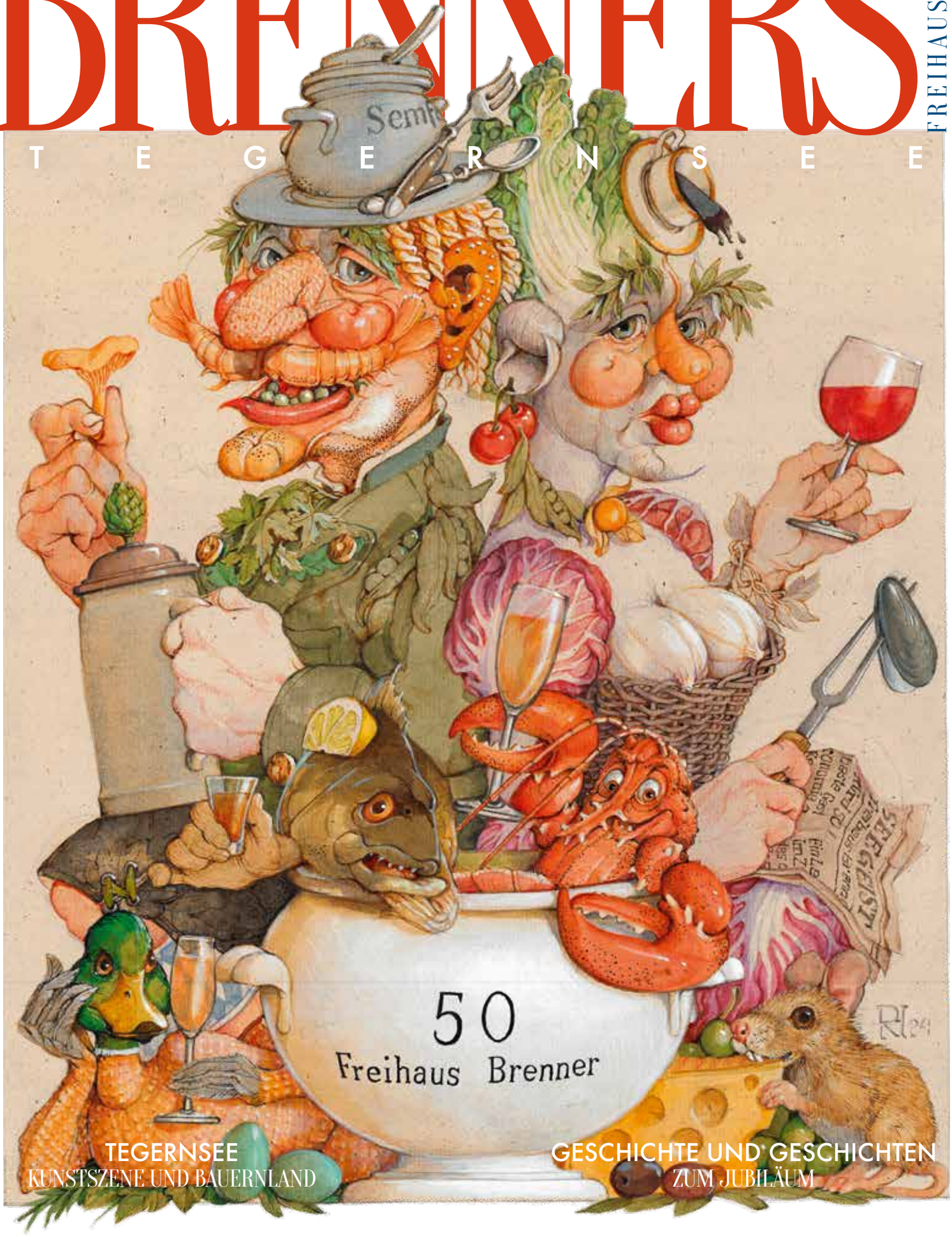
BRENNERS

FREIHAUS

AUSGABE 11

T E G E R N S E E



TEGERNSEE
KUNSTSZENE UND BAUERNLAND

GESCHICHTE UND GESCHICHTEN
ZUM JUBILÄUM

Deutschland 5,00 € · Italien 6,50 € · Österreich 5,50 € · Schweiz 8,90 CHF

© MOKATI Fotos und Film OHG

VORWORT

Liebe Leser, liebe Gäste,

dieses Jahr ist ein Jubiläumsjahr. Wir haben viel zu feiern.
1974 wurde Helmut Schmidt Bundeskanzler, Udo Lindenberg tourte zum ersten Mal mit seinem „Panik Orchester" durch Deutschland, die Energiekrise beschäftigte die Politik. Es gab die autofreien Sonntage. Und, wir wurden wieder Weltmeister. Die Fußballmannschaft der Bundesrepublik Deutschland, mit Franz Beckenbauer, Gerd Müller und Uli Hoeneß siegte mit 2:1 gegen die Niederlande im Münchner Olympiastadion.

„Wir freuen uns, gemeinsam mit unseren Gästen das Jubiläum des Freihaus Brenner zu feiern."

1974 – da waren wir, Katharina und Max, noch nicht geboren. Unsere Eltern haben sich noch nicht einmal gekannt. Aber es ist dennoch ein Schicksalsjahr für uns. Denn 1974 hat Jupp Brenner das Freihaus Brenner eröffnet. Zusammen mit Christine wurde aus der „Schankwirtschaft über Bad Wiessee", wie es im Archiv der Gemeinde heißt, ein Restaurant, das heute eine Institution ist. Und wir beide sind stolz und dankbar, dass wir das Haus weiter in die Zukunft führen dürfen.
Von der Geschichte und den Geschichten dieser fünf Jahrzehnte können Sie in diesem Jubiläumsheft lesen. Der Künstler Hans Reiser hat extra das Cover für diese Jubiläumsausgabe gestaltet. Aber wir haben auch einfach Gespräche geführt mit interessanten Menschen. Da sprechen die Autorin Hanna von Feilitzsch und ihre Schwiegertochter, die Geigerin Amelie von Feilitzsch, über ihr Tun, da gibt es neue Erkenntnisse von Professor Dr. med. Stefan Lorenzl zur Demenz-Forschung. Der Kunstsammler Thomas Olbricht, der eine außergewöhnliche Gerhard Richter Collection besitzt, die er gerade ins Tegernseer Tal entliehen hat, hat als einzigem Medium dem Brenners-Magazin Rede und Antwort gestanden.
Wir arbeiten intensiv daran, dass Sie, liebe Gäste, immer wieder ein inspirierendes Erlebnis haben, wenn Sie unser Heft in Händen halten. Aber noch mehr freut uns, wenn Sie mit uns das Jubiläum des Freihaus Brenner feiern und wir Sie auch in Zukunft bald wieder persönlich im Freihaus Brenner begrüßen dürfen!

Herzlichst
Katharina und Max Jäger

INHALT

Vorwort Seite 03
Impressum Seite 05

TEGERNSEE
Jubiläum
50 Jahre Freihaus Brenner Seite 08

Geschichte und Geschichten vom Freihaus Seite 12

Freihausküche
Klassiker Seite 26

See-Esprit oder Wanderwunder
Spazieren zu Hildegard
Wandern zu Maria Seite 34

Brain Heal
Demenz vorbeugen – es geht! Seite 38

Zu Tisch
Amelie von Feilitzsch und Hanna von Feilitzsch Seite 48

Meister der Tafelbilder
Hans Reiser Seite 54

Kunstsammlung
Thomas Olbricht Seite 56

Über D'Almen
Bauernlandschaft – Kulturlandschaft Seite 62

INHALT

IMPRESSUM

Herausgeber
MAX JÄGER www.freihaus-brenner.de

Chefredaktion
SONJA STILL www.sonja-still.de

Max Jäger, Freihaus Brenner GmbH & Co.KG, Freihaus 4, 83707 Bad Wiessee, Tel. 08022 86560, Fax 08022 865616, info@freihaus-brenner.de
Unser Cover wurde anlässlich des Jubiläums von Hans Reiser geschaffen. www.reiserhans.de
FOTOS: Adobe Stock, Sonja Still, Freihaus Brenner, Privat sowie Anzeigenkunden
Das Foto vom Freihaus wurde uns freundlicherweise zur Verfügung gestellt von: MOKATI Fotos und Film OHG, Ottostr. 2, 85551 Kirchheim bei München
GESTALTUNG: Julia Holsten, www.juliaholsten.de
ANZEIGENVERKAUF: Martina Langnickel, ml@stillsmedia.de , Tel. 0157 85080620 oder magazin@freihaus-brenner.de, Tel. 08022 86560
SCHLUSSREDAKTION: J. Schneider, StillSmedia · DRUCK: Mayr Miesbach GmbH

© BRENNERS, soweit nicht anders angegeben. Alle Rechte vorbehalten. Die Zeitschrift und alle darin enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Mit Ausnahme der gesetzlich zugelassenen Fälle ist eine Verwertung ohne Einwilligung des Herausgebers strafbar. Für unverlangt eingesandtes Text- und Bildmaterial wird keine Haftung übernommen.

BRENNERS Freihaus Tegernsee: Die nächste Ausgabe erscheint im Herbst 2024

Das Leben feiern und gemeinsam unvergessliche Momente ins Buch der Erinnerungen schreiben.
Dafür kommen seit 50 Jahren die Gäste ins Freihaus Brenner.

© sonjapoehlmann.de

50 Jahre Freihaus Brenner

Text und Fotos SELINA BENDA

Grund genug, um einen Blick auf die Anfänge und die Entwicklung zu wagen. Selina Benda führte ein Gespräch mit Christine und Jupp Brenner sowie Katharina und Max Jäger, über die Zeiten in der Gastronomie, aber auch übers Leben.

Jupp und Christine Brenner sowie Katharina und Max Jäger

Die Geschichte vom Freihaus Brenner erzählt von einem Leben mit viel Arbeit, aber berichtet auch über echte Herzlichkeit und sagt etwas über Mut und Weitblick aus. Jupp und Christine Brenner haben die ehemalige Bauernwirtschaft zu einem erstklassigen Restaurant weiterentwickelt. „Wir haben immer zusammengehalten", sagen sie.

Vom Allgäu und vom Tegernseer Tal

Dabei starteten die beiden sehr unterschiedlich in ihre jeweiligen Leben. Christine Brenner wuchs als Unternehmertochter im Unterallgäu auf, machte zunächst eine kaufmännische Ausbildung im elterlichen Heizungs- und Sanitärbetrieb und eröffnete nach einer weiteren Ausbildung zur Kosmetikerin ihre eigene Parfümerie in der Heimat. Schon bald arbeitete sie für das Luxus-Kosmetikunternehmen Estée Lauder und reiste durch die Welt. Jupp Brenner, als waschechter Tegernseer, hatte eine „wunderschöne und unbeschwerte Kindheit", wie er selbst sagt, in Abwinkl in Bad Wiessee. Nach seiner Ausbildung zum Koch im Hotel Bachmair Weissach zog es den jungen Jupp ebenfalls über die Grenzen seiner Heimat hinaus. Er arbeitete in verschiedenen Hotels in Reit im Winkl, Paris und der Schweiz, kehrte zwischendurch jedoch immer wieder in sein geliebtes Tegernseer Tal zurück.

Es war 1974 als er bei einem seiner Heimaturlaube mitbekam, dass das Berggasthaus Freihaus auf der Anhöhe über dem Ort verpachtet werden sollte. „Ich hatte das schon immer als einen der schönsten Plätze hier empfunden", erinnert er sich. Er wurde sich mit der damaligen Besitzerin einig, übernahm die Wirtschaft mit Fremdenzimmern – die er dann 15 Jahre später erwarb – und stürzte sich damit in ein Abenteuer, welches sein Leben maßgeblich prägen sollte. Im Mai 1978 verschlug es Christine beruflich nach Rottach-Egern. Mit einer gemeinsamen Bekannten ging sie zum Spargelessen ins Brenners und lernte den Chef persönlich kennen. „Liebe auf den ersten Blick war das nicht", erzählt sie. Doch irgendetwas schien die beiden aneinander fasziniert zu haben. Am nächsten Tag rief Jupp sie an und führte sie zum Essen aus. „Ich weiß bis heute nicht, was dich da geritten hat", sagt Christine neckend.

Gemeinsam stark

Von da an schritten sie ihren Lebensweg gemeinsam weiter. Christine kam immer an den Wochenenden an den Tegernsee, half in der Wirtschaft mit. Schließlich löste sie ihr Geschäft in der Heimat im Allgäu auf, um ganz ins Freihaus zu ziehen. Im April 1979 folgte die Hochzeit, recht pragmatisch sei der Antrag gewesen. „Ich habe zu ihr gesagt, heiraten wir halt. Aber überleg es dir gut, arbeiten musst du viel", erzählt Jupp Brenner. Er sollte recht behalten. Vor allem aber mit seiner Einschätzung, dass er dafür die perfekte Frau an seiner Seite hatte.

Es folgte eine „verrückte Zeit", wie es die beiden heute beschreiben. Gemeinsam bewohnten sie eines der Fremdenzimmer im ersten Stock, teilten sich mit ihren Gästen das Etagenbadezimmer und noch im selben Jahr wurde das Freihaus zum ersten Mal groß umgebaut. Es sollte der Auftakt für eine Reihe von Entwicklungen werden.

Christine Brenner führte den Service, das Personal und die Verwaltung des Brenners und machte es sich zur Aufgabe, dieses zu einem zweiten Zuhause zu gestalten. Viermal im Jahr dekorierte sie aufwendig um. Viele Blumengestecke und Dekoration für Hochzeiten und Events machte sie selbst. Bis heute ist dies eines der besonderen Merkmale im Freihaus. Jupp hatte währenddessen in der Küche das Regiment inne. „Aber wir wollten nie zu fein, nie eine Sternegastronomie werden. Man sollte immer so handeln, als ob man seine besten Freunde einladen und bewirten würde. Freilich, es sind dann Gäste, die zahlen", erklärt der Gastronom. Mit dieser Einstellung kann man eigentlich nichts falsch machen.

Gute Freunde

Wohl fühlte sich auch Gunter Sachs im Freihaus. Einmal den Ausblick vom Balkon im zweiten Stock genossen, wollte er diesen nicht mehr missen und mietete das ehemalige Büro der Brenners nach einem Umbau dauerhaft an. „Das war lustig, weil er dort oben Tür an Tür mit unserem Spüler wohnte", erinnern sie sich. Gunter Sachs wurde zum Freund und sollte für einige Schlüsselmomente im Leben der beiden sorgen. „Er hat uns in andere Welten geführt, neue Perspektiven aufgezeigt."

Das Restaurant lief bestens und Jupp Brenner streckte seine Fühler nach neuen Projekten aus. Ob nun die Gastronomie an der Trabrennbahn in Daglfing, das Gut Kaltenbrunn in Gmund oder die Winner´s Lounge in der Spielbank Bad Wiessee – mit seinem Ehrgeiz führte er alle seine Unternehmen zum Erfolg. „Das geht aber auch nur, wenn die Frau dableibt wie der Schrank im Haus", sagt Christine mit einem Schmunzeln. Sie leitete in dieser Zeit das Freihaus mit dem langjährigen Team weiter. Es sei eine harte und arbeitsintensive Zeit gewesen. „Ärmel hoch und durch", hieß es damals.

Eine Firmenübergabe mit Zukunft

Im Jahr 2018 war es an der Zeit, das Zepter im Freihaus Brenner zu übergeben. Dieses ging in bekannte Hände über, denn mit Max Jäger übernahm quasi „ein alter Bekannter" die Geschicke. Bereits mit 18 Jahren, nur einen Tag nachdem er seine Lehre als Koch beendet hatte, fing der gebürtige Tölzer im Jahr 2003 als Jungkoch im Freihaus an. Damals waren die Sommer noch arbeitsreich und die Wintermonate saisonbedingt ruhiger und so verbrachte er die Wintersaison als Koch im Hospiz am Arlberg. Einmal die Luft der weiten Welt geschnuppert, zog es den Jungkoch weiter hinaus. Er kochte sich nach oben, wurde mit 22 Jahren bereits Küchenchef, hatte im Grand Resort Zürserhof bald 36 Köche unter sich und war in den Sommermonaten für das Catering der Formel 1 weltweit unterwegs.

Doch auch er kam immer wieder zurück nach Bad Wiessee. „Wenn man einmal im Freihaus war, bleibt man dabei. Es gibt wenige Betriebe, in denen es so familiär zugeht." Bei einem seiner Besuche nahm ihn der Hausherr zur Seite und eröffnete ihm die Idee, eines Tages das Freihaus zu übernehmen. „Ich habe immer gesagt, dass ich mich mit 30 Jahren selbstständig machen will", erzählt Max Jäger, der aus einer Gastronomenfamilie stammt. Dass er das Freihaus übernehmen sollte, davor hatte er jedoch einen gesunden Respekt. „Beim Heimfahren dachte ich mir, der Jupp spinnt ja", erinnert er sich. Es waren große Fußstapfen, in die er treten sollte. „Aber der Jupp hat immer gesagt, wenn der Max seinen Weg macht, könnte das etwas werden", erinnert sich Christine Brenner. Am 1. April 2015 sollte es so weit sein. Max Jäger stieg – zunächst – als Geschäftsführer im Freihaus ein.

