parktheater startet den Verkauf für die neue Spielzeit 26/27**

Die Stadtkultur Bensheim bringt hochkarätige Kultur an die Bergstraße. Ob klassisches Schauspiel im »Großen Haus« oder intime Momente bei »Nah dran« – das Programm glänzt mit Vielfalt. Ein Highlight: Am 10. Mai 2027 setzt die bissige Komödie »Kalter weißer Mann« (Foto) den fulminanten Schlusspunkt der Saison. Wer sich die besten Plätze für dieses und weitere Stücke sichern will, sollte schnell sein: Abonnements sind ab sofort über das Kulturbüro buchbar. Besonders wichtig für alle Einzelgänger: Der freie Vorverkauf für die Einzeltickets startet am 1. Juli. Schnell sein lohnt sich, um die Highlights nicht zu verpassen! Kulturfans stellen jetzt die Weichen für die neue Saison. FM

Ab 24. September, Parktheater Bensheim. Tickets & Abos:

■ [www.stadtkultur-bensheim.de](http://www.stadtkultur-bensheim.de)



## KUSS: Ein Sommer voller Kultur

**Vielfältige Festivals, Musik und Open-Air-Erlebnisse im Juli**

Mitten im Kultursommer Südhessen (KUSS) zeigt sich der Juli von seiner buntesten Seite. Ob klassischer Orgelsommer in Darmstadt, jazzige Klänge im Heinertreff oder Rock und Pop bei den Langener Sommerspielen – für jeden Geschmack ist etwas dabei. Zum hessischen Ferienstart locken zudem großartige Festivals: Die Heppheimer »Gassensensationen« verwandeln die Altstadt in eine Freiluftbühne, während das Nonstock-Festival, das Traffic Jam Open Air oder die Darmstädter Residenzfestspiele für beste Stimmung sorgen. Auch Familien und der Nachwuchs kommen bei tollen Mitmachformaten voll auf ihre Kosten. Genießen Sie Kultur pur unter freiem Himmel! FM

Verschiedene Veranstaltungsorte in Südhessen und Darmstadt

■ [www.kultursommer-suedhessen.de](http://www.kultursommer-suedhessen.de)

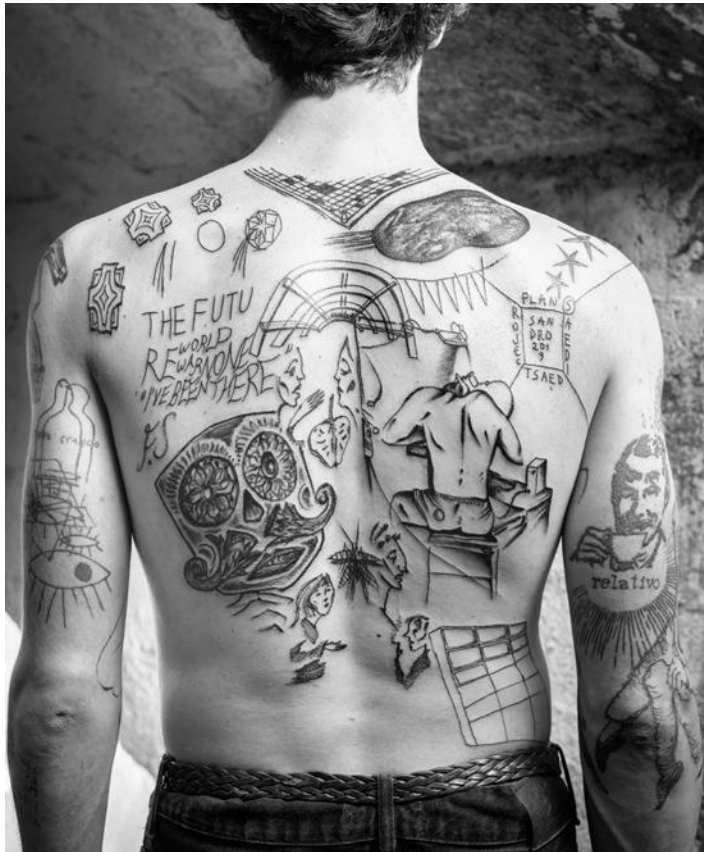
Wenn eine  
Katastrophe  
passiert  
**ADRA IST DA**

Ob Wirbelstürme, Überschwemmungen, Dürren oder Erdbeben – **ADRA hilft weltweit Menschen in Not.** Familien erhalten Notunterkünfte, Nahrung sowie medizinische und psychosoziale Hilfe. Wir stellen die Lebensgrundlagen wieder her und bauen Gebäude und Infrastruktur wieder auf.

**Deine Spende hilft uns,** schnell und effizient für Menschen in Krisen da zu sein.

Werde jetzt zum  
**Lebensretter**

[adra.de/spenden](http://adra.de/spenden)



Alessandro Varvaro, Opelvillen Rüsselsheim

## Unter die Haut

### Tattoo-Kunst in den Opelvillen Rüsselsheim

Tattoos sind allgegenwärtig – in unserem Alltag ebenso wie in Medien, Werbung, Literatur und Gegenwartskunst. Anlässlich der World Design Capital Frankfurt RheinMain 2026 widmen sich die Opelvillen Rüsselsheim dem Phänomen der Tätowierung. Die Ausstellung »Unter die Haut. Tattoos im Blick« präsentiert erstmals Kunstschaaffende, die ihre Praxis um das Medium Tattoo erweitern. Die von Dr. Beate Kemfert entwickelte Schau hat ihren Ausgangspunkt im Nachlass des Tätowierers und Fotografen Herbert Hoffmann. Mit rund 120 Werken – von Gemälden und Fotografien bis hin zu Videos und Skulpturen – von 13 tätowierenden Künstler:innen aus sieben Ländern bildet die Schau ein vielfältiges stilistisches und inhaltliches Spektrum ab. MN

Bis 13. September, Opelvillen Rüsselsheim, Ludwig-Dörfler-Allee 9, 64528 Rüsselsheim

www.opelvillen.de

## Stadtteil-Historiker: Abschlussveranstaltung

### Forschungsergebnisse der 3. Staffel

Die 3. Staffel der Stadtteil-Historiker geht zu Ende. Während des 18-monatigen Programms erforschen Geschichtsinteressierte ehrenamtlich die Stadt- und Stadtteilgeschichte. Die aktuelle Staffel findet in Kooperation mit der Stiftung Polytechnische Gesellschaft Frankfurt am Main, der Bürgerstiftung Darmstadt, der Kurt und Lilo Werner Stiftung RC Darmstadt sowie der Wissenschaftsstadt Darmstadt statt. Die Themen entstammen dem Lebensumfeld der Stipendiatinnen und Stipendiaten und werden von ihnen selbst ausgewählt. Dabei können,

je nach Interesse, die Geschichte von Personen, Familien, Unternehmen oder Ereignissen oder auch die Stadtentwicklung und Kunstgeschichte Darmstadts erforscht werden. Nach Ende der nun eineinhalbjährigen Projektlaufzeit werden die Ergebnisse der Öffentlichkeit vorgestellt werden: Ob in Form einer Ausstellung, eines Films, eines Buches oder einer Website, hat jeder Stadtteil-Historiker selbst entschieden. Bei der Abschlussveranstaltung werden die Projektergebnisse präsentiert und die Möglichkeit gegeben, in die Themen einzutauchen. FM

Sonntag, 30.8., 11 Uhr, Eintritt kostenlos

Ernst-Ludwig-Saal, Schwanenstr. 42, 64297 Darmstadt

Um Anmeldung per Mail wird gebeten unter:

kontakt@dotter-stiftung.de

**FRIZZ** empfiehlt!

## Buch des Monats Juli 2026

**Walle Sayer: »Etwas wie ein Koffer, aus dem ein Hemdzipfel schaut«  
Gedichtband**



**Begründung der Jury:** Dies ist nicht nur ein Buch zum Lesen und dann wieder Weglegen. Sondern: zum Mitnehmen. Denn es nimmt einen mit. Man darf es deshalb nicht aus der Hand lassen. Und mit ihm durch Stunden, T und Wochen gehen. Denn hat man es bei sich, sieht man die Welt um einen herum nicht nur anders. Man durchlebt sie dann auch anders. Mit den Gedichten Walle Sayers, eines höchstmöglichen schwäbischen Poeten, durchschreitet man allemal »den Bühneneingang zur Wirklichkeit«. Lyrik, moderne (oder auch nur modern tuende) gar, ist ja oft wahnsinnig anstrengend, zwingt einen in die Knie vor den idiosynkratischen Bemühungsgymnastik-Übungen der Assoziationshandwerker, die den gern klein geschriebenen Wortvordergrund in ein noch gern verrätseltes Unverständlichkeitshintergrundrauschen hineinreißen. Walle Sayer geht groß und recht geschrieben den radikal umgekehrten Weg: Er schenkt uns gleich generös und witzig den Wortweltnengrund her. Das Wunder der Verständlichkeit, die im Wort- und Vers-Inneren ein Fenster aufreißt, durch das die frische Luft von Fremdheit strömt, die das scheinbar Vertraute mit einem Anderslebenshauch umgibt. Den Nadelstich in der Schlehe, bevor sie zu Schnaps wird. Die »Brandungsmusik in einem gähnenden Kinosaal«, der Zielstrebige, der »auf den Mattglanz eines Stolpersteins« tritt, als »die Toten unsterblich verliebt waren ineinander« zu der Zeit des »faltigen Bilds, auf dem ich für immer schon sechs bin, also genauso alt wie Großvater daneben restliche Zahnstummel im Mund hat«. Darüber auf einem Küchenbord ein Weckglas mit dem »Kleckerleserausgeld« (lernt Schwäbisch, Leutel, es ist Höchstkultursprache!) angesammelter Kupfermünzen. Kleine Dinge, große Anklänge: an vergessenes Leben, Zaubersprüche, die den Alltag (d. h. wirklich: alle Tage) in Schwingungen versetzen, damit er in tolldreist zierlichsten Rissen auf- und zerbreche und ganze Dramen freigebe: »An der Haltestelle das Nachbarskind, / auf den Boden starrend wie in eine Ferne, / und stieg als allerletztes / in den Schulbus ein.« Sucht erst mal so was! Walle Sayer hat's gefunden. GERHARD STADELMAIER (JURY BUCH DES MONATS)

Kröner Verlag: Stuttgart 2026. 140 S., Festeinband mit Schutzumschlag und Lesebändchen  
ISBN: 978-3-520-75505-6; 22,- €



Ulrich Mathias



# Vom Scheitern und Handeln

**Mit Virtual Reality zu mehr Nachhaltigkeit:  
Wie die Ziele der Vereinten Nationen  
erreicht werden könnten**

Was passiert, wenn die Anstrengungen der Menschen nicht ausreichen, um die 17 Nachhaltigkeitsziele der Vereinten Nationen (SDGs) zu erreichen? Und welche Chancen entstehen, wenn all die Bemühungen am Ende wirklich zum Erfolg führen? Die Auswirkungen beider Zukunftsszenarien können im Juli mit der Wanderausstellung »360 Global Goals«, die am Darmstädter Friedensplatz sowie an der Hochschule Darmstadt Station macht, selbst erlebt werden.

