

Herbst 2014

woman

HAMBURG

in the city

LADIES NIGHT

Wenn Frauen allein ausgehen

GEHEIMTIPPS

Hier feiern die Hamburger

DIE PÄPSTIN

Regisseurin Eva Hosemann

EVE CAMPAGNE

Queen of
Burlesque





**Meine Stadtwerke.
Mein Weg.**

Grüne Energie zu
festen Preisen –
da gehe ich mit!

Wechseln lohnt sich!

Denn bei Abschluss eines Strom- oder Gas-Vertrages erhalten Sie eine tolle Prämie aus unserem aktuellen Angebot. Werden Sie jetzt Prämien-Kunde!*



Amazon Kindle



iPod Shuffle



Thermobecher
Edelstahl

Mehr Informationen
erhalten Sie unter:

www.stadtwerke-ahrensburg.de

* Der Versand der ausgewählten Prämie erfolgt nach Bestätigung des Wechsels. Die hier aufgeführten Prämien sind erhältlich bei einem Vertragsabschluss bis zum 31.10.2014.

Neu zu finden bei



KUNDENZENTRUM
Lohe 1, 22926 Ahrensburg
Tel. 0 41 02/99 74 0
Fax 0 41 02/99 74 10

Stadtwerke

Ahrensburg GmbH

www.stadtwerke-ahrensburg.de

DIE WOMAN WIRD VIER!

Wir feiern Geburtstag! Die womanintheCity hat Geburtstag! Vor genau vier Jahren haben wir über der ersten Ausgabe geschwitzt – mit Herzklopfen und feuchten Händen. All die Krisen im Verlagsgeschäft waren uns damals egal, denn mit der woman haben wir uns nicht nur einen Herzenswunsch erfüllt, sondern auch ein Konzept auf die Beine gestellt, das dieser Krise genau entgegen wirkt. Und das war kein Zufall. Denn Neulinge im Verlagswesen waren wir schon damals nicht.

Mehr als 100 Jahre lang gab es einst in Schleswig-Holstein bis 1999 den Familienbetrieb Johann Schwarck Söhne, in dem Tag für Tag eine der kleinsten Tageszeitungen Deutschlands entstand. Doch Tageszeitung ist, das wissen wir alle längst, so ziemlich das schwierigste Verlags-Geschäft in einer schnelllebigen Welt, in der die Informationen über das Internet schneller verbreitet werden, als das Blei sie setzen kann. Statt sie – ausnahmsweise mal von einer Tochter – weiter herauszugeben, wurde sie in die Obhut eines finanzkräftigeren Großverlages gegeben und existiert noch heute – mit etwas weniger Herzblut, aber immerhin: Sie lebt!

Doch wir wollten mehr als das. Haben aus den Jahren im Tageszeitungsverlagswesen gelernt und all das Gute herausgezogen. Leidenschaft und Liebe dazu gepackt. Mit einer großen Prise Lokales & Lifestyle gespritzt. Und Hamburgs erstes lokales Frauenmagazin entworfen.

Dass das Konzept ein gutes ist, zeigen auch die Nachahmer, die heute ähnliches versuchen. Doch wir haben bereits Laufen gelernt. Sind groß geworden. Mehr Leser, mehr Kunden, die beide zusammen dieses Magazin erst möglich machen. Und hinter allem: ein gewachsenes Team, voller Herz, voller Leidenschaft, voller Ideen. Und wir wachsen weiter: Im August ist die erste Ausgabe der womanintheCity in Lübeck erschienen. Doch eines bleibt wie es war: Wir hören Ihnen zu! Darum: Ihnen brennt etwas unter den Nägeln? Sie haben Ideen, Anregungen, Wünsche? Dann schreiben Sie uns gern! witc@wiener-kontor.de

Jetzt wünschen wir Ihnen aber erst einmal viel Spaß beim Lesen!



Daniela N. Barth & Ilona Lütje

Daniela N. Barth *Ilona Lütje*

**ALTONAER
THEATER**

Wir spielen Bücher!

DIE PÄPSTIN

NACH DEM ROMAN VON DONNA WOOLFOLK CROSS

BÜHNENFASSUNG SUSANNE FELICITAS WOLF

REGIE EVA HOSEMANN **BÜHNE** STEPHAN BRUCKMEIER **KOSTÜME** VOLKER DEUTSCHMANN

MIT HUBERTUS BRANDT ■ HANNELORE DROEGE ■ THOMAS B. FRANZ ■ TORSTEN MICHAEL KROGH ■ ELENA MEISSNER ■ MARC LAADE ■ OLAF PASCHNER ■ PHILIP SCHWARZ ■ ANJORKA STRECHEL ■ PETER THEISS ■ HANNES TRÄBERT u.a.

PREMIERE 5. SEPTEMBER 2014

VORSTELLUNGEN BIS 11. OKTOBER 2014

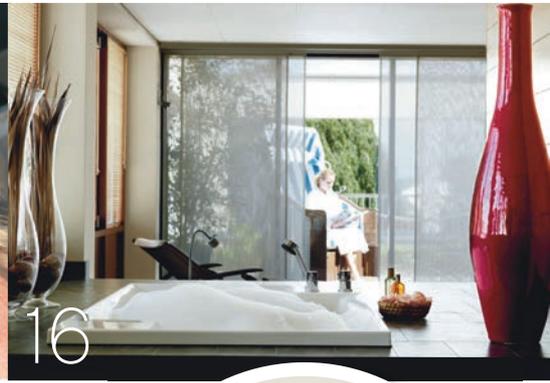
KARTEN 040. 39 90 58 70 ■ WWW.ALTONAER-THEATER.DE



8



12



16

Herbst 2014

**AKTUELLE AUSGABEN
JETZT KOSTENLOS**

im Apple AppStore, bei
Google Play und Amazon
unter womaninthecity

- KULTUR** **08** **SERIE: KULTURMACHERINNEN**
Theater-Regisseurin Eva Hosemann
- STYLING** **12** **GENERATIONENSHOOTING**
Alt anziehen können sich andere!
- HEALTH&BEAUTY** **13** **JO-JO-EFFEKT? FEHLANZEIGE!**
Die 21-Tage-Stoffwechselkur
- WELLNESS** **16** **ENTSPANNUNGSWELTEN**
Im A-Rosa Travemünde verschwimmen Zeit & Raum
- HEALTH&BEAUTY** **18** **SAUBERE SACHE**
So reinigen Sie Ihre Haut porentief
- MITMACHEN** **20** **PROBANDEN GESUCHT!**
Das neue Schönheitskonzept: No Age Lift Express
- VERLOSUNG** **21** **ZEIT ZUM WOHLFÜHLEN**
Wellness im Land Fleesensee Spa
- SPECIAL** **26** **GIRLS WANNA HAVE FUN**
Dildo-Party, Ludercoaching uvm: Tipps für die perfekte LadiesNight
- UMFRAGE** **32** **UND WAS FEIERT IHR?**
Die Hamburger und ihre schönsten Locations
- REPORTAGE** **34** **WILDE JUNGS**
Heiße Recherche im Strip-Club
- GESELLSCHAFT** **38** **EIN PLATZ FÜR KINDER**
Johanna Ruoff und die Mattisburg

Die App zum Magazin! Mehr Infos zu den Stories, mehr Bilder,
Videos, Interviews zum Reinhören u.v.m.
Jetzt kostenlos für ihr Smartphone oder Tablet: womaninthecity





cutstation
by marc grünkemeyer

friseursalon cutstation · fruchtallee 126 · 20259 hamburg
telefon 040 406846

Öffnungszeiten: Dienstag bis Freitag 9 - 20 Uhr
Samstag 9 - 16 Uhr · Und nach Vereinbarung

- STANDARDS **03** EDITORIAL
45 CONNI KÖPP TRIFFT
46 RÄTSEL
46 IMPRESSUM



TITEL:
womaninthecity
EVE CHAMPAGNE

VORSCHAU **WINTER 2014**
Die nächste Ausgabe
erscheint am 10. November 2014



Aus der S-Bahn in die
Einkaufswelt. Mehr unter
www.s-bahn-hamburg.de



Plietsch unterwegs: Hamburg fährt shoppen!

Der bequeme Weg zur Vielfalt.

Hamburg ist bekannt für seine vielfältigen Einkaufsmöglichkeiten. Vom Einkaufsparadies wie dem Alstertal Einkaufs-Zentrum bis zu kleinen Boutiquen in den verschiedenen Stadtteilen. Und die S-Bahn bringt Sie hin. Umweltfreundlich, bequem und flexibel.
Die Bahn macht mobil.

shopping das will ich auch!



STRAHLENDE HAUT

Die Avocado, Olive & Basil Collection gehört zur neuen „Fruits & Botanical“-Serie von Crabtree & Evelyn – eine Symphonie aus kühler, cremiger Avocado, Olive und einem Hauch Basilikum, die durch die anregenden Eigenschaften von Zitrone und Limette abgerundet wird. Handverlesene Zutaten für eine gesunde und strahlende Haut. www.crabtree-evelyn.de

MAGNETKRAFT

Sie sind zeitlos, schlicht, schön und vor allem kraftvoll: in den Flex-Armbändern von Energetix Bingen steckt nämlich jede Menge Magnetkraft - auch Popstar Ronan Keating und Top-Model Franziska Knuppe schwören darauf. Und mit einer Schmuckparty begeistern Sie auch gleich noch Ihre Freunde! www.energetix.tv | Flexis, ab 29 Euro



REINE SACHE

Es ist das Lieblingsgetränk der Deutschen: Im Durchschnitt trank jeder Bundesbürger im vergangenen Jahr 165 Liter Kaffee (Wasser: 140 Liter / Bier: 107 Liter). Doch zu einem richtig guten Kaffee gehören nicht nur exklusive Bohnen und eine gute Maschine, sondern auch der richtige Reiniger. Und der muss nicht scharf sein. KaffeeMaschinenreiniger24 bietet jetzt eine Bioserie an. Bequem online zu bestellen, kostet nicht die Welt und wird innerhalb weniger Tage nach Hause oder ins Büro geliefert. www.kaffeeMaschinenreiniger24.de | Spezialreiniger für KaffeeMaschinen ab 6,75 Euro



Schicker Schutz

Zeigt her eure Cases! Diese hier werden richtig abräumen! Ob Smartphone, Tablet oder Laptop: Die handgefertigten Taschen und Hüllen von caseable schützen die digitalen Begleiter nicht nur, sondern machen sie unverwechselbar. Entweder man wählt eines der Designs internationaler Künstler oder lässt seiner eigenen Kreativität freien Lauf. www.caseable.de

LEBENSFREUDE MESSE HAMBURG

BEWEGUNG FÜR KÖRPER UND SEELE

Alle Hamburger, die äußerlich und innerlich bewegt bleiben möchten, sollten sich diesen Termin merken: vom 21. bis 23. November ist wieder Lebensfreude Messe. Fitnessprofi präsentieren wirkungsvolle sportliche Aktivitäten und stellen Bodilance, eine viel versprechende Methode zur Wiederherstellung der Muskelfunktionen, vor. KuschelYoga hingegen sorgt für Entspannung und Wohlfühl. Außerdem geht es auf der Messe um Antworten auf wichtige Fragen zur inneren Bewegtheit: Gerade in den heutigen Zeiten, die vom andauernden Wandel und Ängsten geprägt sind, ist der Fluss der Gefühle und Gedanken oft gestört. Wie man diese Blockaden löst, eine innere Balance herstellen und Halt finden kann, wird hier auch Thema sein.



Bewegt zu bleiben, kostet Kraft und Energie. Und dazu braucht es unter anderem eine gesunde Ernährung. Die Lebensfreude Messe Hamburg bietet auch in diesem Bereich wieder viele Inspirationen und Kostproben. Für kulinarische Genüsse wird z. B. durch ayurvedische Köstlichkeiten gesorgt. Zudem gibt es viele wertvolle Informationen rund ums Thema Wasseraufbereitung.

Die Lebensfreude Messe Hamburg ist ein Informations-Forum für alle, die auf der Suche nach Inspirationen, Rat und Hilfe für ein gesundes, glückliches und ganzheitliches Leben sind.

www.lebensfreudemessen.de

VERLOSUNG

Wir verlosen 5 x 2 Freikarten für die Lebensfreude Messe Hamburg. Jeder Gewinner erhält zusätzlich einen Gutschein für einen Energie-Haarschnitt nach dem Goldenen Schnitt von Kirsten Kelting (einzulösen auf der Lebensfreude Messe oder im Salon in Elmshorn | www.kirstenkelting.de). Senden Sie uns eine E-Mail mit dem Betreff „Lebensfreude“ an witc@wiener-kontor.de oder eine Postkarte an womaninthecity, Jarrestraße 80, 22303 Hamburg. Teilnahmeschluss ist der 15.10.2014. Die Gewinner werden aus allen Einsendungen gelost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.




**du hast mich mal geliebt
schenke mir
ein zweites leben**

Wir kaufen Ihre Designermode
einfach – professionell – direkte Auszahlung
www.buddyandselly.com
0800 640 40 20

**BUDDY
& SELLY**

jasmin duszynski
RETUSCHEN & COMPOSINGS

bartelsstrasse 65 ♦ 20357 hamburg ♦ tel: 0163/ 510 47 60
mail@jasminduszynski.de



fitCARE
professional fitness training

powerplate® training
exklusiv im PhysioTeam Gertigstraße

**Kräftigung, Straffung, Stabilisierung,
Beweglichkeit und Entspannung bei
geringem Zeitaufwand!**

Also keine Zeit vergeuden: Ich motiviere Sie gern!

Vereinbaren Sie Ihr kostenloses Probetraining, Ihren
TrainingsCheckUp oder Ihren Beratungstermin!
Auch als Geschenkgutschein erhältlich!

www.fitcare-professional-training.de tele. 040 30639658

DIE REGISSEURIN

*Es sitzen zu wenig Frauen in den Führungsetagen der Wirtschaft. Diesen Vorwurf liest man bereits seit Jahren überall. Doch nicht nur in der Wirtschaft sieht es mit der Frauenquote schlecht aus, auch der doch so freigeistige Kulturbetrieb ist geprägt von männlich dominierten Strukturen. Klar gibt es gefeierte Schauspielerinnen oder Bestsellerautorinnen, doch der Intendanten- oder Verlagsposten wird meist an den männlichen Kollegen vergeben. Die Neu-Auflage unserer womaninthecity-Serie „Hamburgs Kulturmacherinnen“ widmen wir deshalb jenen Frauen, die die Kulturlandschaft unserer Stadt entscheidend gestalten. **W** Text: Jennifer Meyer*

Eine Gleichberechtigung für Frauen weltweit wünscht sich Theater-Regisseurin Eva Hosemann. Warum es wichtig ist, neue Wege zu gehen und woran man Hamburger Theater-Besucher erkennt, verriet uns die 52-jährige im Interview.

Ein Jahr ist es nun her, dass Sie Ihre Stelle im Theater Rampe in Stuttgart aufgegeben haben. 15 Jahre waren Sie dort Intendantin. Warum sind Sie diesen Schritt gegangen?

Mein Team und ich im Theater Rampe hatten in den letzten 15 Jahren einfach viel erreicht. Aber irgendwann kommt der Zeitpunkt, an dem sich das Theater und auch man selbst erneuern muss. Veränderung muss manchmal stattfinden, ansonsten bleibt man stehen. Zudem war mein Sohn kurz zuvor zu Hause ausgezogen. Der Zeitpunkt war gut, um sich noch einmal auf die Socken zu machen und neue Wege zu gehen.

Was war das Schwierigste an dieser Entscheidung?

Das Schwierigste war, dass man dort ein Team gehabt hat, mit dem man nicht nur gearbeitet hat, sondern auch befreundet war. Wir hatten einfach einen guten Flow. Das ist etwas, das ich vermisse. Dass es dieses Team, so wie es war, nicht mehr gibt. Trotzdem schaue ich mit Freude und nicht mit Wehmut zurück.

Beruflich war es zudem eine große Veränderung. In Stuttgart waren Sie Intendantin, heute arbeiten Sie als freiberufliche Regisseurin.

Das war natürlich eine Umstellung. Ich konnte 15 Jahre lang selbst entscheiden, wie etwas gemacht werden soll. Wenn mir ein Stück gefiel, konnte ich einfach zugreifen. Aber auch hier überwiegt die Erleichterung. Denn wenn man die letzte Entscheidungskraft hat, hat man auch die letzte Verantwortungskraft und ist vom Hausmeister bis zur verantwortlichen Person am Ende irgendwie alles.

Angefangen haben Sie eigentlich als Schauspielerin. Wie sind Sie zur Regie gekommen?

Das liegt an der Faszination Theater. Ich bin nach wie vor gern Schauspielerin, aber ich wusste schon in der Schauspielschule, dass ich diesen anderen, umfassenderen Blick auch haben will. Als Schauspieler geht man irgendwann gezwungenermaßen in die Tiefe seiner Figur und verliert den Gesamtüberblick, was auch notwendig ist. Aber um seine Kollegen und das Gesamte kann man sich dann nicht mehr kümmern.

Macht Sie das als Regisseurin besser?

Besser weiß ich nicht. Es ist sicherlich eine Qualität, dass ich schauspielerische Vorgänge kenne. Dass ich merke, worum gerungen wird oder was gerade das Problem eines Schauspielers ist. Ich glaube schon, dass ich da anders helfen kann als ein Regisseur, der keinen schauspielerischen Background hat. Ob



das nun besser oder schlechter ist, weiß ich nicht. Es gibt genügend Regisseure, bei denen es ganz gut ist, dass sie diesen Blick nicht haben.

Wie meinen Sie das?

Es gibt einfach Regisseure, die aus einem anderen Kosmos heraus inszenieren und sich dann nicht so sehr mit den Problemen der Schauspieler befassen. Sie sind der Auffassung, dass es die Aufgabe des Schauspielers ist, diese Probleme zu lösen. Und das stimmt auch.

Ist das ein Moment, in dem Sie über Ihre eigentliche Verantwortung hinausgehen?

Möglich. Ich komme schon auch zu dem Punkt, dass ich einem Schauspieler sage: „Ich kenne dieses Problem. Ich kann dir dabei aber nicht helfen. Das musst du selber lösen.“ Auch das kann ich dann manchmal, weil ich weiß, dass einem bei vielen Problemen keiner helfen kann. Ich gehe aber schon eher von der schauspielerischen Arbeit heran, als von einer konzeptionellen Seite. Mir ist es auch immer sehr wichtig, auf Augenhöhe mit den Schauspielern zu arbeiten. Sie selbst entwickeln zu lassen. Ich habe es gehasst, wenn ich als Schauspielerin nur das Bild, das ein Regisseur im Kopf hat, zu erfüllen hatte.

Sie arbeiten seit fast einem Jahr am Altonaer Theater. Unterscheidet sich das Publikum in Stuttgart von dem in Hamburg?

In beiden Fällen ist es ein hochinteressiertes Publikum. Ein Publikum, das seine Theater und seine Schauspieler liebt. Die Menschen setzen sich mit dem auseinander, was sie gesehen haben. Das finde ich sehr spannend



und kenne das so eigentlich nur noch aus Wien. Natürlich hat Hamburg aber eine viel größere Theater-Szene mit wesentlich mehr Häusern als in Stuttgart. Außerdem ist der Humor ein anderer. Hamburger haben eher einen Understatement-Humor. Im Schwaben-Ländle fühlt sich das anders an. Den Grund dafür kann ich aber nicht genau sagen.