Auch er sollte eine Partnerin an der Seite haben, die das Abenteuer Gastronomie mit ihm gemeinsam wagte. Seine Frau Katharina und er kannten sich bereits seit ihrer Kindheit, das Skifahren war und ist ihre gemeinsame Leidenschaft. Ihr beruflicher Weg führte Katharina in den Leistungskader des DSV und zur Polizei. Aber an Max' 18. Geburtstag kreuzten sich ihre Wege wieder. 2014 heiratete das Paar, kurz nach der Geburt des ersten Sohnes im Februar 2016 zogen sie im Freihaus ein, das ehemalige Sachs-Appartment wurde dafür umgebaut. Bis heute ist der vordere Teil die einzige verbliebene Suite für Gäste im Haus, im hinteren Teil wohnen Max und Katharina Jäger mit ihren mittlerweile zwei Kindern. „Für mich war das alles neu, schon allein der Umgang mit den Gästen." Der langjährige Oberkellner Hans hätte sie an die Hand genommen, ihr immer Tipps gegeben und sie den Stammgästen vorgestellt. Christine Brenner führte Katharina in ihre Aufgabenbereiche ein. „Ich war immer sehr nervös und sie hat mich immer beruhigt. Mit der Zeit bin ich lockerer geworden", erzählt Katharina. „Ich war 40 Jahre lang aufgeregt!", gibt Christine Brenner lachend zu.

Glück und Dankbarkeit

Durch den fließenden Übergang wuchsen die neuen Pächter in ihre jeweiligen Rollen und die Familie Brenner zog sich zurück. „Manches läuft anders als früher, aber das ist auch gut so, sie müssen ihren eigenen Weg gehen", sagt Jupp Brenner. „Wir hatten viel Glück im Leben", sind sie sich einig. Alles hätte seine Zeit. Untätig können Christine und Jupp Brenner von Natur aus nicht sein. Mit ihrem Appartmenthaus „Ansitz Brenner" in Gmund führen sie ihr Leben, für Gäste mit einem Zuhause-Gefühl zu sorgen, weiter.

Was beide Ehepaare eint, ist die Liebe zum Freihaus. „Es war immer ein besonderer Ort für mich hier oben", sagt Jupp Brenner. Und das ist er auch für die Familie Jäger. „Einen Seelenort", nennt es Katharina. Die Besonderheit sei, dass es sich wie eine große Familie anfühle, die sich immer gegenseitig unterstützt. „Das Freihaus machen aber vor allem unsere Gäste aus", sind sich die vier einig. „Sie haben uns immer die Treue gehalten und das wissen wir sehr zu schätzen."

Jupp und Christine Brenner (oben) und Gunter Sachs, der „Untermieter" (unten) um das Jahr 2000.

Rieder Raumgestaltung . Miesbacher Straße 18 . 83734 Hausham . 08026 . 8344 . www.raumgestalter.net

Geschichte und Geschichten vom Freihaus

Text ISABELL MIECKE Fotos ARCHIV BAD WIESSEE UND PRIVAT

DAS FREIHAUS IST HEUTE WUNDERBARE EINKEHRSTÄTTE, VOR HUNDERT JAHREN BEGANN ALLES MIT EINER SCHANKLIZENZ FÜR AUSFLÜGLER ...

Das Freihaus in Bad Wiessee – seine Historie geht weit zurück in die des Tegernseer Tales. So war bereits im Urbar des Klosters aus den Jahren 1480 bis 1510, einem Güterverzeichnis der Tegernseer Benediktiner, welches die Besitz- und Grundrechte aufführte, die Rede vom Prandtlehen Freyhais oder auch Freythas in Wesses. Rund um den See hatte das Kloster zahlreiche Lehenshöfe errichten lassen und mit dem dazu gehörigen Land und einer Ausstattung an Vieh und allem anderen Nötigen an Familien gegeben, die fortan einen genau festgelegten Lehenszins zu entrichten hatten.

Mit der Säkularisation Anfang des 19. Jahrhunderts und der Auflösung der Klöster fielen die Lehen an den Staat. Viele Bauern zahlten eine Ablöse, um fortan frei wirtschaften zu können.

Eine Sommerwirtschaft für Wiessee

Im Archiv der Gemeinde Bad Wiessee taucht das Freihaus erstmals als kleiner Bergbauernhof im Besitz der Eheleute Lärch auf. Diese besaßen zudem noch den Wiesbauern in unmittelbarer Nachbarschaft des Freihauses und fragten im Jahr 1870 bei der Gemeinde um die Errichtung einer Sommerwirtschaft an.

Seit der bayerische König Max I. Josef im Jahr 1817 das ehemalige Kloster Tegernsee gekauft hatte, erlebte das gesamte Tal einen wirtschaftlichen Aufschwung – nicht zuletzt deshalb, weil die Sommerfrische zu einem immer beliebter werdenden Zeitvertreib derer wurde, die es sich leisten konnten. Das Wandern in den Bergen, das Verweilen am See, der Genuss der guten Luft und der schönen Natur kamen in Mode. Eine Sommerwirtschaft oben am Freihaus hätte also durchaus Aussicht auf Erfolg gehabt.

Der Antrag der Lärchs wurde jedoch abgelehnt. So hieß es in der Begründung der Gemeindeverantwortlichen: „Ein Gasthaus war bisher dem allgemeinen Bedürfnis der Gemeinde Wiessee vollkommen genügend. (Anmerkung: Gemeint war hier der Hackermo, der spätere Gasthof Zur Post, welcher mit seiner zentralen Lage alleinig das Recht zum Bierausschank innehatte.) Der Fremdenverkehr ist in Wiessee und nächster Umgebung ein äußerst geringer und wenn auch einzelne Sommergäste die allerdings hübsche Aussicht auf den Tegernsee vom Freihaus aus genießen wollen, so läßt sich daraus noch nicht auf die Notwendigkeit einer Sommerwirtschaft dortselbst schließen, zumal das Hackermann´sche Wirtshaus vom Freihaus kaum eine Viertelstunde entfernt ist."

Historische Fotos und alte Ansichtskarten aus den letzten hundert Jahren im Stüberl.

Der Viehgatter-Streit oder wie die Wiesseer lieber auf Sommerfrischler verzichteten

Weiß man um die Entwicklung und die Geschichte Wiessees in der damalige Zeit Bescheid, so lässt sich die ablehnende Haltung gegenüber einer Sommerwirtschaft oben am Freihaus zum Vergnügen der Sommerfrischler in zweierlei Hinsicht erklären.

Zum einen waren die Wiesseer gar nicht darauf aus, dass das Westufer des Tegernsees von Fremden aufgesucht wurde. Dies wurde deutlich am über Jahre andauernden Viehgatter-Streit. Der einstige Fahrweg von Kaltenbrunn bis Weißach, der auf Wunsch des bayerischen Königs angelegt worden war, wurde 1862 zur Distriktstraße erklärt. Dabei handelte es sich um eine schmale Einbahnstraße mit sechs Ausweichstellen. 1873 erging an den Wiesseer Bürgermeister die Verfügung des Bezirksamtes, dass die zahlreichen Viehgatter auf dieser Straße zu beseitigen seien, da diese den Verkehr behinderten. Den Anlass für diese Entscheidung hatte eine Fahrt des Bezirksamtsassessors Freiherr von Mahlsen gegeben, der auf seiner Fahrt nach Wiessee erleben musste, dass der Kutscher ganze acht Gatter zu passieren hatte, deren Öffnen und Schließen eine enorme Verzögerung der Fahrt bedeutete. Von Mahlsen forderte also ein Entfernen der Viehgatter, was den Wiesseern gar nicht recht war. Schließlich hatten die Gatter ihren Sinn, sorgten sie doch für das Einhalten uralter Weiderechte.

Aus heutiger Sicht befanden sich die Gatter an der Breitenbachbrücke, am Rathaus, an der Hagngasse (zwei Stück), zwischen Schule und Hotel Bussi Baby, auf Höhe von Betten Niedermaier, beim Bucherweg und beim Bergerweg. Diese dienten zum Viehtrieb und zur Abgrenzung der Weiden. Denn das gesamte Gebiet von Wiessee und Abwinkl sowie die Berghänge waren Weideland.

Nicht zuletzt die Wiesseer Buben freuten sich über die zahlreichen Gatter – von denen es übrigens noch zwei weitere am Bayerhof und in Kaltenbrunn gab. Sie hatten einen lukrativen Nebenverdienst entdeckt, für den es sich lohnte auf Reiter, Kutschen und Fuhrwerke zu warten und das Öffnen und Schließen zu übernehmen.

Trotz der Anordnung blieben die Wiesseer und die Abwinkler stur und argumentierten damit, dass es ja wohl nicht sein könne, dass ein eher geringes Verkehrsaufkommen die Landwirtschaft dermaßen einschränken dürfe. Es sei ja nicht sehr viel los – ein paar leichte Fuhrwerke und Equipagen nur dann, wenn die Sommerfrischler am See wären und Rundfahrten machten. Der Fall ging schließlich vor Gericht. Die Wiesseer bekamen Recht. Die Gatter blieben bestehen.

Ein paar Jahre später wurde die Distriktstraße erweitert und erneut der Versuch unternommen, die Wiesseer zur Einsicht zu bewegen. Wieder scheiterte das Bezirksamt und der Verkehr, der auf der Ostseite des Sees zwischen Gmund und Rottach reibungslos funktionierte, wurde auf der Westseite weiterhin durch das Öffnen und Schließen der Gatter ausgebremst. Erst im Jahr 1896 gaben die Wiesseer nach. Die Gatter wurden entfernt und es herrschte freie Fahrt auf beiden Seiten des Sees.

Das Gesindel rund ums Freihaus

Ein weiterer Punkt in der Begründung, warum man keine Sommerwirtschaft am Freihaus wollte, war die Befürchtung, dass sich dort ungutes Gschwerl herumtreiben könne. So hieß es in der offiziellen Ablehnung der Gemeinde zudem: „Eine Sommerwirtschaft im Freihaus dürfte nur ein Sammelplatz von die Öffentlichkeit scheuenden jungen Leuten und Wildschützen sein." Der Grund für diese Befürchtung dürfte der Wiesbauern-Franzl gewesen sein, der aus der direkten Nachbarschaft des Freihauses herstammte. Dieser verstand sich aufs Wildern und Stehlen und wurde schließlich zu einem gefürchteten Räuber, der sich nahm, was er wollte, und somit für Angst

Die Mitarbeiter – Fotos aus verschiedenen Jahrgängen.

und Schrecken sorgte. Sein kurzes, wildes Leben nahm deshalb auch ein schlimmes Ende, als er nach einem seiner vielen dreisten Raubzüge samt seinem Hund erschossen wurde. Die Befürchtung, es könne sich oben am Freihaus weiteres Gesindel herumtreiben, blieb noch einige Zeit bestehen.

Das Freihaus wird zum Ausflugsziel

Letztendlich gab die Gemeinde der immer größer werdenden Nachfrage nach Ausflugszielen mit Schänken nach und das Freihaus bekam doch noch seine Lizenz. So heißt es in einem Reiseführer aus dem Jahr 1905: „Freihaus: gut geführte Sommerwirtschaft auf idyllischer Waldwiese mit entzückendem Blick auf See und Gebirge. Von der Dorflinde in Neu-Wiessee, unweit des Motorlandesteges, in 20 Minuten zu erreichen; zuerst durch Moorlandschaft, dann auf schattigem Waldweg mäßig ansteigend, zuletzt über Wiesenhalde."

Ungefähr um diese Zeit erwarb Anton von Rieppel; Direktor der Maschinenfabrik Augsburg-Nürnberg (MAN), das Freihaus und den Wiesbauern, in welchem er Stallungen einrichten ließ. Doch schon bald – ungefähr um das Jahr 1920 – legte ein Brandunglück das Freihaus in Schutt und Asche. 1922 ließ Anton von Rieppel, der später auch viele Grundstücke in der Au, unterhalb des heutigen Jägerwinkels, sowie den Rohbognerhof und den Winnerhof samt Umland besaß, das Freihaus wieder aufbauen. Nach den Plänen des Nürnberger Architekten Ludwig Ruff und etwas mehr nördlich vom ursprünglichen Standort fand das neue Freihaus seinen Platz.

Nach Anton von Rieppel weist der Hausakt des Gemeindearchivs von Bad Wiessee im Jahr 1949 Dr. Heinrich Kühlewein als Eigentümer aus. Danach übernahm Anni Steinhäußer den Berggasthof, die schließlich im Jahr 1974 die Leitung an Josef und Christine Brenner abgab.

Vor über 150 Jahren nahm also die Geschichte der Gastlichkeit im Freihaus von Bad Wiessee ihren Anfang – von einem bescheidenen Sommerausschank hin zu einer Höhenwirtschaft, die sich schließlich von einem Berggasthaus zu einer der besten Adressen am Tegernsee entwickelte. Und was immer geblieben ist, ist dieser besondere Platz mit seiner unvergleichlichen Aussicht auf den schönen Tegernsee, den alle genießen, die dort hinaufkommen.

Die Jubiläumsfeier

Das Sommerfest mit Musik und Tanz steigt am 6. Juli 2024. Einlass ist ab 17 Uhr. Tickets gibt es für 150 Euro pro Person im Freihaus. Anmeldung unter info@freihaus-brenner.de
Ein Teil des Erlöses geht als Spende an gemeinnützige Organisationen im Tegernseer Tal.

Die Jubiläums-Tombola
1. Preis: Eine Feier im Freihaus für 20 Personen
2. Preis: Ein Dirndl von Trachten Greif
3. Preis: Zwei Karten für die Allianz Arena

Die Frage lautet: Wie heißen die Gründer des Freihaus Brenner mit Vornamen? Schicken Sie die Lösung per E-Mail an office@freihaus-brenner.de

„Danke an unsere Mitarbeiter", sagen Christine und Jupp sowie Katharina und Max. Zum Jubiläumsjahr gibt es ein Fest nur für Sie. Es steigt am 7. Juli 2024 ab 16 Uhr. Dann ist das Freihaus nur für Mitarbeiter und alle ehemaligen Mitarbeiter geöffnet. Max Jäger bittet alle Mitarbeiter, es auch denen weiterzusagen, die vielleicht keine E-Mail haben oder inzwischen anderswo leben. „Geladen sind alle, die für das Freihaus Brenner und die ehemaligen Locations von Jupp Brenner tätig waren. Wir freuen uns darauf. Auch hier die Anmeldung bitte unter info@freihaus-brenner.de

Aus anderem Holz.

EHAM INNENARCHITEKTUR KÜCHE BODEN SCHREINEREI

EHAM.DE

Die Pause vom Alltag

MONTE MARE ist heute einer der größten Freizeitanbieter Deutschlands. Die 40-jährige Firmengeschichte ist eng mit der Geschichte des Unternehmers Herbert Doll verbunden, der mit Elan und Schaffenskraft das Unternehmen lenkt.

In Kooperation mit den Tegernseer Kur- und Versorgungsbetrieben (TKV) betreibt monte mare die Seesauna Tegernsee.

monte mare feiert Geburtstag. Seit 40 Jahren steht das Familienunternehmen mit Hauptsitz im Westerwald nicht nur für die wohlverdiente „Pause vom Alltag", sondern auch für erfolgreiches Planen, Bauen und Betreiben von Bäder-, Sauna- und Wellnessanlagen. Als im Jahr 1984 im heilklimatischen Kurort Rengsdorf das erste monte mare seine Pforten öffnete, war noch nicht abzusehen, dass das Unternehmen schnell zu einem der größten Freizeitanbieter Deutschlands aufsteigt.

11 eigene Bäder betreibt monte mare in seinem Jubiläumsjahr – aber noch viel mehr wurden in vier Jahrzehnten geplant und schlüsselfertig oder als Generalübernehmer errichtet. Auf mehr als 45 Hallen- und Freizeitbäder in Deutschland und in angrenzenden Nachbarländern blicken die hauseigenen Architekten, Fachplaner und Ingenieure voller Stolz zurück.

Und immer mehr kommunale Bäderbetreiber – denen das Wasser in ihren Bädern, die zum Teil noch dem „Goldenen Plan" der 70er Jahre entstammen, nicht erst seit der Energiekrise buchstäblich „bis zum Hals" steht – vertrauen auf die Expertise der Bäderprofis aus dem Westerwald. Dies spiegelt sich in unzähligen Studien und Gutachten, Konzepten und Projektentwicklungen wider. Die Anforderungen sind seit jeher vielfältig und erfordern ein breites Wissen in vielen Bereichen: Von der energetischen Sanierung unter Berücksichtigung der technischen Möglichkeiten mit möglichst kleinem ökologischen Fußabdruck, über die bauliche und technische Ertüchtigung bis hin zu Lösungen, für die monte mare sein gesamtes Know-How und das Leistungsportfolio »aus einer Hand« bieten kann: Planen, Bauen und Betreiben.