Mit Rundumprojektionen und interaktiven Workshops regt die mobile Ausstellung dazu an, globale Herausforderungen neu zu denken und selbst aktiv zu werden. Wie sich Scheitern im Kontext der Nachhaltigkeitsvisionen anfühlt, können Besucher in der begehbaren 360°-Projektion erfahren.

Drei unterschiedlich gestaltete Räume vermitteln Einblicke in die Prinzipien der SDGs und verdeutlichen, wie innovative Technologien und kreative Lösungen zu einer nachhaltigeren Welt beitragen können.

Der Zustand des Versagens und die damit verbundenen, negativen Konsequenzen für die Welt veranschaulicht der erste Raum des wandernden Ausstellungsbauwerks. Eine räumliche Projektion macht das Erleben am eigenen Körper erst möglich. Als Kontrast zum vorherigen Gefühl des Scheiterns dient der zweite Raum: Hier werden die Chancen sichtbar, die sich durch erfolgreiche Nachhaltigkeitsbemühungen ergeben. Der dritte und letzte Raum lädt schließlich mit praktischen Anleitungen und interaktiven Workshops dazu ein, selbst zu handeln und dabei konkrete Schritte zur Erreichung der Nachhaltigkeitsziele zu entwickeln.

NB

Do., 3.7. – So. 20.7., Friedensplatz Darmstadt

■ [www.wdc2026.org/en/frames/360-global-goals](http://www.wdc2026.org/en/frames/360-global-goals)



Ihre besonderen Momente im Lahore Palace  
Ihr Curry- & Tandoori Restaurant in Darmstadt



ÖFFNUNGSZEITEN  
Mo-So: 11.30-14.30h & 17.30-23.00h

Eschollbrücker Str. 5 | 64285 Darmstadt | Tel. 06151 33229 | [www.lahore-palace.de](http://www.lahore-palace.de)

Mittagstisch: Mo-Fr: 11.30-14.30h



# »Für uns beginnt gerade eine neue Phase«

OK Kid live zu Gast beim »Trebur Open Air«

VON BENJAMIN METZ | FOTO: KRISTINA WOLF

**■ Vor zwanzig Jahren gründeten sich »OK Kid« als »Jona:S« in Gießen, heute zählen sie zu den prägenden deutschsprachigen Indie-Bands ihrer Generation. Im Gespräch mit FRIZZmag spricht Schlagzeuger/Gitarist Raffael »Raffi« Kühle über die DIY-Anfänge in Mittelhessen, das eigene Festival »Stadt ohne Meer«, das neue Album »Komm, wir bleiben stehen« – und darüber, warum sich die Band aktuell trotz zweier Jahrzehnte Bandgeschichte wieder ein Stück weit wie am Anfang fühlt.**

**FRIZZmag: Ihr habt euch 2006 in Gießen gegründet, damals noch unter dem Namen »Jona:S«. Viele erfolgreiche deutsche Bands kommen nicht aus Berlin, Hamburg oder Köln, sondern aus eher provinziellen Regionen. War Gießen für euch eher Sprungbrett oder Hindernis?**

Raffi: Eigentlich beides. In Gießen war es so: Wenn man selber nichts auf die Beine gestellt hat, dann gab es auch nichts. Es gab ein Jugend-

zentrum, ein paar Auftrittsmöglichkeiten – und das war's. Gleichzeitig hat uns genau das geholfen. Wir mussten Konzerte selbst organisieren, Strukturen aufbauen und uns vieles selbst beibringen. Dieses Learning by Doing hat uns bis heute geprägt. Für die Langlebigkeit eines Projekts ist es enorm wertvoll, wenn man jeden Schritt von Anfang an selbst gegangen ist.

**Mit der Umbenennung in »OK Kid«, dem Umzug nach Köln und dem Debütalbum begann dann der eigentliche Karriereschub. Wie erinnerst du dich an diese Zeit?**

Das war totale Aufbruchsstimmung. Wir haben damals beschlossen, alles auf eine Karte zu setzen und gemeinsam nach Köln zu ziehen. Aus fünf Bandmitgliedern wurden drei, und plötzlich drehte sich alles nur noch um die Musik. Wir haben unglaublich viel gespielt, Festivals gemacht, Touren gefahren und praktisch rund um die Uhr für die Band gearbeitet. Rückblickend war das körperlich völlig verrückt, aber auch eine wahnsinnig spannende Zeit. Für das erste Album hat man

sein ganzes bisheriges Leben Zeit – und genau dieses Gefühl steckt darin.

**2018 habt ihr mit »Stadt ohne Meer« euer eigenes Festival gegründet. Wie kam es dazu?**

Wir wollten unbedingt wieder in Gießen spielen, hatten aber das Problem, dass es dort für unsere Größenordnung keine passende Location gab. Also entstand die Idee, einfach selbst eine Bühne hinzustellen. Daraus wurde schnell die Überlegung, weitere Bands einzuladen und ein eigenes Festival daraus zu machen. Uns hat in Gießen immer ein gut kuratiertes Festival gefehlt – ein Ort, an dem man bekannte und unbekannte Acts entdecken kann und an dem die Atmosphäre wichtiger ist als Sponsorenbanner. Genau diese Lücke wollten wir schließen.

**Was hat euch die Rolle als Festivalveranstalter über das Musikgeschäft beigebracht?**

Vor allem, wie komplex Veranstaltungen eigentlich sind. Als Band sieht man oft nur

den Auftritt. Wenn man selbst organisiert, merkt man plötzlich, wie viele kleine Zahnräder ineinandergreifen müssen – von Hotels über Infrastruktur bis hin zu Genehmigungen. Das hat unseren Blick auf Veranstalter definitiv verändert. Gleichzeitig haben wir irgendwann gemerkt, dass unsere Zeit begrenzt ist. Musik kann niemand für uns machen, einen Toilettenwagen buchen dagegen schon. Deshalb haben wir uns aus der operativen Organisation zurückgezogen.

**Ende Mai habt ihr beim diesjährigen »Stadt ohne Meer«-Festival gleichzeitig die Release-Show für »Komm, wir bleiben stehen« gefeiert. Was steckt hinter dem Album?**

Das Album ist entstanden, weil wir uns bewusst aus diesem ständigen Zyklus aus Schreiben, Veröffentlichen und Touren herausgenommen haben. Zum ersten Mal seit langer Zeit haben wir Musik gemacht, ohne Zeitdruck und ohne konkreten Plan. Wir wollten herausfinden, wer wir heute als Band sind, was wir überhaupt noch erzählen wollen und welche Rolle Musik für uns spielt. Das Ergebnis fühlt sich für uns so identisch an wie lange kein Album zuvor. Es ist genau die Platte, die wir in diesem Moment machen wollten.

**Viele eurer Songs beschäftigen sich mit Heimat, Identität und gesellschaftlichen Veränderungen. Wenn du heute auf Deutschland blickst – siehst du ein anderes Land als zu euren Anfangstagen Mitte der 2000er?**

Absolut. Als wir angefangen haben, gab es noch keine »AfD«. Natürlich gab es bestimmte Strömungen schon damals, aber nicht in dieser Form und nicht mit dieser gesellschaftlichen Präsenz. Diese Entwicklungen beschäftigen uns sehr. Auf den frühen Alben ging es oft stärker um den Blick nach innen, um persönliche Themen. Heute spielen gesellschaftliche und politische Fragen eine viel größere Rolle. Wir leben in einer Welt, die sich teilweise fast dystopisch anfühlt. Das kann man aus Musik kaum noch ausklammern.

**Ende August seid ihr beim »Trebür Open Air« zu Gast. Was erwartet die Besucherinnen und Besucher?**

Für uns beginnt gerade eine neue Phase. Wir haben unsere Live-Besetzung umgebaut und vieles neu gedacht. Dadurch fühlt sich vieles wieder ein bisschen wie am Anfang an. Die Shows haben eine neue Dynamik, wir können mit ganz anderen Möglichkeiten arbeiten und haben selbst wieder dieses Gefühl, etwas neu zu entdecken. Darauf freuen wir uns gerade enorm.

**Das »Trebür Open Air« begleitet die Region seit über drei Jahrzehnten. Gleichzeitig kämpfen viele kleinere und mittlere Festivals mit steigenden Kosten und schwierigen Rahmenbedingungen. Wie blickst du auf diese Entwicklung?**

Der Druck wird definitiv größer. Viele Festivals versuchen mit viel Leidenschaft etwas Besonderes auf die Beine zu stellen und stehen dabei immer stärker unter wirtschaftlichem Druck. Gleichzeitig steigen Gagen und Produktionskosten. Das macht es gerade für unabhängige Festivals schwer. Umso wichtiger sind Veranstaltungen mit einer klaren Identität und einem Publikum, das Vertrauen in die Arbeit der Veranstalter hat.

**Worauf dürfen sich »OK Kid«-Fans in den kommenden Monaten freuen?**

Auf jeden Fall darauf, dass es weitergeht. »Komm, wir bleiben stehen« war kein Album nach dem Motto: Jetzt machen wir erst mal lange Pause. Im Gegenteil. Die Resonanz war unglaublich positiv und wir haben gerade große Lust, diesen Schwung mitzunehmen. Wir haben als Band eine sehr gute Zeit – und das wird sich sicher auch in neuer Musik bemerkbar machen.

**Vielen Dank für das Gespräch.**

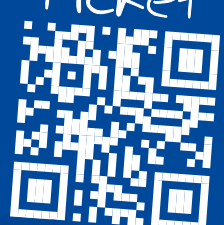
OK Kid live, Samstag, 25. Juli, Trebur Open Air

**FRIZZ** verlost 3 x 2 Tickets für das »Trebür Open Air«. Siehe Seite 38. ES: I9.7.

■ [www.okkidmusik.de](http://www.okkidmusik.de)