Im September feiert Ihr nächstes Stück „Die Päpstin“ Premiere im Altonaer Theater. Was ist das besondere an der Geschichte?

Das faszinierende an der Geschichte ist die Geschichte selbst. Diese große Legende um die Frage „Gab es einen weiblichen Papst?“. Und obwohl die Geschichte im 9. Jahrhundert spielt, hat die Autorin Donna Woolfolk Cross eine sehr moderne Geschichte geschrieben. Eine Geschichte von einer jungen Frau, die sich entschließt, ihren Weg zu gehen und das durchsetzt, was sie möchte. Lernen und als gleichwertige Person in einer Gesellschaft

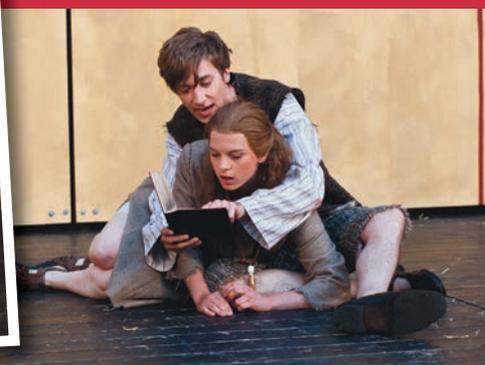
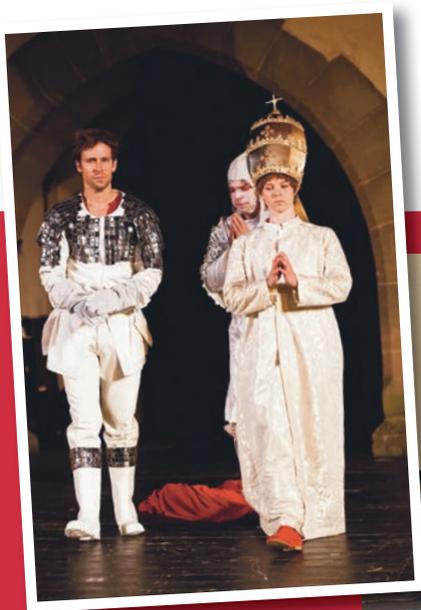
angesehen zu werden, was zu dieser Zeit undenkbar war. Sie hatte sich dem Mann zu beugen und durfte nicht in den Kirchendienst treten. Es ist die Lebensgeschichte dieser Frau, die unbeirrbar ihren Weg geht und am Ende scheitert, weil sie nicht die sein darf, die sie wirklich ist. Denn sie muss ihre weibliche Seite komplett aufgeben. Letztlich kann man so nicht glücklich werden.

Glauben Sie, dass diese Geschichte im übertragenen Sinne heute auch noch relevant ist?

Ja. In der Kirche haben wir immer noch dieses Thema. Ein weiblicher Papst ist nach wie vor undenkbar. Die katholische Kirche ist heute immer noch zu für weibliche Amtsträgerinnen. Das ist sicherlich ein Punkt. Und dann muss man sagen, dass wir uns auf einem sehr privilegierten kleinen Fleckchen Erde befinden, wo Frauen nicht gleichberechtigt sind, aber auf Augenhöhe betrachtet werden. In den meisten anderen Regionen sind Klitoris-Verstümmelungen, Verhüllungen und Ehrenmorde aber an der Tagesordnung und damit hochaktuell. Zudem dürfen Frauen nicht teilhaben an der Gesellschaft. Dieses Thema wird auch in dem Stück mit Wut behandelt.

Hatten Sie schon einmal das Gefühl, beruflich benachteiligt zu werden, weil Sie eine Frau sind?

Nein, das ist im Theater anders. Das Theater ist zwar nach wie vor ein hierarchischer Betrieb und in den Entscheidungspositionen sitzen auch nicht so wahnsinnig viele Frauen. Aber ich kann trotzdem nicht von mir behaupten, dass ich eine Stelle nicht bekommen habe, weil ich eine Frau bin. Das liegt aber glaube ich auch an mir. Ich bin ein 62-er Jahrgang. Als ich aufgewachsen bin, war das ganze Thema natürlich sehr en vogue. Ich bin in einer bürgerlich aufgeschlossenen Familie groß geworden, die trotzdem noch Rollenbilder hatte. Gegen die habe ich aber schon immer gekämpft.



DIE PÄPSTIN
 Vorstellungen bis zum 11. Oktober 2014
 Tickets unter Tel.: 040 3990 5870 und online unter www.altonaer-theater.de

alle Fotos: Lutz Schelhorn

BERLIN COMEDIAN HARMONISTS IM WINTERHUDER FÄHRHAUS

PETER FOX & GLORIA GAYNOR



Foto: Michael Petersohn

Sie sind längst legendär: Als die Berlin Comedian Harmonists am 19.12.1997 die Premiere von „Veronika, der Lenz ist da – Die Comedian Harmonists“ feierten, schrieb eine große überregionale Tageszeitung anschließend: „Das Theater zieht die Live-Trumpfkarte. Den lebendigen Klang sticht nichts aus. Standing Ovations. Tobendes Haus.“ Allein in Berlin wurde das Stück über 700 Mal gespielt. Seitdem tourt das Sextett mit seinem Programm durch die ganze Welt. Im September kommt es für ein längeres Gastspiel ans Winterhuder Fährhaus.

Vom 19. September bis zum 9. November bringen die Berlin Comedian Harmonists das „Café Schöne Aussicht“ von Franz Wittenbrink und Anne X. Weber auf die Bühne. Im Mittelpunkt: das Berliner Café Schöne Aussicht, das die drei Brüder Konoppke betreiben. Der Familienbetrieb hat Tradition: In den 20er Jahren von Uroma Konoppke gegründet, erlebte er Glanz und Gloria des vergangenen Jahrhunderts. Aber seit der Übernahme des Cafés durch den Traumtänzer Felix, den Trinker Frank und den triebgesteuerten Bang geht es stetig bergab. Nicht einmal der Handwerker, der zu Beginn (vergeblich) versucht, die kaputte Jukebox zu reparieren, kann bezahlt werden. Und mit der Pacht für das Café sind sie auch schon lange im Verzug. Deswegen hat die Vermieterin ihnen gekündigt und eine Maklerin mit dem Verkauf des Lokals beauftragt. Aber Felix hat das Einschreiben der Vermieterin ungeöffnet weggeworfen. Deswegen sind die drei Brüder einigermaßen überrascht, als die Maklerin in ihrem Lokal steht und ihnen eröffnet, dass aus ihrem Café ein „Coffeshop im gehobenen Preissegment“ entstehen soll. Zur Rettung des Cafés entscheiden sich die drei, alles auf eine Karte zu setzen – und das kann bei dieser Besetzung natürlich nur der Gesang sein.

Das Sextett – Holger Off, Olaf Drauschke, Wolfgang Höltzel, Ralf Steinhagen, Philipp Seibert und Horst Maria Merz – präsentiert dabei unter anderem Songs von Peter Fox bis Gloria Gaynor, wobei auch der Sirtaki aus Alexis Sorbas nicht fehlt – und das alles im Comedian Harmonists-Sound. Und der ist bekanntlich außergewöhnlich. Das Nationale Olympische Komitee lud die sechs zur Olympiade 2000 deswegen schon als Kulturbotschafter Deutschlands nach Sydney ein. Große Festivals, wie das „Festival des Deux Rives“ in Strasbourg und „Cité de la musique“, luden die Berlin Comedian Harmonists ein. Die „Goldkehlchen“, wie sie manchmal liebevoll genannt werden, sind BZ-Kulturpreisträger und erhielten vom Berliner Theaterclub den ‘Goldenen Vorhang’ als beste männliche Schauspieler des Jahres 1998.

In ihrem Stück „Die Comedian Harmonists besuchen Frau Luna“ wagten sie sich erfolgreich an die Evergreens von Paul Lincke. Das Stück hatte im Frühjahr 2006 Premiere. Mit „Verrückte Zeiten“ schlugen die Berlin Comedian Harmonists ganz neue Saiten an, indem sie auch Songs von den Beatles bis hin zu Michael Jackson neu interpretierten. Das Stück feierte im Herbst 2009 seine Berliner Erstaufführung.

■ **Café Schöne Aussicht**
Eine Comedian Harmonists-Geschichte von heute
19.9.-9.11.2014
Winterhuder Fährhaus
Tickets unter 040 / 480 680 80
und www.komoedie-hamburg.de



GENERATIONEN-SHOOTING
UNSERE GEWINNERINNEN



Fotos: Ralf Niemzig

JUNGE MODE FÜR JUNGE UND JUNGGEBLIEBENE

Man ist so alt, wie man sich fühlt



Dies war Voraussetzung für die Teilnahme an unserem Generationen-Shooting: Lebensfreude, gute Laune und keine Angst vor der Kamera! Und dass gute Laune jung hält, hat unser Gewinner-Duo eindrucksvoll bewiesen. Frauke Schulte-Westhof (54) und ihre 80-jährige Mutter sprudelten über vor Lebensfreude und nahmen nicht nur Fotograf Ralf Niemzig in Sekundenschnelle ein, sondern auch Modedesignerin Cornelia Weidner. In ihrem Atelier am Eppendorfer Weg bewiesen Mutter und Tochter: Sie müssen sich noch längst nicht dem Diktat der Zeit unterwerfen, sondern kleiden sich so jung, wie sie sich fühlen. Alt anziehen können sich andere. Und sie zeigten: Es gibt Mode, die jedem Alter steht!

Bei Cornelia Weidner waren beide an der richtigen Adresse, denn sie sagt: „Meine Mode ist in jedem Alter tragbar!“ Der Designerin liegt am Herzen, dass sich Frauen feminin kleiden und trotzdem wohlfühlen können. Es sind die kleinen Details, die ihre Entwürfe dabei so außergewöhnlich machen: Kontrastreiches Innenfutter, schräg genähte Knopflocher, ungerade Knopfleisten, „Frauen wollen wieder individuelle Mode“, weiß sie.

Frauke Schulte-Westhof und ihre Mutter fühlten sich pudelwohl in den Outfits. Die 80-Jährige, die mit einer Traumfigur und Kleidergröße 38 neidische Blicke einfängt, strahlt. Lachend wirft sie die Arme um ihre Tochter, streicht sich noch einmal über das hautenge Schlangenmuster-Kleid und seufzt. „Wir könnten doch glatt als Schwestern durchgehen“, sagt sie und zwinkert Tochter Frauke neckend zu. „Wir haben immer viel Spaß miteinander“, sagt diese und ergänzt: „Meine Mutter kann gern zeigen, wie jung sie geblieben ist.“

Cornelia Weidner
Modekreationen
Eppendorfer Weg 161 | 20253 Hamburg
Tel.: 0174 3470082
mode@cornelia-weidner.com
www.cornelia-weidner.com



[Verlagspromotion]

DIE 21-TAGE-STOFFWECHSELKUR VON MERIDIANSIPA

JO-JO-EFFEKT?
FEHLANZEIGE!

Foto: Jacob Wackerhausen/iStock/Thinkstock

Zielgerichtet an den Problemzonen abnehmen ohne Jo-Jo-Effekt: Die 21-Tage-Stoffwechselkur gehört aktuell zu einem der am schnellsten wachsenden Konzepte. MeridianSpa bietet die Kur in Kombination mit einer zweimonatigen Kurzmitgliedschaft nun auch Nicht-Mitgliedern an.

Die 21-Tage-Stoffwechselkur ist nicht neu. Schon vor 50 Jahren legte der britische Arzt Dr. A. T. W. Simmonds mit seinen Forschungen den Grundstein für eine Neuprogrammierung des Stoffwechsels, um gezielt und langfristig abzunehmen. Zurzeit erlebt diese erfolversprechende Stoffwechselkur eine Renaissance. MeridianSpa als Premium-Anbieter der Fitness- und Wellnessbranche hat sich ausgiebig mit dem Thema beschäftigt und zunächst Mitarbeiter die Kur testen lassen. Nach sehr guten Erfolgen wurde die 21-Tage-Stoffwechselkur im Juni in das Angebot aufgenommen. Innerhalb kürzester Zeit machten mehr als 150 Mitglieder erfolgreich mit.

Die Kur basiert auf den vier Grundbausteinen: Ernährung, homöopathische Globuli, Premium-Vitalstoffe und moderates Training. Ziel ist es, den Stoffwechsel zu aktivieren und neu zu programmieren, damit kein Jo-Jo-Effekt nach der Gewichtsabnahme auftritt. Diese Neuprogrammierung (auch Reset genannt) des Set-Points wird durch eine 21-tägige, niedrigkalorische Diät und eine anschließende Stabilisierungsphase, die ebenfalls 21 Tage dauert, erreicht. Durch die Kur können besonders hartnäckige Depotfette an Bauch, Hüften und Oberschenkeln abgebaut werden. Zusätzlich werden Premium-Vitalstoffe eingenommen, die den Reset des

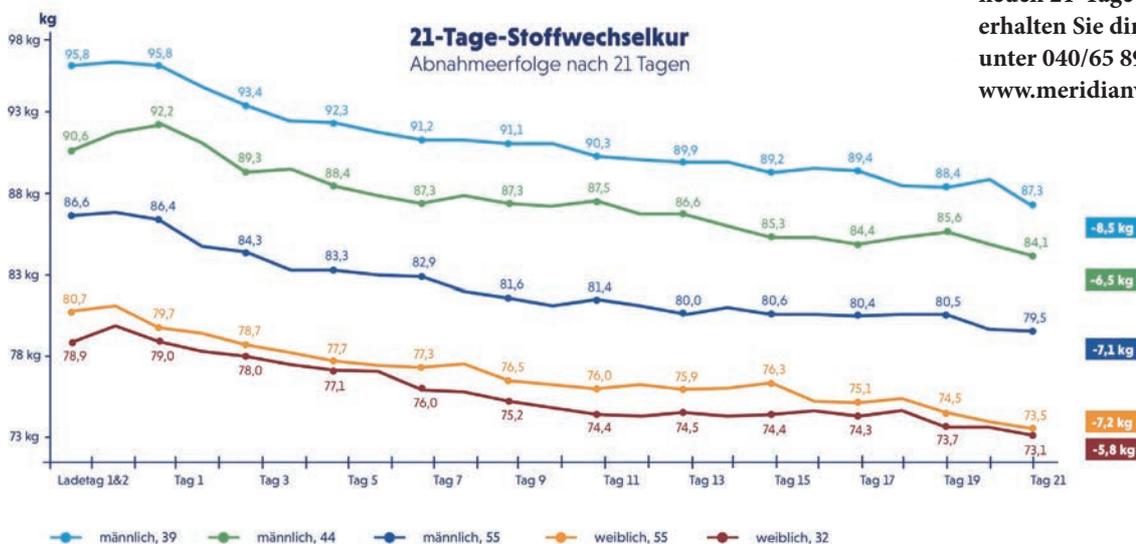
Stoffwechsels unterstützen und Mangelerscheinungen während der Kur verhindern. Hier hat MeridianSpa mit vitamin.one einen erfahrenen Partner an der Seite. Der Hamburger Lieferant für hochwertige Vital- und Nährstoffe hat zusammen mit MeridianSpa ein exakt auf die 21-Tage-Stoffwechselkur abgestimmtes Premium-Vitalstoffpaket zusammengestellt. Dabei handelt es sich um Produkte, die schonend und nicht synthetisch hergestellt werden, frei von Zusatzstoffen sind und nur natürliches Füll-, Binde- und Kapselmaterial enthalten.

„Nur wenn ich selbst von etwas überzeugt bin, kann ich es guten Gewissens auch weiterempfehlen“, sagt Leo Eckstein, geschäftsführender Gesellschafter der MeridianSpa Deutschland GmbH. Aus diesem Grund haben er und weitere Mitarbeiter die Kur selbst ausprobiert, um Erfahrungen am „eigenen Leib“ zu machen. Und die Erfolge können sich sehen lassen: 5 bis 7 Kilogramm während der ersten Phase. Die 21-Tage-Stoffwechselkur, die übrigens absolut alltagstauglich ist, wird in allen MeridianSpa inklusive umfassender Beratung und individuellem Trainingsplan angeboten. Nicht-Mitglieder können im Rahmen einer speziellen Kurzmitgliedschaft teilnehmen. Wer die Kur lieber selbstständig und ohne Betreuung durchführen möchte, wird durch ein Begleitheft unterstützt.



Kostenlose Infoabende:
MeridianSpa Alstertal: Di., 2.9., 19 Uhr
MeridianSpa City: Di., 30.9., 19 Uhr

Weitere Informationen zur neuen 21-Tage-Stoffwechselkur erhalten Sie direkt im MeridianSpa, unter 040/65 89-0 oder auf www.meridianvital.de



[Verlagspromotion]

KOSTENLOSER INFOABEND

SO KLAPPT DER IMMOBILIEN-VERKAUF!

Kanäle über die Präsentation bis hin zum Preis muss alles stimmen. Wer sich auf diesem komplexen Terrain nicht auskennt, steht am Ende ohne Käufer da oder muss einen deutlich niedrigeren Preis akzeptieren. Haferkamp Immobilien gilt als Profi für den Verkauf, die Vermietung und die Bewertung von Anlage-, Gewerbe- und Wohnimmobilien sowie Grundstücken. Neben marktgerechter Preisfindung, professioneller Vermarktung und kompetenter Beratung ein breites Leistungsspektrum, das bis zur bankenunabhängigen Finanzierungsberatung reicht. Und sie informieren: Zum Beispiel bei ihren regelmäßigen kostenlosen Veranstaltungen. Die nächste ist für den 9. Oktober am Standort Winterhude geplant.



Kostenloser Infoabend, 9.10.2014, 18 Uhr in der Dorotheenstr. 161, 22299 Hamburg

Referenten:

- **Andreas Haufs, Geschäftsführer Haferkamp Immobilien**
„Wie verhindere ich die 7 häufigsten Fehler beim Privatverkauf einer Immobilie?“
- **Beate Nagath-Güldner, Inhaberin smart homestaging Hamburg**
„Wie rücke ich meine Immobilie ins rechte Licht?“
- **Detlef Heins, Notare beim Klosterstern**
„Was beinhaltet ein Kaufvertrag?“



Für den ersten Eindruck gibt es keine zweite Chance. Die Bilder zeigen den vorher/nachher Vergleich.

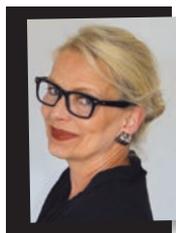
HOMESTAGING – VERKAUFSHILFE FÜR IMMOBILIEN

Für den ersten Eindruck gibt es keine zweite Chance. Das gilt natürlich auch für Häuser und Wohnungen. Wer also eine Immobilie bestmöglich verkaufen möchte, sollte darum für einen bestmöglichen Eindruck sorgen. So lassen sie sich in der Regel schneller und häufig auch teurer verkaufen. Mit smart homestaging sorgen Immobilien-Verkäufer schnell für einen erstklassigen Eindruck.

