

UDO LINDENBERG HAMBURG BLEIBT COOL!

KEINER KOMMT,
ALLE MACHEN MIT

DAS NICHT- FESTIVAL DES JAHRES
AM 12. MAI

VERLEGT AUF 31.10.2020

neals

AND FRIENDS SHOWCASE

PRESENTED BY

MC EVENTMANAGEMENT

EINSIEDELSTRASSE 6
KULTURWERFT GOLLAN - LÜBECK

SA 31.10.2020

MOIN MOIN,



Moin Moin, wir erleben in diesen Tagen, wie das öffentliche Leben in einer atemberaubenden Geschwindigkeit von hundert auf null heruntergefahren wird. Die Corona-Krise ist eine große Herausforderung für uns alle, jedoch werden uns Solidarität und Zusammenhalt helfen, diese schwere Krise zu meistern. Natürlich sind auch wir von der aktuellen Entwicklung betroffen – es gibt keine Konzertierte für die nahe Zukunft, Kinos sind geschlossen, auf Besuche in Bars und Restaurants müsst ihr verzichten und sportlich könnt ihr euch nicht in eurem Fitness-Studio betätigen. Letzteres bieten euch Holmes Place und der Verein Aktive Freizeit (VAF) online an, damit ihr nicht ganz aus der Übung kommt. Macht es euch zu Hause gemütlich, lest ein gutes Buch oder schaut einen spannenden Film - Tipps dazu gibt es in dieser April/Mai Ausgabe. Damit ihr nicht ganz auf Kultur verzichten müsst, schaut gern auf Piste.de/Hamburg, Facebook oder Instagram vorbei. Wir zeigen euch, wo ihr aktuelle Konzerte, Theater, Musicals und vieles mehr streamen könnt. Wie immer freuen wir uns über ein Feedback, wünschen euch viel Spaß beim Lesen und macht das Beste aus dieser schwierigen Zeit.

Bleibt gespannt. Bleibt neugierig. Bleibt gesund!

Euer

Gideon Schier

Besucht uns auch auf

Piste.de/Hamburg

Facebook.com/PISTEHamburg

Instagram.com/Piste_Hamburg

INSTACITY/#instapistehh

supported by



Die PISTE erscheint am 30. jeden Monats und wird über den verlags-eigenen piste-Vertrieb verteilt. Anzeigen- und Redaktionsschluss ist jeweils der 12. eines Monats. Die Veröffentlichung von Veranstaltungsterminen erfolgt kostenlos und ohne Gewähr. Vom Verlag gestaltete Anzeigen sind urheberrechtlich geschützt. Fotos, die Veranstaltungshinweise illustrieren, können nur frei abgedruckt werden; der Verlag setzt bei Eingang voraus, dass alle Honorarfragen vom Veranstalter bereits geklärt sind. Für den Verbleib von unverlangt eingesandten Manuskripten, PR-Material, Bargeld etc. wird keine Haftung übernommen. Nachdruck von Anzeigen und Redaktion nur mit Genehmigung des Verlages. Die Urheberrechte für Annoncen, Entwürfe, Fotos, Vorlagen sowie der gesamten grafischen Gestaltung bleiben beim Verlag und dürfen nur mit ausdrücklicher Genehmigung weiterverwendet werden. Keine Gewähr für die Vollständigkeit und Richtigkeit der Angaben. Bei allen Gewinnspielen ist der Rechtsweg ausgeschlossen. Ablauf des Gewinnspiels bis 30. des Ausgabemonats. PISTE ist Mitglied im Verbund der kostenlosen Stadt- und Programm-Magazine.

CITY NEWS

Aktuell004

LIFESTYLE

Maler Rico 010

Planetarium 015

LIFESTYLE

SPORT & FITNESS

Pauline Staneker Osterspünge 016

Sachen für zu Hause 018

KULTUR

Konzerte020

Festivals022

Comedy024

Multimedia026

Literatur028

AUF DER PISTE

INSTACITY 030

IMPRESSUM

Das Stadt- und Szenemagazin für den gesamten Norden mit den Standorten in Lübeck, Hamburg, Schwerin, Rostock und Neubrandenburg-Greifswald. PISTE ist eine geschützte Marke und wird im Franchising herausgegeben durch: media consult Michael Hasemann e.K.