Get your ticket



@HEINER-WIESN.DE

23. Oktober bis 7. November Darmstadt

FRIZZ MAG.DE

Hit Radio FFH



BIKE2FUTURE.DE  
DIE GEBRAUCHTRADEEXPERTEN

DEIN TRAUMRAD FÜR DIE NÄCHSTE AUSFAHRT - BIS ZU -70% VOM UVP

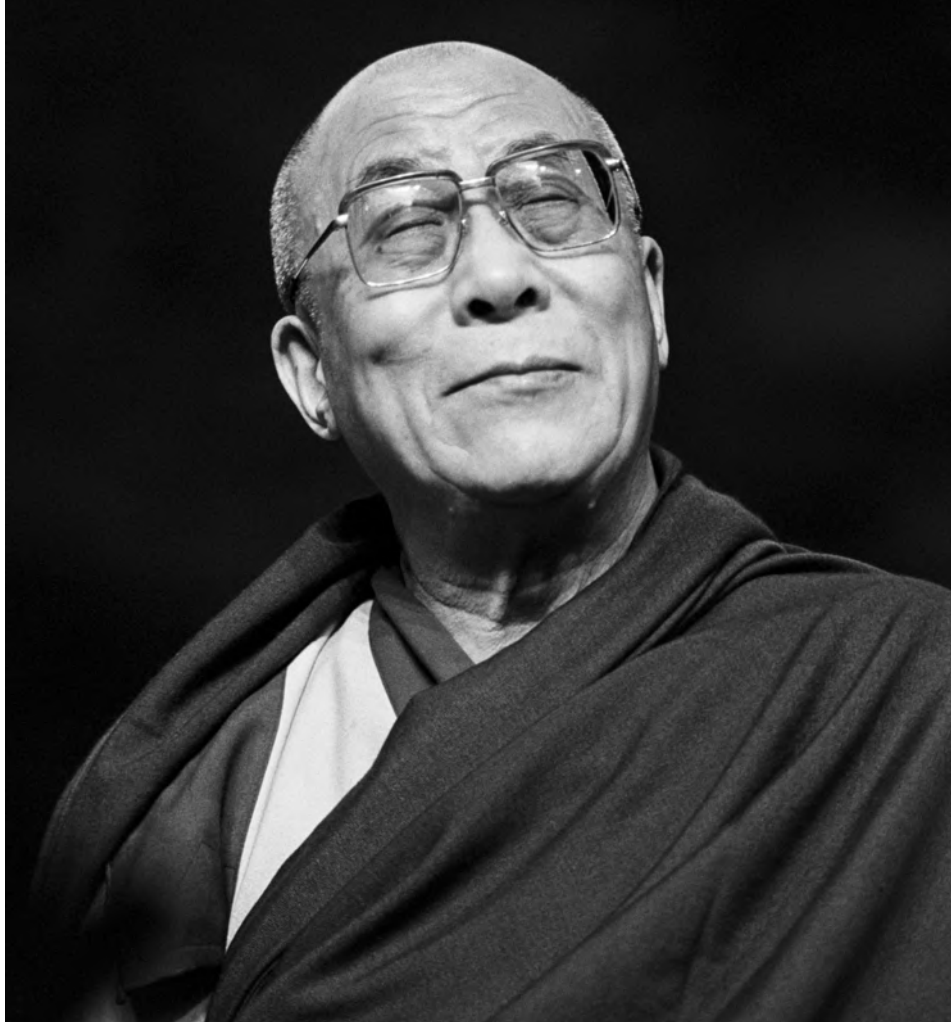
CANYON, cannondale, RIESE & MÜLLER, SPECIALIZED, KTM, ROSE, TREK, SCOTT, ORBEA, CUBE

+400 WEITERE MARKEN

JEDE WOCHE MEHR ALS 100 NEUE RÄDER

BIKE2FUTURE.DE DIE GEBRAUCHTRADEEXPERTEN Friedrich-Schaefer-Str. 2 64331 Weiterstadt Geöffnet: Di - Sa von 10:00 - 18:30 Uhr E-Mail: [info@bike2future.de](mailto:info@bike2future.de)

[www.bike2future.de](http://www.bike2future.de)



**FRIZZ** TICKETS präsentiert!

# 90 Jahre Dalai Lama

**Manuel Bauers fotografisches Porträt des Friedensnobelpreisträgers**

VON MARTINA NOLTEMEIER | FOTOS: MANUEL BAUER, FOTOSTIFTUNG SCHWEIZ

■ **Das Weitsicht-Festival 2026 wird am 30. Oktober von Manuel Bauer eröffnet. Der persönliche »Leibfotograf« des Dalai Lama zeichnet ein außergewöhnlich intimes Porträt und gibt Einblicke in die Geschichte Tibets und das Leben im Exil.**

Kein anderer Fotograf hat den Dalai Lama über so viele Jahre hinweg so intensiv begleitet wie Manuel Bauer. In seinem Vortrag »90 Jahre Dalai Lama – 35 Jahre Fotografie« nimmt er das Publikum mit auf eine sehr persönliche Reise durch die Lebensgeschichte des 14. Dalai Lama – mit einzigartigen Bildern, bewegenden Anekdoten und fundiertem Wissen.

Als junger Mann lernte der Schweizer Fotograf den Dalai Lama über einen älteren Journalisten bei einer Dokumentation der tibetischen Exilgemeinde in Indien kennen. Aus dieser ersten und den vielen weiteren Begegnungen entwickelte sich eine jahrzehntelange Verbindung und Bauer begleitete den Dalai Lama auf Dutzenden Reisen rund um die Welt.

»Meine Motivation war immer politisch – die Ungerechtigkeit durch die Besetzung Tibets und dass Tibet nicht in Vergessenheit gerät«, sagt Bauer. Nach zehn Jahren fragte er den Dalai Lama, ob er ihn noch intensiver dokumentieren dürfe: als Menschen im Alltag, nicht nur als spirituelles Oberhaupt. »Es ist ein riesiges Privileg, solch einen hoch entwickelten Menschen mit seinem Denken, Handeln und seiner Motivation so nahe und so lange beobachten zu können. Inzwischen kenne ich jede seiner Gesten.«

Der Dalai Lama gewährte ihm Einblicke wie kaum einem anderen Fotografen. Besonders beeindruckt Bauer seine Authentizität: »Er ist ganz er selbst – und das in jeder Situation. Das basiert auf einem Training, das er seit seiner Jugend praktiziert. Immer wieder reflektiert er, ob sein Handeln von Mitgefühl bestimmt wird.« Gleichzeitig verfügt der Dalai Lama über einen besonderen, ganz natürlichen Humor.

Im Vortrag berichtet der international ausgezeichnete Fotograf auch von der Besetzung Tibets durch die Volksrepublik China und die Flucht des Dalai Lama nach Indien. Das Pu-

blikum ist dabei, wenn der Dalai Lama in der Mongolei Zehntausende in den Buddhismus einführt, Tempel in Japan besucht oder im Central Park in New York über Nächstenliebe spricht.

»Das Ziel der Reportage war, ein visuelles Archiv als Wissensschatz für künftige Generationen zu schaffen. Auch glaube ich, dass Ikonen – Vorbilder – wie der Dalai Lama uns Kraft spenden können«. Das eigentliche Herz des Vortrages sind die Botschaften des Dalai Lama: Er zeigt uns den Weg zum inneren Frieden und wie dieser zum Frieden in der Welt führt.

Das sagt der Dalai Lama über Manuel Bauer: »Ich bewundere nicht nur seinen Beruf, das Fotografieren, ich bewundere ihn auch als Menschen. Er ist ein sehr netter Mann, aufrichtig und bescheiden. Ich denke, er hat eine ganz reine Geisteshaltung. Er ist für mich ein echter Freund.«

Freitag, 30. Oktober, 19.30 Uhr, darmstadttium, Darmstadt

Tickets: u.a. bei FRIZZ-Tickets, Rheinstr. 30, Darmstadt

Weitere Infos:

■ [www.manuelbauer.ch](http://www.manuelbauer.ch)

■ [www.weitsicht-darmstadt.de](http://www.weitsicht-darmstadt.de)



# Endlich wieder draußen genießen

**Sommer im Odenwald!**

VON ANGELA SCHMIDT | FOTO: JACKFROG – STOCK.ADOBE.COM

■ **Sommer, Sonne, Ausflugswetter. Jetzt heißt es: Raus aus dem Alltag, rein ins Sommervergnügen – mit einer Wanderung durch sanfte Hügel, einer Radtour durch Wälder und Wiesen oder einfach einem entspannten Bummel durch charmante Fachwerkkorte. Und das Beste? Die Gastgeber:innen der Kooperation Odenwald-Gasthaus freuen sich darauf ihre Gäste, auf den hauseigenen Terrassen und Biergärten, kulinarisch zu verwöhnen.**

Ob mitten im Grünen, mit Panoramablick oder ganz urig im Innenhof – hier findet jeder sein Lieblingsplätzchen. Dabei ist die Odenwälder Gastfreundschaft genauso echt wie die Zutaten in den Küchen: regio-

nal, frisch und mit Liebe gemacht. Von herzhaften Klassikern über saisonale Sommergerichte bis zu hausgemachten Kuchen ist alles dabei, was das Genießerherz höherschlagen lässt. Odenwald-Gasthäuser sind echte Originale – familiengeführt, mit Geschichte, Herz und Charakter.

Im Gasthaus Zum Löwen in Langenbrombach kann man an heißen Sommertagen im schattigen Dreiseitenhof ein kühles Bier aus der Region oder eine Apfelweinschorle von heimischen Streuobstwiesen genießen. Der urige Biergarten macht Lust aufs »Einfach-Sitzenbleiben«.

Direkt gegenüber der Michaelskirche im alten Ortskern von Reichelsheim liegt der Biergarten von Treuschs Johannsstube. Ken-

ner lassen sich hier mit sortenreinen Apfelweinen und anderen hausgemachten Genüssen verwöhnen. Rund ums Haus kann man sogar einigen Küchenzutaten beim Wachsen zuschauen.

In den warmen Monaten des Jahres hat auch der große und wunderbar grüne Biergarten im Gasthaus Zur Krone in Zell geöffnet. Hier kann man Tiere wie Ziegen und Kaninchen kennen lernen oder Oldtimer-Traktoren bestaunen. Eine Spielecke mit Sandkasten und Schaukel laden Kinder zum Entdecken ein.

Der Gasthof Zur Rose in Oberflockenbach bietet Dorfstuben-Atmosphäre und Natur pur in der Umgebung. Hier sitzt man im liebevoll dekorierten Innenhof und lässt sich mit Spezialitäten des Hauses verwöhnen. Es gibt genug Platz für große und kleine Feste aller Art.

Im angrenzenden Innenhof vom Gasthaus Grünewalds, im beschaulichen Ober-Klingen, können Sie einen Hauch von Toskana im Odenwald erleben und regionale Gaumenschmeichler am Fuße des Otzbergs genießen. Die gemütlichen Sitzplätze laden zum Entspannen und Verweilen ein.

Die Gartenterrasse des Landgasthof Hagen in Grasellenbach schafft nicht nur eine besondere Atmosphäre, sondern lädt die Gäste ein, mit Tapasteller oder herzhaften Grillgerichten die Sonnenstrahlen und die frische Luft zu genießen.

Im Gasthaus Dornröschen in Annelsbach kann man bei schönem Wetter auf der einladenden Apfelweinterrasse verweilen und sich die Apfelwein- und anderen Spezialitäten schmecken lassen. Der Blick geht hier direkt ins Grüne – Odenwald pur.

Also: Rucksack packen, Sonnenbrille nicht vergessen und auf geht's in den Odenwald. Die Biergärten und Terrassen warten – mit gutem Essen, kühlen Drinks und jeder Menge Sommerfeeling.

Alle Gastgeber finden Sie auf:

■ [www.odenwald-gasthaus.de](http://www.odenwald-gasthaus.de)



Alle Gastgeber im Detail  
finden Sie auf  
[www.odenwald-gasthaus.de](http://www.odenwald-gasthaus.de)



**Johanns-Stube**  
Reichelsheim

**Grünewalds**  
Otzberg/Ober-Klingen

**Landgasthof Hagen**  
Grasellenbach

**Zum Löwen**  
Brombachtal/Langenbrombach

**Zur Rose**  
Weinheim/Oberflockenbach

**Zur Krone**  
Bad König/Zell

**Dornrös'chen**  
Höchst/Annelsbach

Heimat. Qualität. Genuss.