Neben seiner Kernkompetenz rund um Bäder, Sauna und Wellnessanlagen hat das Unternehmen sein Portfolio im Jahr 2018 mit der Eröffnung des ersten monte mare Hotels in Andernach bei Koblenz erweitert. Auch in diesem – noch verhältnismäßig jungen Bereich – befinden sich inzwischen weitere Projekte in Planung.

In Schliersee hat monte mare im Jahr 2023 eine Ferienvilla zum Arbeiten und Urlauben – neudeutsch: Workation – sowie eine Ferienwohnung errichtet. Weitere 28 Ferienwohnungen befinden sich derzeit in Planung.

In den eigenen 11 Betrieben sorgen mehr als 1.200 MitarbeiterInnen dafür, dass jährlich rund 3,2 Millionen Gäste einen unbeschwerten Tag Urlaub vom Alltag genießen können, auch in Tegernsee und Schliersee. Dabei hat Herbert Doll eins nie aus den Augen verloren: das Miteinander. monte mare ist ein Familienunternehmen. Auch seine Kinder wirken im Unternehmen mit und werden monte mare weiterführen. Sohn Patrick Doll wird in Kürze die Nachfolge im Unternehmen antreten.

Bei monte mare dreht sich alles um „die Pause vom Alltag": sich etwas gönnen, die Seele baumeln lassen und einfach mal nichts tun. Egal ob Bahnen ziehen im Freizeitbad, schwitzen in der Sauna oder vollkommen entspannen bei einer Wellnessmassage – im monte mare gestalten die Gäste ihren Urlaubstag ganz so, wie sie es wünschen.

Bäder

Foto: BELOW SURFACE Tobias Friedrich
Tauchen

Sauna

Wellness

Gastronomie

Fitness

Hotel

Salzgrotte

Urlaub vor der Haustür
Es gibt diese Orte, an denen fühlt man sich einfach wohl. Darum geht es bei monte mare. Hierher können die Besucher sich zurückziehen, wenn sich die Welt um sie herum mal wieder zu schnell dreht. Sich Zeit für sich selbst nehmen. Auftanken. Mit allen Sinnen genießen.

In den monte mare Anlagen erleben die Gäste die einzigartige Verbindung von Wasser, Wärme und Wellness. Sie wählen selbst, wie sie ihren ganz persönlichen Tag Urlaub verbringen. Ob nach einem anstrengenden Arbeitstag, nach dem Sport, an Schlechtwetter-Tagen oder einfach mal zwischendurch: Erholung für Körper, Geist und Seele ist hier garantiert. Liebevoll gestaltet bis ins kleinste Detail ist jedes monte mare etwas ganz Besonderes.

Wellness wie auf Bali erleben die Besucher im **monte mare in Bedburg.** Der großzügig gestaltete Sauna- und Wellnessbereich in balinesischem Stil bietet mit insgesamt neun verschiedenen Themensaunen sowie Dampfbädern, einem Außenbecken und großzügigen Ruheräumen das perfekte Ambiente für einen Tag Urlaub vom Alltag. Entspannung aus 1001 Nacht erwartet die Gäste des **monte mare in Rheinbach**. Orientalische Elemente, sanfte Farben und angenehme Düfte schaffen ein einzigartiges Wohlfühlambiente und lassen Märchen aus 1001 Nacht wahr werden. Ein besonderes Highlight ist das 10 Meter tiefe Indoor-Tauchzentrum, wo auch Schnupper- und Einsteigerkurse geboten werden.

Klein und fein präsentiert sich das **monte mare in Kreuzau.** Vom Dampfbad bis zur 10 Meter hohen Turmsauna wird hier für jeden Geschmack etwas geboten. Im Textil-Wellnessbereich mit Stollensauna, Dampf- und Solebad wird zudem in Badekleidung sauniert. Im **monte mare in Reichshof-Eckenhagen** genießen die Besucher authentische Badezeremonien und Erlebnisaufgüsse im „russischen Saunadorf" mit original sibirischer Banja und lassen sich in die Zeit der Zaren zurückversetzen.

Ein Besuch im **monte mare in Kaiserslautern** erinnert an Urlaub in der Toskana. Sanfte Terracottatöne und mediterrane Gestaltung, ein plätschernder Bachlauf sowie das Toskanische Ruhehaus laden zum Träumen ein. Im **monte mare Obertshausen** schaffen wohnliche, warme Farben und Motive eine afrikanische Atmosphäre und laden zum Relaxen ein. Im großzügigen Außenbereich oder den gemütlichen Ruheräumen bleibt Zeit und Raum zum Entspannen und Tagträumen.

Das **monte mare SAUNA – SPA – SPORTS – HOTEL in Andernach** mit angeschlossenem Fitnessstudio bietet seinen Gästen mediterranes Urlaubsfeeling in exklusivem Ambiente. Wer länger bleiben möchte, übernachtet im direkt angrenzenden monte mare Hotel, das 2018 eröffnet wurde.

Wellness mit Alpenpanorama genießen Sie im **monte mare in der Vitalwelt in Schliersee.** Und auch die **monte mare Seesauna in Tegernsee** begeistert mit einem atemberaubenden Ausblick auf Berge und See. Das Saunaschiff „Irmingard" bietet zudem ein exklusives Schwitzerlebnis auf dem Tegernsee.

www.monte-mare.de

2018
Andernach HOTEL

2012
Andernach

2010
Bedburg

2009
Kreuzau

2008
Schliersee

2008
Tegernsee

2005
Obertshausen

2004
Oer-Erkenschwick

2004
Kaiserslautern

2002
Rheinbach

1994
Reichshof-Eckenhagen

1984
Rengsdorf

Soziales Engagement
Als Deutschlands größter Betreiber von Freizeitbad-, Sauna und Wellnessanlagen ist monte mare sich auch seiner gesellschaftlichen Verantwortung bewusst. „Soziales Engagement ist für uns eine Herzensangelegenheit. Die Schwächsten in unserer Gesellschaft brauchen unsere Unterstützung, insbesondere, wenn es sich um Kinder handelt", erklärt Unternehmensgründer Herbert Doll.

Deshalb unterstützt das Familienunternehmen neben regionalen Projekten auch die Stiftung Fly & Help, die weltweit Schulen für Kinder in Entwicklungsländern baut und ihnen somit die Chance auf Bildung und ein besseres Leben ermöglicht. Durch Spenden der monte mare Geschäftsführung sowie von Mitarbeitern und Gästen konnten bisher sieben Projekte seit 2012 verwirklicht werden: „Eine gute Schulbildung ist der Grundstein für eine sichere Zukunft", erklärt Herbert Doll. „Gemeinsam mit Fly & Help haben wir bisher 5 Schulen und ein Hostel einweihen können. Das siebte Projekt – eine Schule in Kenia – befindet sich gerade im Bau."

Anfang Mai 2018 besuchten 25 monte mare Mitarbeiter gemeinsam mit Reiner Meutsch von der Stiftung Fly & Help das ostafrikanische Land Ruanda, um eine monte mare Schule zu eröffnen. Dort lernte Herbert Doll auch Dr. Uta Düll kennen, die in Gikonko, einer abgelegenen Bergregion im Süden Ruandas, ein Krankenhaus betreibt. Das Leben und Wirken der Würzburger Ärztin, die sich nicht nur um die medizinische Versorgung der armen Bevölkerung kümmert, hat Doll nachhaltig beeindruckt. So unterstützt er mit monte mare seither auch die Arbeit von Uta Düll und dem Institut St. Bonifatius in Gikonko.

Doch neben der Arbeit in Entwicklungsländern liegen dem Unternehmer auch regionale Projekte am Herzen wie die Vor-Tour der Hoffnung, die sich für krebskranke Kinder und deren Familien engagiert, oder der Bunte Kreis, der Familien begleitet, die einen schweren Schicksalsschlag verarbeiten müssen. Auch Institutionen wie das DRK, Kindergärten, Flüchtlinghilfeeinrichtungen oder Kirchengemeinschaften in den Regionen der monte mare Einrichtungen erhalten regelmäßig Zuwendungen. Auch das Kloster Maria Laach mit angrenzendem Hotel hat Doll mit einer Spende unterstützt, um das kulturelle Erbe sowie den Tourismus vor der Haustür zu unterstützen.

Das monte mare HOTEL in Andernach wurde mit 4 Sternen ausgezeichnet

5 Fragen an Herbert Doll, monte mare Geschäftsführer

Herr Doll, vor 40 Jahren begann die Unternehmensgeschichte von monte mare mit dem Kauf des Rengsdorfer Wellenbads. Bis heute ist daraus ein Unternehmen mit 1.250 Mitarbeitern und mehr als drei Millionen Gästen im Jahr geworden …

Ja, und das begeistert mich bis heute. Ich freue mich, in meinem Beruf meine Berufung gefunden zu haben und das tun zu dürfen, was wir bei monte mare machen, nämlich planen, bauen und betreiben. Seiner Berufung nachzugehen, ist die Grundlage für persönlichen und letztlich auch wirtschaftlichen Erfolg. Davon bin ich felsenfest überzeugt.

Haben Sie schon damals erkannt, dass die Themen Wellness und Freizeit ein so langfristiger Wachstumsmarkt sein würden?

Ich hatte das richtige Gespür und ein Faible für das Thema, es war aber eine Herausforderung. Schon in den Achtzigern erwachte das Bedürfnis nach einer Pause vom Alltag, um dem täglichen Stress zu entgehen. Im Bereich Freizeit haben sich zum Beispiel „Robinson-Club", „Center Parcs" oder auch „Club Med" sowie im Sauna- und Wellnessbereich führende Hotels dem Thema angenommen. Somit stellte sich uns die Aufgabe, dieses Urlaubsfeeling auch vor der Haustür möglich zu machen. Die Idee „Hier beginnt Ihr Urlaub" war geboren. Die immer größer werdende Zielgruppe aus leistungsorientierten und stark beanspruchten Berufszweigen erhoffte sich eine Auszeit, um neue Energie und geistige Frische zu finden. Der Stress unserer heutigen Zeit und neue Krankheitsbilder wie zum Beispiel „Burn Out" zeigen, dass wir mit unserem Angebot ein Produkt bieten, welches auch in der weiteren Zukunft einen wichtigen Beitrag leistet.

Elan allein reicht aber doch nicht aus, um so lange am Markt erfolgreich zu bestehen …

Natürlich nicht! Das gibt nur den nötigen Schwung. Ein Unternehmen kann man allein damit nicht dauerhaft halten. Die Kombination von Wissen und Erfahrungen mit frischen Ideen jüngerer MitarbeiterInnen in einem super Team tut unserem Unternehmen sehr gut. Wir filtern und diskutieren so lange, und zwar teilweise sehr kontrovers, bis ein wirtschaftlich tragfähiges Konzept entsteht. monte mare ist eine Teamleistung – das war es schon immer und wird es auch immer bleiben. Ich bin dankbar und froh, mit diesem Team arbeiten zu dürfen. Ich bin auch dankbar für die Wegbegleiter, die wie ich in monte mare ihre Zukunft sehen und diesen Weg mit mir beschreiten.

Was treibt Sie an, so unermüdlich weiterzumachen?

Die Freude am Tun. Das Materielle war nie die Triebfeder meines Handelns. Und da gibt es zwei Sorten von Menschen. Es gibt diejenigen, die eine Arbeit rein aus materiellen Erwägungen heraus tun. Ich sehe das anders. Ich mache erst und ernte dann. Und das bezieht sich auf jede Art von Tätigkeit, auch ganz einfache Dinge. Ich bin mir nicht zu schade, auf der Baustelle einen Besen in die Hand zu nehmen und gründlich zu kehren. Aber ich mache es dann richtig und nicht halbherzig.

Nutzen Sie die Angebote von monte mare eigentlich auch selbst oder haben Sie dazu keine Zeit?

Oh doch! Auch für mich gilt es, in dem stressgeplagten Alltag einen Ausgleich zu finden. Vielleicht heute mehr denn je. In der alltäglichen Hektik ist es so wichtig, Körper und Geist mal runterzubringen von dem hohen Leistungslevel. Ansonsten steckt man ja nur noch im Hamsterrad. Ich bewundere Menschen, die das regelmäßig machen. Sich einfach mal Zeit für Körper und Seele zu nehmen. Denn wie heißt es so schön: Mens sana in corpore sano – ein gesunder Geist in einem gesunden Körper.

Ausgezeichnet!

monte mare hat im Wettbewerb »Großer Preis des Mittelstandes« seit 2009 bisher folgende Auszeichnungen erhalten:

- 2009 Finalist Region Rheinland-Pfalz
- 2010 »Großer Preis des deutschen Mittelstandes« Rheinland-Pfalz
- 2010 Ehrenplakette für besondere Innovationen
- 2016 »Premier Finalist« auf Bundesebene
- 2017 »Premier 2017« auf Bundesebene
- 2019 »Premier Ehrenplakette 2019« auf Bundesebene
- 2024 Herbert Doll vorgeschlagen zur Ehrung seines Lebenswerks

Herbert Doll mit seinem Sohn Patrick Doll beim Großen Preis des Mittelstandes

Landhaus am Stein

Das kleine Boutique-Hotel in Bad Wiessee nahe dem Freihaus Brenner hat nur 20 Zimmer und den Luxus von viel Ruhe und Privatsphäre.
Im modernen Spa mit Indoor-Pool, Dampfbad, Sauna sowie Beauty- & Massagebehandlungen lässt sich eine schöne Auszeit genießen. Verbringen Sie jederzeit entspannte Tage im Landhaus am Stein verbunden mit Ihrem Besuch im Freihaus.

HOCHZEITSTAGE FÜR PAARE
Ein Special für Sie vor oder nach Ihren Hochzeitsfeierlichkeiten oder persönlichen Fest- und Feiertagen
- 2 Übernachtungen mit Frühstück im Deluxe DZ
- süße Überraschung
- eine Flasche Champagner zum Anstoßen
- individuelles Beauty- & Massagewohlfühlprogramm von Kopf bis Fuß (je 2,5 h) ab 995€ pro Paar

HOTEL LANDHAUS AM STEIN . IM SAPPLFELD 8 . BAD WIESSEE . 08022-98470
WWW.LANDHAUSAMSTEIN.DE

Das Home Concept Tegernsee

Mit dem Motto „Gemeinsam können wir viel mehr“ ist das Home Concept Tegernsee eine professionelle und komfortable Anlaufstelle für jeden, der bauen, renovieren oder sich einrichten möchte. Hier haben sich die wichtigsten Gewerke rund um das Thema Bauen und Wohnen vereint.

Die einzelnen und unabhängig voneinander arbeitenden Fachfirmen und Meisterbetriebe präsentieren sich zusammen in einem großzügig gestalteten Showroom in Gmund am Tegernsee. Dort haben sie ihre Vision davon, dass man gemeinsam mehr bewegen kann, auf höchstem Niveau miteinander umgesetzt. Von dort aus werden Anfragen an den entsprechenden Betrieb weitergeleitet oder in einem Gesamtprojekt allumfassend bearbeitet, mit einem Komplettservice von der Planung über die Realisierung bis hin zur Fertigstellung. Gemeinsam stehen die Fachbetriebe nicht nur für Rundumversorgung und Transparenz – vom Erstgespräch bis zum Einzug – sondern auch für besonderes Design und professionelle Umsetzung. Qualität und Innovation sind maßgebend für jeden einzelnen und für die Gemeinschaft. Hierbei haben die Unternehmen hohe Ansprüche an sich selbst und werden dadurch unterschiedlichsten Aufgabenstellungen spielend gerecht. In jedem Projekt steckt die Erfahrung vieler Jahre, daher sind die Partner des Home Concept Tegernsee in ihrem jeweiligen Fachgebiet Vorreiter in Sachen Neuerung und Nachhaltigkeit.

Einen Einblick in ihr fachliches Knowhow und die Entwicklungen in der Baubranche geben die Partner des Home Concept Tegernsee in den monatlich erscheinenden Fachinterviews auf der Website:

www.homeconcept-tegernsee.de

Von umweltfreundlichen Baumaterialien über die Vorstellung unterschiedlicher Heizungssysteme bis hin zur Erklärung verschiedener Smart Home-Lösungen und den neuesten Wohntrends werden hier zeitaktuelle Themen vorgestellt und besprochen. Reinschauen lohnt sich in jedem Fall, egal ob im Showroom oder auf der Website!

HOME CONCEPT
Tegernsee

WE LOVE TO INTERIOR YOU!

www.homeconcept-tegernsee.com

Freihausküche

Klassiker

Fotos ENNO KAPTIZA

Gesund, gut und ganz einfach nachzukochen – so sind unsere Rezepte der Freihausküche Klassiker.

ALLE REZEPTE SIND FÜR SECHS PERSONEN AUSGELEGT.

Blutwurstgröstl

ZUTATEN

200 g geschnittene kalte Kartoffeln
200 g Blutwurst
2 Stangen Frühlingszwiebeln
ein halber Apfel
3 EL Butterschmalz
Majoran, Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

Die Kartoffeln in Scheiben schneiden und in Butterschmalz goldbraun anbraten. Die Blutwurst in gleich dicken Scheiben dazugeben und kurz mit anrösten. Die Frühlingszwiebeln ganz zum Schluss in die Pfanne geben und kurz durchschwenken. Das Ganze mit Salz, Pfeffer und Majoran abschmecken. Den Apfel in dünne Streifen schneiden und über die Blutwurst und Bratkartoffeln geben.