Beate Nagath-Güldner weiß genau, wie sich eine Immobilie bestmöglich in Szene setzen lässt. Maßgeschneiderte Lösungen garantieren eine optimale Kombination aus persönlichen Wünschen und objektiven Anforderungen. Wie das funktioniert? Informieren Sie sich kostenlos und unverbindlich!

smarthomestaging
hamburg

■ **Beate Nagath-Güldner**
Tel.: 040 72542349
mail@smart-homestaging.de
www.smart-homestaging.de



BESTER IMMOBILIENMAKLER

Wenn es um den Verkauf und die Vermietung von Immobilien geht, ist Haferkamp Immobilien die Top-Adresse in Hamburg. Schließlich setzt man hier auf fast 50 Jahre Erfahrung und Kompetenz. Vom Deutschen Institut für Service-Qualität gab es dafür bereits die Auszeichnung „Bester Immobilienmakler in Hamburg“. Vom ersten unabhängigen Bewertungsportal „maklerempfehlung.de“ gab es zudem 5 Sterne. Das Qualitätssiegel dient als wichtige objektive Entscheidungshilfe, das den Auftraggeber den Weg zu einem qualifizierten und seriösen Makler weist. Einzigartig: Haferkamp Immobilien gibt den Kunden sogar eine schriftliche Leistungsgarantie.

Das Team in Winterhude steht Kunden für eine kostenlose Mietmarktanalyse sowie Verkaufsanalyse ihrer Immobilie jederzeit gern zur Verfügung.

■ **Haferkamp Immobilien - Standort Winterhude**
Dorotheenstraße 161 | 22299 Hamburg |
Tel.: 040 30 20 20 50 | info@haferkamp-winterhude.de
www.haferkamp-winterhude.de



[Verlagspromotion]

LUFTKURORT HAMBURGS

KURZURLAUB INMITTEN VON 17 TONNEN HIMALAYA-SALZ

Einatmen, ausatmen. Tausende Male am Tag atmet der Mensch ein und aus. Ein 30jähriger ungefähr 16-mal in der Minute, 960-mal in der Stunde, 23 040-mal am Tag. Ganz leicht, ganz automatisch. Der moderne Mensch sehnt sich nach hoher Qualität seiner Atemluft, spaziert am Meer, inhaliert und schläft gern bei offenem Fenster. Die beste Luft bietet ab sofort der SALTROOM in Hamburg - im Ärztehaus direkt neben dem Club an der Alster. SALTROOM ist eine Art modern-puristisch designte Salzkammer auf knapp 150 Quadratmetern. Wer sich hier hinein begibt, wird umgeben von 17 Tonnen Himalaya- und Halit-Salz und steigert mit jedem Atemzug seine geistige und körperliche Leistungsfähigkeit.

Das einzigartige Konzept „SALTROOM - Raum zum Atmen“ stammt von den beiden Freundinnen Claudia Huth und Fatima Mefrouche-Liebke. Beide beschäftigen sich seit Jahren mit Wegen zu mehr Gesundheit, Wohlbefinden und Entspannung. Dabei stießen sie auf die seit Urzeiten bekannte heilsame Wirkung von Salz mit seinem hohen Gehalt an Mineralstoffen



und Spurenelementen. Lungenfachärzte bestätigen:

Salzluft zu atmen - bestenfalls wie im SALTROOM angereichert mit dem feinen Salz-Aerosol - steigert Energie und Wohlbefinden und hilft bei zahlreichen Atemwegserkrankungen und Allergien. Der feine Salzstaub verbessert sogar Hautirritationen wie Neurodermitis, Psoriasis und Akne. Wie eine Befreiung wirkt der Aufenthalt in Salzräumen positiv bei Schlafstörungen, schlechter Stimmung und stärkt insgesamt das Immunsystem. „Mit unserem SALTROOM wollten wir einen besonderen Raum schaffen, in dem Menschen tiefe Entspannung und sanfte Gesundheit auf höchstem Niveau finden. SALTROOM ist ein exklusiver Luftkurort im Herzen Hamburgs. Eine Sitzung bei uns im SALTROOM wirkt wie ein Kurzurlaub,“ beschreibt Claudia Huth ihre salzige Insel der Erholung.

SALZRAUM - MASSAGE - YOGA - SHOP



SALTROOM
Hansastraße 2-3
20148 Hamburg
Tel.: 040 - 41 34 30 41
www.saltroom.de

FÜR LESERINNEN
DER „WOMAN IN THE CITY“
Kommen Sie mit Ihrer Freundin und entspannen Sie 45 Minuten zum ermäßigten Preis (16 € pro Person anstatt 18 €)
Dieses Angebot ist gültig bis 30.11.2014.

Lebensfreude Messe bewegt

Gesundheit, Ernährung, Entspannung erleben.

**bewegt
Dich!**

Hamburg
21. – 23. November '14
Messehalle Hamburg-Schnelsen

gesund · glücklich · spirituell · vegan

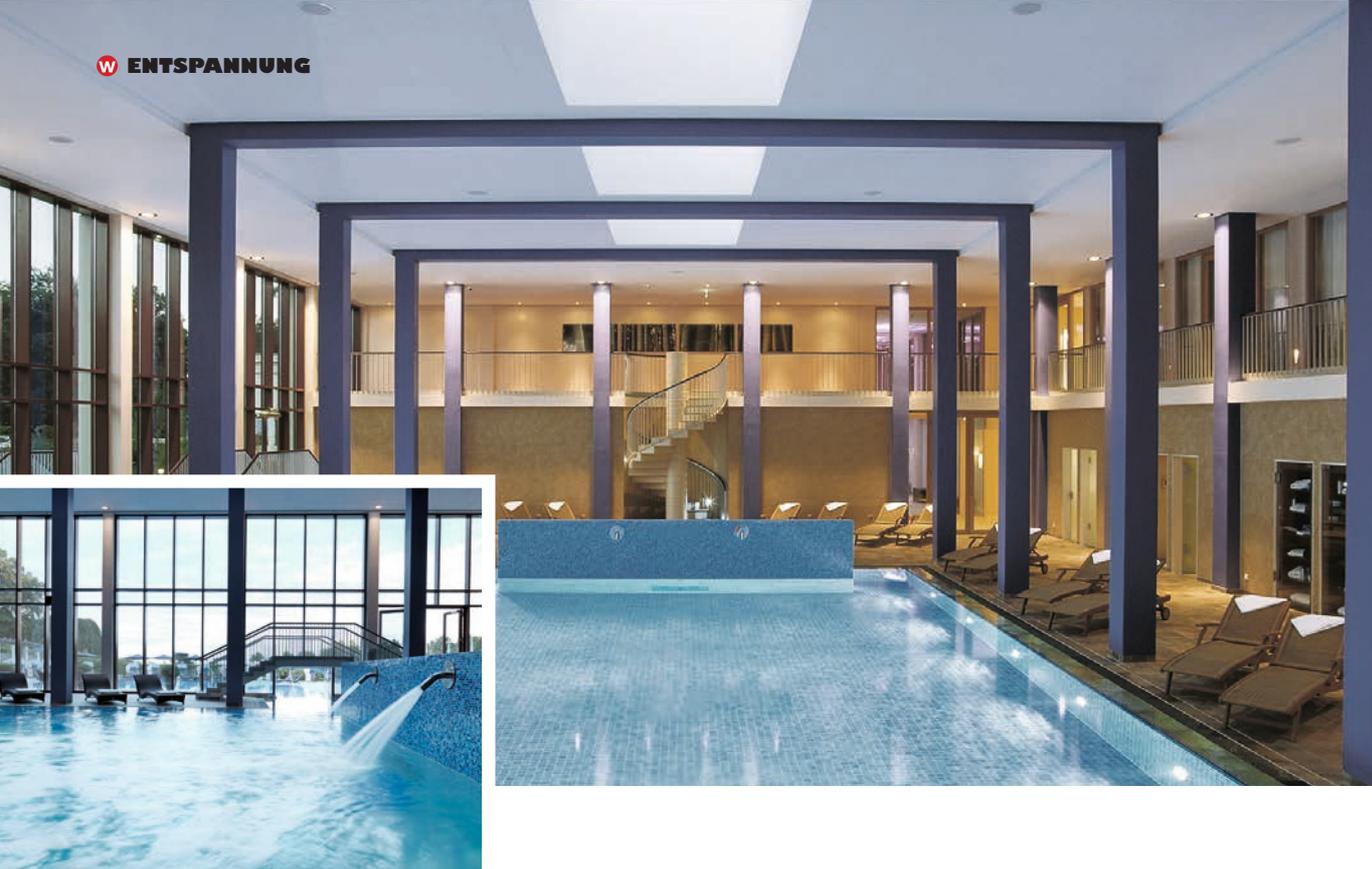
- Mitmachen beim großen Eventprogramm
- Showcooking

Jetzt informieren



04502/788 90 40





[Verlagspromotion]

SICH SELBST FINDEN, DAS ICH STÄRKEN, DEM INNEREN GEFÜHL FOLGEN.

ENTSPANNUNGS-WELTEN

Zeit und Raum werden hier zur Nebensache. Wer eine kurze Auszeit vom Großstadtrubel sucht, muss nicht weit fahren. Direkt vor den Toren Lübecks wartet das A-ROSA Travemünde auf all jene, die ihre Seele einmal baumeln lassen wollen. Vor allem der SPA-Bereich sorgt für pure Entzückung ab der ersten Sekunde.

Drei Monate lang hatte das A-ROSA Anfang des Jahres für eine umfassende Sanierung im SPA-ROSA geschlossen. Im Fokus: das 4500 m² große SPA-ROSA, das Herzstück des Resorts für Erholung und Entspannung. Um auch in Zukunft den Ansprüchen zu genügen, wurden hier nicht nur einzelne Bereiche modernisiert, sondern gleich umfassend ausgebaut.

Vier neue Saunen – eine Himalaya-Salzsaua, zwei Aromasaunen sowie eine Familiensaua, die vom Poolbereich aus zugänglich ist – begeistern seitdem die Besucher von nah und fern. Tipp für eine entspannende Auszeit: Auch ohne Übernachtung lässt sich die einzigartige SPA-Welt genießen. Den Gästen steht hier eine großzügige Pool-, Fitness- und Saunalandschaft mit sieben verschiedenen Saunen und Dampfbädern sowie einem Ruheraum zur Verfügung. Im SPA-ROSA gibt es übrigens auch ein Kinderbecken. Täglich wechselnde Kurse wie Pilates, Yoga oder Aqua-Gym sorgen zudem für etwas mehr Fitness. Hierfür können im Resort verschiedene Day-Spa-Mitgliedschaften abgeschlossen werden.



Allein das Ambiente des A-ROSA Travemünde lässt die Gäste den Alltag vergessen. Direkt am Meer in einem der schönsten Seebäder liegt das denkmalgeschützte Kurhaushotel mit seinen prächtigen, weitläufigen Räumen. Mit der mondänen Architektur, dem SPA-ROSA mit einem der besten Original-Thalasso-Zentren Deutschlands sowie drei exzellenten Restaurants setzt das Resort ganz neue Maßstäbe für einen Wohlfühlurlaub. Dafür wurde das A-ROSA Travemünde bereits mehrfach prämiert.

PREISGEKRÖNTE STERNE-KÜCHE

Preisgekrönt ist neben dem SPA auch das Gourmetrestaurant „Buddenbrooks“, für das Sternekoch Dirk Seiger verantwortlich zeichnet. Er sorgt, zusammen mit seinem Team, für einmalige Sinnesfreuden. Dabei basiert sein Stil auf der französischen Küche, die er mit asiatischen und orientalischen Einflüssen erweitert. Sein oberstes Credo lautet: die Produkte sind nicht verfälscht und sprechen eine klare Sprache. Bevorzugt setzt er dabei auf regionale Lebensmittel von Partnern und auf saisonale Waren. Mit Sternen ausgezeichnet, kann sich das Buddenbrooks Restaurant zu den 30 besten Restaurants in Deutschland zählen.

„Eines unserer Ziele ist, Hemmschwellen gegenüber der Sternegastronomie abzubauen. So entstand die Idee vom Esszimmer“, erklärt Dirk Seiger. „Seiger's Esszimmer“ ist ein besonderer Bereich im „Buddenbrooks Restaurant“: An ei-



ner langen Tafel können Gäste, die vorab Halbpension gebucht haben, ein 3-Gang-Menü gemeinsam einnehmen und so in die Gourmetküche hineinschmecken.

Das Wintergartenrestaurant mit großer Sonnenterrasse bietet erlebnisreiches Frontcooking und köstliche Buffets zum Frühstück und am Abend. Ergänzt wird das Angebot um Klassiker und frische Spezialitäten aus der Region.

In der Marktplatzbar mit Piano Lounge genießen Gäste nachmittags Kaffee und feine Patisseries. Am Abend locken Cocktails, edle Weine und Snacks. Rauchern bietet das Resort in der Smoker's Lounge im Clara-Wieck-Zimmer einen stilvollen und gemütlichen Rückzugsort.

WEINEVENTS MIT EDLEN TROPFEN

In der Weinwirtschaft des Resorts dreht sich alles um edle Tropfen aus deutschsprachigen Anbaugebieten. Jenny Kunaschk, Siegerin beim deutschen Sommeliercup 2013, leitet das Restaurant und reicht zu den Weinen eine Vielfalt typischer Köstlichkeiten aus den Herkunftsregionen. Alle drei Monate porträtiert die Wein- und Speisekarte neue Anbaugebiete und Winzer der jeweiligen Region. Zudem finden hier regelmäßig Weinevents statt: Am 25. Oktober präsentiert das Weingut Karl Alphart die edlen Tropfen aus der Thermenregion/Österreich.

KUNST IM HOTEL

Ergänzt wird der neue Schliff im A-ROSA Travemünde durch ein außergewöhnliches Kunstprojekt. Drei Mal im Jahr werden verschiedene Künstler die Gelegenheit bekommen, ihre Bilder und Skulpturen im A-ROSA Travemünde auszustellen. Für die Auswahl der Werke zeichnet Kunstwerkerin Ninette Matthiessen verantwortlich. Sie bietet wöchentlich Kunstworkshops und Kunstführungen im A-ROSA Travemünde an.

Fazit: Ein Platz, um sich wohl zu fühlen und verwöhnt zu werden – mit einer frischen Brise Stil und Etikette direkt an der Ostsee. Ein Katzensprung, um dem Hamburger Großstadtrubel für einen Moment zu entfliehen und erholt wieder zurückzukehren.



aROSA 

Sylt · Travemünde · Scharmützelsee · Kitzbühel

■ Ihre Wohlfühladresse
A-ROSA Travemünde | Außenallee 10
23570 Lübeck-Travemünde
Tel.: 04502 30 70 0
www.resort.a-rosa.de/travemuende

DAS GEHEIMNIS SCHÖNER HAUT: EINE RICHTIGE REINIGUNG

SAUBERE SACHE

Wenn wir morgens irgendwann in den Spiegel schauen und uns fragen: „Wer ist diese Frau da?“, dann ist es höchste Zeit, die tägliche Hautpflege zu korrigieren, um den „Zahn der Zeit“ auszubremsen. Die Haut sieht grau und fahl aus, Poren sind verstopft und dadurch vergrößert und erste Falten werden deutlich sichtbar. Und hier hilft weder das Skalpell noch die Spritze, genau das muss nicht sein. Mit der richtigen und vor allem frühzeitigen Pflege altern wir nämlich bewiesenermaßen langsamer und bleiben länger frisch und faltenfrei. Jetzt gibt es die professionelle Hautreinigung, wie man sie sonst nur aus Kosmetikstudios kennt, auch für zu Hause. Wie das geht, erklärt Hamburgs einzige No-Age®-Expertin Edeltrud Stark vom Fachinstitut Bel Etage Kosmetik.



Seit 30 Jahren Expertin für Hautgesundheit und Anti Aging; para.med. Hauttherapeutin Edeltrud Stark.

Sie sind seit über 30 Jahren Hamburgs Hautexpertin und Ihr bestes Aushängeschild: Ihr Alter von 69 sieht man Ihnen nicht an. Was haben Sie dafür gemacht?

Mir war schon sehr früh bewusst, dass unsere Haut das einzige Kleid ist, das wir nicht ersetzen können und darum müssen wir sorgsam mit ihr umgehen und sie liebevoll und hauttypgerecht pflegen. Das A + O dabei ist die tägliche gründliche Reinigung morgens und abends. Sie ist die Voraussetzung für eine gesunde und strahlende Haut. Wenn dies nicht richtig geschieht, dann nützt auch die teuerste Creme nichts. Optimal ist hierbei auch der fachliche Rat einer versierten Kosmetikerin und in regelmäßigen Abständen eine professionelle Tiefenreinigung im Fachinstitut.

Warum ist die richtige Pflege so wichtig?

Es ist längst erwiesen, dass unsere Lebensumstände Spuren hinterlassen: Rauchen, Alkohol, Krankheiten, Medikamenteneinnahme, UV-, Handy- und Computerstrahlung, Stress, einseitige Ernährung, Flüssigkeits- und Schlafmangel führen sehr oft zu gravierenden Mangelerscheinungen und Energieverlust. Ganzheitliche, die Haut beeinträchtigende Funktionsstörungen wie z.B. unreine, spröde, fahle, zu Entzündungen und allergischen Reaktionen neigende Haut sowie vorzeitige Alterserscheinungen sind die Folge.

Wann ist denn der richtige Zeitpunkt, mit der richtigen Pflege zu beginnen? Oder ist es irgendwann auch einfach zu spät und der Zug für schöne Haut ist dann längst abgefahren?

Es ist nie zu früh und niemals zu spät für eine typ- und altersgerechte Hautpflege. Je früher man damit beginnt (ab dem

25. Lebensjahr beginnt der Alterungsprozess!), umso erfolgreicher ist der natürliche Alterungsprozess der Haut und die auf Grund falscher Lebensumstände zugefügte Hautalterung aufzuhalten. Gerade für eine sehr junge Haut (Pubertät) ist die richtige Hautreinigung sehr wichtig. Sie erspart viel Kummer und Stress.

Was muss ich tun für eine strahlend frische und jugendliche Haut?

Die Grundlage ist eine fach- und typgerechte Tiefenreinigung in sehr regelmäßigen Abständen. Ohne sie wird jede Behandlung, ob im Institut oder zu Hause, keine dauerhaften Ergebnisse bringen. Sie würden ja auch kein Parkett versiegeln, das nicht sauber abgeschliffen wurde. Besonders empfehlen kann ich die Reinigungsbürste „Nutritransfer Brush“. Die Wirkung ist absolut überzeugend und nicht vergleichbar mit den herkömmlichen, übrigens weit teureren Bürsten, die es in den Parfümerien gibt. Ich rate darum: Augen auf beim Bürstenkauf! Teuer bedeutet nicht gleich, dass die Bürste auch gut ist! Dann lieber noch in eine gute Creme investieren.

Worauf muss ich denn da achten?