# Eberstadt

## Dem Süden am Nächsten



Josephine Adlert



Klaus Mai

### Sportstudio AKUF-GYM

Mühltalstraße 21, Darmstadt

Tel.: 0 61 51 / 594 710

[www.akuf-gym.de](http://www.akuf-gym.de)

Das Sportstudio Akuf-Gym in Eberstadt bietet seinen Mitgliedern seit 1983 alles rund um die Bereiche Fitness, Wellness und Gesundheit. Durch eine individuelle Beratung und ein vielfältiges Angebot unterstützt das Sportstudio seine Mitglieder dabei, ihre persönlichen Trainingsziele gezielt und nachhaltig zu erreichen. Ob durch Cardio- und Krafttraining, den Dr. Wolff Präventionspark, Galileo-Vibrationstraining oder ein abwechslungsreiches Kursprogramm mit Wirbelsäulengymnastik, Zumba, Indoor Cycling, Yoga und vielen weiteren Angeboten – hier findet jeder seinen Weg zu mehr Fitness und Wohlbefinden. Nach dem Training lädt der Saunabereich zur Entspannung ein und unterstützt die Regeneration der Muskulatur. Für eine professionelle Beratung sorgen Studioinhaber Alexander Simon – Heilpraktiker sowie Lehrer für Fitness, Gesundheit und Sportrehabilitation – und sein qualifiziertes Trainerteam. Ergänzend betreibt er im selben Gebäude eine Praxis für Wirbelsäulen- und Gelenkerkrankungen. Neu im Angebot ist zudem der EMP Chair PLUS zur gezielten Behandlung und Stärkung des Beckenbodens bei dem die Muskulatur durch elektromagnetische Impulse effektiv aktiviert wird. Das Sportstudio Akuf-Gym überzeugt nicht nur durch sein umfassendes Angebot, sondern auch durch seine familiäre Atmosphäre und ist ein beliebter Treffpunkt für alle Generationen. Flexible, monatlich kündbare Mitgliedschaften bieten zudem maximale Freiheit für die Mitglieder.

FM



### Ristorante Italiano Salvia

Schwanenstraße 71, 64297 Eberstadt

Tel.: 0 II 5 22 / 654 2081 | E-Mail: [info@salvia-ristorante.de](mailto:info@salvia-ristorante.de)

[www.salvia-ristorante.de](http://www.salvia-ristorante.de)

Mit einer gemeinsamen Leidenschaft für gutes Essen, Gastfreundschaft und die italienische Lebensart haben drei junge Freunde im Februar ihr eigenes italienisches Restaurant in Darmstadt-Eberstadt eröffnet. Das Konzept: klassische italienische Küche neu gedacht – authentisch, kreativ und mit viel Liebe zum Detail. Dabei verbinden die drei Gastgeber traditionelle italienische Rezepte mit modernen Akzenten und hochwertigen Zutaten.

FM



### Zimmer mit Aussicht

Heidelberger Landstr. 212, Darmstadt

Tel.: 0 61 51 / 78 62 177

Di-Sa/10-13 & Mi-Fr/15-18, Mo-Ruhetag

Instagram: [@zimmer\\_mit\\_aussicht](https://www.instagram.com/zimmer_mit_aussicht)

Der inspirierende Concept Store im Herzen Eberstadts wird von Andrea Blumenstein und ihrer engagierten Mitarbeiterin Anja Kindinger mit sehr viel Freude geführt. Hier werden Liebhaber:innen des mediterran-skandinavischen Stiles fündig. Angeboten werden ausgesuchte Wohnaccessoires, bezaubernder Schmuck und wunderschöne Kleinmöbel. Ein besonderes Augenmerk liegt auf handgefertigten Produkten aus nachhaltigen Betrieben, zu denen ein enger Kontakt gepflegt wird. Hinter jedem Produkt steht eine besondere und individuelle Geschichte.

FM



## Julia Seibel | Augenoptik Hirt

Heidelberger Landstr. 221, 64297 Darmstadt

Tel.: 0 61 51 / 54 34 8 | E-Mail: kontakt@hirt-sehen.de

[www.hirt-sehen.de](http://www.hirt-sehen.de) | [instagram: augenoptikhirt](https://www.instagram.com/augenoptikhirt)

Julia Seibel, seit 2023 Inhaberin von Augenoptik Hirt, ist auch nach der Übernahme des Geschäfts jeden Tag aufs Neue zufrieden. Die Kunden haben den Übergang mit Vertrauen und Treue belohnt. Augenoptik ist ein abwechslungsreiches Berufsfeld, das Julia Seibel und ihre Mitarbeiterinnen durch den persönlichen Kontakt zu den Kunden und das Wissen um deren spezielle Bedürfnisse immer wieder aufs Neue begeistert. Besonders am Herzen liegt Julia Seibel die Versorgung von Kindern; Kinderbrillen, professionelles Myopiemanagement inklusive Beratung, Messung der Augenlänge und Auswahl der richtigen Korrektur mit Kontaktlinsen (z.B. DreamLens oder MiSight) oder Brillengläsern (MiyoSmart der FirmaHOYA). Auch der Sonnenschutz für Kinder steht im Fokus, denn auch die kleinen Augen müssen ausreichend und gut geschützt werden. „Manti Manti“, die neue Trendfirma bei Kinderbrillen ist neu im Sortiment um auch für die Kleinen moderne und hochwertige 3D-Druck Brillen anzubieten. Das Team von Augenoptik Hirt freut sich auf einen Besuch!

FM



## Annette Hempel

Supervisorin & Coach (DGSv), Online-Supervisorin/-Coach (DGSv), Dipl. Betriebswirtin (FH)

64297 DA-Eberstadt | Tel. mit AB: 0 61 51 / 6 29 45 23 | E-Mail: mail@loesungsdenker.de

[www.loesungsdenker.de](http://www.loesungsdenker.de)

Perspektive wechseln – Balance finden – Fokus setzen und halten  
Konflikte im Team? Schwierige Entscheidungen? Herausforderungen in Führung und Zusammenarbeit? Berufliche Neuorientierung? Wenn Routinen nicht mehr tragen, unterschiedliche Interessen aufeinandertreffen oder neue Orientierung gefragt ist, unterstützt Annette Hempel Sie mit klarer Haltung und unabhängigem Blick von außen. Sie begleitet Menschen, Teams und Organisationen dabei, Zusammenhänge besser zu verstehen, Konflikte zu klären, Perspektiven zu erweitern und tragfähige nächste Schritte zu entwickeln. Von persönlichen Fragestellungen über Teamprozesse bis hin zu organisationalen Veränderungen schafft sie Räume für Reflexion und Entwicklung. Ihr Angebot umfasst Supervision, Coaching, Konfliktmoderation, Workshops, Teamtage, Organisationsberatung und Prozessbegleitung – vor Ort, in ihrer Praxis oder online. Darüber hinaus berät Annette Hempel Supervisor:innen und Coaches bei Praxisgründung und Professionalisierung. Vereinbaren Sie direkt Ihr kostenfreies Kennenlerngespräch!

FM



## Lebeweit: Andrea Zimmermann

Praxis für Coaching und Psychotherapie nach dem Heilpraktikergesetz

Heidelberger Landstraße 52a, 64297 Darmstadt | Tel.: 0 61 51 / 95 32 39 | E-Mail: [coaching@lebeweit.de](mailto:coaching@lebeweit.de)

[www.lebeweit.de](http://www.lebeweit.de)

Wenn berufliche Anforderungen und persönliche Belastungen zusammenkommen, geht der Blick für die eigenen Möglichkeiten manchmal verloren. Dann braucht es einen geschützten Ort, um wieder klarer sehen zu können. In ihrer Darmstädter Praxis Lebeweit begleitet Andrea Zimmermann Menschen mit Coaching und Psychotherapie nach dem Heilpraktikergesetz dabei, neue Perspektiven zu entwickeln und Handlungsspielräume zu gewinnen. Eine Besonderheit ihrer Arbeit ist die Verbindung von psychotherapeutischer Kompetenz mit langjähriger Führungs- und Beratungserfahrung. Andrea Zimmermann war viele Jahre

Führungskraft mit Personalverantwortung, baute eine Personalentwicklung auf und arbeitet seit 2002 als selbstständige Unternehmensberaterin. Dadurch kennt sie die Anforderungen moderner Arbeitswelten nicht nur aus der Theorie, sondern aus eigener Erfahrung. Diese Expertise fließt insbesondere in Coachingprozesse zu beruflicher und auch privater Neuorientierung, Führungsverantwortung, Konflikten, Veränderungsprozessen und Burnout-Prophylaxe ein. Im Mittelpunkt steht dabei nicht die Suche nach schnellen Lösungen, sondern die Entwicklung individueller Wege. Menschen dabei zu unterstützen, ihre Ressourcen wieder wahr-

zunehmen, Klarheit zu gewinnen und stimmige Entscheidungen zu treffen, ist ein zentrales Anliegen ihrer Arbeit. Auch in der psychotherapeutischen Arbeit verbindet Andrea Zimmermann unterschiedliche Methoden zu einem individuellen Ansatz. Menschen wenden sich an sie unter anderem bei Erschöpfungszuständen, Burnout, Depressionen, Ängsten, belastenden Lebensereignissen wie Trauer oder Trennung, Anpassungsstörungen als auch traumatischen Erlebnissen, akut sowie aus der frühen Kindheit. Ein wichtiger Schwerpunkt ist die Prozess- und Embodimentfokussierte Psychologie (PEP®) nach Dr. Michael Bohne. Die Methode kann dabei unterstützen, Stressreaktionen zu reduzieren, belastende Gefühle zu regulieren, innere Blockaden zu lösen und den Zugang zu eigenen Ressourcen zu stärken. In der Traumatherapie und bei der Bearbeitung innerer Konflikte arbeitet sie zudem mit der Anteile-Arbeit (Ego States). Diese ermöglicht es, innere Muster, widersprüchliche Bedürfnisse und prägende Erfahrungen besser zu verstehen und innere Stabilität zu entwickeln. Lebeweit steht für eine Begleitung, die fachliche Kompetenz, Lebenserfahrung, Achtsamkeit und menschliche Zugewandtheit verbindet – mit dem Ziel, Menschen auf ihrem Weg zu mehr Klarheit, Selbstwirksamkeit und Lebensqualität zu begleiten.