HERAUSGEBER / VERLAG

Gideon Schier (GS)
Le Fonque UG (haftungsbeschränkt)
Vogt-Kölln-Straße 2F
22527 Hamburg
Tel. +49 40 60 940 396-0
Fax +49 40 84 70 71 32

HRB: 145059, Amtsgericht
Geschäftsführung: Gideon Schier (GS)

REDAKTIONSLEITUNG

Heike Bargheer (HB) | redaktion@lefonque.de

WERBEMANAGEMENT

Gideon Schier (GS) | marketing@lefonque.de

REDAKTEURE / AUTOREN

Mike Hasemann (MH), Jan Weber (JW), Marwin Krug (MK), Enno Friese (EF), Sebastian Heit (SH),

LAYOUT

Grafik: Kilian Spengler (KS)

FOTOGRAFEN

Patrick Franck (PF)
Peter Detje (PD)

TERMINE

termine@lefonque.de

DRUCK

Dräger+Wullenwever print+media Lübeck
GmbH & Co. KG

DISTRIBUTION

BUDNI Handels- und Service GmbH & Co. KG
Werbe- & Kommunikationsservice
Wandsbeker Königstraße 62
22041 Hamburg
Tel. +49 40 682 79-2325
www.budni.de

cartelX Promotion GmbH & Co. KG
www.cartelx.de,
Tel. +49 40 39 90 27 71

VERMARKTUNG

City Mags Verlagsgesellschaft mbH
Varrentrappstraße 53
60486 Frankfurt / Main
Tel. +49 69 97 95 17 10

DER DUSCHBUS FÜR OBDACHLOSE

Auf der Straße zu leben bedeutet, zu überleben. Man muss klarkommen mit Kälte, Hunger und Geldsorgen. Der erste Hamburger Duschbus für Obdachlose fährt dorthin, wo gerade Duschen gebraucht werden. Vor Ort erhalten die Obdachlosen neben einem Handtuch alle nötigen Pflegeprodukte sowie frische Unterwäsche. Das Feedback der Gäste ist durchweg positiv. Vor allem das Vorzelt wird als sehr wichtig empfunden. Es bietet neben einem Schutz vor Witterungen auch Raum zum Ankommen und für Gespräche. Ein entscheidendes Merkmal für den bisherigen Erfolg des Projekts ist nach Angaben von GoBanyo vor allem die

Mobilität. Man sei dort, wo die Menschen einen bräuchten. An vier Tagen in der Woche können Obdachlose den Duschbus für jeweils fünf Stunden an drei festen Standorten nutzen. Momentan ist die Nutzung an fünf Tagen in der Woche ausschließlich auf dem Harald-Stender-Platz in Kombination mit dem Bäderland möglich. Offiziell gibt es in Hamburg etwa 2000 Obdachlose.

gobanyo.org



S.O.S. – SAVE OUR SOUNDS

Musikclubs üben einen bedeutenden Einfluss auf die Kultur einer Stadt aus und leisten damit einen wichtigen Beitrag zur Erlebbarkeit und Progressivität. Hamburg profitiert von seiner lebendigen und vielseitigen Musikclub-Szene, die es zu schützen und zu fördern gilt. Die gemeinnützige „Stiftung zur Stärkung privater Musikbühnen Hamburg“, kurz Clubstiftung, wurde im Jahr 2010 gemeinsam mit

der Stadt Hamburg und dem Clubkombinat Hamburg e.V. ins Leben gerufen, um die musikalische Attraktivität der Stadt zu sichern und für sinnvolle Investitionen die Liquidität zur Verfügung zu stellen. Stifterin ist die Freie und Hansestadt Hamburg. Ziel der Stiftung ist es, mit Fördermodellen die erheblichen Kosten für Hamburger Musikclubs abzumildern.

: CLUBKOMBINAT HAMBURG e.V.