Möglichst sollte die Bürste mit unterschiedlichen Bürstenköpfen ausgestattet sein: eine etwas härtere für die normale und eine weiche für die sensible Haut. Wichtig ist auch, auf die Fläche unter dem Bürstenkopf zu achten. Diese darf keinen Hohlraum haben, sondern sollte flach sein. So kann das Gerät nämlich auch noch ganz einfach zur Massage genutzt werden. Ideal zum Ausbügeln von Mimikfalten und gegen Muskelverspannungen. Außerdem werden durch die Vibrationsmassage Gesichtsmuskeln und Konturen gefestigt. Dieses „Multitalent“ könnte man als das „Power-Plate“



fürs Gesicht bezeichnen. Die Kunden sind begeistert, vor allem die, die unter Hautproblemen leiden: Plötzlich wird eine professionelle Tiefenreinigung ohne zusätzlichen Aufwand auch zu Hause möglich.

Kurz gesagt: Sie machen sich dann eigentlich selbst Konkurrenz?

Ja, das ist so (lacht). Aber das ist es mir Wert! Meine Kunden nutzen die gewonnene Zeit dann lieber für eine andere Anwendung und verwöhnen sich mit Hydra Facial oder dem No-Age-Lifting. Mit der richtigen Behandlung können Sie sich eine gesunde und strahlende Haut bis ins hohe Alter erhalten.

Was macht die Bürste denn so außergewöhnlich?

Eine wichtige Voraussetzung für einen optimalen no age®-Pflegerfolg ist die intensive und porentiefe Reinigung der Haut vor jeder Pflegeanwendung. Die Bürste ist mit zwei unterschiedlichen Stärken ausgestattet und daher auch für die hypersensible Haut geeignet. Sie reinigt nicht nur, sondern strafft auch das Gewebe. Sie ist für die tägliche Anwendung geeignet und sorgt für eine porentiefe Reinigung mit sanftem Peeling-Effekt. Durch die Vibration wird die Durchblutung angeregt und die Sauerstoffaufnahme in den Zellen angeregt. Nur so können die Nährstoffe optimal selbst in die tieferen Hautschichten eindringen und werden nicht durch Schlackenstoffe und Schmutzreste blockiert.

»UNSERE HAUT IST DAS EINZIGE KLEID, DAS WIR NICHT ERSETZEN KÖNNEN.«

Klingt aufwändig...

Ist es aber nicht! Die Reinigung mit der Bürste dauert nicht länger als die normale manuelle, ist aber um ein Vielfaches gründlicher. Morgens und abends das Reinigungsprodukt auf die feuchte Haut auftragen und mit kreisenden Bewegungen verteilen. Danach nur noch mit lauwarmem Wasser abspülen, mit Gesichtswasser klären und wie gewohnt die Pflege auftragen. Falls jemand unsicher ist: In meinen Behandlungen erkläre ich meinen Kunden gern ausführlich, wie sie mit der Bürste umgehen sollten.

PORENTIEF SAUBER!

Die professionelle Hautreinigung für zu Hause!



Binella Reinigungsbürste
mit Wechselkopf für sensible
Haut und Vibrationsmassage

nur € 40,-



Ersatzbürsten
(zwei verschiedene Stärken)

je € 4,50

**MEIN
ANGEBOT**

FÜR NUR € 95,-

inkl. Reinigungsbürste
für zu Hause

Erfahren Sie mehr über die richtige
Anwendung während einer intensiven
Behandlung inkl. Tiefenreinigung.
Ich zeige Ihnen wie es geht!

BEL ETAGE KOSMETIK

No Age® Fachinstitut



„Wir versprechen keine Wunder,
sondern Resultate!“

Ihre Edeltrud Stark,
para.med. Hauttherapeutin

Bel Etage Kosmetik
Fachinstitut für Hautgesundheit und
ganzheitliche Anti-Aging-Therapie

www.beletage-kosmetik-hamburg.de

Tel.: (040) 44 81 80
20148 Hamburg • Mittelweg 159

Di. bis Fr. 10 bis 18 Uhr
und nach Vereinbarung

IN ZUKUNFT FALTENFREI

Wer braucht da noch Schönheitschirurgie? Denn die Firma Binella of Switzerland, die in Sachen gesunder Hautkosmetik schon längst DAS Vorzeigunternehmen ist, hat einen neuen Clou vorbereitet: Mit dem bahnbrechenden Prinzip von BIO PROXYL 100 bietet sie schönheitsbewussten Frauen erstmals eine natürliche, risikofreie Alternative zu medizinisch-ästhetischen Eingriffen. Mit dem biotechnologisch beladenen Wirkstoffträger ist es dem Binella-Forschungsteam nach mehr als fünfjähriger Forschungsarbeit gelungen, sowohl eine sofort sichtbare Faltenglättung als auch eine kontinuierliche Strukturverbesserung der Haut zu ermöglichen. Das hocheffektive Prinzip ist dabei ein ganz einfaches: Säureüberflutungen werden neutralisiert und das Gewebe von Schlacken und Zuckermolekülen entlastet.

Die Faltentiefe wird messbar verringert und das Wasserbindungsvermögen deutlich angehoben. Denn das im Bindegewebe eingelagerte Wasser garantiert die Elastizität und Flexibilität des Bindegewebes und erhält unsere Haut jung und faltensfrei. Die Fähigkeit, dieses Wasser an sich zu binden, wird durch die körpereigenen Bestandteile Hyaluronsäure und Silicium unterstützt. Im Alter nimmt beides ab und der Wasserbindungs-Effekt verschlechtert sich. Dadurch werden die Zellen nicht mehr optimal mit Nährstoffen versorgt. Es kommt zum Energie- und Regenerationsverlust der Haut. Sie altert und wird faltig.

Das revolutionäre BIO PROXYL 100 System basiert auf einer belastungsfreien und gleichzeitig hochwirksamen Rezepturformulierung. Es besteht zu 100% aus natürlichen Bestandteilen, fungiert als Wirkstoff-Träger- und Transporteur und ist mit wichtigen Nährstoffelementen beladen, die am Aufbau und Wachstum neuer Haut- und Gewebezellen beteiligt sind. Hierzu zählen essentielle, semi-essentielle und nicht essentielle Aminosäuren, Vitamine, Enzyme und Spurenelemente sowie Kohlenhydrate in Form von Zuckerverbindungen und essentiellen Fettsäuren. Zeitgleich sorgen ionisierte Mineralsalze für die Neutralisierung von Säuren und beschleunigen den Abtransport von Gewebeschlacken.

Die erstaunliche Langzeit-Effektivität von Bio Proxyl 100 beruht dabei auf einem regelmäßigen Stoffwechseltraining über einen Zeitraum von drei Monaten. In dieser Zeit wird die Haut trainiert, Säuren zu neutralisieren und eine Anhäufung von Zuckermolekülen und Schlackenstoffen im Gewebe wieder eigenständig abzubauen.

Um eine kosmetisch-ästhetische Verjüngung der Haut mit sichtbar faltenglättendem Langzeiteffekt zu erhalten, ist eine mehrmals wöchentliche Verwendung von BIO PROXYL 100 REFINER und BIO PROXYL 100 FIRMUNG MASK in zwei getrennten, aber hintereinander folgenden Anwendungsschritten ein unbedingtes MUSS. Die auf Hochtouren laufende Stoffwechselaktivität der Haut hält nach jeder Anwendung noch ca. 24 bis 48 Std. an. In dieser Zeit wird die Haut versuchen, Schlackenstoffe abzubauen und Zuckermoleküle aufzulösen, was anfänglich über mehr als 24 Stunden für die Anwenderin spürbar, aber nicht unangenehm sein wird.

Testen Sie selbst!

Um sich von den Kunden direkt Feedback zu holen, hat binella eine wissenschaftliche Studie zu der Anwendung laufen. 354 Probanden testen seit 1. September drei Monate lang die Wirkung des BIO PROXYL 100.

Am 1. Januar 2015 kommen die Produkte dann offiziell in den Handel. Bis dahin gibt es sie zum Ausprobieren mit 50% Rabatt. Oder Sie gewinnen bei uns eines von 5 Probiersets: Schreiben Sie uns einfach eine E-Mail mit dem Betreff „binella“ an witc@wiener-kontor.de oder eine Postkarte an womaninthecity, Jarrestraße 80, 22303 Hamburg.

Die Gewinner werden aus allen Einsendungen gelost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Einsendeschluss ist der 10.10.2014. Mit der Teilnahme erklären Sie sich mit der Weitergabe der Daten ausschließlich an den Veranstalter einverstanden.



ÄLTER WERDEN – JÜNGER AUSSEHEN

BIO PROXYL 100 IST DERZEIT NUR IN STUDIENANGESCHLOSSENEN FACHINSTITUTEN ERHÄLTICH. WER AN DER STUDIE TEILNEHMEN WILL, ERHÄLT DAS 4-TEILIGE STUDIEN-SET NOCH BIS ZUM 31.12.2014 IM BINELLA FACHINSTITUT

Bel Etage Kosmetik

Mittelweg 159, 20148 Hamburg
Telefon 040 44 81 80

ZUM EINMALIGEN STUDIENPREIS VON

Nur 98 Euro (statt 203,-)



[Verlagspromotion]

DAS LAND FLEESensee SPA SORGT MIT EXOTISCHEN ANWENDUNGEN FÜR ENTSPANNUNG

ZEIT ZUM WOHLFÜHLEN

Palmen, azurblaues Wasser, endlos weißer Sandstrand: der perfekte Sommertraum. Grauer Himmel über Balkonien: die Hamburger Realität. Obwohl ihn wohl alle dringend gebraucht hätten, war für viele an einen entspannten Urlaub in der Ferne in diesem Sommer nicht zu denken. „Doch Erholung ist keine Frage der Entfernung, sondern des Abstands“, ist sich die Managerin des Land Fleesensee SPAs Bärbel Hessel sicher. Inmitten der atemberaubenden Natur der Mecklenburgischen Seenplatte bietet das Land Fleesensee SPA auf rund 6.000 Quadratmetern deshalb alles, was das Herz begehrt, die Sinne betört und die Seele berührt. Mit exotischen Anwendungen wie der hawaiianischen Tempelmassage Lomi Lomi oder der altindischen warmen Sesamölmassage Abhyanga, finden Körper und Geist pure Entspannung in dem Wellness-Tempel nahe Hamburg. Mit dem türkischen Hamam bietet das Land Fleesensee SPA zudem ein orientalisches Badeerlebnis der besonderen Art. Auf einem warmen Marmorstein liegend wird der Körper mit einem sanften Peeling mit Olivenölseife gereinigt. Anschließend folgt eine Ganz-

körperwaschung mit viel Schaum. Ein türkischer Hamam-Meister zelebriert dieses klassische Reinigungsritual. „Es ist wunderbar entspannend“, weiß Bärbel Hessel. „Außerdem bekommt man eine strahlend schöne und reine Haut.“ Das Hamam-Ritual kann entweder alleine, als Paar oder mit der ganzen Familie erlebt werden. „Die wohltuende Wärme und den vielen Schaum finden Kinder oft genauso schön wie ihre Eltern“, so die SPA Managerin.

Nach der Wellness-Zeremonie geht es in der Saunawelt des Land Fleesensee SPAs heiß her. Mit Aromadampf- und Erdsauna, sowie russischer Banja und finnischer Sauna lässt sich zusätzliche Kraft für den Alltag tanken. Für die Abkühlung danach sorgt die Wasserwelt. Strömungskanal, Nackenduschen, 52-Meter-Rutsche, Sprudelsitze und Außensolebecken erfrischen große wie kleine Wasserratten. Und wer für den Zustand der vollkommenen Entspannung mehr Bewegung braucht, findet in dem rund 600 Quadratmeter großen Fitnessbereich mit Personal Training und einer Vielfalt an Geräten sowie Fitnesskursen bestimmt das Passende.



VERLOSUNG

Wir verlosen einen Gutschein für die orientalische Wellness-Anwendung „1001 Nacht zu zweit“ im Gesamtwert von 224,00 Euro. Eine türkische Hamam-Zeremonie mit anschließender Ganzkörperentspannungsmassage für zwei Personen. Senden Sie uns einfach eine E-Mail mit dem Betreff „Entspannung“ an witc@wiener-kontor.de oder eine Postkarte mit Ihren Kontaktdaten und dem Stichwort an womaninthecity, Jarrestraße 80, 22303 Hamburg.

Der Gewinner wird aus allen Einsendungen gelost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Einsendeschluss ist der 13.10.2014.



Land Fleesensee SPA | An der Therme 1
17213 Göhren-Lebbin | Tel.: 03 99 32 80 500
info@landfleesenseespa.de | www.landfleesenseespa.de

DER HERZ-APFEL-GARTEN

Der Herz-Apfel-Garten ist eine Besonderheit, die es nur auf dem Herzapfelhof Lühs in Jork im Alten Land gibt. Auf einer Fläche von 5000 m² wachsen und gedeihen über 250 historische Apfelsorten in liebevoller Herzapfel-Anordnung.

Die Ernte im Herz-Apfel-Garten verdeutlicht immer wieder die enorme Sortenvielfalt. Denn Apfel ist nicht gleich Apfel! Jeder, der schon einmal in einen Gravensteiner, Cox Orange oder Finkenwerder Herbstprinz gebissen hat, kann das bestätigen. Bereits bei den gängigen Apfelsorten gibt es viele Unterscheidungsmerkmale hinsichtlich Geschmack, Farbe, Form und Bissfestigkeit. Der Trend zu immer mehr Geschmackserlebnissen bringt viele Verbraucher wieder zu historischen Apfelsorten zurück, die sie z. B. aus ihrer Kindheit kennen. Diese sind jedoch nicht mehr im Handel erhältlich, dafür aber auf dem Herzapfelhof.

Im täglich geöffneten Hofladen und auch im Internetshop unter www.herzapfelhof.de sind diese historischen Apfelsorten erhältlich. Und es geht noch frischer: Auf dem Herzapfelhof können Besucher täglich Äpfel selbst pflücken. Direkt am Baum kann aus dem breiten Sortenangebot im Herzapfel-Garten ausgewählt werden. Wem Obst gar nicht frisch genug sein kann und wer gerne in idyllischer Natur eine schöne Zeit verbringen möchte, der ist genau richtig auf dem Herzapfelhof. Übrigens: Auch die Zwetschen sind jetzt reif und können gepflückt und vernascht werden. Wer noch mehr über den Herzapfelhof erfahren möchte, sollte zum Tag des offenen Hofes am Samstag, 13.9., und Sonntag, 14.9., vorbeischauen. An diesem Wochenende können Besucher hinter die Kulissen des Hofes schauen und ein buntes Programm erleben: von einer Fahrt mit dem Apfelexpress durch den Obsthof, über Führungen über den Traditionsbetrieb bis hin zum

Verzieren von Äpfeln mit Wunschknoten. Altländer Leckereien und Probierstände runden das Programm schmackhaft ab.



Ein besonderes Erlebnis: Bei einer Fahrt mit dem Apfelexpress erklärt Obstbaumeister Rolf Lühs Wissenswertes über den Obstbau.

■ **Herzapfelhof Lühs**
Osterjork 102
21635 Jork/Altes Land
Tel.: 04162 25 48 20-0
shop@herzapfelhof.de
www.herzapfelhof.de



Besuchen Sie uns am **TAG DES OFFENEN HOFES!**

NUR BEI UNS: ÜBER 250 VERSCHIEDENE APFELSORTEN ZUM SELBSTPFLÜCKEN

Entdecken Sie über 250 historische Apfelsorten in unserem beliebten Herz-Apfel-Garten und erleben Sie eine unglaubliche Geschmacks- & Sortenvielfalt beim Selbstpflücken

mitten in der Natur. Ihre neue Lieblingssorte wartet bereits auf Sie! Im täglich geöffneten Hofladen finden Sie viele weitere Obsterzeugnisse aus Ihrer Lieblingssorte.



Herzapfelhof Lühs · Osterjork 102 · 21635 Jork/Altes Land · Tel.: 04162 254820-0 · www.herzapfelhof.de · info@herzapfelhof.de

PET-FIT VERSORGT HUNDE UND KATZEN MIT ARTGERECHTER NAHRUNG

GESUNDES FÜR VIERBEINER



Straußenfleisch mit Karotten, Kartoffeln und Amaranth für den Hund. Lachs mit Geflügelleber und Hüttenkäse für den Stubentiger. Alle Zutaten für diese Menüs haben Lebensmittelqualität, sind naturbelassen und kommen vorrangig aus der Region. Beim Tiernahrungshersteller Pet-Fit weiß man, wie Vierbeiner perfekt versorgt werden. „Keine Konservierungsstoffe. Keine Geschmacksverstärker. Gesunde Ernährung ist uns wichtiger denn je. Warum sollten wir die Nahrung für unsere geliebten Vierbeiner nicht mit demselben Bewusstsein wählen?“, fragt Pet-Fit-Teampartnerin Martina Stendel-Teke. Denn herkömmliches Tierfutter enthält häufig chemische Farb-, Lock-, Geruchs- und Geschmacksstoffe. „Für Pet-Fit steht hingegen die Gesundheitsvorsorge

von Hunden und Katzen im Mittelpunkt“, erklärt Martina Stendel-Teke. Kombiniert wird die artgerechte Nahrung mit ganzheitlicher Fachberatung – auf Wunsch in den eigenen vier Wänden. „In Zusammenarbeit mit dem Kunden stelle ich dann die passende Nahrung für jedes Tier zusammen“ so Martina Stendel-Teke. „Einen großen Korb, gefüllt mit verschiedenen Sorten, habe ich dann natürlich auch dabei.“ Denn auch Vierbeiner haben ganz unterschiedliche Geschmäcker, die es zu erforschen gilt.

Ein weiterer Pluspunkt folgt nach der Bestellung. Die leckeren Menüs werden direkt nach Hause geliefert in Deutschland, Österreich, Holland und England. Zeit, die sonst für den Einkauf im Supermarkt oder in der Zoohandlung gebraucht wurde,

kann jetzt mit seinen vierbeinigen Lieblingen verbracht werden. Und übrigens: Interessierte Tierbesitzer, die ein Zweiteinkommen suchen, sind herzlich bei Pet-Fit willkommen.



Foto: Fotostudio Christian Wese, Lübeck

Martina Stendel-Teke
 Kaltenhöfer Str. 80 | 23611 Bad Schwartau
 Tel.: 0451 1213274 | Mobil: 0170 5231956
www.petfit-luebeck.de

WHAT'S APP?



**AKTUELLE AUSGABEN
 JETZT KOSTENLOS**

im Apple AppStore,
 bei Google Play und Amazon
 unter woman in the city
 & frauenblick



Unsere neuen Apps zu den Magazinen:

Mehr Infos zu den Stories, mehr Bilder, Videos,

Interviews zum Reinhören u.v.m.

Jetzt kostenlos für Ihr Smartphone oder Tablet.



www.witc-magazin.de
www.frauenblick-magazin.de

SPORTMEDIZINISCHES PERSONAL TRAINING

TRAINING OHNE SCHUMMELEI



Sportmediziner Tobias Block kennt seine Pappenheimer. Bevor die Klienten Personal Training bei ihm buchen, haben sie in der Regel bereits Beschwerden. Falsches oder einseitiges Training ist meist Schuld daran. Auch, wer bislang den Kampf gegen seinen inneren Schweinehund verloren hat, ist bei Tobias Block goldrichtig.