FM





## Tom Jones

**Do., 16.7., 20 Uhr, Festhalle, Frankfurt**

Mit 86 Jahren denkt Tom Jones noch immer nicht ans Aufhören – zum Glück. Der Sänger aus Wales gehört zu den letzten echten Entertainern seiner Generation und kann auf eine Karriere zurückblicken, die von „It's Not Unusual“, „Delilah“ und „Green, Green Grass Of Home“ bis zum Jahrtausendhit „Sexbomb“ reicht. Dabei ist Jones längst mehr als eine nostalgische Erinnerung an vergangene Zeiten: Auch seine jüngeren Alben wurden von Kritik und Publikum gefeiert. Im Sommer kommt die lebende Legende im Rahmen der „Come Gather Round“-Tour in die Frankfurter „Festhalle“ – mit großer Stimme, viel Charisma und einem Repertoire, das sechs Jahrzehnte Popgeschichte umfasst. **BM**

■ [www.frizz-tickets.de](http://www.frizz-tickets.de)



## Afrob & Ferris MC

**Do., 2.7., 20 Uhr  
Colos-Saal, Aschaffenburg**

Zwei Namen, die den deutschen Hip-Hop entscheidend geprägt haben: Afrob und Ferris MC stehen gemeinsam auf der Bühne und bringen ein Stück Rap-Geschichte nach Aschaffenburg. Während Afrob mit Klassikern wie „Reimemonster“ bis heute als einer der stilprägenden MCs des Landes gilt, war Ferris MC schon immer der unangepasste Querkopf zwischen Hip-Hop, Punk-Attitüde und Entertainment. Eine Show voller Energie, Humor und Hits – irgendwo zwischen Nostalgie, Battle-Rap und der Erkenntnis, dass guter Hip-Hop auch nach Jahrzehnten nichts von seiner Wucht verloren hat. **BM**

**FRIZZ** verlost 2 x 2 Tickets. ES: 1.7.

■ [www.frizz-tickets.de](http://www.frizz-tickets.de)



## Alin Coen

**Fr., 24.7., 20 Uhr, Batschkapp  
Sommergarten, Frankfurt**

Seit ihrem Debüt „Wer bist du?“ gehört Alin Coen zu den eigenständigsten Stimmen der deutschen Singer-Songwriter-Szene. Die in Weimar lebende Musikerin verbindet poetische Texte mit einer warmen, unverwechselbaren Stimme und Songs, die oft leise beginnen, aber lange nachwirken. Ob mit ihrer Band oder solo – Alin Coen gelingt es seit Jahren, große Gefühle ohne Pathos und Nachdenklichkeit ohne Schwere zu transportieren. Im sommerlichen Ambiente des „Batschkapp Sommergartens“ dürfen sich die Besucher\*innen auf einen Abend zwischen Folk, Pop und fein beobachteten Geschichten freuen. **BM**

**FRIZZ** verlost 2 x 2 Tickets. ES: 19.7.

■ [www.frizz-tickets.de](http://www.frizz-tickets.de)



## Pixies

**Do., 2.7., 20 Uhr  
Jahrhunderthalle, Frankfurt**

Ohne die „Pixies“ wären viele der großen Alternative- und Indie-Bands der letzten Jahrzehnte kaum denkbar. Die US-Band um Black Francis prägte mit ihrer Mischung aus Melodie, Lärm, Surf-, Punk- und Pop-Einflüssen eine ganze Generation von Musiker\*innen – von Nirvana bis Radiohead. Klassiker wie „Where Is My Mind?“, „Monkey Gone To Heaven“ oder „Here Comes Your Man“ haben längst Kultstatus erreicht. Auch fast vierzig Jahre nach ihrer Gründung gelten die Pixies als außergewöhnliche Liveband, die ihre Songs mit derselben Intensität und Eigenwilligkeit auf die Bühne bringt wie einst. **BM**

■ [www.frizz-tickets.de](http://www.frizz-tickets.de)



## Cory Wong

**Mi., 1.7., 20 Uhr  
Batschkapp, Frankfurt**

Wer schon einmal ein Video von Cory Wong gesehen hat, weiß: Stillstehen ist hier keine Option. Der US-Gitarrist aus Minneapolis gehört zu den spannendsten Musikern zwischen Funk, Jazz und Fusion und wurde als Mitglied der Ausnahmehand „Vulfpeck“ weltweit bekannt. Mit seiner unfassbaren Präzision, seinem Groove-Gefühl und einer gehörigen Portion Humor hat sich Wong längst auch als Solokünstler einen Namen gemacht. Seine Konzerte sind ein Fest für Musiker\*innen ebenso wie für alle, die einfach einen mitreißenden Abend voller Spielfreude, virtuoser Gitarrenarbeit und tanzbarer Rhythmen erleben möchten. **BM**

**BM**



## Beth Hart

**Mi., 8.7., 20 Uhr, Jahrhunderthalle, Frankfurt**

Wenn Beth Hart die Bühne betritt, bleibt wenig Raum für Zurückhaltung. Die US-amerikanische Sängerin gehört zu den eindrucksvollsten Stimmen zwischen Blues, Rock, Soul und Gospel und begeistert seit Jahren mit Konzerten, die gleichermaßen kraftvoll wie zutiefst emotional sind. Mal zerbrechlich und intim, mal explosiv und voller Wucht – Beth Hart lebt ihre Songs mit jeder Faser. Mit ihrem aktuellen Album „You Still Got Me“ setzt sie diesen Weg konsequent fort und beweist einmal mehr, warum sie längst zu den herausragenden Live-Künstlerinnen ihres Genres zählt. Die Jahrhunderthalle bietet dafür den passenden Rahmen. **BM**

■ [www.frizz-tickets.de](http://www.frizz-tickets.de)



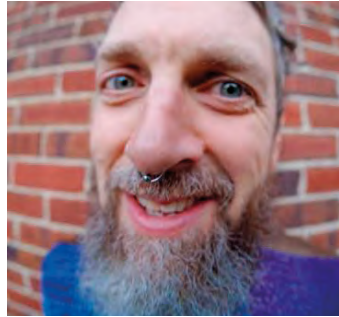
## Jon Spencer

**Fr., 3.7., 20 Uhr**  
**Schlachthof, Wiesbaden**

Wenn es um rohen, schweißtreibenden Rock'n'Roll geht, führt kaum ein Weg an Jon Spencer vorbei. Ob mit den legendären „Pussy Galore“, der „Jon Spencer Blues Explosion“ oder unter eigenem Namen – der New Yorker steht wie kaum ein anderer für eine wilde Mischung aus Garage Rock, Punk, Blues und Noise. Seine Konzerte sind keine nostalgischen Rückblicke, sondern energiegeladene Angelegenheiten voller Gitarrenlärm, Groove und unbändiger Spielfreude. Auch mit über 60 Jahren wirkt Jon Spencer auf der Bühne noch immer wie ein Getriebener. **BM**

**FRIZZ** verlost 2 x 2 Tickets. ES: 1.7.

■ [www.frizz-tickets.de](http://www.frizz-tickets.de)



## Seth Faergolzia

**Mo., 20.7., 18 Uhr**  
**806qm, Darmstadt**

Seth Faergolzia ist einer dieser Musiker, die sich konsequent jeder Schublade entziehen. Der US-Amerikaner bewegt sich seit Jahren zwischen Freak Folk, Indie-Rock, Punk, Jazz und experimenteller Songkunst und hat sich mit Projekten wie „Dufus“ einen festen Platz in der internationalen Underground-Szene erspielt. Seine Konzerte sind oft ebenso spontan wie überraschend und leben von einer kreativen Unberechenbarkeit, die man nur selten erlebt. Im intimen Rahmen des „806qm“ dürfte das besonders gut funktionieren – ein Abend für musikalisch Neugierige und alle, die gerne über den Tellerrand hören. **BM**

■ [www.806qm.de](http://www.806qm.de)



## Elvis Costello & The Imposters

**Do., 9.7., 20 Uhr, Jahrhunderthalle, Frankfurt**

Elvis Costello gehört zu den prägendsten Songwritern der vergangenen fünf Jahrzehnte. Seit den späten 70ern bewegt sich der Brite mühelos zwischen New Wave, Rock, Pop, Soul, Folk und Americana und hat dabei einen Katalog geschaffen, der Klassiker wie „Oliver's Army“, „Pump It Up“ oder „Alison“ umfasst. Gemeinsam mit seiner langjährigen Begleitband The Imposters und Gitarrist Charlie Sexton kommt Costello nun nach Frankfurt. Wer ihn schon einmal live erlebt hat, weiß: Hier geht es nicht um Nostalgie, sondern um einen Künstler, der sein Werk immer wieder neu interpretiert. **BM**

**FRIZZ** verlost 2 x 2 Tickets. Siehe Seite 38. ES: 5.7.

■ [www.frizz-tickets.de](http://www.frizz-tickets.de)

# DJADOO

— Orientalische Spezialitäten —

## MITTAGSBUFFET 21,99 €

Mo. - Fr. 11.30 - 15 UHR

Viktoriaplatz 12 | 64293 Darmstadt

Tel. DA. 1016310 | [www.djadoo.de](http://www.djadoo.de)

# SPORTSTUDIO

Fitness,  
Kurse  
und Sauna

seit 1983  
in Eberstadt

## AKUFGYM

FIT WITH A SMILE

ohne  
Vertragslaufzeit

Mühlthalstrasse 21 · 64297 Eberstadt · Tel.: 06151 594710 · [www.akuf-gym.de](http://www.akuf-gym.de)

# Antik Galerie

## NACHHALTIGE DESIGNERMARKEN & LUXUSGÜTER

antikgalerie\_poorhosaini

antikgalerie24

FOLGE UNS  
FÜR UPDATES  
& AKTIONEN

Schulstraße 1, Darmstadt | 06151.25688 | [antikgalerie24.de](http://antikgalerie24.de)

**FRIZZ**

**TICKETS**

Rheinstr. 30 - Darmstadt | Mo-Fr 10-18

Telefon: 0 61 51 - 915 888

tickets@frizz-tickets.de | www.frizz-tickets.de



30.10. Hanau, Congress Park  
und weitere Termine in der Region!

© Benjamin Uhle / Karlssons Photobox



MOOP MAMA  
11.08. Frankfurt, Palmengarten



09.09. - 11.10.  
Frankfurt, Deutsche Bank Park - P 9



03.08.  
Frankfurt, Friedberger Warte

OFFIZIELLER TICKETPARTNER



**ADticket**



## Heinerfest im Carree: Pfund

Mo., 6.7., 19 Uhr  
Carree, Darmstadt

Am ersten Juliwochenende steht Darmstadt Kopf, wenn das „Heinerfest“ endlich wieder seine Pforten öffnet. Im Carree vor der „Centralstation“ gibt es wie gewohnt allabendlich ein hochkarätiges Livemusik-Programm, z.B. am Montag (6.7.) mit „Pfund“, die mit erdiger und ehrlicher Musik, druckvollem Sound und Songs von „The Police“ bis „Kings of Leon“ den Heinern den Groove in die Beine treiben. Der Eintritt ist frei!

BM

www.centralstation-darmstadt.de



## Punto Jazz: Midnight Blue

Mi., 8.7., 18 Uhr  
Vinocentral, Darmstadt

Im Rahmen der feinen „Punto Jazz“-Reihe sind im Juli Gitarrist Deniz Alatas, Bassist Christian Spohn und Schlagzeuger Max Sonnabend im „Vinocentral“ am Hauptbahnhof zu Besuch. Neben zahlreichen eigenen Musikprojekten hört man das Trio immer wieder in den unterschiedlichsten Formationen. Im „vinocentral“ präsentieren sich die Drei unter dem Namen „Midnight Blue“ und versprechen einen groovigen Sommerabend! Der Eintritt ist frei.