Als die Corona-Pandemie Mitte März die Hamburger Clublandschaft abrupt stoppte, reagierten das Clubkombinat Hamburg und die Clubstiftung umgehend: Zur Rettung der notleidenden Live-Clubs und VeranstalterInnen wurde die Kampagne S.O.S. – Save Our Sounds ins Leben gerufen. Weitere Unterstützung gibt es nun von der Freien und Hansestadt Hamburg, die über die Behörde für Kultur und Medien 1,5 Millionen Euro Soforthilfe für Hamburgs Musikclubs zur Verfügung stellt. Die staatliche Förderung sind das Ergebnis

einer Bedarfsschätzung der Stiftung zur Stärkung privater Musikbühnen Hamburg, kurz-Clubstiftung. Die Soforthilfe soll den Musikclubs ermöglichen, trotz der anhaltenden Schließungen die laufenden Kosten wie Miete, Strom und Auslagen für Kurzarbeitergeld bezahlen zu können. Zur Abwicklung des Programms wurde ein Verfahren entwickelt, das schnelle und unbürokratische Hilfe ermöglicht.

clubkombinat.de

#bleibzuhause

GUTE LEUTE FABBRIK

MENSCH HAMBURG

Hamburg

KULTUR trotz Corona

Behörde für Kultur und Medien

KEINER KOMMT ALLE MACHEN MIT

THE BEATLES, ABBA, BILLIE EILISH, DIE ÄRZTE, GREEN DAY, ENNO BUNGER, ED SHEERAN, JOHANNES OERDING, FOO FIGHTERS, DEICHKIND, THEES UHLMANN, ROLLING STONES, DAVID GUETTA, GLORIA, TONBANDGERÄT, PETE DOHERTY, BOSSE, DJ MAD, ERASURE, KETTICAR, REVOLVERHELD, MADSEN, RITA ORA, DIE STERNE, OLLI SCHULZ, DISARSTAR, PROVINZ, COLDPLAY, PHIL COLLINS, RAGE AGAINST THE MACHINE, ROBIN SCHULZ, SELIG, BLUR, ARND ZEIGLER, GUNS N' ROSES, CHER, TOBIAS SCHLEGL U.A.

KOMMEN NICHT ABER DU KANNST HELFEN

SOLIDARITÄTS-NICHT-FESTIVAL #KKAMM

HAMBURG

22€ SPENDE

12. MAI 2020

FÜR DIE HAMBURGER KULTUR AN MENSCH E. V.

Spenden und Tickets: www.keinerkommt.de

Radio Hamburg

MOR GEN POST

W

RIZ

Biomburger

DIE ZEIT

ZWIER

STARK!

WELT AM SONNTAG

ANTENNE

SZENE

SpendenTickets über Reservix.de

VISDP: Mensch Hamburg e.V.

„KEINER KOMMT, ALLE MACHEN MIT“

Die Corona-Krise bedroht die Existenz unzähliger Kulturbetriebe und freischaffender KünstlerInnen. Ein von MenschHHamburg e.V. initiiertes Solidaritätsfestival soll zum Überleben der Hamburger Kulturbetriebe, aber auch einzelner Kulturschaffender beitragen. Die Einnahmen aus dieser Aktion werden von MenschHHamburg e.V. zu gleichen Teilen an die privaten Hamburger Theater- und Musikbühnen, an die Hamburger Filmwirtschaft, an die Hamburger Clubs und an freie Kulturschaffende verteilt. Über reservix.de können ab jetzt Tickets bestellt werden.

ROCKCITY HAMBURG E.V. RUFT ZU SPENDEN FÜR HAMBURGS MUSIKERINNEN AUF! #MUSICSUPPORTHH

Die Auswirkungen des Corona-Virus treffen die freie Musikszene hart. Seit dem Veranstaltungsverbot im ganzen Land stehen MusikerInnen, KomponistInnen, ProduzentInnen, TechnikerInnen, VeranstalterInnen, TänzerInnen, Bands, Ensembles und DJs vor dem finanziellen Nichts. Als Interessenvertretung der freien Hamburger Musikszene handelt RockCity und baut aktuell einen Soforthilfefonds auf, der sich ausschließlich aus Spenden zusammensetzen wird. Ziel ist es, unbürokratisch und niedrigschwellig diejenigen zu helfen, die von ihrer Musik leben und jetzt direkt vor dem finanziellen Aus stehen. Alle eingehenden Spenden gehen zu 100 Prozent an MusikerInnen, die aufgrund des Corona-Virus in eine existenzielle Not-situation geraten sind, die die HCS (Hamburger Corona Soforthilfe) nicht auffangen kann. Die Spendenkampagne läuft unter dem Slogan Support your local musician! #musicsupportHH