Calamari mit Pimientos

ZUTATEN

600 g Calamari Patagonien
(sind die besten)
gewaschen und geputzt
1 Schale (ca. 200 g) Pimientos de Padrón (Bratpaprika)
100 ml Milch
300 ml Sonnenblumenöl
3 Knoblauchzehen
etwas Thymian zum Dekorieren

ZUBEREITUNG

Aioli: Die Milch mit zwei Knoblauchzehen, Salz und Pfeffer mit dem Pürierstab mixen, dabei das Öl langsam einlaufen lassen.

Eine große Pfanne erhitzen bis diese zum Rauchpunkt kommt. Geben Sie zuerst die Pimientos mit etwas Öl in die Pfanne. Dabei schwenken Sie zwei- bis dreimal, sodass die Pimientos ringsherum Farbe bekommen. Jetzt die Calamari dazugeben und weiter braten. Mit dem gehackten Knoblauch, Salz und Pfeffer abschmecken und mit der Aioli servieren.

Tipp: Dazu passen perfekt Knoblauch-baguette oder Weißbrot.

Bayerisches Jungbullenfilet

ZUTATEN

ca. 1,5 kg heimisches Jungbullenfilet
1 Bund Rosmarin
1 Bund Thymian
4 Knoblauchzehen
Meersalz, Olivenöl

ZUBEREITUNG

Das ganze Rinderfilet in 250 g große Steaks portionieren, danach in einer Pfanne kurz von allen Seiten anbraten und in den auf 80 Grad vorgeheizten Backofen für ca. 20 Minuten schieben. Nach den 20 Minuten das Fleisch aus dem Ofen nehmen und zur Seite stellen. Den Ofen auf 200 Grad aufheizen. Das Fleisch währenddessen ruhen lassen.

Zum Schluss das Fleisch nochmals für zwölf Minuten bei 200 Grad in den Ofen geben. Mit Meersalz sowie Olivenöl würzen, je nach Geschmack mit Pfeffer aus der Mühle verfeinern und in einer heißen Pfanne mit Butter beidseitig nachbraten.

Die Freihaus-Küche wurde fotografiert von Enno Kapitza
www.ennokapitza.de

HoWe
Im praktischen DUOPACK 7+7
HoWe
SPITZENQUALITÄT
NÜRNBERGER ROSTBRATWURST
für Grill & Pfanne
vorgebrüht
Für uns hört das Reinheitsgebot nicht beim Bier auf.
Nürnberger Rostbratwurst nach traditioneller Rezeptur mit würzigem Thüringer Majoran.
GESCHÜTZTE GEOGRAFISCHE ANGABE
ORIGINAL Nürnberger ROSTBRATWÜRSTE

CHAMPAGNE LOUIS ROEDERER PER DU MIT DER NATUR

Louis Roederer steht für einen zeitlosen Stil auf höchstem Niveau und wurde von der renommierten Zeitschrift Drinks International erneut, zum vierten Mal in Folge, als „World's Most Admired Champagne Brand 2023“ ausgezeichnet.

Louis Roederer wurde 1776 in Reims gegründet und stellt eines der wenigen unabhängigen, familiengeführten Champagnerhäuser dar. Mit über 245 Hektar eigenen Weinbergen ausschließlich in Grand- und Premier-Cru-Lagen ist das Champagnerhaus bekannt für nachhaltige Anbaumethoden und erhielt die Zertifizierung für ökologischen Landbau „AB“ für 115 Hektar historischer Weinberge im März 2021. Die Umstellung begann seitens des Chef-Önologen Jean-Baptiste Lécaillon bereits vor 20 Jahren. 2021 wurde Louis Roederer dann zusätzlich mit dem ROBERT PARKER GREEN EMBLEM für außergewöhnliche Anstrengungen um nachhaltigen Weinbau ausgezeichnet.

COLLECTION 244

Roederers Flagschiffchampagner, der Multi-Vintage-Blend „Collection“, ist eine jährliche Cuveé. Ihre Nummer steht für die jeweilige Weinlese seit der Gründung. Die aktuelle Collection 244 (die 244. Weinlese) vereint Trauben des Jahrgangs 2019 mit der Frische der 2012 von Roederer angelegten „Réserve Perpétuelle“ und Reserveweinen ausgesuchter Parzellen, deren Ausbau in großen Eichenfässern erfolgte. Sie zeigt eine Palette reifer Früchte (Weinbergpfirsiche, Williamsbirne) und Zitrusfrüchte (Zitrone, Blutorange) ergänzt um jodhaltige Rauchnoten. Am Gaumen dicht konzentriert und überaus saftig. Eine kreidige Frische sorgt für eine wunderbare Länge. Den Abschluss bilden Rauchnoten. Collection 244 steht für die Rückkehr des Meunier aus den Weinbergen „La Montagne“ und „La Rivière“. Den salinen, reich strukturierten Pinots Noirs und Chardonnays verhilft er zu einer sehr verführerischen Seite.

CRISTAL

Die Prestige Cuvée Cristal wurde 1876 in einer transparenten Kristallflasche für den russischen Zaren Alexander II. kreiert. Jedes Jahr werden die besten Pinot-Noir- und Chardonnay-Trauben aus 45 Parzellen ausgewählt, die nur mit über 20 Jahre alten Reben bestückt sind. Jede Parzelle wird separat kultiviert und vinifiziert. Der Cristal geht aus 70 außergewöhnlichen Grands Crus- Einzellagen kreidehaltiger Böden, die biologisch bewirtschaftet werden, hervor.

SCHLUMBERGER VERTRIEBSGESELLSCHAFT
Buschstraße 20
D-53340 Meckenheim | Deutschland
0049-(0)2225-925-0
info@schlumberger.de
www.schlumberger.de

Fotos: Schlumberger Vertriebsgesellschaft

LOUIS ROEDERER
CHAMPAGNE

COLLECTION,
Freiheit à la Roederer!

Spazieren zu Hildegard

An der Rottacher Seestraße entlangzuspazieren, ist an sich ja schon eine erfreuliche Angelegenheit. Da sind die Kirche, der alte Friedhof, ein schöner Blick auf's Wasser und übers Wasser. Alles sehr entspannend für die Augen. Dazwischen könnten kleine Stopps im Garten von Maier zum Kirschner, beim Café Franzl oder einfach auf einer Parkbank im Kurgarten die Seele erfreuen. Richtig wohlfühlen darf man sich am Ende respektive Anfang der Seestraße. Bei Hildegard. Sie führt in ihrer ganzheitlich ausgerichteten Parfümerie nicht nur ungewöhnlich handverlesene Parfümerieartikel. Sie und die Damen in ihrem Team sind einfach zauberhaft und lassen einen eintauchen und abtauchen in Düfte, es gibt Dosen und Tiegelchen zur Pflege von Körper und Gesicht zu entdecken, oder, man(n!) erhält Hinweise auf magisch-natürliche Schönheitsbooster von Hildegard. Eine wunderbar inspirierende Person, die einem einen Moment des Innehaltens schenkt und vieles bietet, was das Leben schöner macht.

Seestraße 12, 83700 Rottach-Egern
Tel. 08022 6120
www.parfumerie-tegernsee.de

Wandern zu Maria

Giglberg 2, 83703 Gmund
Tel. 08025 9269722
www.hofcafegiglberg.de
Fr 14-17 Uhr, Sa und So 11-17 Uhr

Vom Bahnhof Gmund über die Schafstatt zum Giglberg. Das ist auch für Menschen ohne Riesenkondition in gut eineinhalb Stunden zu machen. Man geht gemütlich dahin, zuerst an der Mangfall entlang, dann über die Schaftstatt hinauf und dahinter wieder runter. Man läuft, wo keiner läuft und nur wenige radeln. Nochmal fordert einen ein kleiner Anstieg, und kurz bevor man denkt – Herrgott ... da wird die Anstrengung mit Geschmack und Aussicht belohnt. Maria führt ihr Hofcafé Giglberg seit letztem Jahr. Alle Kuchen sind selbst gebacken, die kleinen Brotzeiten liebevoll hergerichtet, der Kaffee vom Dinzler. Drinnen lässt sich's gemütlich sitzen und ratschen. Draußen staunt man über den herrlichen Rundumblick ins Mangfallgebirge bis rüber zum Wendelstein. Und für die Kinder gibt's Schottische Hochlandrinder und Alpakas zum Bestaunen und einen Spielplatz zum Toben.

Longevity
Alter und Lebensstil

Ein Gespräch mit Dr. med. Johannes Zwick, Aufsichtsratsvorsitzender der Johannesbad Unternehmensgruppe und CEO/Gründer von Chōju, einem Unternehmen für Longevity/ Langlebigkeitsmedizin.

Dr. med. Johannes Zwick, der sich seit vielen Jahren mit Prävention beschäftigt und nun mit einem ganzheitlichen Konzept: „Chōju" auf den Markt gegangen ist, sagt, dass die Genetik gar nicht so entscheidend dafür ist, wie alt wir werden – vielmehr sind es unser Lebensstil und die Unterstützung mit den richtigen Enzymen. Sein Ziel selbst ist es, möglichst alt zu werden und dabei körperlich und geistig aktiv zu bleiben.
Es sind gute Nachrichten: Unsere Lebenserwartung steigt und steigt. Heute werden drei Viertel der Weltbevölkerung mindestens 65 Jahre alt und in einigen Jahren steigt die Lebenserwartung bereits auf über 80 Jahre. Die Weltgesundheitsorganisation schätzt, dass sich die Zahl der über 70-jährigen bis 2050 mehr als verdreifachen wird.

Herr Dr. Zwick: Ist es wirklich erstrebenswert sehr alt zu werden?
Für mich zählt am Ende neben der Länge des Lebens vielmehr die Qualität dieser gewonnenen Lebensjahre. Denn je länger ein menschlicher Organismus arbeitet, desto mehr seiner Funktionen werden „fehlerhaft". Dieser Prozess lässt sich aufhalten. Wenn man das System, d.h. unseren Körper, regelmäßig „wartet" und sich sorgfältig darum kümmert, die Möglichkeiten nutzt, die die moderne medizinische Forschung heute bietet, dann werden wir länger gesund bleiben und dazu noch älter. Anders ausgedrückt: Es ist nicht jeder gesund, der alt wird, aber wer gesund ist, wird ziemlich sicher alt.

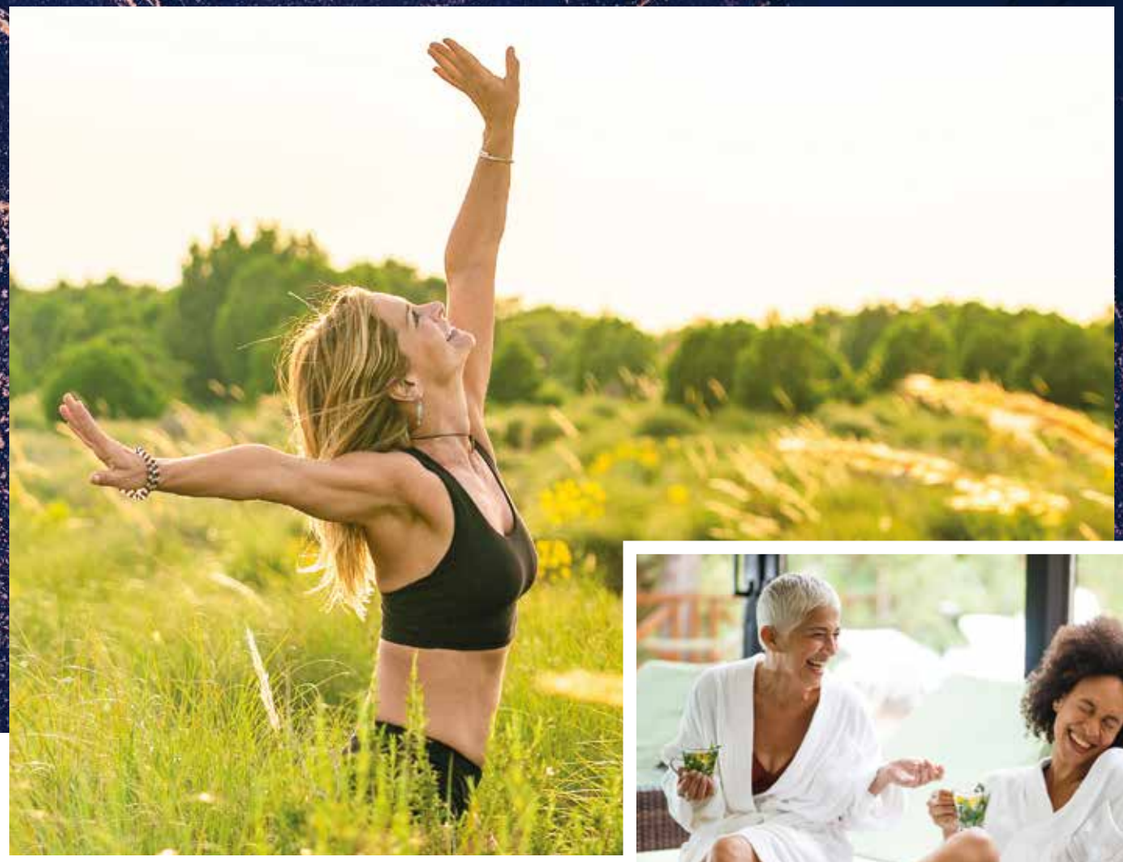
Die Menschen werden immer älter und ein Blick in die Langlebigkeitsforschung zeigt, dass die Lebenserwartung wohl noch weiter steigen wird. Wie alt werden wir in Zukunft?

80, 90 oder 100 Jahre alt werden ist heutzutage schon möglich, aber noch nicht normal. Die Langlebigkeitsforschung arbeitet ja nicht nur daran, dass wir alt werden, sondern dass wir das hohe Alter auch in guter Gesundheit lustvoll erleben. Mein Ziel ist es, dabei zu helfen, geistig und mental fit zu sein und auch körperlich aktiv leben zu können. Wir von Chōju wollen also dazu beitragen, dass wir die gesunde Lebensspanne verlängern. Darum habe ich mich in den letzten Jahrzehnten intensiv mit dieser Thematik beschäftigt und wir haben ein Konzept, das dies aktiv unterstützt.

Man hatte früher im Verhältnis also weniger gesunde Jahre?
Genau. Früher haben die Menschen einige Jahre gelitten und dann sind sie oft verstorben. Heute leiden die Menschen durchaus mehrere Jahrzehnte mit chronischen Erkrankungen und das ist ja auch nicht erstrebenswert. Im Bereich der neurodegenerativen Erkrankungen, etwa Demenz oder Alzheimer, wird aktuell sehr viel geforscht. Da wird sich meines Erachtens noch viel tun. Dies gilt auch für diverse Herz-Kreislauf-Erkrankungen – denken Sie ein paar Jahrzehnte zurück. Hier hat sich enorm viel verbessert. Im Moment lesen wir alle von der „Abnehm-Spritze" – ein eigenes Kapitel, zu dem man vieles sagen kann. Übergewicht ist eines der größten Probleme und Krankmacher. Wir bei Chōju haben uns die Zeit genommen, viele und neue wissenschaftliche Erkenntnisse zusammenzutragen und sie in Hightech-Produkte zu übertragen. Substanzen, die uns helfen, die Zellen zu reinigen, zu reparieren und auch zur höheren Aktivität anzutreiben. Wir treten den Beweis an, dass wir hier sehr viel positiv verändern können, um unser Leben voller Lust zu genießen.

Aber ich dachte immer, dass vieles genetisch vorbestimmt ist und sich gar nicht vermeiden lässt?
Nein, das ist ein weitverbreiteter Irrglaube.

Denn wir haben das meiste selbst in der Hand und können enorm viel tun, um die gesunde Lebensspanne zu verlängern. Die Wissenschaft ist noch in der Diskussion, aber heute sagt man, dass ein Großteil, also mehr als 80 %, durch unseren Lebensstil bestimmt wird und nur ca. 20 % durch unsere Gene quasi vorgegeben sind. Aber viel entscheidender ist die Epigenetik, die die Genetik steuert. Sie schaltet unsere Gene aus und ein. Das ist doch eine sehr gute Nachricht, denn selbst, wenn unsere Genetik nicht optimal sein sollte – wir können durch unsere Lebensweise vieles ausgleichen und positiv verändern. Die Art und Weise wie wir leben, bestimmen altersbedingte Krankheiten wie etwa Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes oder Übergewicht. Wir können diesen Krankheiten gut vorbeugen oder sie zumindest hinauszögern. Das gilt auch für unterschiedliche Formen der Demenz, Alzheimer, Immunerkrankungen, chronische Erkrankungen und sogar einige Krebsarten. Da ist man sich in der Wissenschaft einig.



Für ein langes Leben voller Lust & Lebensfreude.

Unser personalisiertes Gesundheitskonzept geht optimal auf Ihre Bedürfnisse und Ziele ein. Den Ausgangspunkt bildet eine umfangreiche Analyse basierend auf Epigenetik- und DNA-Tests. Danach folgt Ihr Weg zu mehr Wohlbefinden und Vitalität entlang eines individualisierten Pfads aus Hightech-Medizin mit Chōju-Longevity-Supplements und -Infusionen.