BM

www.vinocentral.de

## Unsere Tanzpremieren und Sinfoniekonzerte

### Nachträume

Choreografie von Marcos Morau /  
ab 14 Jahren  
Sa, 12.09.2026, 19:30 Uhr | Großes Haus

### Never odd or even

Choreografie von David Raymond  
& Tiffany Tregarthen / ab 12 Jahren  
Sa, 03.04.2027, 19:30 Uhr | Großes Haus

### Cantos

Choreografie von Maciej  
Kuzmiński / ab 12 Jahren  
Sa, 08.05.2027, 19:30 Uhr | Kleines Haus

### 1. Sinfoniekonzert

Werke von Pierre Boulez &  
Franz Schubert  
So, 20.09.2026, 11:00 Uhr & Mo,  
21.09.2026, 20:00 Uhr | Großes Haus

### 2. Sinfoniekonzert

Werke von Samuel Barber, Béla  
Bartók & Ludwig van Beethoven  
So, 08.11.2026, 11:00 Uhr & Mo,  
09.11.2026, 20:00 Uhr | Großes Haus

### 3. Sinfoniekonzert

Werke von Luigi Cherubini,  
Wolfgang Amadeus Mozart  
& Erich Wolfgang Korngold  
So, 13.12.2026, 11:00 Uhr & Mo,  
14.12.2026, 20:00 Uhr | Großes Haus

### 4. Sinfoniekonzert

Werke von Frédéric Chopin  
& Dmitri Schostakowitsch  
So, 17.01.2027, 11:00 Uhr & Mo,  
18.01.2027, 20:00 Uhr | Großes Haus

### 5. Sinfoniekonzert

Werke von Viktor Ullmann,  
Richard Strauss & Robert  
Schumann  
So, 14.02.2027, 11:00 Uhr & Mo,  
15.02.2027, 20:00 Uhr | Großes Haus

### 6. Sinfoniekonzert

Werke von Emilie Mayer, Henri  
Fredien Tomasi, Wolfgang  
Amadeus Mozart & Joseph Haydn  
So, 21.03.2027, 11:00 Uhr & Mo,  
22.03.2027, 20:00 Uhr | Großes Haus

### 7. Sinfoniekonzert

Werke von Milica Djordjević,  
Ludwig van Beethoven &  
Sergej Prokofjew  
So, 25.04.2027, 11:00 Uhr & Mo,  
26.04.2027, 20:00 Uhr | Großes Haus

### 8. Sinfoniekonzert

Gustav Mahler Sinfonie Nr. 9  
D-Dur  
So, 13.06.2027, 11:00 Uhr & Mo,  
14.06.2027, 20:00 Uhr | Großes Haus

**Staatstheater**  
WENN JA,  
WAS DANN? **Darmstadt**



## 35. Darmstädter JazzConceptions

Fr., 3.7. & Sa., 4.7., Bessunger  
Knabenschule, Darmstadt

Seit 1992 gehören die Darmstädter „JazzConceptions“ zu den renommiertesten Jazz-Workshops Deutschlands. Das Besondere: In kleinen Ensembles entwickeln die Teilnehmerinnen gemeinsam mit erfahrenen Dozentinnen eigene musikalische Konzepte und erarbeiten neue Stücke. Zum Abschluss der Workshop-Woche präsentieren insgesamt sechs Bands ihre Ergebnisse auf der Open-Air-Bühne der „Knabenschule“. Höhepunkt ist traditionell der gemeinsame Auftritt der hochkarätig besetzten Dozentenband um Reza Askari, Ilona Haberkamp (Foto), Nikolaus Neuser und Uli Partheil. Eintritt frei.

BM

www.knabenschule.de



## Tileema & die Tontherapeuten

Fr., 24.07., 18:30  
Hoffart-Theater, Darmstadt

Mehr als fünfzehn Jahre hat der Darmstädter Multiinstrumentalist Tileema an seinem Debütalbum „Tontherapie“ gearbeitet. Entstanden ist ein sehr persönliches Werk zwischen Pop, Rock, Punk, Funk und Folk, das nun erstmals live vorgestellt wird. Gemeinsam mit seiner Band „Die Tontherapeuten“ bringt er die Songs in all ihren lauten, leisen, poetischen und emotionalen Facetten auf die Bühne. Den Abend eröffnet die Schweizer Musik-Kabarettistin Sabine Ronge, die mit Witz, Tiefgang und Gitarre für die passende Einstimmung sorgt.

BM

Weitere Infos:

www.hoffart-theater.de



## Nonstock Festival 2026

10.7. – 11.7., 15 Uhr, Kulturhof Röder, Fischbachtal-Nonrod

Zwischen Wiesen, Wäldern und den alten Gemäuern eines historischen Bauernhofs entsteht auch 2026 wieder eine der charmantesten Festivaloasen Südhessens. Der Kulturhof Röder verwandelt sich für zwei Tage in einen Ort für Musik, Kunst, Begegnung und gelebte Festivalgemeinschaft. Auf drei Bühnen treffen Indie, Punk, Rap und alternative Clubkultur auf Lesungen, Workshops, Kleinkunst und spontane Lagerfeuer-Sessions. Mit „Kafvka“, „Love A“, „Baba Shrimp Gang“, „Nikra“, den Podcast-Lokalmatadoren „De Ding & de Anner“ sowie Autor Wladimir Kaminer wurden bereits zahlreiche Highlights angekündigt.

BM

**FRIZZ** verlost 2 x 2 Tickets. Siehe Seite 38. ES: 5.7.

■ [www.nonstock.de](http://www.nonstock.de)



## Sound Of The Forest

30.7. – 2.8., 18 Uhr, Marbachstausee, Beersfelden

Wald, Wasser, Wiesen und jede Menge Musik: Das „Sound Of The Forest“ zählt seit Jahren zu den stimmungsvollsten Festivals Hessens. Direkt am Marbachstausee im Odenwald verbindet das liebevoll organisierte Event Indie, Pop, Hip-Hop, Elektro und Alternative mit entspannter Campingatmosphäre und einem besonderen Gemeinschaftsgefühl. Für die Ausgabe 2026 wurden bereits „Team Scheisse“, „Haiyti“, „Majan“ sowie „Mädness & Döll“ angekündigt. Dazu kommen mehrere Bühnen, kurze Wege, Workshops, Kulturprogramm und eine Naturkulisse, die ihresgleichen sucht. Ein Festival für alle, die Musik gern ohne Hektik, aber mit Haltung und Herz erleben.

BM

**FRIZZ** verlost 2 x 2 Tickets. Siehe Seite 38. ES: 24.7.

■ [www.sound-of-the-forest.de](http://www.sound-of-the-forest.de)



## Volk im Schloss 2026

21.8. – 23.8., 18 Uhr, Schloss Dornberg, Groß-Gerau

Am vorletzten Augustwochenende 2026 wird es im Schloss Dornberg beim charmanten „Volk im Schloss“-Festival wieder lebendig. Das ehrenamtliche Team hat erneut ein vielseitiges Line-up auf die Beine gestellt: Mit dabei sind u. a. die britischen Post-Punk-Veteranen „New Model Army“, die mit ihrer energiegeladenen Live-Präsenz seit Jahrzehnten begeistern. Ebenfalls angekündigt sind „Young Rebel Set“ mit ihrem mitreißenden Indie-Folk-Sound sowie „Revolte Tanzbein“, die traditionellen Folk mit einer ordentlichen Portion Punk-Attitüde verbinden. Für die jüngsten Festivalgäste (und alle, die es laut mögen) sorgen „Heavysaurus“ mit ihrer einzigartigen Dino-Metal-Show für Spaß und Bewegung vor der Bühne. Und das Beste: Der Eintritt ist wie immer frei!

BM

■ [www.volk-im-schloss.de](http://www.volk-im-schloss.de)



## Rock auf der Burg

Sa., 1.8., 14 Uhr, Burgruine, Königstein im Taunus

Vor der spektakulären Kulisse der Burgruine Königstein geht „Rock auf der Burg“ 2026 härter denn je an den Start. Auf zwei Bühnen treffen moderne Metal-, Core- und Alternative-Sounds auf einen der schönsten Festivalstandorte der Region. Angeführt wird das Line-up von den schwedischen Metalcore-Größen „Dead By April“ und den italienischen Hardcore- und Metalcore-Hoffnungen „Prospective“. Dazu kommen Acts wie „SETYOURSAILS“, „Blacktoothed“, „Bluthund“ und „LEYKA“. Das ehrenamtlich organisierte Festival setzt seit Jahren auf die Mischung aus internationalen Namen, spannenden Szene-Acts und gezielter Nachwuchsförderung – inklusive freiem Blick über die Skyline von Frankfurt.

BM

**FRIZZ** verlost 2 x 2 Tickets. Siehe Seite 38. ES: 25.7.

■ [www.rockaufderburg.de](http://www.rockaufderburg.de)



# 2026 | 2027

**PARKTHEATER BENSHEIM**



präsentiert von der  
**Sparkasse Bensheim**




**Abo „Großes Haus“**

02.10.2026 **Mein Freund Harvey** – Pulitzer-Preis prämierte Komödie  
 10.11.2026 **Draußen vor der Tür** – Schauspiel gegen den Krieg  
 17.12.2026 **Der eingebildete Kranke** – Komödie von Molière  
 18.01.2027 **Der große Diktator** – mit Musik nach Charlie Chaplin  
 21.02.2027 **Ladykillers** – Ein Klassiker des schwarzen Humors  
 10.05.2027 **Kalter weißer Mann** – Komödie v. D.Jacobs u. M.Netenjakob

**Abo „Nah dran“**

24.09.2026 **...weil wir Menschen sind...** Akkordeon Konzert m. C. Sauter  
 24.11.2026 **Himlet** – Schauspiel mit Objekten nach Shakespeares Hamlet  
 16.12.2026 **Oper legere Traviata** – ein legerer Opernführer  
 09.05.2027 **Schlafende Hunde** – Ein hochkomischer Nachtflug  
 14.05.2027 **Event** – Monolog von John Clancy

**Kinder- und Fremdsprachentheater**

01. + 02.12.2026 **Emil und die Detektive** – Erich Kästners Klassiker für junge Menschen ab 5+ Jahren  
 09.05.2027 **Sherlock Holmes** – Der Fall der verschwundenen Elster  
 27.01.2027 **MacBeth** – In englischer Sprache

Informationen zu Abonnements und Einzelkartenverkauf:  
 Stadtkultur Bensheim, Telefon 06251 177817  
[www.stadtkultur-bensheim.de](http://www.stadtkultur-bensheim.de) | [parktheater@bensheim.de](mailto:parktheater@bensheim.de)



**STADTKULTUR BENSHEIM**



Lara Rohmann

## Open-Air-Konzert zum Heinerfest

Fr., 3.7., 20 Uhr, Georg-Büchner-Platz

Auch der größte Workaholic kann sich einer Pause nicht verwehren. So geht es auch dem Staatstheater in Darmstadt. Denn nach einer Spielzeit mit Highlights wie dem Broadway-Musical »Hairspray«, bei dem Schülerin Tracey einen Kampf um Inklusion und Gerechtigkeit ausfechten muss, gesteht sich auch der Darmstädter Theaterbetrieb ein: durchatmen muss jeder. Bevor die Sommerpause beginnt, verabschiedet sich das Staatstheater auf dem Georg-Büchner-Platz am 3. Juli noch gebührend mit dem Event »Sommer, Sonne, Heinerfest«. Zusammen mit den Musikern des Ensembles Ofeliya Pogosyan, Christopher Willoughby und Zaza Gagaa hat Marcus Merkel ein musikalisches Programm geplant. Referee Gernot Wojnarowicz moderiert.