Ich mache doch schon genug Sport. Was bringt mir dann noch Personal Training?

Sich regelmäßig zu bewegen, ist lobenswert! Allerdings müssen wir uns auch richtig bewegen. Ich erlebe immer wieder, dass Klienten von bereits vielen Aktivitäten berichten. Oft stellt sich heraus, dass ihre Technik deutlich verbesserungswürdig ist oder sie unkoordiniert, zu wenig oder sogar zu viel trainieren. All das sorgt dafür, dass wir trotz Aktivität unsere persönlichen Ziele nicht erreichen.

Wie erreiche ich meine Ziele ohne frustrierende Rückschläge? Oder muss ich da durch und schlechte Tage hinnehmen?

Training bedeutet, dass es Phasen gibt, in denen wir unseren Zielen spürbar schnell näher kommen, und wiederum Phasen, in denen wir auf der Stelle treten. Wir dürfen nicht sofort verzagen! Halten die Phasen allerdings an, in denen sich trotz Aktivitäten nicht merkbar etwas bewegt oder wir uns sogar unfitter fühlen, sollte eine sportmedizinische Beratung die Ursachen dafür aufdecken! Ich biete diese Beratung an, die Ihnen abschließend praktische Hilfen mitgibt.

Warum kommen viele erst, wenn sie Probleme haben?

Es liegt in uns Menschen verankert, dass wir meist erst dann tätig werden, wenn unser Körper sich mit Ausfällen meldet. Anstatt regelmäßig ein wenig für sich zu tun und damit vorzubeugen, stehen Patienten dann schnell vor größeren therapeutischen Notwendigkeiten, die deutlich zeitaufwendiger sind. Zwei- bis dreimal pro Woche sollte sich jeder effektiv bewegen! Es ist nie zu spät, damit zu starten!

Kann ich mir ein Personal Training überhaupt leisten?

Klare Antwort: Ja! Personal Training ist die effizienteste Variante, in kurzer Zeit zu erlernen, wie man seinen persönlichen Zielen effektiv näher kommt! Ich biete dabei von sportmedizinischer Beratung über Einzeltraining bis hin zu Trainingspaketen Personal Training entsprechend Ihres Bedarfs und Budgets an. Ihr Probetraining mit mir ist kostenlos: Ich zeige Ihnen, wie dieses „Training ohne zu schummeln“ funktioniert und wirkt!

■ www.fitcare-professional-training.de
www.facebook.com/fitcare



[Verlagspromotion]

WITC-PROJEKTMANAGERIN DENISE BEIM SPACECURL-TRAINING

VÖLLIG LOSGELÖST

Die Sportpraxis „beWEGung – für mehr Gesundheit“ in Hamburg-Eppendorf: Ein bisschen mulmig ist mir ja schon, als ich in dieses exotische Trainingsgerät steige, das aus drei großen ineinander aufgehängten Ringen besteht. Schließlich wurde der SPACECURL ursprünglich für das Astronautentraining entwickelt. Als mich Sportwissenschaftlerin Nina Westphal vorschriftsmäßig gesichert hat, die erste der drei Achsen öffnet und dann der erste Ring anfängt, sich frei zu drehen, wird mir schnell klar: Dieses Trainingsgerät ist wirklich nicht von dieser Welt.

„Gerade halten. Bauch anspannen. Und versuch dich jetzt einmal in die andere Richtung zu drehen“, weist mich Nina Westphal an. Leichter gesagt, als getan. Schließlich gibt es – anders als bei gewöhnlichen Geräten – keinen Widerstand mehr, an dem ich mich abstoßen könnte – lediglich die Muskulatur beschleunigt oder

bremst meine Bewegung. „Im SPACECURL geht es darum, auch die kleinsten Muskelgruppen an der Bewegung teilhaben zu lassen und mit ihnen feinfühlig die Ausschläge des Geräts zu steuern“, erklärt mir die Bewegungs-Expertin und öffnet erst die zweite und dann die dritte Achse. Völlig losgelöst kann ich mich nun zu allen Seiten drehen.

Um meine Bewegung noch unter Kontrolle halten zu können, muss ich mit Hilfe von Spannung, Entspannung, Fußdruck und Schwerpunktverlagerung reagieren. Das alles passiert allerdings mehr oder weniger nebenbei, denn der Spaß an diesem dreidimensionalen Gerät beflügelt mich mit jeder Drehung mehr. Nach einer halben Stunde ist alles vorbei und ich fühle mich trotzdem, als hätte ich effektive zwei Stunden Training hinter mir. Kein Wunder, dass auch Fußballer, Turner und Golfer den SPACECURL in ihren Trainingsplan einbauen.

■ **beWEGung – für mehr Gesundheit**
Nina Westphal
Eppendorfer Baum 35 | 20249 Hamburg
Tel.: 040 334 270 54
kontakt@bewegung-hh.de
www.bewegung-hh.de

WENN DIE BLASE DAS LEBEN BESTIMMT

UNTER DRUCK

Inkontinenz ist ein Tabuthema. Viele leiden im Stillen und leben mit der Blaseschwäche, weil sie glauben, das sei ab einem gewissen Alter normal. „Das ist es aber nicht und auch junge Menschen mit Anfang dreißig leiden darunter“, weiß Physiotherapeutin Jessica Schwarz. „Die Blase sollte nicht das Leben bestimmen. Und niemand sollte Ausflugsziele danach aussuchen müssen, ob sich dort eine Toilette befindet.“ Mit der BM-Balance Therapie – Prävention und Rehabilitation für Blase, Beckenboden und Prostata – gibt Jessica Schwarz ihren Patienten Entscheidungsmöglichkeiten und Lebensqualität zurück. Bereits seit dreizehn Jahren betreibt sie ihre private Physiotherapiepraxis in Hamburg und legt seit jeher viel Wert auf eine ganzheitliche Betrachtung. Bei der ersten Sitzung beginnt sie deshalb mit einer ausführlichen Anamnese. Dazu gehört auch zu schauen, ob die umliegenden Gelenke frei sind. „Inkontinenz kann durchaus auch

etwas mit der Hüfte zu tun haben“, erklärt Jessica Schwarz. „Denn die Hüftmuskeln sind über Fascien – dem Bindegewebsnetz unter der Haut – mit dem Beckenboden verbunden. Wenn diese durch ein blockiertes Hüftgelenk einen Zug ausüben, entsteht eine Dysbalance im Beckenboden, was wiederum negative Auswirkungen auf die Blase haben kann.“ Doch für beinahe jeden gibt es Aussichten auf eine schnelle Besserung. Durch professionell angeleitete Dehn-, Kräftigungs- und Mobilisierungsübungen, sowie ein paar kleine Übungen, die in den Alltag eingebaut werden, kann der permanente Druck auf die Blase gelindert werden.

■ **Mensch im Fokus**
Jessica Schwarz
 Bundesstraße 81 | 20144 Hamburg
 Tel.: 040 44 40 55 80
www.mensch-im-fokus.com




ZAHNFREUNDCHEN®
 Der zahnfreundliche Naschladen

Süßigkeiten, die den Zähnen gefallen.
SCHOKOLADE (laktosefrei)
BONBONS · LAKRITZ · KAUGUMMI
GUMMIBÄRCHEN

Und alles für den
 zahnfreundlichen **KINDERGEBURTSTAG**

www.zahnfreundchen.de

Mensch im Fokus
 Körper Seele Geist
 Private Physiotherapie

Jessica Schwarz
 Bundesstraße 81
 20144 Hamburg

Tel. 040/44 40 55 80
 Mobil 0177/1599435
mensch-im-fokus.com
 Mein Behandlungsangebot finden Sie im Web!

Wenn sich Körper,
 Seele und
 Geist nicht im
 Einklang befinden,
 entwickeln wir
 Krankheitssymptome.



kfhh · KLINISCHE
 FORSCHUNG
 HAMBURG

**Frauen mit Reizdarmsyndrom
 mit Durchfall für Therapiestudie
 in Hamburg gesucht**

Für eine Therapiestudie suchen wir Frauen ab 18 Jahren,
 die am Reizdarmsyndrom mit Durchfall leiden.

Teilnehmende Patientinnen erhalten fachärztliche Betreuung
 sowie Erstattung ihrer Aufwendungen.

Informieren Sie sich unter der Telefonnummer:

 **Tel.: 040-460 763-33**

Oder besuchen Sie uns im Internet unter

www.patientenstudien.de

Wir freuen uns auf Sie!

Klinische Forschung Hamburg GmbH
 Hoheluftchaussee 18 | 20253 Hamburg | info@kfhh.de | www.kfgh.de

Girls fun

wanna have

Was gibt es Schöneres: Mit den besten Freundinnen Zeit verbringen, den Alltag hinter sich lassen, Spaß haben und es sich einfach mal ohne den eigenen Kerl gut gehen lassen. Denn selten weiß der, was wirklich Spaß bringt: Zusammen ins Kino gehen, das neueste Sexspielzeug kennenlernen, ein Date mit dem Luder-Coach, Unterwäsche shoppen, Whiskey-Tasting oder auch mal ein Abend im Strip-Club – wir haben gleich mal alles ausprobiert.

TAKE ME TO
THE PARTY



ROSWITHA NEITZEL, LUDER- UND MACHO-COACH

LUDERCOACH



Ihr ist nichts fremd. Scham? Fehlangeze. Im Gegenteil. 23 Jahre als Prostituierte, 13 davon als Domina, haben ihren Teil dazu beigetragen. Ihr Wissen teilt sie heute gern. Als Luder- und Macho-Coach bringt Roswitha Neitzel wieder Feuer in die Betten derer, bei denen es in letzter Zeit etwas ruhiger geworden ist. Auch mit ihrem „unzüchtigen Ideenratgeber – Lümmel, Luder, Lust“ will sie die Welt der Erotik öffnen und das ganze Leben positiv verändern.

Wie wichtig ist eine funktionierende Sexualität in Beziehungen?

Außer Liebe als Basis ist Sex das elementar Wichtigste mit Auswirkung für ALLE anderen Bereiche, den gesamten „Hausfrieden“ und sogar Erfolg im Job!

Heute sind wir doch alle aufgeklärt, da sollte es doch keine Probleme geben....

Soweit die Theorie....! Wenn man(n) - und Frau - nicht praktisch umsetzt, nützt es gar nichts; verändert jedenfalls nichts positiv - im Gegenteil! Negativ auf Dauer schon.....

Was blockiert uns, Sexualität offen zu leben und Wünsche zu äußern?

Die Konditionierung in der Kindheit durch verbale Äußerung, nonverbale Kommunikation und Vorbildfunktion prägen immer noch (zu) häufig ein unglaublich hohes Schamgefühl - zumindest bei Frauen! Männer könn(t)en sich artikulieren, wenn Frau sie lassen würde, wenn sie nicht Angst vor Stress und „Verurteilung“ hätten.

Du sagst, in der Regel sind wir Frauen die „Verhinderer“. Sind Männer und Frauen denn überhaupt auf einen grünen Zweig zu bekommen?

JA! Wenn Frauen aufhören, Dinge zu tun - zuzulassen - von denen sie wissen, dass es ihnen nicht wirklich gefällt; das ist eine „erlaubte Vergewaltigung“, die Spuren in der Seele hinterlässt! Die weitaus bessere Alternative ist, mutiger und experimentierfreudiger den eigenen Facettenreichtum vom „Luder“ zu entdecken und herauszufinden, was wirklich „kickt“!



Dein Tipp für ein beiderseits befriedigendes Sexualleben?

WIRKLICH offene und ehrliche Kommunikation! Samstag Abend „08/15 nach'm Baden“ ist irgendwann nicht mehr spannend.... ;-) Ein Coach/Mediator kann dabei sehr behilflich sein - kann ich aus meiner über 20 Jahre positiven Erfahrung als Möglichkeit nur empfehlen anzudenken und zu nutzen!

Glaub nicht alles, was Du denkst!

VERLOSUNG

Wir verlosen 3 x 1
handsigniertes Exemplar
„Lümmel, Luder, Lust“ von
Roswitha Neitzel und Lennart
Cole. Senden Sie uns einfach
eine E-Mail mit dem Betreff
„Luder“ an
witic@wiener-kontor.de
(oder eine Postkarte an
womaninthecity, Jarrestraße
80, 22303 Hamburg) und mit
ein bisschen Glück gewinnen
Sie einen der „unzüchtigen
Ideenratgeber“.

Die Gewinner werden unter allen
Einsendungen gelost. Einsendeschluss
ist der 15.10.2014. Der Rechtsweg ist
ausgeschlossen.

■ **Mehr zum Ludercoach
unter www.luder-coach.de**

„Let's talk about Sex...!“

Roswitha Neitzel - „Luder- und Macho“ - Coach

Dolmetscherin zwischen den Geschlechtern
Einzel- und Paarcoaching, Frauen- und Männerseminare
Kontakt unter mobil: 0178 - 566 90 58 | mail: rose.hh@gmx.de | www.Luder-Coach.de

EIN PRICKELNDER JUNGGESELLINNENABSCHIED

DILDO-PARTY

Das Hochzeitskleid ist gekauft, der Friseurtermin steht und die Freundinnen sind in heller Aufregung. Bald wird geheiratet. Weg vom Markt. Runter von der wilden See und reingeschippert in den ruhigen Hafen der Ehe. Doch vorher wird noch einmal ordentlich gefeiert. Und zwar der Abschied vom Leben als Jungesellin. Mit Heavenly Vibes wird dieser Abend zu einem ganz besonders sinnlichen Erlebnis.

Denn während dem Bräutigam wahrscheinlich gerade die Stripperin aus der Torte springt, haben es die Mädels an diesem Abend auf Spielzeug abgesehen. Prickelndes Spielzeug. Und damit wollen sie die Braut überraschen. Sie haben eine Dildo-Party organisiert.

Denn auch wer heiratet, kann ein bisschen Feuer im heimischen Schlafzimmer gut vertragen. Nicht nur die neuesten Dildos und Vibratoren, sondern auch verführerische Accessoires und anderes sexy Zubehör sorgen dann für Abwechslung zwischen den Laken. Lederpeitsche, Perlen besetzte Handschellen, Augenbinden aus Seide: Bei der Dildo-Party wird Klartext gesprochen. „Gerade bei Jungesellinnenabschieden ist diese Party ein Garant für Aufregung und gute Laune“, weiß Heavenly-Vibes-Chefin Jana Eckert. Die 29-Jährige ist von Haus aus Betriebswirtin und war einst selbst Gast einer solchen Party. „Das kann ich besser“, wusste sie und gründete vor drei Jahren Heavenly Vibes.

Heute sind deutschlandweit Beraterinnen für sie im Einsatz und präsentieren den Damen des Abends ausgefallenes und exklusives Sexspielzeug. Den Erfolg begründet sie vor allem mit der intimen Atmosphäre. „Für die Frauen ist das genau der richtige Rahmen, sich mit dem Thema auseinanderzusetzen“, sagt Jana Eckert. „In den Sexshop gehen sie meist ungern, die Hemmschwelle ist einfach viel höher. Im Partyumfeld gibt es dagegen keine Berührungängste“, weiß sie aus Erfahrung. Anders als im Online-Shop kann jedes Zubehör an diesem Abend genau unter die Lupe genommen und von den Beraterinnen ausführlich erklärt werden. „So kauft man nicht die Katze im Sack.“

Logisch: Mit dieser Party ist der Jungesellinnenabschied auf jeden Fall ein Kracher. Zwei Stunden lang werden den Freundinnen die neuesten Sextoys, sinnliche Accessoires und lustvolle Wellnessartikel wie Öle und Körperpuder präsentiert. Die Braut erhält zudem ein prickelndes Hochzeitsset und auch die Gäste gehen nicht mit leeren Händen nach Haus. Bei kleinen Spielchen gibt es zudem lustvolle Produkte zu gewinnen. Der „Dildo Angel“, wie die Beraterin ge-

UNSERE SINNLICHE VERLOSUNG

Wir verlosen 3 x 1 Vibrationseier für das prickelnde Vergnügen. Senden Sie uns einfach eine E-Mail mit dem Betreff „Heavenly Vibes“ und Ihren Kontaktdaten an witc@wiener-kontor.de oder eine Postkarte an wominthecity, Jarrestraße 80, 22303 Hamburg.

Die Gewinner werden unter allen Einsendungen gelost. Einsendeschluss ist der 15.10.2014. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



HEAVENLY VIBES
www.heavenly-vibes.de | info@heavenly-vibes.de
 Tel.: 040 / 77 18 24 18

nannt wird, begleitet die Party mit guter Stimmung, penisförmigen Naschereien und sensibler Beratung – alles in allem ein unvergesslicher letzter Single-Abend! Und die Braut ist anschließend bestens gerüstet für den nächsten Lebensabschnitt.

Übrigens: Bei den Heavenly Vibes Dildo Partys gibt es keinen Kaufzwang. „Bei uns steht der Spaß, die Beratung und das Erlebnis Shopping im Vordergrund“, betont die Firmengründerin.



KRAFTVOLLER 52ER SUCHT FRAU FÜR SANFTE VERFÜHRUNG

[Verlagspromotion]

DIE SINNES- EXPLOSION

Allen Kiezmiezen, Schanzmädchen und solchen, die es werden wollen, heizt Shatler's Cocktails ab sofort auch mit neuen Spirituosen ein. Einer von ihnen: der Creamlikör B52. „Es ist die erste fertig vorgemixte Variante des beliebten Shots aus Kaffeelikör, Rum und Sahne-Whisky-Likör und somit eine cremige Alternative zu anderen, meist fruchtig-süßen Kurzen“, erklärt Rüdiger Bartholatus, Geschäftsführer der Shatler's Getränke GmbH. Noten von Schokolade, Kakao und Rosinen machen die samtige Verführung perfekt. Wird der Shot vor dem Trinken für gewöhnlich flambiert, ist der Shatler's B52 auch ganz ohne Anzünden eine wahre Explosion für die Sinne.

■ Bestellbar unter: www.shop.shatlers.de



»NOTEN VON SCHOKOLADE, KAKAO UND ROSINEN MACHEN DIE SAMTIGE VERFÜHRUNG PERFECT.«

[Verlagspromotion]

AUDREY & FRED BIETET HOCHWERTIGE WÄSCHE UND DESSOUS

JETZT GEHT'S AN DIE WÄSCHE



Audrey & FRED®

Wo andere Dessous-Geschäfte mit Kronleuchter und Plüschteppich auf Moulin-Rouge-inspirierte Sexiness machen, bestechen die frisch renovierten Räume von Audrey & Fred mit einer modernen Gemütlichkeit. Dass die Geschäftsräume früher einmal eine Wohnung waren, kann man noch immer sehen. Versteckt in einem Séparée, das früher ein Schlafzimmer gewesen sein könnte, kann man sich heute entspannt der Anprobe schöner Wäsche hingeben – und das ohne neugierige Blicke von Passanten. „Audrey & Fred ist eben ein Ort zum Wohlfühlen für selbstbewusste Frauen, die bezahlbare aber hochwertige Wäsche und Dessous tragen möchten“, erklärt Inhaberin Katharina Kühne.