Hier geht's zur RockCity-Spendenseite: www.rockcity.de/spenden

In Zusammenarbeit mit Wizard wurde ein RockCity-Merchandise-Shop aufgebaut, über den ihr ab sofort Produkte aus Hamburg erwerben könnt und gleichzeitig den RockCity-Soforthilfefonds für MusikerInnen unterstützt. 7 Euro / 10 Euro fließen beim Kauf eines T-Shirts / Hoodies direkt in den RockCity-Spendentopf.

Hier geht's zum Shop: www.rockcity.wizard.gmbh



#gotodinner

Soforthilfe für dein Lieblingsrestaurant – aber anders! Die aktuelle Lage ist für alle ungewohnt. Unsere Lieblingslokale trifft das besonders hart denn ohne Gäste keine Zukunft. Mit der Aktion #gotodinner könnt ihr sofort helfen und unterstützt unbürokratisch und transparent. Wie funktioniert #gotodinner?

Hier ein Auszug der Restaurants:

Apples Restaurant & Bar Fischereihafen
 Restaurant Kowalke
 Au Quai
 Hafen-Club Hamburg
 Casa Di Roma
 Jellyfish
 Clouds
 Kinfelts Kitchen & Wine
 coast by east coast
 Miles Bar
 enoteca
 Siebzehn84
 Cornelia Poletto
 Pane e Tulipani
 Dal Fabbro Positano
 Osteria
 Die Bank Möller's Anker
 Dim Sum Haus
 Strauchs Falco
 East Restaurant
 Deck 7 Süllberg
 Restaurant Engel
 Was wir wirklich Lieben -
 Kraftwerk
 Favoloso
 Sushi Lounge & Bar X

1. Preisvorteil!

Du kaufst einen Gutschein für Euro 85,- und erhältst einen Gutschein im Wert von Euro 100,- (Ersparnis 15%)

2. Kein Verlustrisiko!

Falls das Restaurant den verkauften Gutschein z.B. aufgrund von Insolvenz nicht mehr einlösen kann, erhältst du ein Wein-/Spirituosen-Paket im Wert von Euro 85,-. Du gehst also nie leer aus!

3. Non-Profit-Initiative!

#gotodinner wurde als Gemeinschaftsinitiative gegründet und unterstützt die Hamburger Gastronomie. Alle zwei Wochen erhält der Gastronom die Erträge seiner bisher verkauften Restaurantgutscheine überwiesen

Wer steht hinter #gotodinner?

#gotodinner ist eine Initiative der OPIUM-Herausgeber Christian Dunger und Gunnar Henke (Bildmitte) gemeinsam mit Karlheinz Hauser (Süllberg, Hamburg), Cornelia Poletto (Poletto, Hamburg), Tarik Rose (Restaurant Engel, Hamburg) und Holger Bodendorf (Landhaus Stricker, Sylt) zum Erhalt der kulinarischen Vielfalt in der Metropolregion Hamburg.

Unterstütze jetzt Dein Lieblingsrestaurant und kaufe einen Restaurant-Gutschein für dich, deine Familie & Freunde!

Weitere Informationen unter: gotodinner.de

**DELINSKI HOME**

Mit "delinski Home" geht delinski gegen die aktuelle, massive Krise in der Gastronomie in Deutschland vor. Ab sofort lassen sich Take-away und Lieferung von Restaurants über delinski buchen. Den KundInnen wird ein Anreiz von bis zu 30% Rabatt geboten – delinski selbst verzichtet dabei auf die Vermittlungsprovision. Die Reservierungsplattform delinski, die für reduzierte Preise in Top Restaurants bekannt ist, hat sich daher entschlossen, "delinski Home" in München, Hamburg, Frankfurt und Stuttgart zu launchen. Seit Dienstag, 24. März kann unter www.delinski.com/home Essen zur Abholung oder zur Lieferung nach Hause bestellt werden.

delinski.com

HAMBURGER TAFEL E.V.