NB

■ [www.staatstheater-darmstadt.de](http://www.staatstheater-darmstadt.de)



## Alice im Wunderland

10.7.-11.7., 22.-23.7 + 27.7., Burgfestspiele Bad Vilbel

Das Mädchen Alice aus dem berühmten Kinderbuch des britischen Schriftstellers Lewis Carroll folgt neugierig einem weißen Kaninchen in seinen Bau und gelangt dann mithilfe eines geheimnisvollen Schlüssels sowie eines Zauberspruchs in eine fantastische Welt. Auf ihrer abenteuerlichen Reise begegnet sie der rätselhaften Grinsekatz, trinkt Tee mit einem verrückten Hutmacher und lernt schließlich die launische Herzkönigin kennen. Zwischen magischen Begegnungen, überraschenden Herausforderungen und jeder Menge Chaos entdeckt Alice eine Welt, in der ihrer Fantasie keine Grenzen gesetzt sind. Kinder ab sechs Jahren erwartet während der Burgfestspiele im Juli ein farbenfrohes Familienmusical voller Farben, Musik und Humor.

NB

■ [www.kultur-bad-vilbel.de](http://www.kultur-bad-vilbel.de)

# Internationaler Orgelsommer 2026

**Pauluskirche Darmstadt**  
**Niebergallweg 20**  
 immer mittwochs um 20 Uhr



- 01.07.2026 **Irith Gabriely und Lukas Euler (Darmstadt)**
- 08.07.2026 **Gedymin Grubba (Polen)**
- 15.07.2026 **Matthias Havinga (Niederlande)**
- 22.07.2026 **Aleksanteri Wallius (Finnland)**
- 29.07.2026 **Zita Nauratyill (Ungarn/Österreich)**
- 05.08.2026 **Stéphane Mottoul (Belgien/Schweiz)**

Der Eintritt ist frei.



Kultursommer Südhessen e.V., gefördert vom Hessischen Ministerium für Wissenschaft und Forschung, Kunst und Kultur, unterstützt von der Sparkassen-Kulturstiftung Hessen-Thüringen



## Klassiker neu erzählt

**So., 26.7., 18 Uhr**  
**Theater Moller Haus, DA**

Literarische Klassiker, die man vor allem aus dem Deutschunterricht kennt, müssen nicht immer gleich langweilig sein. Kafka auf unterhaltende und abwechslungsreiche Art erzählt, bringt das Theater Mollerhaus daher am 26. Juli mit »Kafka in a Suitcase - Die Show« auf die Bühne. Die Show vermischt dabei Tradition mit Absurdität und hält für die Besucher sowohl zeitlose Klassiker als auch einige Überraschungen bereit.

NB

■ [www.theatermollerhaus.de](http://www.theatermollerhaus.de)



## Ferienzauber mit Tim Silas

**So., 26.7., 15 Uhr**  
**Theater Moller Haus, DA**

Ein geheimnisvoller Reisekoffer, ein Urlaub voller Überraschungen und ein junges Publikum, das den Verlauf des Abends bestimmt. Bei »Ferienzauber - Wenn der Urlaub verrückt spielt« entscheiden die Kinder, was auf der magischen Urlaubsreise mit dem Zauberkünstler Tim Silas passiert. Indem sie ihm bei seinen Tricks helfen, werden sie Teil der Geschichte und sorgen mit ihren Entscheidungen für einen unvergesslichen Urlaub.

NB

■ [www.theatermollerhaus.de](http://www.theatermollerhaus.de)



## Absurde Geschichten für Theaterfans

**Premiere, 18.7., 20 Uhr, Neue Bühne Darmstadt**

Eine komische Welt voller Absurditäten erleben die Besucher der Neuen Bühne in Darmstadt im Theaterstück »Mögen hätten sich schon wollen...«, denn die Geschichten des Komikerduos Karl Valentin und Liesl Karlstadt halten für die Zuschauer bei der Premiere am 18. Juli sowie anschließenden Vorführungen viele überraschende und unerwartete Momente bereit. In aller Ruhe macht sich das Publikum zunächst gemeinsam mit dem Ehepaar Anni und Simmerl für den Theaterbesuch fertig. Doch nicht alles läuft an diesem Abend wie geplant. Da gibt es eine verloren gegangene Brille und eine Menge Gespräche über Semmelknödel wie auch Fremde. Ein Spaziergang, der am Ende schließlich zu einer amüsanten Orchesterprobe führt.

NB

■ [www.neue-buehne.de](http://www.neue-buehne.de)



So 05.07. / 20:00

**Live: Eva Tiedemann am Klavier**  
Ein atmosphärischer Konzertabend zwischen Film und Musik

Fr 10.07. / 20:00

**Lesekonzert „Fliehkraft“**  
Mit Hans-Werner Brun & Britta Röder – Literatur und Musik über Freiheit, Mut und Aufbruch

Fr 24.07. / 18:30

**Live: Tilema & Die Tontherapeuten**  
Album-Release-Konzert „Tontherapie“ + Support

Lauteschlägerstraße 28 a  
64289 Darmstadt  
[www.hoffart-theater.de](http://www.hoffart-theater.de)



**BESSUNGER KNABENSCHULE**

kulturzentrum in darmstadt

**Juli/August 2026**

Der Sommer-Workshop seit 1992

**35. JazzConceptions | Sessions**

Di. 30.06. Hoffart Theater

Mi. 01.07. Schlossgarten (Empore)

Do. 02.07. Klaus (Nähe Hbf.)

Beginn jeweils 20.00 Uhr - Eintritt frei

Fr 03.07. | 19.30 Uhr | Open-air im Hof

**35. JazzConceptions Konzert 1**

Vier Ensembles stellen sich vor

Sa 04.07. | 19.30 Uhr | Open-air im Hof

**35. JazzConceptions Konzert 2**

Zwei Ensembles und die Dozentenband

Sa 01.08. | 17.00 Uhr | Open-air im Hof

**We need Soul! - Top Shake BBQ #7**

DJs | Drinks | Grill

Fr 14.08. 20.00 Uhr | Sa 15.08. 20.00 Uhr |

So 16.08. 15.00 und 19.00 Uhr

**Splendid | Absolvengala**

der Staatlichen Berliner Artistenschule

Sa 22.08. | 18.30 Uhr | Open-air im Hof

**Americana | Helner Hootenanny 5**

R.W. Smith / Julia van Embers / Ikes Creek

**Mehr auf [www.knabenschule.de](http://www.knabenschule.de)**

DA | Ludwigshöhstraße 42 | Fon 06151-61650

## Burgfestspiele Dreieichenhain unter anderem mit ...



**4.7. | Burg Hayn**  
**REMEMBERING ROGER**



**Zusatzkonzert**

**12.7. | Burg Hayn**  
**LAITH AL-DEEN**



**23.7. | Burg Hayn**  
**SONA JOBARTEH**



**24.7. | Burg Hayn**  
**KATHARINE MEHRLING**

Infos zu allen Veranstaltungen und Tickets unter  
[www.burgfestspiele-dreieichenhain.de](http://www.burgfestspiele-dreieichenhain.de)



**BURGFESTSPIELE DREIEICHENHAIN**

## HOCHZEITSWERK

...eure Hochzeitsfotografen



Das Leben ist viel zu kurz  
für schlechte Bilder



Wir lieben die Vision, Bilder zu schaffen, die euch bei eurer Eiseren Hochzeit noch ein Lächeln ins Gesicht zaubern. Gerne auch schon viel früher. Am liebsten immer, wenn ihr sie anschaut.



[www.hochzeitswerk.net](http://www.hochzeitswerk.net) | fon 0177-4207284

## Jetzt testen!

- \* Personaltraining
- \* EMS-Training
- \* Massagen
- \* Vacustyler



Slim Zaiem, Inhaber

**SMART IMPULS**

Gagernstraße 10-12 • 64283 Darmstadt  
0176 / 470 549 75 • [www.smart-impuls.de](http://www.smart-impuls.de)

## stadtkulturkalender.klassik&jazz

musik | bühne | party | film | kunst | literatur



Jonas Werner-Hahnse

### Hayato Sumino - »Mozart Total«

**Do., 23.7., 19:30 Uhr, Kurhaus Wiesbaden**

Vor dem Artist in Residence des Rheingau Musik Festivals Hayato Sumino (Foto) ist keine Epoche und keine Gattung sicher! Er präsentiert in Mozarts »Jenamy«-Konzert zunächst seine ausdrucksstarken interpretatorischen Fähigkeiten, bevor er mit einem eigenen Arrangement des Rondo »Alla turca« und weiteren Improvisationen die Brücke in die Gegenwart schlägt. Auf der Bühne an seiner Seite: das Orchestra in Residence, die Academy of St Martin in the Fields. Kaum ein Klangkörper ist wohl besser für die Interpretation von Mozart-Werken geeignet als dieses Ensemble, trägt es doch spätestens seit der Einspielung der Musik für den Oscar-prämierten Film »Amadeus« die Kompositionen des Wiener Klassikers in den Genen. JA

Tickets: FRIZZ Tickets, Rheinstr. 30, Darmstadt, Tel.: 0 61 51 / 915 888

■ [www.rheingau-musik-festival.de](http://www.rheingau-musik-festival.de)



### Lucienne Renaudin Vary - Italiens reiches Erbe

**Mi., 22.7., 19:30 Uhr, Kloster Eberbach, Eltville am Rhein**

In der Basilika des Klosters nehmen sich das Münchener Kammerorchester und die Fokus-Künstlerin Lucienne Renaudin Vary dem glanzvollen barocken Erbe Venetiens an und lassen die beeindruckende Klangwelt Italiens in einem exklusiv zusammengestellten Konzert in neuem Glanz erstrahlen. Vor allem Venedig gilt – etwa als Geburtsstadt Antonio Vivaldis und Alessandro Marcellos – als Musikmetropole schlechthin und weist eine reiche musikalische Geschichte auf, die besonders den italienischen Barock nachhaltig geprägt hat. Mit Virtuosität und präziser Klanggestaltung präsentieren die Musikerinnen und Musiker an diesem Abend ein Erlebnis, das den venezianischen Meistern huldigt und festlichen Glanz verspricht. JA

Tickets: FRIZZ Tickets, Rheinstr. 30, Darmstadt, Tel.: 0 61 51 / 915 888

■ [www.rheingau-musik-festival.de](http://www.rheingau-musik-festival.de)



## Les Haricots Rouges - New Orleans Jazz

**Fr., 31.7., 20:30 Uhr, Kollegiengebäude, Darmstadt, Open Air**

Seit 1963 begeistern Les Haricots Rouges mit französischem New Orleans Jazz, der Lebensfreude, Witz und Spielfreude versprüht. Auch nach über sechs Jahrzehnten klingen sie frisch, leidenschaftlich und energiegeladen – wie eine ganze Brass Band aus dem Herzen von New Orleans, nur mit dem unverwechselbaren französischen Touch. Ihr aktuelles „Best of“ vereint Klassiker und Überraschungen – von Serge Gainsbourg über Louis Armstrong bis Johnny Hallyday. Mit über einer Million verkauften Alben, gefeierten Tourneen auf internationalen Bühnen und ihrem Ruf als stilprägende Botschafter des New Orleans Jazz hat die Band Musikgeschichte geschrieben – und zeigen, dass echter Swing niemals alt wird.