Kein Wunder, dass die Räumlichkeiten auch für Mädelsabende der besonderen Art genutzt werden. Bei Musik, Prosecco und Fingerfood kann mit Hilfe fachkundiger

Beratung das gesamte Dessous- und Lingerieortiment durchprobiert werden. „Viele Frauen haben noch nie in ihrem Leben eine Corsage getragen“, weiß Katharina Kühne. „Bei den meisten gehört das nach diesem Abend aber der Vergangenheit an.“ Das Team des Nagelstudios „Le Magic“ verwöhnt zudem mit einer Hand- und Fußpflege. Am Ende des Abends lädt die neue Lieblingswäsche kombiniert mit High-Heels und perfekt gemachten Nägeln zu wunderschönen Erinnerungsfotos ein.

Doch Abende wie diese, an denen Wohlbefinden, Leidenschaft und das weibliche Dekolleté lebensfroh in den Fokus gestellt werden, sind für einige Frauen schwierig. Frauen, die von Brustkrebs betroffen sind und ggf. ihre Brust verlieren, stellt das Körperbild der Betroffenen auf den Kopf. „Gerade in Bademode fühlt man sich dann häufig nackt und verletzlich“, weiß Katharina Kühne. Deshalb bietet Audrey & Fred auch eine feine Auswahl an Wäsche und Bademode

für brustoperierte Frauen, die dabei unterstützen soll, sich wieder weiblich und wohl zu fühlen.

Katharina Kühne möchte zudem dabei helfen, dass Frauen nach einer Krebserkrankung wieder ihre Lebensfreude entdecken. Am 20. September um 16 Uhr veranstaltet Audrey & Fred deshalb ein



Treffen, auf dem Erfahrungen ausgetauscht werden können. Wir wollen ein Netzwerk gründen, in dem Frauen Anregungen, Hilfen, Unterstützung und Informationen erhalten und einbringen können. Brust-

krebs ist ein erster Ansatzpunkt, wir wollen uns aber nicht darauf allein beschränken. Wir wollen gemeinsam herausfinden, was wir in Hamburg auf die Beine stellen können, um uns sinnvoll zu vernetzen.

■ Audrey & Fred
Eppendorfer Weg 105 | 20259 Hamburg
Tel.: 040 432 70 422
www.audreyundfred.de

VERDAMMT TRAGISCH, VERDAMMT KOMISCH:

„SIEBEN VERDAMMT LANGE TAGE“ ALS PREVIEW

[Verlagspromotion]

Das wird ein entspannter Mädels-Abend: Zusammen mit den Freundinnen ins Kino, dazu ein prickelndes Glas Sekt und für den neuesten Klatsch und Tratsch noch eine aktuelle Ausgabe der Gala – beste Voraussetzungen für ein gelungenes Event. Erst Recht, wenn auch der Film noch perfekt dazu passt. Bereits einen Tag vor Deutschlandstart zeigt CinemaxX am Mittwoch, 24. September, das ebenso bewegende wie komische Familiendrama „Sieben verdammte lange Tage“.

Es ist ein Familientreffen, das keine Emotion auslöst: Tränen, Gelächter, Wut, Versöhnung, alte Gräben und neue Brücken – ein Gefühlscocktail, wie ihn nur die eigene Familie mixen kann. Egal ob Geschwister- oder Einzelkind – diese Familie lässt niemanden kalt. Nachdem Jonathan Troppers Roman „Sieben verdammte lange Tage“ bereits die Bestsellerlisten gestürmt hat, erobert die liebenswert-chaotische Familie Foxman nun die Leinwände.

Und darum geht's: Vier erwachsene Geschwister (Jason Bateman, Tina Fey, Adam Driver, Corey Stoll) treffen sich in ihrem Elternhaus wieder, um ihren Vater zu beerdigen. Jeder ist im eigenen Leben mehr oder minder gescheitert, jetzt müssen sie zusammen eine ganze Woche unter einem Dach verbringen – in Gesellschaft ihrer glücklichen Mutter (Jane Fonda) sowie etlicher Ehe-, Ex- und Wunschpartner. Niemand kann sich hier verstecken – im Gegenteil: Es ist Zeit, die Vergangenheit und die problematischen Verwandtschaftsbeziehungen aufzuarbeiten. In diesem ebenso irrwitzigen wie emotional ergreifenden Chaos kommt endlich wieder zusammen, was zusammengehört: Solche zu Herzen gehenden, komischen und versöhnlichen Situationen können nur im Familienkreis entstehen.

Offiziell kommt der Film am 25. September in die Kinos. Für die Ladies zeigt das CinemaxX den Film einen Tag früher. Perfekt abgerundet wird die LADIES NIGHT – gemäß dem Motto



„Mehr als Kino“ – mit einer gratis Flasche Jules Mumm Mini vor Filmstart, der aktuellen Ausgabe der Zeitschrift Gala und dem passenden Rahmenprogramm. Wer dieses Mal keine Zeit hat, kann aufatmen: Die LADIES NIGHT findet einmal im Monat statt.

■ CinemaxX Dammtor

Reservierungshotline: Tel. 040 80 80 69 69 (zum normalen Festnetztarif, zzgl. 0,70 € Aufschlag je Karte), Täglich von 10 bis 21 Uhr

Weitere Infos unter: www.cinemaxx.de



CINEMAXX
MEHR ALS KINO

VERLOSUNG:

Wir verlosen 4 x 2 Tickets für die Ladies Night am 24. September 2014 im CinemaxX Hamburg-Dammtor. Schicken Sie uns einfach eine E-Mail mit dem Betreff LADIES NIGHT und Ihren Kontaktdaten an: witc@wiener-kontor.de oder eine Postkarte an womaninthecity, Jarrestraße 80, 22303 Hamburg.

Einsendeschluss ist der 18. September 2014. Die Gewinner werden unter allen Teilnehmern gelost, Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

UND WAS FEIERT IHR?

In unserer Themenstrecke „Girls just wanna have Fun“ stellen wir euch die besten wirt-Tipps für heiße Nächte in unserer liebsten Hansestadt vor. Dabei kamen wir nicht umhin uns zu fragen: Welchen Club feiert Ihr? Welches Restaurant löst wahre Geschmacksorgasmen bei euch aus? Wo gibt es das szenigste Café? Und wo die abgefahrenste Location mit Wohlfühlblick? Wir haben uns in Hamburgs Straßen umgehört.



Victor, 33 aus Hamburg

ICH GEHE GERN IN SCHUMACHERS BIERGARTEN. DER BLICK AUF DAS PLANETARIUM, WENN DIE SONNE DAHINTER UNTERGEHT, IST EINMALIG. DAS PORTUGIESEN-VIERTEL IST AUCH SUPER. VOR ALLEM IM BEIRA RIO KANN MAN GUTEN FISCH ESSEN.

»EINE ZEIT LANG WAR ES DIE KATZE. DANN DAS BEDFORD. IN HAMBURG SCHLIESSEN ZURZEIT ABER SO VIELE SCHÖNE BARS, IN DIE DANN KLAMOTTEN-GESCHÄFTE EINZIEHEN. DAS IST SCHADE!«



Birgit, 53 aus Hamburg



Klara, 27 aus Hamburg

ICH MAG DIE BAR FRIEDA B. NICHT WIRKLICH CHIC, ABER SPASSIG!



Pascal, 19 aus Hamburg

EXTREM FEIERE ICH G'RAD DIE KREUZUNG BEIM GRÜNEN JÄGER. AM WOCHENENDE SITZEN DORT HUNDERTE LEUTE GANZ ENTSPANNT MIT IHREM BIER.



Winona, 20 aus Hamburg

»PARK FICTION. DORT HAT MAN DEN BLICK AUF DEN HAFEN UND ENTSPANNTE LEUTE. ST. PAULI HAT EBEN EINEN GANZ EIGENEN CHARME.«

Claudia, 30
aus Hamburg»DIE SCHANZENHÖFE. ERST IN DIE
BULLEREI UND DANACH AUF EIN
BIER INS ALTE MÄDCHEN.«Sylvie, 27
aus HamburgDIE BAR KATZE IN DER
SCHANZE IST SUPER. HAFEN
ODER REEPERBAHN GEHT
IMMER. ICH MAG ES ABER
AUCH DURCH'S KAROVIERTTEL
ZU SCHLENDERN UND
ZU SCHAUEN, WAS ES
SPANNENDES GIBT.HERR MAX IST IMMER WIEDER GUT. UND ICH MAG
DAS RESTAURANT LE PLAT DU JOUR. ESSEN UND
ATMOSPHÄRE SIND TOLL.

Michael, 38 aus Göppingen

UM SPASS ZU HABEN
IST DER HAMBURGER
BERG SPITZE. ABER
AUCH DAS KNUST.
DORT SPIELEN OFT
TOLLE BANDS UND
DAS PUBLIKUM IST
SEHR GEMISCHT. MAN
MUSS SICH ALSO NICHT KOMISCH FÜHLEN,
WENN MAN NICHT MEHR ZU DEN GANZ
JUNGEN GEHÖRT.

Rainer, 49 aus Hamburg

DIE KLASSIKER:
PUDEL UND BARBARABAR.

Evi, 27 aus Hamburg

[Verlagspromotion]

DAS LEBEN IST ZU KURZ FÜR SCHLECHTEN WHISKEY

DER WHISKEY-BOTSCHAFTER



Was ich unter meiner Aufgabe als Whiskey-Botschafter verstehe?“ fragt Volker Mc Rätzke.

„Die Mission, den Menschen die Liebe zu einem der kultigsten Getränke näher zu bringen, die es gibt.“ In gute Spirituosen hat er sich vor 25 Jahren im eigenen Pub verliebt, in dem die Auswahl an guten Whiskeys stetig wuchs. Den Pub gibt es heute nicht mehr. Die Hingebung zum Whiskey dagegen ist geblieben und gipfelte im vergangenen Frühling im eigenen Laden. Hunderte von Whiskeys und Rums und eine feine Auswahl irischer und schottischer Biere finden sich seitdem in „Mc Rätzkes Whiskey & Rumparadies“. Für Interessierte bietet er hier auch Tas-

tings an. „Dabei kann man wunderbar herausfinden, welche Geschmacksnuancen einem bei Spirituosen gefallen“, so Volker Mc Rätzke. „Denn neben den Hintergründen, Legenden und Infos zu meinem flüssigen Sonnenlicht ist es vor allem jedes Mal ein sinnliches Geschmackserlebnis.“ Laut dem Whiskey-Botschafter entdecken auch immer mehr Frauen ihre Vorliebe für hochwertige Spirituosen und es zeigt sich, dass sie bei den Verkostungen häufig einen feineren Geschmackssinn an den Tag legen als Männer.

DIE NÄCHSTEN
TASTING-TERMINE26.9.2014:
Beginner Whiskey-Tasting27.9.2014:
Single Malts aus Deutschland17.10.2014:
Regional Whiskey-TastingIndividual-Tastings für
Gruppen ab 10 Personen.Anmeldung unter 04521/775603
oder info@mc-raetzke.de■ Mc Rätzkes
Whiskey & Rumparadies
Peterstraße 24 | 23701 Eutin
Tel.: 04521 775603
www.whiskey-pionier.de

Olivias Wilde Jungs

DAS WITC-TEAM AUF HEISSER RECHERCHE IN OLIVIAS MENSTRIP-BAR – VÖLLIG SELBSTLOS!

Nackte Männerkörper. Zügellose Frauen. Heiße Beats. Das alles findet man in Europas einziger Menstrip-Bar, die nur für Frauen ihre Türen öffnet: „Olivias Wilde Jungs“. Der weibliche Teil des womaninthecity-Teams hat sich für diese Ausgabe völlig selbstlos ins Hamburger Nachtleben gestürzt und sich hingebungsvoll der Frage gewidmet, wie wild die Jungs tatsächlich sind.

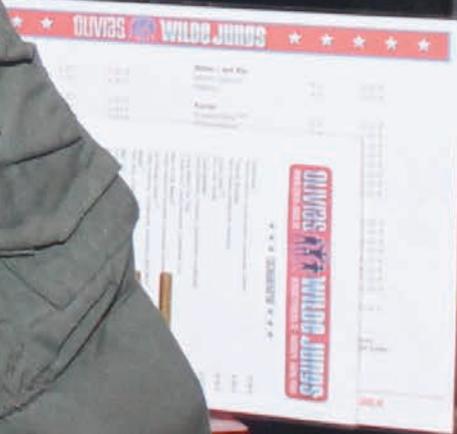
W Text: Jennifer Meyer | Fotos: Malú Schmidt-Carstens



U.S. AIR FORCE



U.S. AIR FORCE





Betriebsleiterin Patti und Sascha



Als wir uns freitagabends zum Interview treffen, ist die kleine Bar in der Großen Freiheit noch geschlossen. Betriebsleiterin Patti Kahl (Sympathisch unaufgeregt. Typisch Kiez.) öffnet uns in Jeans und T-Shirt die Tür. „In Europa sind wir der einzige Stripclub, zu dem nur Frauen Zutritt haben“, erklärt sie. „Das ist nur gerecht. Schließlich dürfen wir auch nicht in die Herbertstraße.“ Einzige Ausnahme macht natürlich das leicht bekleidete Personal, das den Gästen später einheizen soll. Einer von ihnen ist Sascha Mühle. Moderator der Stripshows, bekannt durch das Fernsehformat „Das Supertalent“ und gut zwanzig Minuten (Das Haar wollte partout nicht sitzen.) zu spät. Seine charmant einnehmende Art und sein Alleinunterhalter-Talent lassen uns Mädels letzteres aber schon nach einem lässigen Augenzwinkern vergessen. Möglicherweise hatte aber auch die Tatsache etwas damit zu tun, dass noch keine von uns ein Interview mit jemandem geführt hat, der kein Hemd mehr trug. So professionell wir auch bleiben wollten, ein verstohlener Blick nach dem anderen wanderte zu den gestählten Bauchmuskeln hinunter. Diese Wirkung hatte er allerdings nicht immer auf das andere Geschlecht. „Als ich sechzehn Jahre alt war, war ich alles andere als ein Frauenmagnet“, erzählt Sascha Mühle. „Ich wog 67 Kilogramm und hatte einen Bauch.“ Doch er krepelt sein

Leben um. Putzte sogar im Fitnessstudio, um dort trainieren zu dürfen, denn Geld hätte er dafür nicht gehabt. Zwei Jahre später und dreißig Kilogramm schwerer wird er in einer Disco entdeckt. Auf Jobs als Gogo-Tänzer folgt wenig später der erste Auftritt als Stripper. Damals noch mit Bopper-Baumeister-Kostüm und viel Schlag-sahne.

Für den heute 37-jährigen, der ganz nebenbei noch Personal Trainer, Ernährungsberater und angehender Mediziner ist, ist Strippen mittlerweile mehr als nur ausziehen. „Jede Frau hat eine andere Vorstellung davon, wie ein Kerl am besten aussehen soll. Aber solange du im Strip eine Geschichte erzählst, finden Frauen das attraktiv.“

So gibt ein Kollege von Sascha zu späterer Stunde den Neo aus Matrix und streift den knöchellangen Ledermantel und alle anderen darunterliegenden Schichten zu den Gitarrenriffs von „Bad to the Bone“ ab. Sascha Mühle selbst wird auf der Bühne zum Terminator. Als eine Frau ihm schüchtern einen Geldschein zustecken möchte,



drückt er ihr den Schein und danach seine Lippen auf den Mund. Aber auch jeder anderen in der Bar geben die Jungs das Gefühl, etwas Besonderes zu sein. Manchmal schauen sie einem so fest und lange in die Augen, dass man dem Blick kaum standhalten kann. Dass sich Frauen darin verliehen, ist nichts Ungewöhnliches. Patti Kahl nennt das gern das Boyband-Phänomen. „Natürlich sind die Jungs lieb und handzahn. Zu Flirten ist aber auch ihr Job“, so die Barchefin. Trotzdem: Unmoralische Angebote sind keine Seltenheit. Und die werden, wie wir es bei unserem Besuch erleben, Nachtleben und der einen oder anderen Flasche Prosecco zu viel sei Dank „auch mal in etwas niveauloser Form vorgetragen.“

Viele der Verehrerinnen wären wohl enttäuscht zu hören, dass fast alle Tänzer – auch Sascha Mühle – in festen Händen sind. Für uns ist das an diesem Abend ebenfalls kaum zu glauben. Denn welche Freundin würde nicht eifersüchtig werden, wenn es der Job des Partners ist, jeden Abend erotische Fantasien für fremde Frauen zu kreieren? „Ich glaube, jede Frau, die ihren Mann liebt, hat Angst ihn zu verlieren“, bestätigt Sascha Mühle. „Aber jemanden zu lieben bedeutet jemanden zu tragen und nicht ihn zu besitzen.“ Auch wenn Sascha beleidigt wäre, wenn er keine Angebote von

Frauen bekäme, ist er glücklich in seiner Beziehung. Fremdgehen mit einer Kundin aus dem Club käme für ihn nicht in Frage. Jeder in dem Business wolle jemanden, der einen um seiner selbst willen nimmt. Nicht als Trophäe. So gibt es für die Freundin daheim auch nicht jeden Abend die große Show vor dem Zubettgehen. „Wenn du es für jemanden machst, den du kennst, kannst du das ohnehin nur amüsant gestalten. Niemals hochgradig erotisch“, so der

Strip Artist. „Denn deine Freundin hat dabei immer noch im Kopf, wie du morgens im Serengeti Park auf dem Karussell gesessen und den Spacko gemacht hast.“

Letzteres wirkt irgendwie beruhigend auf uns. Denn es zeigt, dass sich selbst ein Terminator, Superman und Top-Gun-Pilot zu Hause als ganz normaler Junge entpuppt.

Olivia und das woman-Team



FACTS. FACTS. FACTS.

Öffnungszeiten:

donnerstags und freitags ab 21 Uhr.
Samstags ab 20 Uhr. Die Shows laufen durchgehend bis in die frühen Morgenstunden. Eintritt (ab 18 Jahren):
donnerstags 10 Euro, freitags 12 Euro, samstags 15 Euro

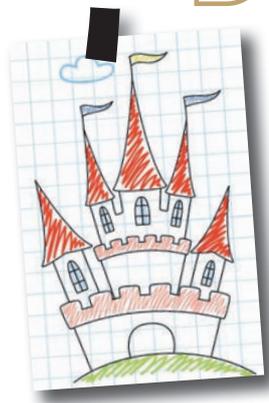
Private-Dance-Lounge

Nur mit Vorab-Reservierung online unter www.olivia-jones.de: Ein Tisch mit Platz für bis zu zehn Personen und direkter Sicht auf die Bühne. Inklusiv Private Dance und zwei Flaschen Prosecco. Ab 148 Euro.