Besuchen Sie uns auf unserer Website, um mehr zu Ihrem neuen Life Change zu erfahren.

choju-health.com

Chōju®
Home of epigenetic health

Wie meinen Sie das oder welche Faktoren sind dabei besonders entscheidend? Also z.B. bei der Ernährung.

Das Chōju-Langlebigkeits-Konzept hat das klar beschrieben: eine ausgewogene Ernährung – ich empfehle Ihnen eine „Sirtfood-ähnliche Ernährung", eine kohlenhydratarme und proteinreiche Ernährung, körperliche Bewegung (im Idealfall ein HIIT Training, also Intervalle bei denen Herz- und Kreislauf angeregt werden), ausgewogener Schlaf, entsprechende manuelle Medizin und guter Umgang mit Stress oder Belastung.

Herr Dr. Zwick, sie sprechen von einer Ernährung, die die Langlebigkeit fördert – was meinen Sie?

Eine Sirtfood-ähnliche Ernährung, die keine Diät ist und in der auch mal ein Glas Wein und auch mal Süßes erlaubt sind. Für mich ist es wichtig, sich durchgehend gut zu ernähren und nicht mit Diäten Mangelerscheinungen heraufzubeschwören, die den bekannten Jo-Jo-Effekt hervorrufen. Es geht um möglichst frische Lebensmittel, genug Obst und Gemüse, Fisch und Fleisch in Maßen. Weg von hochverarbeiteten Produkten, klassischem Fastfood etc. Wenn man darauf achtet, dass man gute Lebensmittel isst, dann hat man im Sinne der Langlebigkeit schon sehr viel getan. Ein sehr komplexes Thema, das man nicht in 2 Worten erklären kann. Warten Sie noch ein wenig, dann schenke ich Ihnen das Kochbuch zur Chōju-Longevity-Ernährung … ich sage Ihnen, da bekommen Sie Lust und Appetit auf gutes Essen! Auch damit setzen wir einen neuen Standard in der gesunden und lustvollen Ernährung. Ab und zu mal etwas Ungesundes ist schon in Ordnung … und man kann es ausgleichen durch entsprechende sportliche Aktivitäten oder Einnahme von unseren Supplements – aber eben nicht ständig. Man sollte auch beim Essen das Leben genießen und auch nicht zu streng zu sich selbst sein.

Wir haben nun gelernt, dass wir alle etwas aktiv dafür tun können, dass wir länger gesünder leben. Welche Phase unseres Lebens ist hier am entscheidendsten?

Das kann man nicht so sagen. Man kann in jedem Lebensabschnitt viel Sinnvolles tun, das ist die gute Nachricht! Also auch im höheren Alter kann man noch vieles für die Langlebigkeit tun. Nach den neuesten Erkenntnissen der Medizin beginnen wir ab dem 26. Lebensjahr zu altern – also ab da sollten wir auch etwas tun. Denken Sie zum Beispiel an die Muskelmasse, die mit den Jahren abnimmt. Daher ist es früh notwendig Muskelaufbautraining zu machen, nur durch den Aufbau kann man dem Abbau entgegenwirken. Wir können diesen Abbau wirksam verlangsamen – mit Training werden unsere Gelenke deutlich besser und unsere Knochen richtig stark. Das schützt uns vor Gebrechlichkeit, Osteoporose etc. Wir sind von der Natur so konzipiert, dass wir aktiv sind – wir wollen uns bewegen und daran müssen wir uns immer wieder erinnern. Ich freue mich darüber, dass Gesundheit, Yoga, Meditation und generell Wellbeing in den Sozialen Medien auf Instagram und Co ganz präsent sind und viele Menschen bereit sind, etwas für die Gesundheit zu tun. Gerade dann, wenn Menschen motiviert sind mitzumachen. Daher gehen wir mit Chōju auch ganz gezielt auf alle Generationen zu. Wir möchten ALLE von jung bis reifer dazu bringen, etwas für die gesunde Lebensspanne zu tun.

Herr Dr. Zwick, das wollte ich Sie unbedingt fragen: Welche Rolle spielen Sozialkontakte beim Altern?

Sehr gut, dass Sie danach fragen. Eine riesengroße Rolle. Das Gute dabei ist, dass man sich soziales Leben aufbauen kann wie Muskeln auch. Gleichzeitig ist diese Form des Trainings auch eine Herausforderung, denn je älter man wird, desto weniger Freunde bleiben übrig. Es ist so wichtig, sozial aktiv zu bleiben und immer wieder neue Menschen kennenzulernen. Wenn wir sozial integriert sind, spüren wir, dass wir gebraucht werden, wichtig sind. Man fühlt sich nicht allein und der Geist bleibt fit. Das kann etwa durch Religion passieren, aber auch in einer Skat-Runde oder einem Wanderclub. Und auch in der Familie – wenn mehrere Generationen zusammen sind, sich ergänzen und voneinander lernen. All diese Aspekte erhöhen deutlich die Lebensqualität und verringern gleichzeitig auch die Symptome der altersbedingten Erkrankungen. Also bleiben Sie sozial aktiv.

Sie haben uns von Chōju erzählt – wo kann ich mehr darüber erfahren?

Wir haben auf unserer Webseite www.choju-health.com nicht nur unsere Produkte, Infusionen und Tests zusammengetragen, sondern auch viele Informationen zu diesem Thema. Wir sind auf Instagram, Facebook und LinkedIn aktiv und bald werden auch auf Spotify und auf der Webseite viele Podcasts zu hören sein. Schauen Sie sich um, melden Sie sich, wenn Sie Fragen haben und folgen Sie uns in den Sozialen Medien. Wenn Sie Chōju komplett erleben und genießen wollen, dann kommen Sie in unsere Retreats z.B. ins MANNA Resort nach Südtirol. Sie werden vor dem 1- oder 2-wöchigen Aufenthalt per DNA getestet und wir stellen Ihnen dann ein individuelles Therapieprogramm zusammen, mit dem Sie Ihre Ziele erreichen werden. Ärztliche Konsultation, Personaltraining, tägliche Hightech-Infusionen, Physikalische Therapie, Longevity Supplements und vieles mehr. Aber worauf ich mich selbst schon sehr freue, ist unser Kultur- und Wissensprogramm. Wir laden uns hochkarätige Gäste zu Kamingesprächen, wir erleben kulturelle Highlights, wir entspannen uns in einer traumhaften Umgebung und genießen eine Longevity Küche auf Sterne-Niveau. Vor allem genießen wir das Leben und freuen uns auf alles, was da kommt.

Herr Dr. Zwick, das war ein sehr spannendes Gespräch. Ehrlich gesagt bin ich jetzt hochmotiviert etwas für mein persönliches gesundes Leben zu tun. Vielen Dank!

Choju GmbH, Oberer Stadtplatz 45
A-4780 Schärding
info@choju-health.com
www.choju-health.com

Demenz vorbeugen – es geht!

Keine andere Krankheit scheint so dem Ziel, länger und besser zu leben, entgegenzustehen wie die Demenz. Doch es gibt mehr als eine Hoffnung, dieser Krankheit zu entgehen.

© LIGHTFIELD STUDIOS – stock.adobe.com

„Viele Wissenschaftler und ÄrztInnen arbeiten an Methoden, den Ausbruch der Krankheit gut zehn Jahre nach hinten zu schieben", sagt Prof. Dr. med. Stefan Lorenzl. Er ist ein renommierter Neurologe und Palliativmediziner, der sich insbesondere auf neurodegenerative Erkrankungen spezialisiert hat. Unter seiner Leitung entsteht am Lanserhof Tegernsee das Brain-Health-Center der Privatklinik Marienstein. Gleichzeitig arbeitet er am Krankenhaus Agatharied und leitet dort die Neurologie-Abteilung.

Busy Brain oder frühe Demenz?

Wer an dieser Stelle stoppt zu lesen, weil er in seinem Gehirn das Klischee der Zwei-Klassen-Medizin gespeichert hat, darf sein Vorurteil vergessen. Der Mediziner und die Privatklinik arbeiten zusammen, weil beide bestrebt sind, die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse in die präventive Medizin zu integrieren und den Menschen zugänglich zu machen. Bei der Zusammenarbeit geht es darum, das Risiko neurodegenerativer Erkrankungen zu minimieren.

Forschungsgelder für derlei Studien fehlen hinten und vorne und wichtige Testverfahren in der Präventivmedizin werden von den Kostenträgern nicht übernommen. Der Lanserhof in Marienstein hat Patienten, die bereit sind, ihr Geld genau dafür einzusetzen. Sie wollen über die üblichen Leistungen hinaus ihre Gesundheit stärken. Sie lassen Screening Tests machen und sind bereit, auch elaborierte Tests zu durchlaufen. Seien es EEGs, die die Assistentin Julia Beyerlein schreibt oder andere bildgebende Verfahren und Screenings. „Die Tests sind ineinandergreifend, so lassen sich z.B. reine Wortfindungsstörungen, wenn sie nur einem „Busy Brain", also einem überstressten Gehirn, entspringen, von einer beginnenden Demenz abgrenzen. „Selten sind reine Wortfindungsstörungen oder das Vergessen von Namen schon ein Frühzeichen für eine beginnende Demenz", erklärt der Mediziner.

Gehirngesundheit beginnt im Darm

Prof. Dr. med. Stefan Lorenzl ist einer der führenden Mediziner Deutschlands zum Thema Demenz und Parkinson. Er hat das Wissen, kann beobachten und auf diese Weise Daten sammeln, die er sonst nicht bekommen würde. Der Lanserhof Tegernsee stellt in seinem Konzept die Darmgesundheit in den Vordergrund.

Das Zusammenwirken der Darm-Hirn-Achse, so zeigen neuere Studien, ist eklatant wichtig für eine Gesundheit ohne kognitive Störungen. Heute weiß man, dass eine veränderte Zusammensetzung des Darmmikrobioms zur Entstehung der Alzheimerkrankheit beitragen kann. Und, umgekehrt, kann aufgrund einer veränderten Zusammensetzung des Darmmikrobioms Alzheimer möglicherweise früher erkannt werden. Die frühzeitige Diagnose und genaue klinische Einordnung einer Demenz sind auch wichtig für die Therapie. „Gerade ab dem mittleren Lebensalter ist eine Verhaltensmodifikation nützlich, um das Risiko an einer Demenz zu erkranken, zu vermindern", sagt Prof. Dr. med. Stefan Lorenzl. „Würde man den Empfehlungen, die auf internationalen Studien beruhen folgen, lässt sich das individuelle Risiko signifikant reduzieren."

MIND – den Geist gut nähren

Ganz vorne steht die Ernährung. MIND nennt sich die Empfehlung, MIND = Mediterranean Diet Intervention for Neurodegenerative Delay. Viel Fisch und Olivenöl, eine ausgewogene Menge Brot und wenig Salz. Man möge so essen, wie man sich im Süden Europas ernährt. „Ich bin gerne auf Sardinien", erzählt Prof. Dr. med. Stefan Lorenzl. „Da gibt es – auch statistisch bewiesen – eine große Anzahl Hochbetagter, also Menschen, die über 100 Jahre alt werden und dabei gesund und fit sind."

Wer sich mediterran ernährt, dem sind auch ein bis zwei Gläser Wein am Tag erlaubt. Dabei sprechen wir von Gläsern wie sie in Fischerdörfern benutzt werden, nicht von großbauchigen Kelchen! „Der Wein sollte eine gute Qualität haben, da ein hoher Gehalt an Schadstoffen neurodegenerative Erkrankungen begünstigen kann", sagt er. „Zu Bierkonsum gibt es in dieser Hinsicht leider noch keine relevanten Studienergebnisse, die zeigen, dass Bier der geistigen Gesundheit zuträglich wäre. Dabei ist gerade Bier, auch das alkoholfreie, reich an Vitaminen

Julia Beyerlein, Lanserhof, und Prof. Dr. med. Stefan Lorenzl

Prof. Dr. med. Stefan Lorenzl, Neurologe, Palliativmediziner
Er leitet das neu eingerichtete Brain-Health-Center am Lanserhof Tegernsee. Diese Einrichtung ist in ihrer Art einmalig in Deutschland. Gleichzeitig ist er Chefarzt der neurologischen Abteilung und der Palliativstation im Krankenhaus Agatharied. In den Bereichen Demenz, Parkinson und Palliativmedizin gilt Prof. Dr. med. Stefan Lorenzl als einer der Top Mediziner Deutschlands. Für seine Arbeit und seine Forschungstätigkeit wurde er mit einer Vielzahl von Auszeichnungen geehrt.

The place to ski
... do mog i hi!
BERGHOTEL SUDELFELD
Das Westerhof Hotel in Bayrischzell

Hotel & Alm mitten in der Natur

Tagen, Feiern, Wellness, Wandern, MTB,
Wintersport am Sudelfeld P

Unteres Sudelfeld 4 • 83735 Bayrischzell • Tel. (+49) 08023 8199-0
info@berghotel-sudelfeld.de • www.berghotel-sudelfeld.de

und Nährstoffen. Vielleicht findet sich ja noch eine Brauerei, die Interesse an einer Studie hat."
Ein weiterer Punkt, der die Prävention gegen Demenz unterstützt, ist die Bewegung. „Mindesten 140 Minuten pro Woche sind angebracht", erklärt der Mediziner. „Am besten ist diese Aktivität auf verschiedene Arten der Fortbewegung aufgeteilt wie Radfahren, Wandern und Schwimmen."

Brainfog versus Schlaf

In der Post-Covid-Forschung tauchen neue Hinweise auf, die auch für die Einordnung von Demenzerkrankungen von Interesse sein dürften. Covid-Kranke bemerken häufig, dass ihr Geschmackssinn gestört ist und sie beschreiben ein „vernebeltes Gehirn". Beides ist auch ein früher Hinweis auf eine Parkinson-Krankheit. Vielleicht muss sich auch die Virologie noch mehr mit der Demenz auseinandersetzen. „Man hatte nach einer Virus-Pandemie vor hundert Jahren erstmals den Anstieg von Parkinson festgestellt", sagt Prof. Dr. med. Stefan Lorenzl. „Veränderungen auf molekularer Ebene sind dafür noch wenig bis gar nicht untersucht."

DEMENZ
Demenz ist ein Oberbegriff für krankhafte Veränderungen des Gehirns. Bei Fortschreiten der Krankheit geht die geistige Leistungsfähigkeit verloren. Die selbstständige Erledigung von Alltagsaufgaben wird zunehmend erschwert. Die häufigste Form der Demenzerkrankung ist in Deutschland die Alzheimer-Krankheit.

Rückwärtslaufen oder Schafkopfen

Auch einfaches Spazierengehen ist ausreichend. „Gehen Sie hin und wieder zwanzig Schritte rückwärts. In einer Studie wurde untersucht, dass gerade das Rückwärtsgehen, die geistige Leistungsfähigkeit steigern kann!" Das schaut zwar vielleicht für andere befremdlich aus, aber es hilft. Denn die Regelkreise im Gehirn, die man sonst im Alltag nicht nutzt, werden wieder aktiviert.
Ähnlich wichtig ist die Hörfähigkeit. Sobald Schwerhörigkeit beginnt, wird der Mensch isoliert. Der Alltag heute ist überhaupt in vielen Dingen ein Unding: Die Menschen sitzen auf der Couch, sitzen im Auto, am Schreibtisch. Sie sitzen allein in ihren Wohnungen, plaudern wenig miteinander, haben wenig direkte soziale Kontakte. Genau das macht krank. „Machen Sie einen Spieleabend, gehen Sie zum Schafkopfen oder Skatspielen an Ihren Stammtisch oder gründen Sie einen", rät der Mediziner. Menschen brauchen Menschen, ihr Gehirn braucht andere Gehirne für seinen Austausch. Da bietet sich neben dem Vereinsleben auch eine ehrenamtliche Tätigkeit an. „Etwas, wo man noch gebraucht wird. Das Aufrechterhalten sozialer Netzwerke scheint für unsere Gehirne von entscheidender Bedeutung zu sein, da wir Menschen nun einmal Gemeinschaftswesen sind." Das belegt die „Nonnenstudie". Dafür wurden Klosterschwestern untersucht. Obwohl die Screenings die üblichen Proteinablagerungen im Gehirn zeigten, die sich bei Demenzkranken im Gehirn einstellen, ist die Krankheit bei Schwestern, die in einer klösterlichen Gemeinschaft lebten, nicht oder erst deutlich später ausgebrochen als in der Vergleichsgruppe.

Sicher ist aber: Das Gehirn kann gut leistungsfähig bleiben, wenn es genug Schlaf bekommt. „Sie müssen nicht viel und lange schlafen, denn das ist genetisch mitbedingt", erklärt er, „Sie müssen gut schlafen. Dann kann das Gehirn die Abfallprodukte, die Proteine, die das Gehirn belasten, abräumen." Ein gesunder Schlaf ist wichtig. Manchen reichen dafür auch nur vier bis sechs Stunden Schlaf – aber es sollte eben guter Schlaf mit vielen Tiefschlafphasen sein. Dafür sorgt man mit guter Schlafhygiene. Das Zimmer wohltemperiert. „Nutzen sie weder Alkohol noch Medien, und schon gar nicht den Fernsehschlaf, um einzuschlafen. Es sollte wirklich dunkel sein, ohne Lichtquellen, die unbewusst irritieren."