Die Tafel Hamburg beliefert weiterhin mit großem Einsatz die geöffneten Ausgabestellen in der Stadt mit fertig gepackten Lebensmitteltüten. Mehrere tausend gepackte Tüten liegen im Lager, die in den kommenden Tagen verteilt werden. Als erfahrene „Soziallogistiker“ hat die Hamburger Tafel einen genauen Überblick, wann mit dem Packen wieder begonnen werden muss, damit der Nachschub nicht abreißt. Besonderen Grund zur Freude gab es, als die Beiersdorf AG 13 Paletten mit Körperpflegemitteln für die Bedürftigen lieferte. Dringend gebraucht werden jedoch Desinfektionsmittel, um eine einwandfreie Hygiene sicherzustellen. Hilfe erhält die Tafel derzeit von jüngeren Helfern sowie dem Arbeiter Samariter Bund (ASB), da viele ehrenamtliche Helfer vorerst freigestellt wurden, da sie der Risikogruppe angehören.

hamburger-tafel.de



FAHRSPASS AUS DER STECKDOSE!



BMW i3
57,- / Tag
100 km frei

Werbung der STARCAR GmbH, Verwaltung, Süderstr. 282, 20537 HH

Jetzt den neuen BMW i3
bei STARCAR günstig mieten:
0180/55 44 555*

* (Festnetz 14 ct/min, Mobilfunk max. 42 ct/min)

STARCAR
Autovermietung

SENFEIER FÜR DEN GUTEN ZWECK

DAS EMPIRE RIVERSIDE HOTEL UNTERSTÜTZT

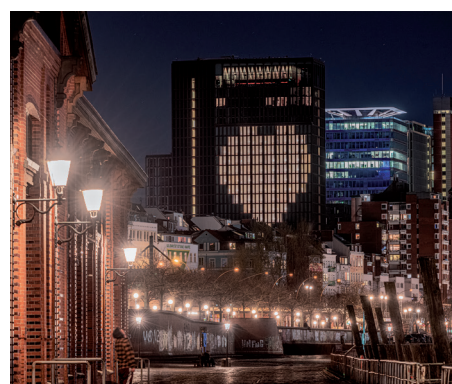
Aus etwa 2.700 frischen Hühnereiern, die für das Frühstücksbuffet des Hotels vorgesehen waren, bereiteten die Mitarbeiter gekochte Eier mit insgesamt rund 150 Litern Senfsoße und 40 Kilogramm Salzkartoffeln zu. Bereits seit vielen Jahren unterstützt das Empire Riverside Hotel die Einrichtung auf St. Pauli regelmäßig mit Essens- und Sachspenden. Das Café mit Herz auf St. Pauli unterstützt arme, arbeits- und obdachlose Menschen und bietet ihnen eine

soziale Anlaufstelle, die bei Behördengängen behilflich ist, eine kostenlose ärztliche Versorgung bietet und täglich Verköstigung durch Spenden und die Hamburger Tafel bereitstellen kann. Mit bis zu 40 ehrenamtlichen Helfern werden in herzlicher Atmosphäre persönliche Hilfestellungen in Krisensituationen und vertrauliche soziale Beratungen für alle Gäste angeboten.



DANKE

Ein Licht im Dunkeln: Das Empire Riverside Hotel beleuchtet seine Fassaden mit einem großen Herz- und einem Smiley-Motiv. Das Lifestyle- und Design-Hotel möchte auf diesem Wege für eine kleine Aufmunterung während der Corona-Krise sorgen und gleichzeitig allen Personen in systemrelevanten Berufen seine Dankbarkeit ausdrücken. Die Lichtbilder werden die kommenden Abende und Nächte, die Ost- und West-Fassade des Gebäudes zieren.