JA

Tickets: FRIZZ Tickets, Rheinstr. 30, Darmstadt, Tel.: 0 61 51 / 915 888

■ [www.residenzfestspiele.de](http://www.residenzfestspiele.de)



## Von Bach bis Mussorgski

**Internationaler Orgelsommer in der Pauluskirche**

Sechs Konzerte mit hochkarätigen Organistinnen und Organisten aus Polen, den Niederlanden, Finnland, Ungarn und Belgien versprechen ein abwechslungsreiches musikalisches Programm. Der Orgelsommer beginnt am Mittwoch, dem 1. Juli, und endet am 5. August. Sämtliche Konzerte finden mittwochs um 20 Uhr statt. Ein Highlight ist das Eröffnungskonzert am 1. Juli mit der Klarinetistin und »Queen of Klezmer« Irith Gabriely. Neben Werken von Johann Sebastian Bach, Felix Mendelssohn Bartholdy, Franz Liszt und César Franck stehen im diesjährigen Orgelsommer auch eine zyklische Aufführung des Orchesterwerks »Bilder einer Ausstellung« von Modest Mussorgski sowie ein Konzert im Zeichen der Orgelimprovisation auf dem Programm. Eintritt frei.

JA

■ [www.paulusmusik.de](http://www.paulusmusik.de)

## Darmstädter Residenzfestspiele

31. Juli - 9. Aug. 2026

„In eine bessere Welt“

25 Jahre Darmstädter Residenzfestspiele

**Kollegiengebäude, Innenhof, 20:30 Uhr**

|              |                                                                               |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| Fr, 31. Juli | Les Haricots Rouges<br><i>New Orleans Jazz aus Frankreich</i>                 |
| Sa, 1. Aug.  | Golden Voices of Gospel                                                       |
| So, 2. Aug.  | Bodecker & Neander mit „Opus 4“<br><i>Pantomime mit Musik der Extraklasse</i> |

**Jagdschloss Kranichstein, Marstall, 19:30 Uhr**

|             |                                                              |
|-------------|--------------------------------------------------------------|
| Di, 4. Aug. | Barocke Genuss-Musik I<br><i>mit: Barock_Plus (Quartett)</i> |
| Mi, 5. Aug. | Barocke Genuss-Musik II<br><i>mit: Los Temperamentos</i>     |

**Mathildenhöhe (Open-Air), 20:30 Uhr**

|             |                                                                       |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------|
| Do, 6. Aug. | Tom Gaebel & Band<br><i>Sinatra Summer Swing</i>                      |
| Fr, 7. Aug. | Klangwelten der Romantik<br><i>Schumann • Weber • Carmen Piazzini</i> |
| Sa, 8. Aug. | Musical-Night<br><i>Songs for a Better World</i>                      |
| So, 9. Aug. | Italienische Opernnacht                                               |

**Tickets & Infos 06151 20 400**

[www.residenzfestspiele.de](http://www.residenzfestspiele.de)

## PalmenGarten

# MUSIK IM PALMENGARTEN

7. Juni bis 20. September 2026

STADT FRANKFURT AM MAIN



Jetzt die neuen Riese & Müller Modelle hier Probe fahren.

eeemotion

Frankfurter Straße 26  
64293 Darmstadt  
www.eemotion.de



Your place to bi ...  
Immer donnerstags Männer  
Frauen  
Bisexuelle  
Transgender

**Galileo**  
CITY SAUNA  
MANNHEIM

www.galileo-sauna.de

**FRIZZ** MAG.DE

Falls ihr Papier mögt,  
aber trotzdem  
*scrollen wollt...*

**SCROLLT DOCH.**

Tägliche Eventtipps

Die besten neuen Spots in Darmstadt

Exklusive Verlosungen & Insider

FOLGT UNS AUF **INSTAGRAM!**

Scannen & folgen! @frizzmag

Mehr Darmstadt. Jeden Tag.

## verlosung.spielregeln

Und so geht's: Einfach eine E-Mail mit dem Stichwort (Artikelüberschrift) an [verlosung@frizzmag.de](mailto:verlosung@frizzmag.de) senden (Telefonnummer und Name nicht vergessen) und den Einsendeschluss (ES) beachten.  
Wir melden uns dann via E-Mail bei euch!

## Verlosungs-Highlight ...

... des Monats



### Europapark

In Deutschlands größtem Freizeitpark erwarten euch mehr als 100 Attraktionen und Shows in 18 europäischen Themenbereichen.

**FRIZZ** verlost 2 x 2 Tickets, E.S.: 10.7.

■ [www.frizzmag.de/verlosungen](http://www.frizzmag.de/verlosungen)

## FRIZZmag gibt's ...

... an allen gewohnten Stellen in Darmstadt, drum herum und auf jeden Fall hier:



### Pino's 2.0

Nach Umbaumaßnahmen ist das Bessunger Kult-Bistro »Pino's 2.0« zurück. Es verbindet vertrauten Charme mit frischen Ideen. Auf der Karte stehen italienische Klassiker wie Pizza, Pasta und Antipasti, dazu gibt's Bar-Flair, neue Events und jede Menge Dolce Vita mitten in Darmstadt. Und natürlich liegt auch das aktuelle FRIZZmag zum Durchschmökern bereit.

PH

Karlstraße 96, Darmstadt-Bessungen

■ [www.instagram.com/pinos\\_darmstadt](https://www.instagram.com/pinos_darmstadt)

## impressum

### Verlag & Agentur

FRIZZ Media & Marketing | Birgit Adler  
Rheinstraße 30, 64283 Darmstadt

Zugleich auch ladungsfähige Anschrift für die im Impressum genannten Verantwortlichen und Vertretungsberechtigten.  
Rheinstraße 30, 64283 Darmstadt  
Telefon: 0 61 51 / 91 58 91, Fax: 0 61 51 / 91 58 58

Facebook: [www.facebook.de/frizzmag](https://www.facebook.de/frizzmag)

Instagram: [www.instagram.com/frizzmag](https://www.instagram.com/frizzmag)

Steady: [www.steadyhq.com/frizzmag](https://www.steadyhq.com/frizzmag)

Web: [www.FRIZZmag.de](http://www.FRIZZmag.de)

### Verlagsleitung

Birgit Adler (V.i.S.d.P.), 0 61 51 / 91 58 91, [b.adler@frizzmag.de](mailto:b.adler@frizzmag.de)

### Anzeigenleitung

Josephine Adler (JA), 0 61 51 / 91 58 91, [j.adler@frizzmag.de](mailto:j.adler@frizzmag.de)

### Redaktion

0 61 51 / 91 58 91, [redaktion@frizzmag.de](mailto:redaktion@frizzmag.de)

### Redaktionsteam

Nadine Bohland (NB), Annette Hempel (AH)

Michael Hüttenberger (MH)

Sibylle Maxheimer (SM), Benjamin Metz (BM)

Thea Nivea (TN), Martina Noltemeier (MN), Lillie Ohl (LO)

Externe Beiträge (FM)

### Fotografie

Klaus Mai (KM), Adrian Noltemeier (AN)

### Praktikanten

Liam Schnabel (LS), Tom Naue (TNA), Paul Hemmel (PH)

### Social Media (Facebook, Instagram) & Online

Josephine Adler (JA), 0 61 51 / 91 58 91, [j.adler@frizzmag.de](mailto:j.adler@frizzmag.de)

Lili-Marleen Adler (LA), [l.adler@frizzmag.de](mailto:l.adler@frizzmag.de)

### Mediaberatung (Print, Digital, Social Media)

Josephine Adler, 0 61 51 / 91 58 91, [j.adler@frizzmag.de](mailto:j.adler@frizzmag.de)

Andreas Wittstock, 0 61 51 / 91 58 15, [a.wittstock@frizzmag.de](mailto:a.wittstock@frizzmag.de)

### FRIZZ Tickets

Rheinstraße 30, 64283 Darmstadt | Mo-Fr 10-18

Josephine Adler, 0 61 51 / 915 888, [tickets@frizz-tickets.de](mailto:tickets@frizz-tickets.de)

### Produktion & Layout

FRIZZ Media & Marketing, Darmstadt

### Vertrieb

Im Eigenvertrieb über alle Anzeigenkunden, FRIZZ Tickets, Kinos, Gaststätten, Einzelhandel, Hochschulen, Buchereien, Cafés, Theater, Banken, Reisebüros, u.v.m.

### Nachdruck

Alle Urheberrechte für Text und Gestaltung liegen beim Verlag oder den jeweiligen Autoren. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlags. Veranstaltungshinweise: Für die Angaben können wir leider keine Gewähr geben.

### Haftung

Gekennzeichnete Autorenbeiträge entsprechen nicht zwingend der Meinung des Verlags.

### Schlusstermine FRIZZ Magazin | August 2026

Erscheinungstag: 31.7.

Redaktionsschluss: 17.7.

Buchungs- und Anzeigenschluss: 22.7.

Druckunterlagenschluss: 24.7.

frizzmag und FRIZZ Das Magazin sind eingetragene

Marken der FRIZZ Das Magazin FDM Consulting GmbH

**FRIZZ** MAG.DE

Die Ausgabe  
August 2026 | #521  
erscheint am 31. Juli



Dr. Oehm

Dr. Jennert

Dr. Ruch

Neu: offenes MRT in Upright Technik.  
[Untersuchungen bei Platzangst und im  
Stehen unter Belastung]



# DieRadiologen

MVZ RHEIN-MAIN-ZENTRUM FÜR DIAGNOSTIK GMBH

Eines der modernsten Diagnosezentren Europas

Radiologische Diagnostik | Vorsorgemedizin | Früherkennung | Sportmedizin

- 3Tesla-Ultrahochfeld-MRT [2 Systeme]
- Offenes MRT
- Upright MRT
- Multislice-Computertomografie –  
u.a. auch der Herzkranzgefäße
- CT- und MRT-gesteuerte spezifische  
Schmerztherapie
- Mammografie und MR-Mammografie
- 3Tesla multiparametrische MRT der Prostata
- Digitales Röntgen
- 3D-Sonografie
- Knochendichtemessung [DEXA-Scan]

MVZ Rhein-Main-Zentrum für Diagnostik GmbH  
DieRadiologen

Gutenbergstraße 23 (neben Loop 5)  
64331 Weiterstadt  
Fon 0 61 51.78 04-0  
Fax 0 61 51.78 04-200

[www.dieradiologen-da.de](http://www.dieradiologen-da.de)  
[info@dieradiologen-da.de](mailto:info@dieradiologen-da.de)

Privatsprechstunde: Fon 0 61 51.78 04-100

# Weitblick

## auf der Wasserkuppe



Fern ist nah.  
Mit dem RMV gleich da.