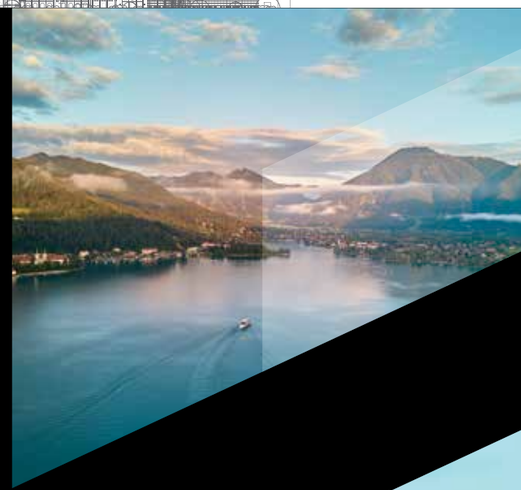
Heute ist es möglich mit einer ausführlichen Diagnostik früh zu erkennen, ob man nur gerade etwas überlastet ist, tüdelig wird oder schon erste Demenzanzeichen zeigt. „Wenn Sie nur ein Wort gerade nicht finden, dann ist das kein Ding. Aber wenn Sie sich nicht mehr orientieren können und öfter verfahren auf Strecken, die Sie kennen, dann ist das ein Alarmsignal", sagt Prof. Dr. med. Stefan Lorenzl. „Aber die moderne Medizin kann das individuelle Risiko an einer Demenz zu erkranken, frühzeitig erkennen und durch entsprechende Therapien im Lebenslauf ein wenig nach hinten verschieben."

Mehr zum Thema bespricht Prof. Dr. med. Stefan Lorenzl mit Nils Behrens im Podcast „Forever Young" #209 des Lanserhofs.
https://foreveryoung-dergesundheitspodcast.podigee.io/feed/aac

NAI apollo
MEMBER OF NAI Partners Germany

VON TENNESSEE BIS ZUM TEGERNSEE

Wo Lokales auf Globales trifft



Entdecken Sie mit NAI apollo, Ihrem Partner für Gewerbeimmobilien mit internationalem Netzwerk und lokaler Expertise, exklusive Immobilienangebote. Seit über 30 Jahren verbinden wir weltweite Perspektiven mit individuellen lokalen Bedürfnissen. Ob für Gewerbeimmobilien oder die Expansion Ihres Unternehmens – wir stehen an Ihrer Seite.

- ✔ Maßgeschneiderte Investitions- und Vermietungslösungen.
- ✔ Über 20 Jahre Erfahrung in Immobilienberatung.
- ✔ Persönliche, individuelle Kundenbetreuung.
- ✔ Mitglied von NAI Global – Zugang zu internationalem Markt.
- ✔ Weltweit über 300 Büros mit über 5.100 Experten.
- ✔ Jährlich betreutes Transaktionsvolumen von mehr als 21 Mrd. USD.

KONTAKTIEREN SIE UNS
THILO HECHT, Managing Partner | Geschäftsführer:
+49 89 215471300

apollo real estate GmbH Unsöldstraße 5, 80538 München +49 (0) 89 215471 - 300 info@nai-apollo.de www.nai-apollo.de

DEUTSCHE FINANCE GROUP

ZUR RICHTIGEN ZEIT,
IM RICHTIGEN MARKT,
MIT DEN RICHTIGEN PARTNERN.

Die DEUTSCHE FINANCE GROUP ist eine internationale Investmentgesellschaft und bietet Investoren Zugang zu institutionellen Märkten und exklusiven Investments in den Bereichen Private Equity Real Estate, Immobilien und Infrastruktur.

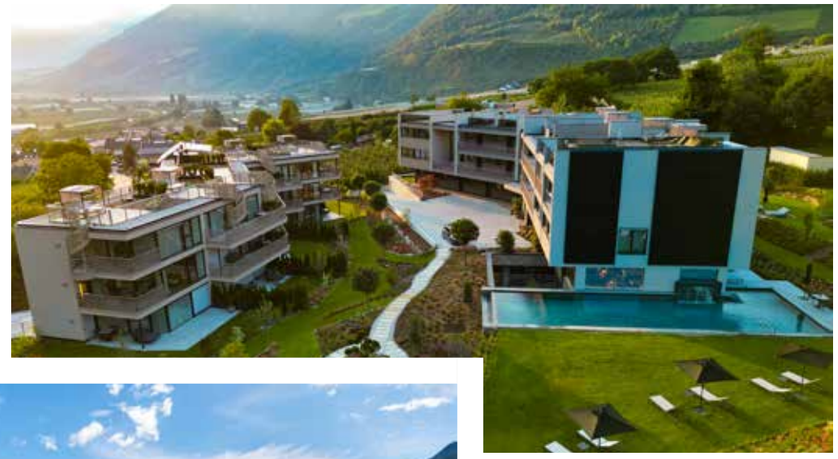
DEUTSCHE FINANCE GROUP

Leopoldstraße 156 | 80804 München | Germany | Telefon +49 89 649563 -0 | kontakt@deutsche-finance.de | www.deutsche-finance-group.de

Gewinnspiel
Boutiquehotel Amaril

Ein Wochenende im Boutiquehotel Amaril

Beantworten Sie die Frage: Wie alt wird das Freihaus Brenner in diesem Jahr?
Senden Sie die Lösung an info@freihaus-brenner.de
Der Gewinner wird von uns benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



Im Sommer 2023 eröffnete das neueste Hotel des Vinschgaus seine Türen. Michaela Platter und ihr Mann haben sich damit einen Lebenstraum erfüllt. Nicht mehr *sie* reisen um die Welt, was sie jahrelang beruflich gemacht haben, sie laden nun die Welt zu sich ein. Ihr wichtigster Punkt in dem ECO-Hotel: ungestörte Ruhe und Erholung. Darum führen sie ihr Haus mit einem „Adults Only"-Konzept. Es bietet Menschen einen Retreat für den Körper und die Seele, ist ein Rückzugsort, um Ruhe zu finden und zu entschleunigen. Und es gibt luxuriösen Minimalismus: Das beginnt bei der Ausstattung der Zimmer mit hochwertigen und vor allem nachhaltigen Materialien. Es gibt einen bewussten Umgang mit Smarttechnology, so wird Elektrosmog reduziert und hexagonales Wasser angeboten. Das Amaril ist eine kleine Anlage, mit nur 13 Suiten und Appartements. Es liegt mitten in der Natur, oberhalb des alten Vinschger Ortes Kastelbell, umgeben von Marillenbäumen, Weinbergen und dem weiten Blick in die Südtiroler Bergwelt.

Ankommen, abschalten, auftanken!

Boutiquehotel AMARIL
Alte Straße 21 a
39020 Kastelbell-Tschars, Italien
Tel. 0039 348 8872503
www.amaril.it

Das umweltfreundliche Carsharing-Angebot für alle.

LEIHEN SIE SICH GANZ EASY EIN E-AUTO AM TEGERNSEE

Vormittags eine kleine Runde um den Tegernsee drehen, nachmittags zum Bummel nach Bad Tölz und abends zum Champions League-Spiel nach München fahren? Oder zum Tagesausflug nach Salzburg? Geht mit eSeeShare. Alles ganz easy.

Nachhaltigkeit ist uns sehr wichtig. Mit eSeeShare gibt es ein Carsharing-Angebot in der Region, mit dem sowohl Urlauber als auch Einheimische CO_2-frei flexibel unterwegs sein können. Die E-Fahrzeuge der eSeeShare-Flotte stehen an unterschiedlichen Standorten rund um den See bereit.

Besonders attraktiv ist eSeeShare für Urlaubsgäste mit TegernseeCard. Diese erhalten zwei Stunden Fahrt kostenlos pro angefangene Aufenthaltswoche.
Einfach Gutscheincode im Wert von 13,80 € auf **www.e-see-share.com** generieren und bei der Buchung einlösen.

HIER REGISTRIEREN, BUCHEN UND LOSFAHREN

ALLE INFORMATIONEN UNTER
www.e-see-share.com

zu Tisch mit

Amelie von Feilitzsch und Hanna von Feilitzsch

Interview SONJA STILL Fotos ZHELLAH TABANAO

Ein Gespräch mit zwei Frauen, die mehr sind als Schwiegermutter und Schwiegertochter. Während Hanna von Feilitzsch sich als Autorin einen Namen gemacht hat, ist ihre Schwiegertochter auf der Bühne als Geigerin zu Hause.

Amelie, Sie sind noch nicht lange zurück aus London. Ist Tegernsee da nicht ein wenig verschlafen?
Amelie: Tegernsee ist wunderbar. Wir sind gerne hier mit der Familie. Natürlich ist es eine Umstellung! Immerhin habe ich nicht nur in England studiert, sondern war auch einige Jahre in der Schule dort. Als mein Mann und ich im September geheiratet haben, sind wir nach Feilitzsch bei Hof gezogen. Das ist, europäisch gesehen, zentral gelegen. Ich kann also recht flexibel agieren. Und, dass wir oft am Tegernsee sind, kommt daher, dass meine Mutter am Tegernsee lebt und meine Schwiegereltern auch. Sie leben hier im Egerner Malerwinkel seit über dreißig Jahren und pendeln zwischen Oberfranken und ...
Hanna: ... und hier und Griechenland. Meine Wurzeln väterlicherseits liegen dort. Aber Tegernsee ist tatsächlich unsere Wahlheimat. Als mein Mann und ich miteinander ins Leben starteten, studierten wir in München. Schon damals haben wir hier am Tegernsee unser Haus gefunden. Unsere beiden Töchter sind auch hier zur Schule gegangen, und unser Sohn natürlich auch. Aber das wirklich Witzige ist, dass wir seit „Urzeiten" mit Amelies Großeltern befreundet waren. Unsere Familien mochten sich also schon immer!

Ach, dann wurden die Kinder einander vorgestellt!?
Amelie: Nein! Die Großeltern hätten Franz (Anm. d. Red.: ihren Mann) vielleicht mal eingeladen, man schwärmte von „diesem jungen Mann". Aber ich hatte in den Ferien Besseres zu tun, als mich um Jungs zu kümmern. Ich war ja noch total jung. Wir sind uns dann Jahre später auf einer Party in Kitzbühel begegnet und lernten uns also ohne familiäre Vermittlung kennen.

Und doch haben Sie nicht in Tegernsee geheiratet?
Amelie: Wir haben uns fürs Schloss Altshausen entschieden, da meine Eltern dort auch geheiratet haben. Ich habe auch das Brautkleid meiner Mutter getragen. Sogenanntes Upcycling.
Hanna: Es war ein wunderschönes Spitzenkleid!
Amelie: Ich habe mich von der ersten Minute an in diesem Kleid wohlgefühlt.
Hanna: Der Tag war wirklich großartig. Eine sehr fröhliche, beschwingte Hochzeit mit einem strahlenden Brautpaar.
Amelie: Aber beim ersten gemeinsamen Essen, als ich Hanna kennengelernt habe, waren wir hier im Freihaus zu Gast.
Hanna: Wir konnten hier oben auch schon häufig Jubiläum feiern. Geburtstage, Taufen. Kommunion. Über dreißig Jahre kommen wir hierher. Aber reden Sie doch nicht nur über unsere Familienfeiern, Amelie hat so viel anderes zu erzählen!!

Sie aber auch! Ihr neuestes Buch ist erschienen. Ein Griechenland-Krimi. Ich kenne Sie nun schon lange, seit Ihrer Zeit als Drehbuchautorin. Im Anschluss haben Sie viel Historisches geschrieben. Einen Krimi hätte ich von Ihnen nicht unbedingt erwartet. Wie kam es?
Hanna: (lachend) Schon während ich die Drehbücher fürs Gerichtsfernsehen geschrieben habe, ist der Gedanke entstanden. Eines Tages wollte ich einen besonders spannenden Krimi schreiben. Nachdem ich meinen ersten Griechenland-Roman veröffentlicht hatte, war für mich der Moment gekommen.

Eigentlich dachte ich, Sie würden wieder einen Roman vorlegen. Immerhin war „Bittersüße Mandeln" doch ein echter Erfolg, da verlangen Verlage doch nach Fortsetzung?
Hanna: Der Verlag bin ich – mein Mann hatte vor vielen Jahren den Verlag gegründet. Damals drehte sich alles um Leo Slezak. Somit bin ich Selfpublisher. Und sehr happy damit. Denn ich kann alle Entscheidungen selbst treffen. Die Abläufe in den Verlagen sind meist langsam und als Autor muss man trotzdem vieles selbst machen. Das Selfpublishing ist viel Arbeit, aber die Lernkurve ist sehr hoch. Der schönste Lohn ist, dass mir meine Leser wundervolle Nachrichten schreiben.

Sie bekamen ja sogar Auszeichnungen für Ihren Roman! Gerade darum hätte ich gedacht, jetzt folgt ein zweiter Roman.
Hanna: Den schreibe ich auch noch. Ganz bestimmt. Die Rohfassung steht schon. Griechenland und seine neuere Geschichte stoßen auf großes Interesse. Die deutsche Besatzung. Der Bürgerkrieg. Und die Zeit der Militärjunta. Es gibt nicht viele Bücher über diese Zeit. Zumindest nicht in deutscher Sprache. Die wenigsten wissen etwas aus der Zeitgeschichte. Griechenland ist Urlaubsland. Das kommt alles noch. Jetzt schiebe ich meine Krimis dazwischen.

Moment mal, Sie schreiben gleich eine Krimiserie?
Hanna: Ja, ich hatte da gleich eine Idee dafür. Mir war klar, wenn Krimi – dann muss die Ermittlerfigur eine Frau sein, eine, die Bayern kennt. Und es muss natürlich auch viel Griechenland-Feeling dabei sein. Da wir in der Familie alle Paros lieben, diese wahnsinnsschöne Insel, habe ich die Handlung dorthin verlegt. Beim Schreiben hab` ich dann gemerkt, dass ich gar nicht weiß, wie ein Krimi aufgebaut wird. Da hab` ich mich erst durchgewurstelt und dann richtig mit dem Text gekämpft. Dann habe ich mir eine Frist gesetzt und musste mich ranhalten: Wenn das Buch nicht bis dann und dann fertig ist, wird der Krimi veröffentlicht, egal in welchem Zustand er ist. Da ich gerne ins Detail gehe, musste ich schneller und schneller schreiben ...

Wann schreiben Sie denn?
Hanna: Frühmorgens am liebsten. Aber eigentlich schreibe ich immer und überall. Ich nehme meinen Laptop, ich brauche auch keinen großen Tisch oder eine Bibliothek um mich rum. Nur meine Tasse Kaffee. Und dann fange ich an. Wenn ich in Tegernsee bin, ist das für mich ein kreatives Feld. Hier im Tal haben schon so viele Schriftsteller gelebt! Ich schau raus, sehe die Egerner Kirche oder den See und dann läuft die Feder respektive die Tastatur heiß. Für mich war auch klar, dass die Kommissarin natürlich in München landet und dann hauptsächlich Ausflüge an den Tegernsee macht.
Brenners: Amelie, haben Sie die Bücher schon alle gelesen?
Amelie: (nickend) Ja, klar. Also den Krimi und „Bittersüße Mandeln", die historischen Bücher nicht.
Hanna: Testleser sind wichtig!
Amelie: Ich darf inzwischen auch in der Rohfassung mitlesen. Das finde ich besonders spannend, wenn man sieht, wie sich das Schreiben entwickelt.

Und wie hat Amelie Sie beeinflusst, Hanna?
Hanna: Ich habe, seit ich Amelie kenne, ein ganz anderes Verständnis von Musik bekommen. Meine Vorstellung was „musikalisch sein“ bedeutet, wird durch Amelie ganz anders gefüllt. Sie hat an der Royal Academy of Music in London studiert und anschließend in London freiberuflich gearbeitet. In verschiedenen Projekten und Orchestern. Im Moment lebt Amelie sich gerade in Oberfranken ein und nutzt die Zeit, um nebenbei einen weiteren Master in Kammermusik mit ihrem Parzivalquartett an der Hochschule für Musik und Theater in Leipzig zu machen. Natürlich unterrichtet sie Klavier und Geige und auch ihre Projekte und Konzerte kommen nicht zu kurz. Da ist Musiktalent und eine Leichtigkeit, wie ich sie mir nie vorstellen konnte.

Beeindruckend – nicht nur für eine Schwiegermutter! Wie sind Sie denn zur Musik gekommen?
Amelie: Schon als kleines Mädchen. Mein Bruder bekam Geigenunterricht und ich rief als Zweijährige „will auch“. So erzählt es meine Mutter. Sie hat mich nach der Suzuki-Methode an das Geigenspiel herangeführt. Aber als ich 12 Jahre alt war und auf der Suche nach einem neuen Geigenlehrer, landete ich in einem Musikinternat in England. Und so hat sich alles weiterentwickelt ...