FREIHEIT ...

... mit neuen Prothesen von Carepoint.

Prothetik,
die hilft.

© Bild: www.tokoro.de

Innovative Technik für eine perfekte Passform!

Moderne Prothesen sind inzwischen in vielen Fällen High-Tech-Medizinprodukte. Wir sind im Bereich Prothetik spezialisiert und bieten Ihnen eine individuelle Versorgung nach Maß. Mehr zur Prothetik auf: www.carepoint.eu oder rufen Sie uns an unter: 040 4116109-0.

Denn Care heißt bei uns helfen.

Hamburg-Eppendorf Carepoint Zentrale im Spectrum am UKE
Martinistraße 64 • 20251 Hamburg • Telefon: 040 4116109-0 • www.carepoint.eu

SEIT ÜBER
60 JAHREN
VERSORGER DES UKE

carepoint

Sanitätshaus
Orthopädietechnik

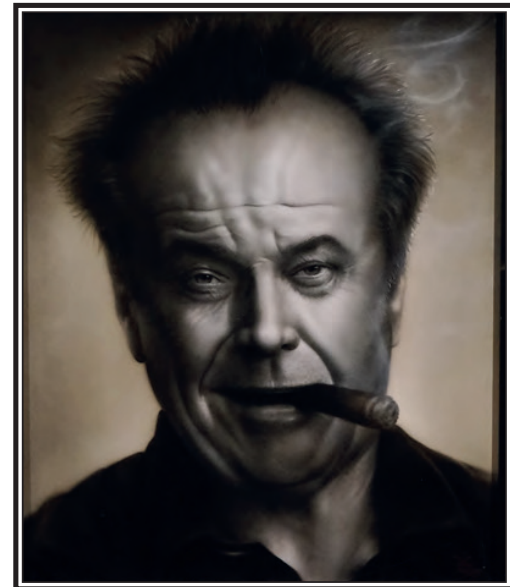
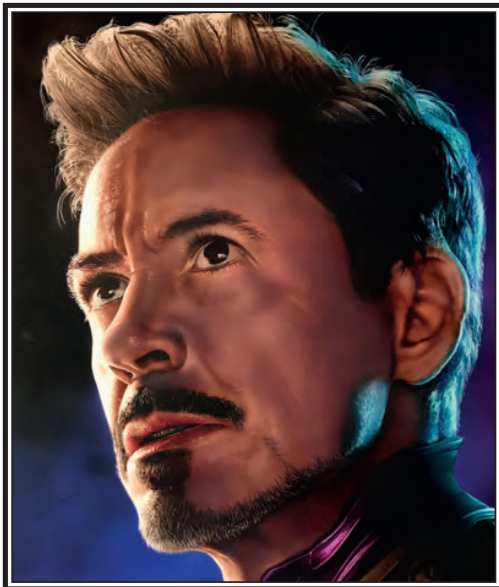
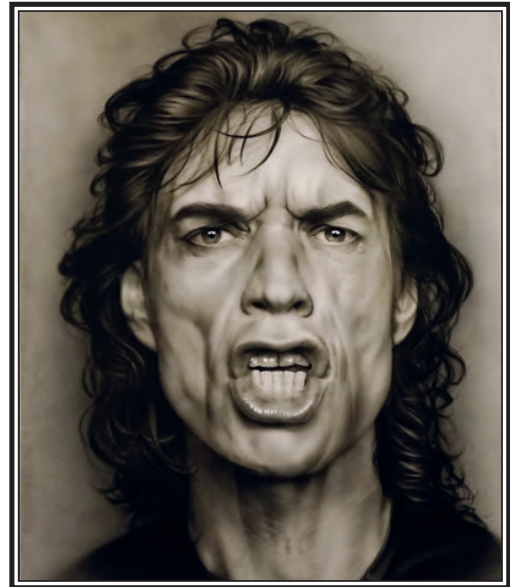
LIFESTYLE

SPORT & FITNESS | FREIZEIT

90 JAHRE PLANETARIUM HAMBURG

UND 12. FEBRUER: STADTPARK OPEN AIR





Hallo Ihr Lieben. Mein Name ist Enrico (aka Rico) Schinkel. Der Typ vom „ehemaligen“ Crossover Tattoo Studio in Rostock.