JOHANNA RUOFF HAT EINEN „PLATZ FÜR KINDER“

DIE BURGENBAUERIN



*Nach einem lebensverändernden Urlaub in Thailand gründet Johanna Ruoff die Stiftung „Ein Platz für Kinder“. Diese initiiert, finanziert und baut Schutzhäuser in Deutschland für Kinder, die missbraucht und misshandelt wurden. In der ersten Hamburger „Mattisburg“ sollen traumatisierte Kinder ab sofort Zuflucht finden. **W** Text: Jennifer Meyer*

„Ich habe kein Helfersyndrom und ich hatte nie etwas mit Kindern zu tun“, sagt Johanna Ruoff über sich selbst. Doch der Tsunami in Südost-Asien 2005, der Hunderttausenden das Leben kostete und den sie damals vor Ort miterlebte, stellte ihr Leben auf den Kopf. Johanna Ruoff – eigentlich PR-Managerin – organisierte daraufhin Spendenaktionen und eröffnete ein Waisenhaus in Thailand. Der Weg zurück in die PR war danach unvorstellbar und so gründete sie die Stiftung „Ein Platz für Kinder“. Diese initiiert, finanziert und baut Schutzhäuser in Deutschland für Kinder, die missbraucht und misshandelt wurden. Nach der ersten sogenannten „Mattisburg“ – der Name ist angelehnt an Astrid Lindgrens Roman „Ronja Räubertochter“ – in Hannover, wurde im Juli jetzt die zweite in Hamburg-Schnelsen eröffnet. „Heute weiß ich, dass man nicht immer nur in ferne Länder schauen muss, um Missstände zu finden. Auch vor unserer eigenen Haustür muss so viel getan werden“, erklärt Johanna Ruoff. „Jeder einzelne Fall von Gewalt an Kindern ist eine Tragödie und bedarf höchster Aufmerksamkeit und langfristiger Fürsorge.“

Betritt man die Hamburger Mattisburg, hat man das Gefühl, sie bestehe nur aus Holz, Licht und Wärme. Bis ins Detail kindgerecht sitzt jedes Fenster auf einer anderen Höhe und zwischen Betten und Boden ist kein Spalt offen gelassen, so dass sich auch keine „Monster“ unterm Bett verstecken können. „Das, was wir hier geschaffen ha-

ben ist ein Juwel für die Kinder“, ist sich Johanna Ruoff sicher.

Anfang September sind die ersten Kinder eingezogen. Alle, die einen Platz in einer Mattisburg bekommen, haben bereits in jungen Jahren Schreckliches erlebt. „Oftmals wurden die Kinder misshandelt oder kommen gar aus Pornografie-Ringen“, erzählt Johanna Ruoff. Dass diese Kinder dann mit großen Aggressionen und Ängsten kämpfen, wundert nicht. Um den traumatisierten Kindern bestmöglich helfen zu können, ist neben vielen anderen Komponenten eine Eins-zu-Eins-Betreuung – also Minimum zehn Betreuer auf zehn Kinder – Teil des Mattisburg-Konzepts. Die Kinder zwischen drei und zehn Jahren werden hier stationär betreut und langfristig therapeutisch auf ihrem Weg in die Zukunft begleitet. Ziel ist es, ihnen und ihren Familien eine differenzierte, auf ihre individuellen Lebens- und Leidensgeschichten ausgerichtete diagnostisch-therapeutische Hilfe anzubieten.

Die Häuser finanzieren sich ausschließlich durch Spenden. „In Hamburg haben wir Unterstützung von vielen tollen Menschen wie Andrea Sawatzki und ihrem Mann Christian Berkel bekommen“, so Johanna Ruoff. „Ich habe aber auch das Glück, dass ich ein großes Netzwerk habe, das sich permanent erweitert. Ohne das könnte ich diese Häuser nicht realisieren.“ Trotzdem sei es alles andere als einfach, die notwendigen finanziellen Mittel



FOTOS: NICOLA RÜBENBERG

aufzubringen. Eine Spendenzusage gleiche oft einem Glücksgriff im Lotto. „Dabei sind wir alle verantwortlich für unsere Gesellschaft“, mahnt Johanna Ruoff. „Wir können unsere Verantwortung nicht immer in die Hände von Vater Staat legen.“

WIR KÖNNEN UNSERE
VERANTWORTUNG
NICHT IMMER IN
DIE HÄNDE VON VATER
STAAT LEGEN. ”

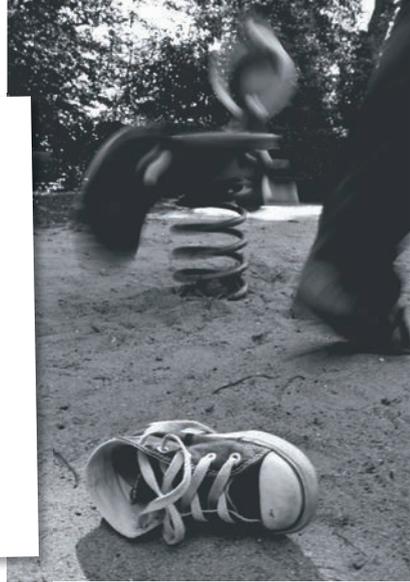
Als Johanna Ruoff sich dazu entschloss, Verantwortung für die Kleinsten unserer Gesellschaft zu übernehmen, reagierte ihr Umfeld zunächst skeptisch. Schließlich gab die Stiftungsgründerin praktisch über Nacht ihren gut bezahlten Job in der PR-Branche auf. „Mein Vater hat gesagt, dass ich spinne“, erinnert sich die heute 37-Jährige. „Meine Großmutter hingegen fand die Idee toll, sich für Kinder zu engagieren.“ Sie war es auch, die es Johanna Ruoff finanziell ermöglichte, die Stiftung zu gründen, die mittlerweile seit neun Jahren erfolgreich arbeitet.

Trotz dieser Jahre voller Engagement für Kinder hat sich die Einstellung der ehemaligen PR-Beraterin zum Kinderkriegern nicht verändert. „Ich habe immer gesagt, dass ich keine Kinder möchte. Und wenn ich heute eigene Kinder hätte, wüsste ich nicht, ob ich mich so engagieren würde, wie ich es heute kann – zeitlich und psychisch“, so Johanna Ruoff. „Denn könnte ich mich, wenn ich eigene Kinder hätte, mit Kindern auseinandersetzen, die so schwer traumatisiert sind?“ Die Geschichten der Kinder in den Schutzhäusern zerbrechen Johanna Ruoff das Herz. Doch sie muss immer wieder in die Häuser hinein gehen. Sich vor Augen führen, warum sie die vielen Anstrengungen für die Stiftung leistet. Denn jede neue Geschichte ist ein weiterer Grund, um weiterzumachen. „Dafür arbeite ich, fliege ich durch die Welt, halte ich Vorträge – um den Kindern eine Perspektive zu geben“, sagt Johanna Ruoff. Deshalb soll in den nächsten Jahren auch noch eine zweite Mattisburg in Hamburg entstehen. Und auch für eine in München gibt es bereits Pläne.

OPFER: KIND!

TEIL 2: WIE SIE DEN ALLTAG IHRES KINDES SICHERER GESTALTEN

Gewalt kann jeden treffen. Tim Otte weiß das. Für sein Buch „Stopp! – Gefahrensituationen erkennen und effektiv handeln“ hat der Selbstverteidigungs-Experte mit zahlreichen Opfern über ihre schlimmsten Momente gesprochen. Der zweifache Kung-Fu-Weltmeister beschäftigt sich seit über 20 Jahren mit Opfer/Täter-Strukturen und Verteidigungsmaßnahmen in Alltagssituationen. 1998 eröffnete er seine Kampfkunstschule „Wan Fu“ im Grindel. Teil VI



Selbstverteidigungs-
Experte Tim Otte

Heute in einer Zeit, mit einer Industrie, die Kinder und Jugendliche gerne als kleine Erwachsene darstellt, mit Smartphones, gezielten Modetrends und Fernsehformaten, wirken Kinder und Jugendliche auf den ersten Blick oft reifer und vernünftiger als sie in Wirklichkeit sind.

Natürlich wollen Kinder nur zu gerne diesem Bild entsprechen und viele Eltern geben nur allzu gern diesem Eindruck nach, da sie sich so weniger belastet fühlen. Ein häufig gehörter

Ausspruch in diesem Zusammenhang lautet: „Mein Kind ist schon viel reifer als andere in diesem Alter!“ Doch dürfen Sie nicht vergessen, dass in Ihrem Kind ein junges, argloses Wesen schlummert, dem es bei vielen Entscheidungen noch an Erfahrung und Weitsicht fehlt.

Tatsache ist: Ihr Kind wird diverse Auseinandersetzungen in seinem Leben ausfechten. Manche wird es gewinnen, manche verlieren. Wichtig ist, dass es mit Ihrer Hilfe das richtige Gefühl für Recht und Unrecht entwickelt hat.

Laut einer Studie der Universität Zürich entwickelt sich unser Gerechtigkeitssinn im Alter von acht Jahren. Machen Sie Ihrem Kind klar, dass kein Mensch das Recht hat, irgendwelche Handlungen an ihm vorzunehmen, die es nicht wünscht und dass Sie dieses Recht uneingeschränkt mit Ihrem Kind verteidigen werden. Ihr Kind muss unbedingt wissen, dass es bei Ihnen immer ein offenes Ohr findet, sei es, dass es z.B. in der Schule drangsaliert wird oder von einem fremden Erwachsenen (auch aus dem näheren Familienbereich!) belästigt wurde.

Wenn Ihr Kind zum ersten Mal bei einem neuen Freund spielt, sollten Sie es, zumindest dieses erste Mal, dorthin begleiten. Neben dem Weg und damit verbundenen Gefahren, wie z.B. Schnellstraßen und einsame Wege, können Sie sich selbst einen Eindruck über die Gastfamilie verschaffen. Tauschen Sie Telefonnummern aus und treffen Sie vielleicht sogar Absprachen zum gegenseitigen Bringen und Abholen der Kinder.

Befindet sich Ihr Kind nicht bei Ihnen, sollten Sie immer wissen, wo es gerade ist. Sprechen Sie mit Ihrem Kind regelmäßig über dessen Schulalltag und hören Sie aufmerksam zu.

Wenn Kinder Opfer von Mobbing oder anderen Straftaten geworden sind, wurden sie meist vom Täter bedroht, diesen nicht zu verraten. Täter bedienen sich dabei oft den naivsten Ängsten ihrer Opfer, um diese zum Schweigen zu bringen. Machen Sie Ihrem Kind klar, dass es sich in jeder Situation auf Sie verlassen kann und Sie ein aufmerksamer, unvoreingenommener Zuhörer sind.

Sollte Ihr Kind irgendwann nicht mehr mit Ihnen ausziehen wollen oder sich nicht mehr in Ihrer Gegenwart ausziehen wollen, müssen Sie diese Änderung in Ihrem Zusammenleben sofort akzeptieren. Dies hat in der Regel nichts mit einem veränderten Gefühl Ihnen gegenüber zu tun, sondern ist ein normaler Schritt Ihres Kindes in Richtung Erwachsenwerden.

Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber oder fragen Sie im Vorfeld, was in Ordnung ist und was nicht. Ihr Kind wird einmal mehr sehen, dass Ihnen seine Meinung wichtig ist und es Ihnen absolut vertrauen kann.

SICHERHEITSCHECKLISTE „KIND“

- Weiß ich jederzeit, wo sich mein Kind befindet?
- Habe ich die Eltern der Spielkameraden meines Kindes zumindest kurz einer Beurteilung unterzogen?
- Hat mein Kind eine Telefonnummer, unter der es mich jederzeit erreichen kann?
- Kennt mein Kind meine Telefonnummer auswendig oder trägt sie bei sich, falls der Akku seines Handys leer ist?
- Gibt es eine weitere sichere Anlaufstelle für mein Kind, falls ich nicht erreichbar bin?
- Welche Gefahren bergen Schulweg und die Wege zu den Spielkameraden und haben wir ausführlich darüber gesprochen?
 - stark befahrene Straßen
 - dunkle oder einsame Parks
 - unsichere Gegenden allgemein
- Weiß mein Kind, wie es sich gegenüber Fremden verhalten muss oder müssen wir entsprechende Situationen noch üben und besprechen?
- Ist für mein Kind jederzeit ein Notgroschen deponiert, damit es sich notfalls ein Taxi nehmen kann, auch wenn es kein Geld dabei hat?
- Ist sich mein Kind jederzeit bewusst, mit allen Sorgen und Problemen zu mir kommen zu können?

Lesen Sie in der nächsten Ausgabe von womaninthecity:
WIE SIE IHRE EIGENEN VIER WÄNDE SICHERER MACHEN KÖNNEN!

SCHAUSPIELERIN SANDRA QUADFLIEG
LIEST FÜR DEN GUTEN ZWECK

ENTERT DIE „FORTUNA“!

Vor kurzem zierte sie noch unser womaninthecity-Cover, jetzt können unsere Leser sie auch hautnah erleben. Und das für einen guten Zweck! Die Schauspielerin Sandra Quadflieg liest im Oktober gleich zwei Mal. Der gesamte Erlös beider Veranstaltungen geht an die Benita Quadflieg Stiftung, die sich für benachteiligte Kinder und deren Familien engagiert.

Am Sonntag, 5. Oktober nimmt Sandra Quadflieg zunächst die Kinder mit auf eine Reise in die Zeit der Freibeuter und Seeschlachten um Ruhm und Ehre und sagenhafte Goldschätze.

„Entert die „Fortuna“ heißt es dann für 40 kleine und große Piraten. Die Schauspielerin wird spannende Piratengeschichten erzählen. „Außerdem wird es eine Schatzsuche geben und eine echte Piratenfahrt“, verspricht die 35-Jährige, die durch ihre Rollen in Theater, Film und Fernsehen und vor allem durch ihre Lesungs-Tournee „Mein Vater Gottfried Benn“ (mit Otto Sander) bekannt wurde. Für die Schauspielerin war diese Inszenierung gleichzeitig ihr Regiedebüt.

Für die „Großen“ ist dann die Lesung am 11. Oktober gedacht. An dem Samstag liest Sandra Quadflieg die Briefe von Fanny Hensel an ihren Bruder Felix Mendelssohn-Bartholdy auf dem über 100 Jahre alten Traditionsschiff „Fortuna“. Begleitet wird sie dabei von dem Pianisten & Komponisten Alexander Raytchev mit Stücken von Mendelssohn, Liszt, Bach und einer Eigenkomposition. Die Briefe gewähren einen tiefen Einblick in das Leben der berühmten Familie Mendelssohn.

Beide Veranstaltungen kommen der Mignon-Segelschiffahrt zugute. Von dem Erlös soll das Segelschiff „Fortuna“ überholt werden. Seit etwa 20 Jahren führt der gemeinnützige Verein Segelreisen mit sozialem, pädagogischem und therapeutischem Zweck und ohne Gewinnerzielungsabsicht durch. „Wir möchten dazu beitragen, einen generalüberholten Motor zu finanzieren, damit das Schiff noch viele tolle, integrative Segeltörns mit Kindern und Jugendlichen machen kann, um so deren Fähigkeiten und Verständnis für einander zu stärken“ erläutert Sandra Quadflieg.

Seit 2014 unterstützt die Benita-Quadflieg-Stiftung die „Fortuna“. Die Stiftung fördert und integriert gesunde Kinder und Kinder mit unterschiedlichen Entwicklungsproblemen oder Behinderungen und ermöglicht benachteiligten Kin-

**Kultur Maritim auf dem
Segelschiff Fortuna,
Anleger Teufelsbrück**

Kartenvorverkauf unter:
www.benita-quadflieg-stiftung.de
Begrenzte Platzzahl

Piratenfahrt

5.10.2014, 15 Uhr

Kinder: 24 Euro, Erw. 29 Euro

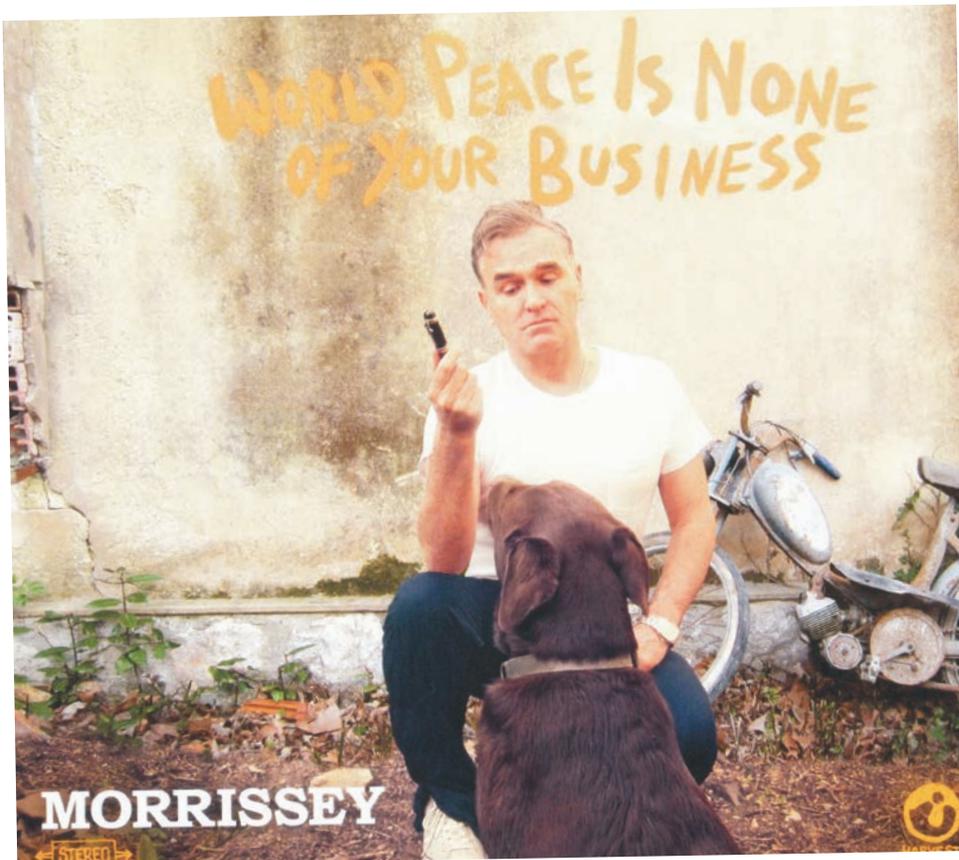
Kultur Maritim

11.10.2014, 18 Uhr

Karten: 29 Euro

dern die Chance auf Gleichbehandlung. Gefördert wird dabei das Haus Mignon, das Benita Quadflieg 1975 gründete. Aktuell werden dort 250 Kinder betreut. „Mir liegt die Benita-Quadflieg-Stiftung sehr am Herzen, weil Kinder und deren Familien gerade nach einem sehr holprigen Start jemanden brauchen, der ihnen den Weg ebnet.“ Sandra Quadflieg engagiert sich als ehrenamtliches Vorstandsmitglied in der Stiftung.

„Ich möchte nicht nur zuschauen, sondern selber mit dort anpacken, wo man etwas bewegen kann“, begründet sie ihr Engagement. (ilo)



An mein Herz, Morrissey...

Seltsame Zusammenbrüche auf der Bühne. Polemisches Trommelfeuer in Richtung Königshaus. Und ja, ziemlich wenig Musik. Er hat uns warten lassen. Jetzt hat sich Steven Patrick Morrissey mal wieder ins Studio bequemt. Fünf Jahre nach dem von Jerry Finn etwas überkandidelt produzierten „Years of Refusal“ nun also „World Peace Is None Of Your Business“.