Hanna: ... also, in der Familie von Feilitzsch findet sich durchaus auch ein Musiker von Bedeutung. Karl von Feilitzsch hat die Musik zu „Ein Münchner im Himmel“ geschaffen! Er arbeitete mit großen Namen, Enoch zu Guttenberg war sein Schüler. Auch gibt es eine Feilitzsch-Stradivari.

Amelie: Die Musik ist so vielfältig und so verbindend. Ich trete gerne als Kammermusikerin auf, unter anderem auch mit Pieter Schoemann.

Er war Ihr Professor, ist Konzertmeister des London Philharmonic Orchestra. Wo können wir Sie denn demnächst hören? Hier beim Musikfest am Tegernsee oder mit ihm im Barocksaal im Schloss?
Amelie: Hoffentlich. Das wäre eine tolle Sache. Gerade werden die Pläne geschmiedet. Am liebsten würde ich jedoch mein Herzensprojekt „Tanz des Lebens“ hier am Tegernsee vorstellen. Hier sind wir zwei Geigen und eine Sprecherin. Sieben Musikstücke wurden speziell für die zwei Violinen arrangiert, sind um das Thema Tanz des Lebens gruppiert. Musik und Wort, Klang und Stimme korrespondieren miteinander. Bei unseren bisherigen Auftritten im In- und Ausland war das Publikum begeistert. Ich kann mir kaum was Schöneres vorstellen, als am Tegernsee zu spielen.

„Der letzte Ouzo“ heißt der Griechenland-Krimi von Hanna von Feilitzsch. Er kostet 18 Euro als Paperback und 11,99 Euro als eBook. Die Bücher von Hanna von Feilitzsch gibt es in jeder Buchhandlung oder unter www.feilitzsch-verlag.com

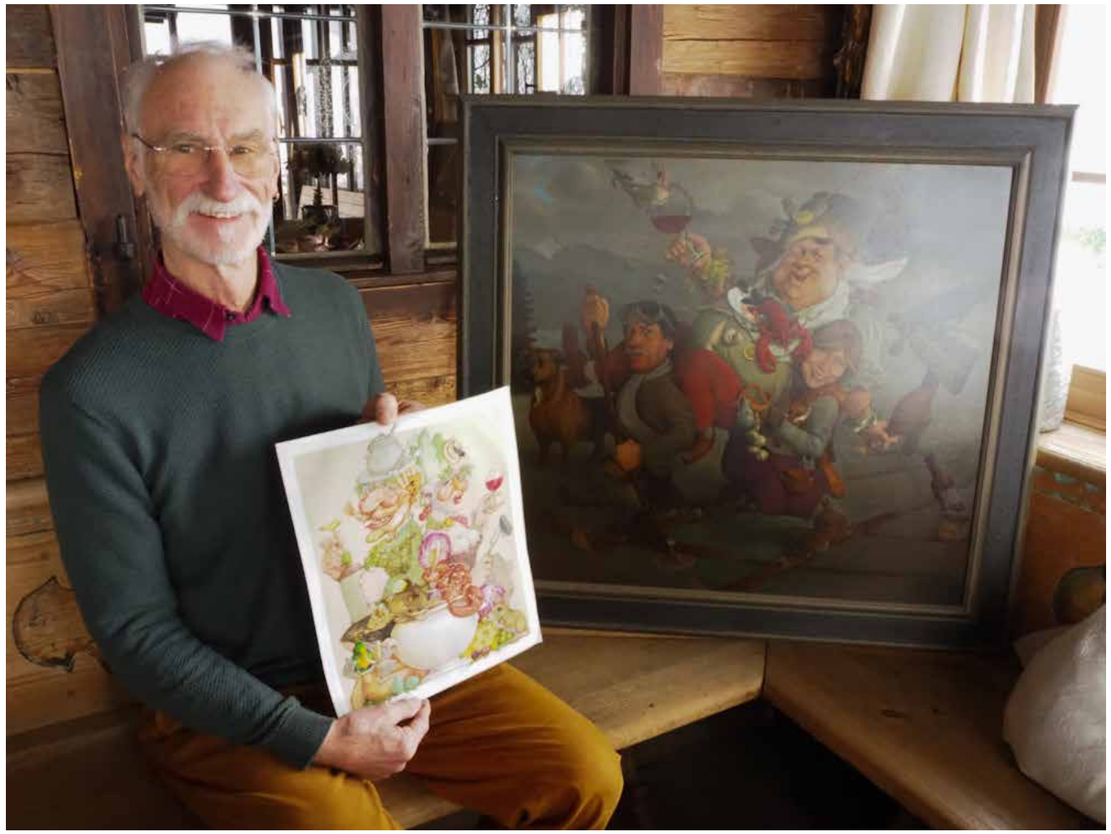
Am 13. Oktober 2024 gibt sie im Barocksaal im Schloss von Tegernsee ein Konzert. Genaues Programm und Neues zu Amelie von Feilitzsch ist auf Instagram unter amelievonfeilitzsch zu finden.

Meister der Tafelbilder
Hans Reiser

Eigentlich sei er ein „Mantschgerlmaler" hat er mal in einem Gespräch geäußert. Das ist vielleicht ein typischer Charakterzug eines Genies: Understatement pur. Hans Reiser ist im Tegernseer Tal bekannt. Ausgestellt hat er in vielen großen Häusern: Im Berliner Wilhelm-Gropius-Bau, im Nürnberger Albrecht-Dürer-Haus, im Wilhelm-Busch-Museum, Hannover, im Tegernseer Olaf Gulbransson Museum.

Hans Reiser ist dem Tegernseer Tal tief verbunden. Er ging ins Tegernseer Albertinum, das einstige Internat im Tegernseer Schloss. Er wurde geprägt vom Gulbransson-Strich, damals höchst angesagt, weil gerade das Museum eröffnet worden war. Und, er lernte die alten Meister in seiner Schule lieben. Traditionelle Malkunst mit neuen Bildinhalten verbinden, das war sein Wunsch. Er hat es auf die Spitze getrieben, seine Portraits sind das Extrakt eines Menschen. In der Fachwelt wird er als Meister des Tafelbildes gepriesen. Nun also die Idee des Freihauses als Arcimboldo-Werk. Giuseppe Arcimboldo, der italienische Maler der Spätrenaissance, berühmt für seine Tafelbilder, auf denen Blumen, Früchte oder Gemüse zu Porträts arrangiert wurden, liefert das Vorbild. Reiser gelingt der perfekte Transfer nach 2024. Hans Reiser hatte bereits vor 25 Jahren fürs Freihaus Brenner das Gemälde zum Silber-Jubiläum geliefert. Es ist im Freihaus für alle zugänglich zu betrachten. Daneben wird das Coverbild im Original dann seinen Platz finden.

www.reiserhans.de



© Selina Benda

Wohnkonzepte
mit Persönlichkeit.

Links: ©Kettnaker ALEA Highboard, rechts ©Minotti Horizonte

Schwaighofstr. 72
83684 Tegernsee
T +49 (0)8022 740 61
M +49 (0)173 869 98 42
info@neumann-wohndesign.com

neumann_wohndesign
www.neumann-wohndesign.com

NEUMANN
WOHNDESIGN

Minotti B&B Italia Freifrau Janua Kettnaker ClassiCon Arclinea

Betty, 1991, Offsetdruck, 127,4 x 101,5 cm

© Gerhard Richter 2024 (03032024), Olbricht Collection, Foto Christoph Fein

Kunstsammler Thomas Olbricht

Das Olaf Gulbransson Museum, Tegernsee landet auch dieses Jahr wieder einen Coup der Kultur: In seiner Sonderausstellung 2024 zeigt es „GERHARD RICHTER. WERK IM PLURAL AUS DER SAMMLUNG OLBRICHT“.

Es graupelt vom grauen Himmel. Tegernsee zeigt sich nicht gerade von seiner schönsten Seite, als Thomas Olbricht mit seiner Mitarbeiterin, Kuratorin Sarah Sonderkamp, durch den Kurgarten zum Museum läuft. Thomas Olbricht war nur einmal am Tegernsee. Vor Jahrzehnten, auf der anderen Seite, im Wiesseer Medical Park. Sonst hatte ihn bislang nichts noch einmal ins Tal gezogen.

Als Michael Beck, der Vorstandsvorsitzende der Olaf Gulbransson Gesellschaft, ihm in Düsseldorf begegnete und eher so en passant anfragte, ob er hier eine Richter-Ausstellung machen würde, rechnete Beck nicht mit einem Ja. „Ich war echt baff, als er einfach zustimmte“, schildert Michael Beck die Begegnung. „Wer hätte sich jemals vorstellen können, dass eine kleine Retrospektive von Gerhard Richter im Olaf Gulbransson Museum in Tegernsee zu sehen ist. Es ist ein Glücksfall, eine Sternstunde!“

Gemeinhin reden die Medien nur über die astronomischen Preise, die die Kunst von Richter erzielt. 20, 40 Millionen werden für ein Bild genannt. Summen, bei denen auch Richter selbst den Kopf schüttelt. Das ist der Markt. Die, die heute Richter-Werke haben, haben sehr früh schon Richter-Werke gekauft. Sie wussten damals nicht, was heute klar ist: Gerhard Richter gilt als der weltweit bekannteste lebende Künstler. Es gibt Hollywoodfilme, Fernsehdokumentationen, Bücher – einfach alles – über ihn. Als Richter seinen 90. Geburtstag feierte, boten die großen Häuser der Kunst in Berlin, in Hamburg, in Dresden und anderswo Retrospektiven. Und doch hat die Ausstellung in Tegernsee noch einmal mehr zu zeigen: Da sind Werke aus allen Dekaden seiner Schaffenszeit zu sehen, von 1965 bis heute. Das Jüngste stammt von 2023. Rocyn und Pamul heißen die beiden Pigmentprints auf Fine Art Papier. Es sind Editionen mit 80 Exemplaren. Richter hatte zwar 2017 seine Mal-Karriere als beendet erklärt, doch ganz offenbar kann der inzwischen 92-Jährige noch immer aktiv sein.

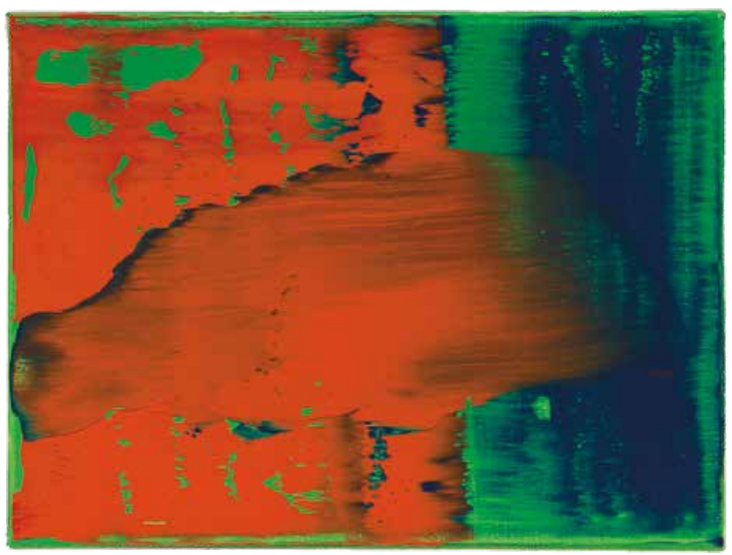
„Diese beiden sind kurz vor Weihnachten angekommen“, weiß Sarah Sonderkamp. Die Kunsthistorikerin betreut die gesamte Olbricht-Collection. Thomas Olbricht ist weltweit der einzige Sammler, der das komplette Editionswerk Richters zusammengetragen hat. Auch kein Museum besitzt es.

Der Begriff „Editionen“ kann Laien verwirren. Gemeinhin nimmt man den Begriff, um eine Ausgabe mehrerer Werke zusammenzufassen, die ohne Unterschied sind. Bei Richter führt eine Edition zwar mehrere Teile, aber sehr oft ist kein Teil genau wie das andere. Das sind dann unikatäre Editionen. „Er kalkuliert den Zufall mithinein“, sagt Beck. „Er versucht immer wieder neue Erfindungen, er spielt mit der Technik“, sagt Olbricht. „Es sind Unikate“.

© Gerhard Richter 2024 (03032024), Foto Jana Ebert

Hund, 1965, Siebdruck, verwischt mit bereitem Flachpinsel, auf bemaltem Halbkarton 65 x 60 cm (oben)
Grün Blau Rot, 1993, Öl auf Leinwand, 30 x 40 cm (unten)

In Tegernsee ist vieles zu sehen, das bereits Eingang ins kulturelle Gedächtnis gefunden hat: Der Hund „Lassie", die Queen, Mao, das berühmte „Strip" – das Bild, das aussieht, als seien es nur ein paar bunte Striche, doch tatsächlich sind es Pigmentpunkte in höchster Anordnung. Es gibt Ölgemälde, überrakelte Objekte, Digitalkunst, Fotos, Serien, die Editionen und ein Textilobjekt an der Wand. Iblan heißt es. Auch das gehört zu einer Edition. „Ich liebe Farben, ich bin ein Farbenmensch. Ich reagiere über Lichtreize, über farbige Geschichten. Dagegen kann ich ganz schwer nur lesen", erzählt Thomas Olbricht. „Wenn ich also ein Bild sehe, das mich derart einfängt, dann geht es meistens im Inneren um den Kauf und die innere Stimme sagt: Erwirb es!!"
Er sieht seine Sammlung als „Leihgaben für die Zukunft", er verwahrt die Kunst nur, solange er lebt. Die nächsten Generationen sollen dann entscheiden. „Was in hundert Jahren davon bleibt? Nun, den Sammler wird wohl keiner mehr erinnern. Das Werk wird dann wohl noch genannt werden, wegen dieser unglaublichen technischen Vielfalt."



© Gerhard Richter 2024 (03032024), Olbricht Collection, Foto Christoph Fein

Fuji, 1996, Öl auf Alucobond-Platte, 29 x 37 cm (oben)
Firenze, 2000, 12 x 12 cm (links)

Prof. Dr. Dr. Thomas Olbricht – Sammler, Mediziner und Mäzen
Im Vogtland 1948 geboren, studierte er nach der Schulausbildung Chemie, dann Medizin. Er promovierte in beiden Studiengängen. Die Universität Gesamthochschule Essen berief ihn 1994 zum Professor für Innere Medizin. Gleichzeitig gründete er die erste Praxis für Endokrinologie im Ruhrgebiet. Seit 1986 sammelt Thomas Olbricht Kunst mit Schwerpunkt auf zeitgenössische Kunst. 2011 gründete er mit seiner Frau Claudia die Stiftung Olbricht, um zeitgenössische Kunstschaffende zu fördern und das öffentliche Interesse, insbesondere von Kindern und Jugendlichen, an Kunst zu wecken. Prominent wurde er durch seinen me collectors room Berlin. Diese Ausstellungslocation wurde 2020 geschlossen.

© Olbricht Collection, Foto Nils Müller

Acht Stück gibt es von dem fast drei auf vier Meter großen Jaquard-gewobenen Wandteppich. Nur der in Tegernsee ist der Öffentlichkeit zugänglich. „Ich freue mich, dass wir das Werk mal wieder zeigen", sagt Thomas Olbricht und überprüft eine Ecke, die noch nicht ganz so von der Wand hängt, wie er es möchte. Sarah Sonderkamp und er legen tatsächlich bei der Hängung überall selbst Hand an. Die Kuratorin vermittelt ihr fulminantes Wissen super verständlich, sehr smart. Der Sammler nickt dann immer leicht verschmitzt, ein wenig Stolz auf das Wissen seiner Kunsthistorikerin schwingt mit. Thomas Olbricht selbst erzählt dazwischen kleine Stories, wie er zur Kunst kam – schon sehr jung, sein Onkel, der bekannte Sammler Karl Ströher, war ihm da Vorbild. Er erinnert, wie er und seine Frau Claudia dann begannen, die Kunst der Öffentlichkeit zur Verfügung zu stellen, und, wie es ist, wenn man in Gerhard Richters Atelier eingeladen wird. „Er ist ein sehr stiller Mensch", sagt er, „mit einem etwas schelmischen Humor". Vielleicht verbindet das die beiden Männer? Sie kennen sich nun über 30 Jahre. Auf seinem Handy hat Olbricht ein Foto, wie er und Gerhard Richter eine Kiste durchs Künstleratelier schaffen. Olbricht zieht den Wagen, Richter schiebt hinten an. Beide lachen. „Nein, haben dürfen Sie das nicht", sagt er. Ist schon mehr als genug, dass er es einer Journalistin gezeigt hat. Richter ist ihm ein wertvoller Mensch.

Aber Thomas Olbricht wirkt in all seinem Tun und Sprechen sehr empathisch. Er hört zu. Spricht mit Begeisterung von seiner Leidenschaft, dem Sammeln. Es sind nicht nur Richters Werke, die er sammelt. „Aber verraten Sie das nicht alles, was ich sonst noch sammle", lacht er. „Die Leidenschaft treibt mein Tun, zumindest beim Sammeln. Die Leidenschaft trägt einen fort, Leidenschaft, ob in der Kunst oder generell in der Kultur, – und das sage ich jetzt wiederum als Arzt – verlängert das Leben".