Viele von euch werden mich wahrscheinlich noch in „schmerzlicher“ Erinnerung behalten haben, durch die vielen aufregenden Stunden unter meiner Nadel. Es war eine wilde und laute Zeit. Ich möchte mich bei all meinen ehemaligen und auch den mir treu gebliebenen Kunden rechtherzlich bedanken, für die geile Zeit, die ich mit euch verbringen durfte.

Vor 13 Jahren hat es mich nach Norwegen verschlagen, wo ich immernoch meiner Tätowierlaufbahn treu bin. Durch die vorübergehende Bepausung meines Shops durch die uns allen betreffende Pandemie, bekam ich unfreiwillig mehr Zeit mich meinem anderen Hobby zu widmen. Der Malerei. Hier zu sehen eine klei-

ne Sammlung meiner letzten Werke. Lasst euch in dieser schweren Zeit nicht die Decke auf den Kopp fallen und behaltet eure Nerven. Haltet die Ohren steif.

In Udo Lindbergs Worten: “Keine Panik, Leute!”

Euer Rico XO



P.S. Ich bin auf Facebook und Insta unter meinem Namen anzutreffen. Vielleicht schaut ihr auch mal bei einem meiner Livestreams vorbei, wenn ihr ein wenig Abwechslung benötigt: www.facebook.com/lockdown-artfactory



SAISONSTART IM GARTEN

Wenn die Temperaturen langsam steigen, kommt die schönste Jahreszeit für Gartenbesitzer. Endlich kann man die Spuren des Winters beseitigen. Der angehäuften Laubhaufen kann entsorgt und die Gartenmöbel können aus dem Winterquartier herausgeholt werden. Schneeglöckchen und Krokusse bringen die ersten Farbtupfer in den Garten und bieten Bienen und Hummeln Nahrung in der noch kalten Jahreszeit. Wer möchte, kann sich ab Ende März zusätzlich mit bunten Frühblühern wie Stiefmütterchen, Primeln und Osterglocken den Frühling in den Garten holen. Je nach Temperatur ist jetzt die richtige Zeit um Rosen, Beeren und Obstbäume zu düngen. Bevor der erste Austrieb kommt, sollten Rosen geschnitten werden. Auch der Rasen freut sich über Dünger, bevor er gelüftet oder vertikutiert wird. Wer im Sommer ernten will, kann auch schon mit der Aussaat von Kräutern und Gemüse beginnen. Salat, Kohlrabi, Gurke und Tomaten können in der Küche auf dem Fensterbrett in praktischen Zimmergewächshäusern vorgezogen werden. Diese Gewächshäuser gibt es in vielen verschiedenen Formen und Farben im Baumarkt. Möhren, Radieschen oder Kartoffeln können, sobald es frostfrei ist, direkt ins Freibeet gesät werden. Bei der Aussaat der Kräuter geht es nach persönlichem Geschmack - die Vielfalt ist groß.

Um alle notwendigen Arbeiten im Garten bequem im Überblick zu behalten, nutzen immer mehr Freizeitgärtner einen Gartenplaner. Egal ob selbst gestaltet, mit einer Vorlage aus dem Internet oder aus dem Buchhandel - so behält man die Gartenarbeit immer im Blick.

Auch der Teich freut sich im Frühjahr über eine Kur. Abgestorbene Pflanzenteile, Blätter und Unrat mit dem Kescher entfernen, die Gartenpumpe aus dem Winterquartier holen, säubern und ab ins Wasser, um den Sauerstoffgehalt im nassen Lebensraum wieder auf Normalniveau zu bringen.



Der Rasenmäher sollte nach dem langen Winter ebenfalls fit gemacht werden. Die Messer müssen bei Bedarf gewechselt werden, um optimale Schnitte beim Mähen zu erreichen. Die immer beliebter werdenden Rasenmäherroboter können jetzt ebenfalls aus dem Winterschlaf geholt werden. Ladestation prüfen, das Akku sollte vor der ersten Benutzung ausreichend geladen werden. Auch hier empfiehlt es sich, die Messer zu überprüfen. Um lange Freude an den „Rasen-Robis“ zu haben, sollte zudem der Begrenzungsdraht überprüft werden und natürlich der Rasen von Unrat befreit werden.