Kein Album wie das grandiose „You Are The Quarry“ von 2004. Aber besser als vieles von dem gequirzten Mist, der uns derzeit aus dem Radio entgegenschallt. „Mozza“, wie seine Fans den Egomanen aus Manchester nennen, macht's mal wieder mächtig welt-schmerzlig.

„You loose as a woman and you fail as a man“, singt er. Die Erde? Der einsamste Planet für den Mann, der es liebt, aus einer sexuellen Orientierung ein Geheimnis zu machen und Nicht-Veganern seinen Hass entgegen zu schleudern („Hooray, the bullfighter dies“). Doch dann das fast schon kindische „Kiss me a lot“. Kaum Text. Eine Szene. Er will doch nur küssen. Will Leben. Unser alter Griesgram. Ach, Morrissey. Wie schön.

Nicht so schön ist, dass der Meister einige der Perlen dieses Albums den Käufern der Deluxe-Doppel-CD vorenthält. Nein, das verstehen wir nicht, „Mozza“.

„World Peace“ ist nicht brilliant, aber gut. Eine Platte für Menschen, die den besten britischen Texter der vergangenen 30 Jahre nicht einfach verstoßen. Auch wenn die großen Melodien zuweilen ausbleiben. „Mozza“, alte Trauerfunzel. Komm an meine Brust. Ich hab Dich immer noch lieb. Trotz dieser Platte. (ad)

„World Peace Is None Of Your Business“ von Morrissey ist bei Universal/Harvest erschienen.

Lyrische Leidenschaft und kontroverse Themen: Morrissey gilt als einer der besten Texter der Popmusik und wird nicht nur dafür, sondern auch für sein zynisches, aber dennoch stilvolles Auftreten verehrt. Mit seinem neuen Album kommt der 55-Jährige jetzt für vier Konzerte nach Deutschland und Österreich.

**Wien, Wiener Konzerthaus, 24.10.
Hannover, Capitol, 05.11.
Berlin, Columbiahalle, 23.11.
Essen, Colosseum Theater, 24.11**



Andreas Tuerck, Vince Bahrdt,
Aspria Chef Brian Morris



Terri B.



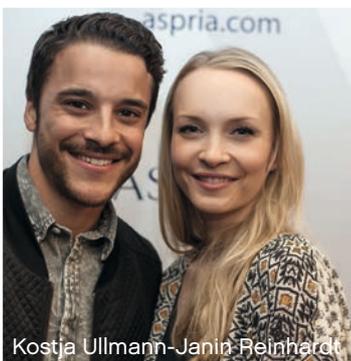
Yasmina Filali



Im August ging es heiß her im Aspria Uhlenhorst. Über 500 Gäste haben in Hamburgs exklusiven Sport- und Lifestyleclub den Sommer gefeiert, darunter auch illustre Gäste wie Janin Reinhardt, Kostja Ullmann, Andreas Türck, Yasmina Filali, Thomas Helmer und Nina Bott. Zu cooler DJ-Musik und dem Liveact Terri Green Project wurde bis in die frühen Morgenstunden getanzt.

SPORTLICHES SOMMERFEST

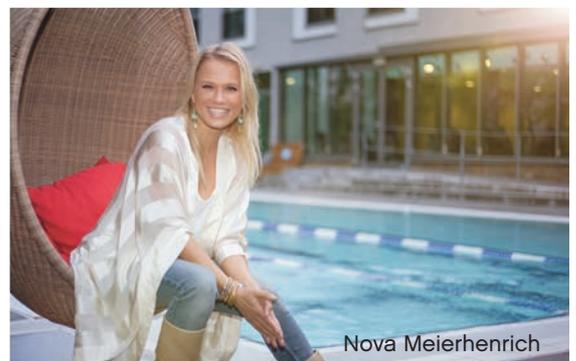
IM ASPRIA UHLENHORST



Kostja Ullmann-Janin Reinhardt



Nina Bott



Nova Meierhenrich

Herzlich willkommen in der heilen Welt



DAS FORSTHAUS LÜBECK

SOULFOOD - RESTAURANT ✦ LANDHAUS ✦ CAFÉ ✦ WEINGARTEN ✦ BIERGARTEN ✦ EVENTS



JETZT AUCH BEI
MEIN LOKAL
DEIN LOKAL
AUF KABEL 1

Das Forsthaus Waldhusener Weg 30, 23569 Lübeck, Tel. 0451 - 9898 7979, info@das-forsthaus.de

FOLLOW US ON FORSTBOOK: www.facebook.com/www.ForsthausLuebeck.de

www.kabeins.de/tv/mein-lokal-dein-lokal

Conni trifft

Queen of Burlesque
EVE CHAMPAGNE

Conni Köpp ist Wohnkosmetikerin und gehört seit 2010 zum witec-Team. Diese Seite gehört in jeder Ausgabe ihren Begegnungen.



Ihr Name klingt wie das Prickeln, das sie ausstrahlt, wenn sie vor dir steht. Ein Hauch von Glamour zieht durch die Luft und es klingt nach schwerer Seide und Brokat, wenn sie spricht. Verraucht, verpönt und ohne Schonung. Frech und echt – bis auf den langen Wimpernaufschlag, hinter dem die Lider in Azur getunkt wurden. Ihr persönlicher Untertitel „geilste Rampensau der Republik / Rockstar of Burlesque / Glitter-Queen“ liefert den Spagat zur Lusternheit auf sowohl höchstem als auch tiefstem Niveau. Sie trinkt, sie raucht und hüllt sich in Verkleidungen, als seien die ihr auf die Haut gestickt.

Haut – eine ehrliche Haut ist sie, muss sich nicht verstellen, zieht gnadenlos und ehrlich, unverblümt und ebenso rotzfroh ihre Charaktere durch, ihre Performance ist maßgeschneidert. Sie liebt die Un-Perfektion – den Cocktail aus Femme fatale & Trash. Sie spricht so frei, als seien wir seit Jahren schon vertraut. Wie hässlich sie als Kind und noch hässlicher als Teenager gewesen sei, mit Brille, Kurzhaarschnitt und Zahnsperre. Irgendwann wurden jene „Wixer“, die sie zum Mobbing-Opfer machten, zu Treibern, ihnen das Gegenteil zu beweisen.

In Bremen einen Tresen leitend, schubsten ihre Freunde sie irgendwann aus jener Stadt hinaus, die Bühne dort war viel zu klein. Angefixt durch PinUp-Bilder hatte sie die Lust zur Burlesque entdeckt, schlüpfte in Latexklamotten und mit Peitsche in der Hand in eine völlig neue Attraktivität. Vom Entlein zum Schwan schaffte sie es spielend leicht auch ohne Arsch und Titten auf die Bühne, als hätte es nie einen anderen Spielplatz für sie gegeben. Die Bühne klebt an ihr – und Eve an der Bühne! EVE CHAMPAGNE – the show must go on!

Übersehen kann sie niemand, sie leuchtet stärker als das Rampenlicht. Die Bühne. Der Kiez. Ihr bester Trainer sei stets sie selbst. Die polnische Seemannstochter ist

mit allen Wassern gewaschen. Seit sechs Jahren liebt sie den Kiez. Hier, wo Elend und Glückseligkeit Händchen halten müssen, wo Menschen ihr Lebenslos versaufen und ihren Stolz verkaufen.

Mit einem ungeheuren Repertoire und Potpourri von über 20 Charakterzügen brilliert und funkelt sie als 50er-Jahre-PinUp genau so wie als trunkene Matrosin. Und keine Rolle ist ein Spiel, eher fester Bestandteil ihres polnischen Größenwahns. Eve hat ihren Preis – doch dafür bietet sie auch was und springt gern über Mauern, auf denen die meisten in Verklemmtheit kleben bleiben. Sie zeigt viel – doch niemals alles! Burlesque ist das Spiel, die Kunst des Ausziehens, mitunter minimiert auf einen einzigen Handschuh. Eve macht Burlesque salonfähig, reist – in ihrem Element – durch unterschiedliche Epochen, als sei sie in jeder Zuhause. Auf ihren Kiez-Touren serviert sie reihenweise Häppchen, vorzugsweise zum Thema Sex-Appeal, oder lässt die Kunden Sex-Spielzeuge erraten. Wenn es sein muss, hebt sie auch schon mal ihr Röckchen hoch, weil man ihr wieder mal das weibliche Geschlecht absprechen will. Eve ist Kunst – und Kult. Wer sie bucht (Astra, Pernod, Unilever), bucht ein Chamäleon mit vielen Gesichtern.

Sie gehört zum Familienclan von Olivia Jones und ist heiß. Heiß begehrt. Sie liebt Extreme, weshalb sie den Umgang mit Nutten, Trassen und Künstlern gleichermaßen pflegt und eher männliche Freunde hat, denn Frauen zicken ihr zu viel. Und sie nimmt nie ein Blättchen vor die Lippen, bricht das, was andere Tabus nennen. Katholikin, gelernte Hotelfachfrau (EAST) – solide Grundstücke für eine, die im Jetzt lebt. Die daran glaubt, Luzifers Hölle zu entkommen, weil sie Gutes tut.

Sie lästert nicht, urteilt nie und wertet keinesfalls, denn sie glaubt an Karma, und daran, dass Scheiße, die einem passiert, in dem

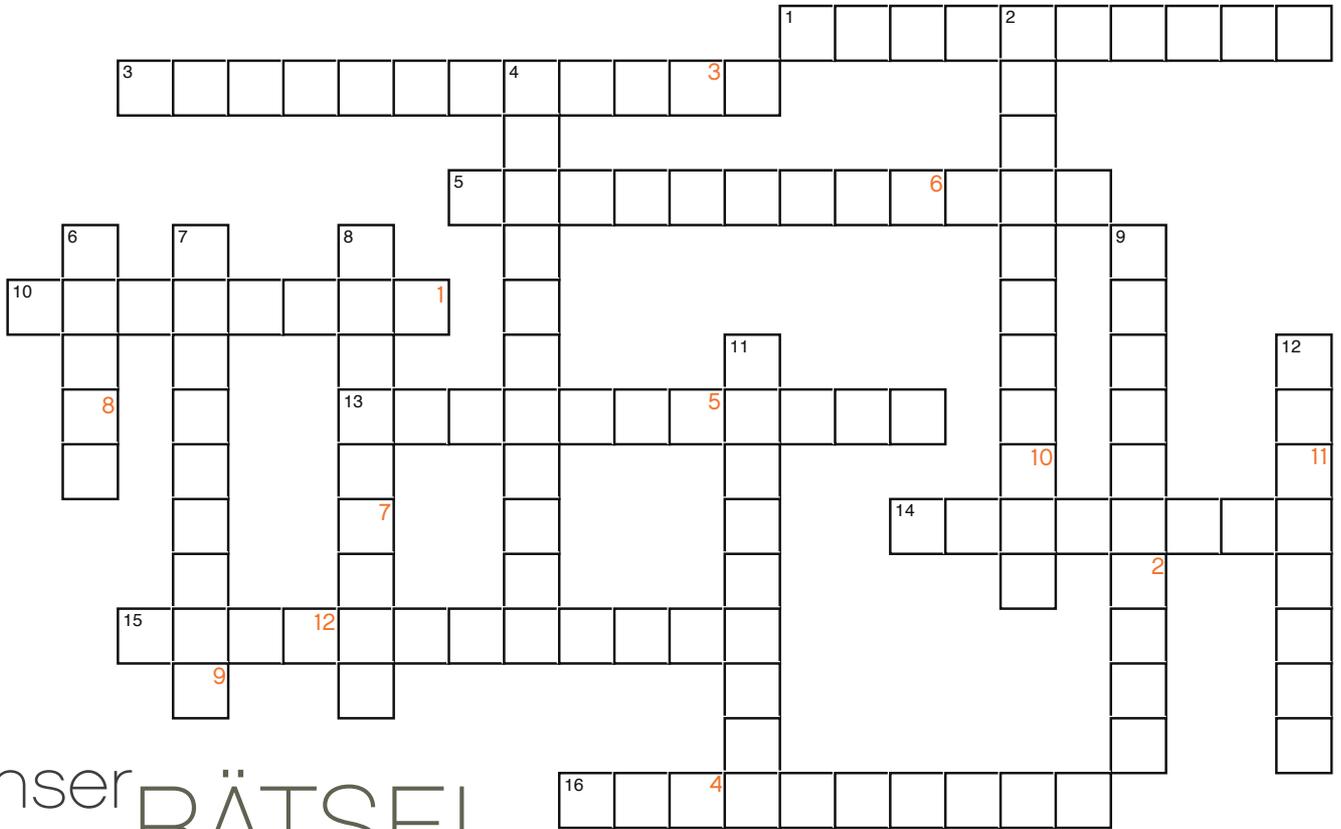
Moment einfach gut zu sein scheint. In wenigen Monaten steuert sie die 30 an. Sie liebt ihren Freund, den Polizisten, aber zelebriert die offene Beziehung. „Mein Geist und mein Fleisch gehören nur mir. Aber emotional bin ich treu!“ EVE wird weiter machen, so lange es geht. Auf ein „unmoralisches Angebot“ wartet sie bis heute, denn Männer nähern sich burlesken Frauen auf zu leisen Sohlen, Frauen seien da ganz anders, besonders nach tiefen Blicken in ihr Glas!

Und Las Vegas? Sei sie schon gewesen, viel zu langweilig und vorhersehbar. Sie will den Kiez, und nur den Kiez! Sie bleibt auf Augenhöhe mit den Menschen, verliert nie an Bodenhaftung und verteilt an polnische Obdachlose Essen. Und sie nimmt weiterhin Touris die Angst vorm Kiez und beweist Frauen, dass jede von ihnen schön ist!

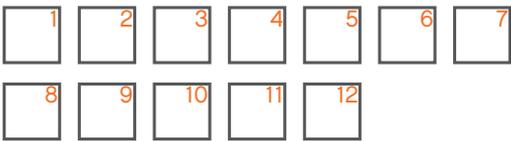
Darauf trinke ich, ein Gläschen Eve Champagne! Ich fühle mich, als hätte ich in Glitzer gebadet.

www.olivia-jones.de/wordpress/eve-champagne-queen-of-burlesque/





Unser RÄTSEL



WAAGERECHT

1. Ein Platz für Kinder
3. Wird in 21 Tagen wieder auf Trab gebracht
5. Paradies für Apfellebhaber
10. Luftkurort in Hamburg
13. Unsere Kulturmacherin ist...
14. Diese Brüder betreiben in Berlin das „Café Schöne Aussicht“
15. Gourmetrestaurant im A-ROSA Travemünde
16. Beruf von Roswitha Neitzel

SENKRECHT

2. Tabuthema Blasenschwäche
4. B52 ist ein ...
6. Traditionelles türkisches Bad
7. Hier vergnügte sich das witc-Team
8. Provokanter, britischer Sänger
9. Prickelnde Junggesellinnenparty
11. glamouröses Unterhaltungstheater
12. Hier gibt's Kino nur für Frauen

Ein Rätsel der besonderen Art: Wenn Sie unser Magazin gelesen haben, können Sie dieses Rätsel mit links lösen. Schicken Sie uns das Lösungswort dann per E-Mail an witc@wiener-kontor.de oder per Post an womaninthecity, Jarrestraße 80, 22303 Hamburg.

Vergessen Sie Ihre Kontaktdaten nicht, damit wir Sie im Falle des Gewinnes auch benachrichtigen können. Einsendeschluss ist der 20.09.2014.

**Die Gewinner werden unter allen Teilnehmern gelost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.*

Wir verlosen einen VIP-Tisch für zehn Frauen bei Olivia's Wilden Jungs.



Termin: Freitag, 26. September
Uhrzeit: 22 bis 23 Uhr

Das Paket beinhaltet:

Tischreservierung (10 Personen, 1h) | 2 Fl. Olivia Jones Secco
1 x Private Strip am Tisch

IMPRESSUM:

Herausgeber:
WKM Wiener Kontor Marketing und Verlag GmbH
Jarrestraße 80 | 22303 Hamburg

Geschäftsführung: Daniela N. Barth, Ilona Lütje

Fon: +49.40.69 64 64 70 | Fax: +49.40.69 64 64 729
witc@wiener-kontor.de | www.wiener-kontor.de

Redaktion: Ilona Lütje (vi.S.d.P.), Anna Trine Berndt-David, Constanze Köpp, Jennifer Meyer, Katja Schormann, Gion Tödter (online)

Anzeigenvertrieb & Marketingberatung: Daniela N. Barth (Ltg.), Gesa Elstermann, Robin Becker, Denise Delewski, Malú Schmidt-Carstens, Saskia Zielke

Kreation: Janine Schreuer, Lucia Küch

Litho: Jasmin Duszynski, www.jasminduszynski.de

Druck: Lehmann Offsetdruck GmbH, Norderstedt

Auflage: 25.000

Vertrieb: Eye Catcher, Hamburg



Website:
www.witc-magazin.de

Facebook:
www.facebook.com/womaninthecity.hamburg

Twitter:
www.twitter.com/WomanInHamburg

woman in the city erscheint zweimonatlich und wird kostenlos an 350 Orten rund um die Alster verteilt. Ein Abo kostet 18 Euro.

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben die Meinung des Verfassers, nicht unbedingt die der Redaktion wieder. Die Zeitschrift, alle in ihr enthaltenen Abbildungen und Beiträge sowie vom Verlag gestaltete Anzeigen sind urheberrechtlich geschützt. Abdrucke, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages. Eine Veröffentlichungsgarantie kann nicht gegeben werden. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos wird keine Haftung übernommen.

Ihre optimale Versicherungslösung

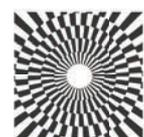


- Darstellung und Umsetzung moderner Versicherungskonzepte für den Mittelstand
- Maßgeschneiderte Lösungen für Industrie, Handel und Gewerbe in Kombination mit zeitgemäßem Risk-Management-Methoden
- Jahrzehntelange Erfahrung in der Lösung individueller Probleme durch stets neue verbesserte Versicherungsdeckungen
- Weltweite Betreuung mit landesübergreifenden Konzeptionen



“ Wir garantieren Ihnen beste
Betreuung, wir halten unser
Leistungsversprechen. Dr. Peter Marx ”

HVM - Hamburger Versicherungsmakler GmbH
Geschäftsführer Dr. Peter Marx
ABC-Straße 45 · 20354 Hamburg
Tel. +49 40 411115 12 · Fax +49 40 411115 312
hvm@artus-gruppe.com · www.artus.ag/hvm



Verband
Deutscher
Versicherungs-
Makler e.V.

WASSERWELT SAUNAWELT WELLNESSWELT FITNESSWELT



TÜRKISCHE TRÄUME ZU ZWEIT

Traditionell wird Ihr Körper mit einem sanften Peeling gereinigt, anschließend folgt eine Ganzkörperwaschung mit viel Schaum.

ca. 1 Std. 15 Min.
p.P. 52,- €

FAMILIEN HAMAM

Genießen Sie gemeinsam mit Ihren Kindern ein einmaliges Erlebnis und erleben Sie ein Märchen aus 1001 Nacht im türkischen Hamam.

2 Erw. & 1 Kind
119,- €

(jedes weitere Kind 20,- €
inkl. Nutzung der Wasser- und Saunawelt)