Dass seine Sammlung in vielen Besuchern Freude wecken möge, wünscht er noch. Dann muss er wieder zurück zum Flieger nach Düsseldorf. Er winkt nochmal durch die Glasscheibe. Ein kurzer Lichtstrahl huscht durchs Tegernseer Grau.

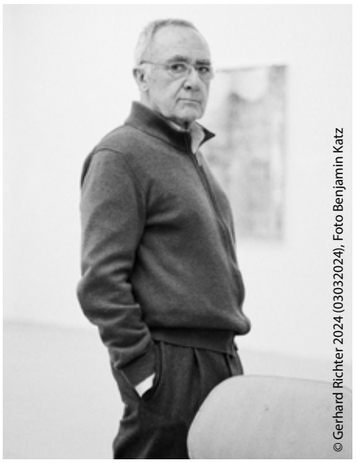
© Stills

© Gerhard Richter 2024 (03032024), Olbricht Collection, Foto Matteo Borzone, Maurizio Elia, Turin

Sarah Sonderkamp und Thomas Olbricht hängen den Wandteppich Iblan, 2009, Jacquard-gewoben aus Trevira, Baumwolle, Wolle, Seide, Acryl, 276 x 378 cm, im Olaf Gulbransson Museum auf.

Michael Beck, Vorstandsvorsitzender Olaf Gulbransson Gesellschaft, Gerhard Richter und Sarah Sonderkamp, Kuratorin

© Michael Dannemann



© Gerhard Richter 2024 (03032024), Foto Benjamin Katz

© Stills

GERHARD RICHTER. WERK IM PLURAL AUS DER SAMMLUNG OLBRICHT
Im Olaf Gulbransson Museum, Tegernsee
Ausstellung vom 3. März bis 28. Juli 2024
Dazu Face-to-Face Gespräche, Vorträge und Führungen
www.olaf-gulbransson-museum.de

Wir gratulieren zum 50-jährigen Bestehen des Freihaus Brenners!

Seit über 139 Jahren sind wir Ihr zuverlässiger Mobilitätspartner - wie auch bei unseren Freunden im Freihaus Brenner, stehen Sie bei uns als Gast und Kunde im Mittelpunkt.

Das Autohaus Praunsmändtl ist für Sie da.
Wir kümmern uns!

Ihr Mercedes-Benz Partner in Familienhand

praunsmändtl
erstklassig mobil

Anbieter: Mercedes-Benz AG, Mercedesstr. 120, 70372 Stuttgart
Peter Praunsmändtl GmbH & Co. KG
Autorisierter Mercedes-Benz Verkauf und Service
info@praunsmaendtl.de · www.praunsmaendtl.de

85055 Ingolstadt · Goethestraße 14 · 0841 504-0
85055 Ingolstadt · Kurt-Huber-Str. 25 · 0841 504-200
86633 Neuburg/Donau · Münchener Str. 134 · 08431 6168-0
85276 Pfaffenhofen · Münchener Str. 94-98 · 08441 2788-0
86259 Schrobenhausen · Westendstr. 1 · 08252 8851-0

Bauernlandschaft – Kulturlandschaft

Text und Fotos CORDULA FLEGEL

Wie die Familienbetriebe rund um den Tegernsee unsere Kulturlandschaft prägen. Wer neugierig auf die Landwirtschaft und die Lebensmittel im Mangfallgebirge ist, geht am besten zu den Bauernfamilien, die ihre Produkte selbst vermarkten. Und erfährt, warum die Weidewirtschaft ebenso gut für die Tiere ist wie für die Schönheit der Landschaft.

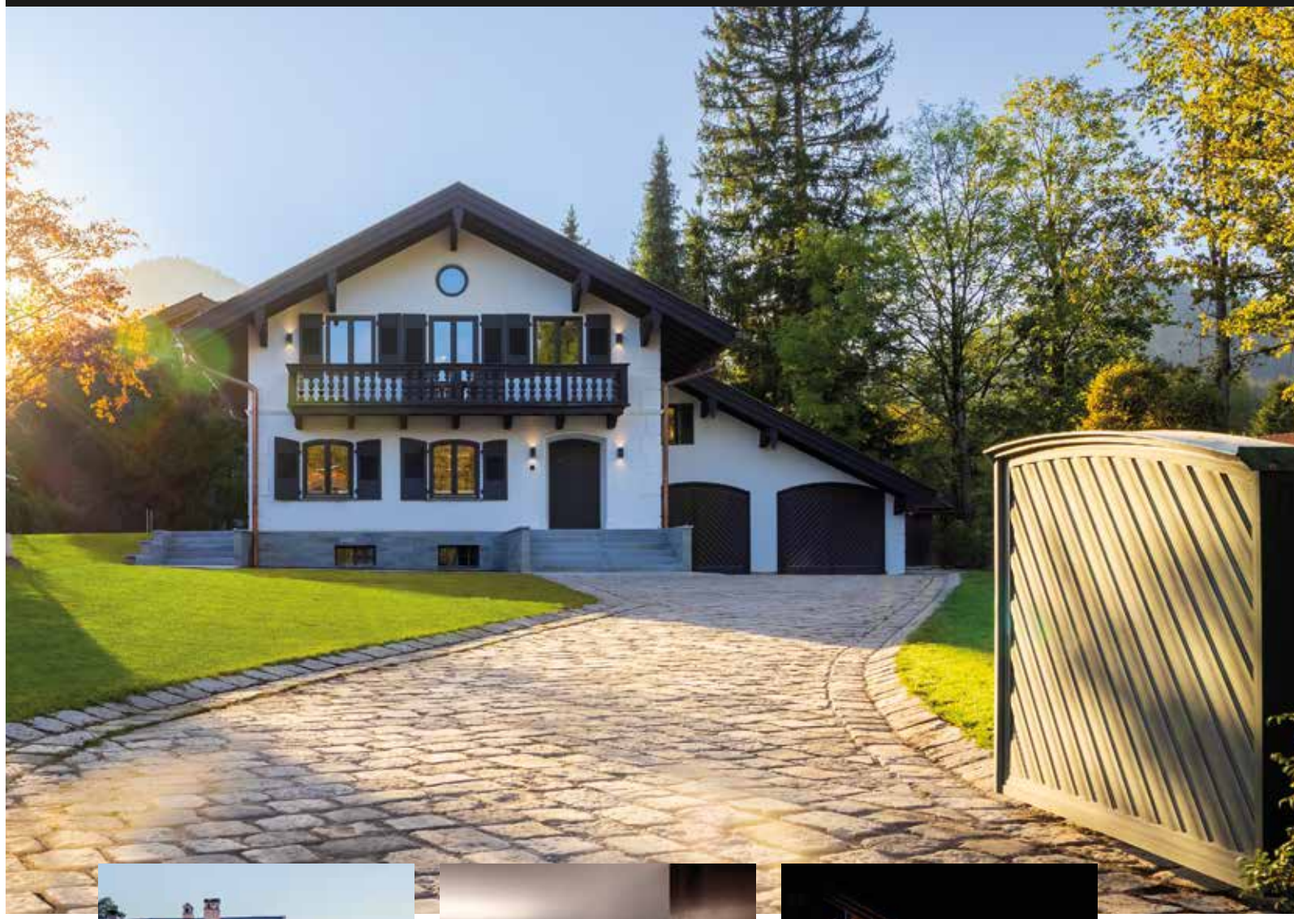
„Almhaltung bedeutet, dass unsere Tiere viele Kräuter fressen können und besonders gesund und vital aufwachsen. Das wirkt sich auch auf die Fleischqualität aus." Zufrieden beobachtet Andreas Liedschreiber seine Herde Limousinrinder, die den Sommer über in diesem Almgebiet in der Valepp weidet, während er damit beschäftigt ist, junge Bäume am Hang zu gschwenden. Diese alte französische Rasse ist in der Region nicht üblich, doch sie eignet sich besonders gut für die Mutterkuhhaltung. Neben einer Brennerei und der Waldwirtschaft, die zum Hof in Gmund gehören, konzentriert sich der Landwirt gemeinsam mit seiner Frau Anna-Maria auf die Produktion von Weidefleisch, das an Privatkunden und an die Gastronomie im Tegernseer Tal verkauft wird. Um die eigenen Produkte selbst vermarkten zu können, betreibt die Familie einen hohen Aufwand. Doch so lässt sich die Wertschöpfung steigern und gleichzeitig eine naturnahe Landwirtschaft betreiben. „Auf einem Hof gehört alles zusammen", beschreibt Anna-Maria Liedschreiber ihre Arbeitsweise: „Wir haben für uns herausgefunden, wie wir arbeiten wollen, und halten Vieh, wie das auch gut für uns ist. Ohne die Tiere gibt es kein Grünland. Die Kühe fressen das Gras, oder wir machen Heu draus, dann düngen wir mit dem Mist der Kühe die Wiesen, und dann geht's wieder von vorn los. So ist der Kreislauf."

Andreas Liedschreiber auf der Mitterbergalm in der Valepp, wo die Limousinherde der Familie die Sommermonate verbringt.

Dieses traditionelle Modell entspricht ebenso dem ursprünglich breit aufgestellten Wirken der historischen Höfe wie dem aktuellen Bestreben der Ökomodellregion Miesbach, die kleinräumig wirtschaftenden Betriebe bei ihrer Existenzsicherung zu unterstützen. Das Land Bayern hat ein hohes Interesse am Erhalt der Betriebe, denn diese Alpenregion, die zum Mangfallgebirge gehört, gilt nicht nur als eine der am frühesten besiedelten, sondern auch, bedingt durch die Nähe zur Landeshauptstadt, als eines der touristisch am stärksten genutzten Gebiete alpenweit. Viele Menschen kommen hierher, um eine intakte Natur und das immer noch bäuerlich geprägte Landleben zu genießen. Dazu gehören das Weidevieh auf den Talweiden, die freigehaltenen Almgebiete mit ihren aussichtsreichen Wanderwegen und auch das gelebte Brauchtum der Bauernfamilien. Doch die familiäre, traditionelle Landwirtschaft ist mit viel Handarbeit und Idealismus verbunden. Die Höfe halten nur so viele Milchkühe, wie Weideflächen in Hektar bewirtschaftet werden, denn für kleine Betriebe lohnt es sich nicht, Futtermittel zuzukaufen und mit teuren Unkrautvernichtern und Düngemitteln zu arbeiten. Deshalb sind sie auch besonders abhängig von gesunden Ressourcen wie Wasser und Boden.

„In unserer Gegend ist es wichtig, dass wir die Kulturlandschaft mit erhalten", sagen Katharina und Josef Kandlinger. Einundzwanzig Milchkühe und noch einmal so viel Jungvieh der in dieser Region üblichen Rasse Miesbacher Fleckvieh hält die Familie auf dem Böcklhof in Brunnbichl, und beliefert die Naturkäserei TegernseerLand eG. Im nahen Kreuth wird ihre Heumilch zu hochwertigen Milch- und Käseprodukten verarbeitet und regional vertrieben. Um nach dem Reinheitsgebot der Naturkäserei zu produzieren, mussten sich die Kandlingers verändern. Neben der Weidehaltung füttern sie ihre Kühe ausschließlich mit luftgetrocknetem Heu und mit nur wenig Kraftfutter. Nach der Anschaffung einer Heutrocknungsanlage und dem Bau eines Laufstalls haben sie ihre Produktion auf Bio umgestellt. Die Naturkäserei, der siebzehn Lieferbetriebe angehören, ist eine wegweisende Initiative, um die Landwirtschaft und den Naturschutz in der Region zusammen zu begreifen. Sie propagiert das Tierwohl und informiert die Verbraucher über eine naturverträgliche Form der Landwirtschaft. Und die Landwirte bestimmen gemeinsam, wie sie arbeiten wollen. Doch die Weidehaltung, wie sie die Naturkäserei bei der Milchviehwirtschaft voraussetzt, wird im Mangfallgebirge noch auf den meisten Höfen praktiziert. Nicht nur das Jungvieh, sondern auch das Milchvieh zu weiden, ge-

DAS FOCKENSTEIN
EIN ANWESEN DER SPITZENKLASSE



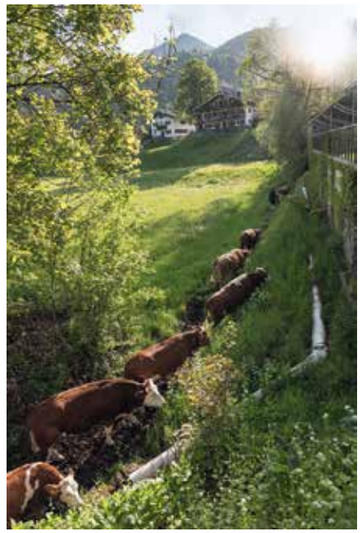
T: +49 8022-981 310 | E: TEGERNSEE@MRLODGE.DE | WWW.MRLODGE.DE

MR. LODGE
EXCLUSIVE

hören zum bäuerlichen Selbstverständnis. Und wenn die Weiden nicht direkt vom Stall aus zugänglich sind, kostet das viel Arbeitszeit. Zweimal täglich müssen die Tiere zum Melken hinein und wieder rausgetrieben werden. Das Tempo bestimmen dabei die Kühe. Diese Form der Fütterung ist nicht nur kuhgerecht, sondern auch besonders gut für die Bodengesundheit. Das Fressverhalten der Rinder sorgt für eine naturnahe Bodenstruktur und für Wachstumsimpulse bei den Pflanzen.

Die Bauernfamilien wissen genau, je höher der Artenreichtum im Grünfutter ist, desto besser sind das Aroma der Milch und der Geschmack des Fleisches, und desto gesünder entwickelt sich die in den Alpen besonders empfindliche Humusschicht. Denn nur humusreiche Böden können viel CO_2 speichern und ausreichend Futter für eine Herde liefern. »Die Naturkäserei brauchen wir, damit die Landwirtschaft so, wie wir sie betreiben, erhalten bleibt«, sind die Kandlingers überzeugt. Doch um die Landwirtschaft betreiben zu können, müssen sie umfassend wirtschaften. Neben der Milch- und Waldwirtschaft vermietet die Familie Zimmer und betreibt einen Skilift. Das Jungvieh wird im Sommer auf eine Alm am Wallberg getrieben, was ähnlich wie die naturnahe Bewirtschaftung der Grünflächen im Tal gefördert wird. »Mit dem Weltmarkt können wir kleinen Betriebe nicht konkurrieren, da haben wir keine Chance. Wenn jemand hundert Kühe hat, sind das ganz andere Voraussetzungen«, sagt Joseph Kandlinger. Doch der Vertragsnaturschutz sei ein zweites Standbein für die Höfe geworden.

Viel Zeit, über diese begrüßenswerte Entwicklung zu sprechen, bleibt nicht. Heute wird das Vieh gemeinsam mit einigen Helfern von der Waldweide zum Hof getrieben. Die Kandlingers gehören zur Weidegemeinschaft Weißachau, welche die renaturierte Auenlandschaft der Weißach nahe Kreuth mit einer sensiblen Beweidung freihält. So gedeihen hier viele unterschiedliche Pflanzenarten, darunter auch seltene. Gemeinsam mit den Talweiden und den Almböden ist es die Pflege solcher naturnahen Räume, die eine so diverse Kulturlandschaft, wie sie sich hier über viele Jahrhunderte mithilfe der Landwirtschaft entwickelte, erhält.



Katharina Kandlinger führt gemeinsam mit ihrem Mann Josef den Böcklhof in Brunnbichl. Der Hof gehört zu den Heumilchlieferanten der Naturkäserei TegernseerLand eG (oben). Der Wallberg (unten)

Infos zu dem Buch „Bauernlandschaft"
Die Fotojournalistin Cordula Flegel lebt mit ihrer Familie am Schliersee und befasst sich in ihren fotografischen Langzeitprojekten mit alpinen Lebensmitteln, Naturräumen und altem Handwerk. In ihrem Buch „Bauernlandschaft" stellt sie dreizehn Betriebe in der Region des Mangfallgebirges vor und zeigt in ausführlichen Reportagen und gemeinsamen Gesprächen mit den Bäuerinnen und Bauern auf, wie naturnah die Höfe wirtschaften müssen, um existenzfähig zu bleiben.

Das Buch erschien im at Verlag und ist im Buchhandel erhältlich.
www.cordulaflegel.de
Instagram @bauernlandschaft.

Cordula Flegel: „BAUERNLANDSCHAFT – Wie Familienbetriebe die Bayerischen Alpen prägen", 256 Seiten, gebunden, at Verlag, € 40,00

BODENSEE

Der Westerhof
TEGERNSEE · HOTEL
The place to be
... do mog i hi!

Dahoam in Traumlage

Zimmer / Suiten mit einmaligem Seeblick
Inmitten der schönsten Wanderwege

Olaf-Gulbransson-Straße 19 • 83684 Tegernsee
Tel. (+49) 08022 - 188 988 • www.derwesterhof.de

KINGA MATHE
www.Tracht-a-Porter.com
Store KINGA MATHE | Tegernseer Str.6 | 83703 Gmund