Bienenfreundliche Gärten liegen im Trend

Immer mehr Gartenfreunde wollen nicht nur einen gepflegten Garten, sondern auch eine bienenfreundliche Oase. Doch wie kann man beides in Einklang bringen? Gepflegter Rasen und trotzdem viele Insekten, Bienen und Hummeln im Rückzugsort? Man kann statt des Rasens eine Blumenwiese anlegen. Die Wiese bleibt im Gegensatz zu gemähten Flächen am gleichen Platz und die Blumen können jedes Jahr erneut blühen. Auf Terrassen und Balkonen lassen sich Blumenkästen oder Blumenkübel in ein Bienenparadies verwandeln. Dazu eignen sich Ringelblumen, Löwenmäulchen, Lavendel oder spezielle Wildblumenmischungen, die es im Gartenschfachmarkt und in der Gartenabteilung der Baumärkte gibt.



Kräuter im Garten oder auf dem Balkon sind nicht nur ein Hingucker, sondern eine tolle Ergänzung für die Küche. Aus Petersilie, Dill und Schnittlauch lässt sich der Klassiker, die Kräuterbutter selbst herstellen. Basilikum für Tomate Mozzarella oder Rosmarin für wohlschmeckende Rosmarin-Kartoffeln gehören heutzutage in fast jedes gute Kräuterbeet. Minze verfeinert den fruchtigen Cocktail beim Grillen am Abend auf der Terrasse.



Bevor es soweit ist und der erste Grillabend mit Freunden, der Familie oder den Nachbarn gelingt, sollten vorher natürlich die Terrassenmöbel herausgeholt und mit einem Kärcher gereinigt werden. Dann steht der Grillparty und natürlich dem Frühling im eigenen Garten nichts mehr im Wege.

BACK DOCH MAL WIEDER...

Hat der Rhabarber Saison, werden Kuchen in allen Variationen gebacken. Unsere Leserin Theresa hat uns dieses leckere Rezept geschickt:



SAFTIGER RHABARBERKUCHEN MIT KNUSPRIGER MANDELHAUBE

Zutaten:

400 g Rhabarber (ca. 4 Stangen)

20 g Zucker

Für den Teig:

200 g Zucker

75 g Butter

1 Päckchen Vanillezucker

3 Eier

150 g Joghurt

280 g Mehl

1 Päckchen Backpulver

Für die Mandelhaube:

50 g Butter

50 g Zucker

2 Esslöffel Milch

50 g Mandelblättchen

Puderzucker zum Bestäuben

Springform 26 cm

- Backofen auf 170 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Springformboden mit Backpapier auslegen und den Rand einfetten.
- Rhabarber waschen, putzen und in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Mit Zucker vermengen und an die Seite stellen.
- Für den Teig Butter, Zucker und Vanillezucker cremig rühren. Die Eier einzeln unterrühren, dann den Joghurt dazu rühren. Mehl und Backpulver mischen und hinzugeben und alles zu einem glatten Teig verrühren.
- Die Hälfte des Teiges in die Springform füllen und die Hälfte des Rhabarbers darauf verteilen. Den restlichen Teig darüber geben und mit dem übrigen Rhabarber bedecken. Den Kuchen im vorgeheizten Ofen 30 Minuten backen.
- Für die Mandelhaube Butter, Zucker und Milch in einen Topf geben und unter ständigem Rühren aufkochen lassen. Die Mandeln unterrühren und den Topf vom Herd nehmen.
- Die Mandelmasse nach der Backzeit über dem Kuchen verteilen und weitere 15-20 Minuten backen. Den Kuchen aus dem Ofen nehmen und vollständig auskühlen lassen.
- Danach den Kuchen aus der Springform lösen und zum Servieren mit Puderzucker bestäuben.

Ihr habt ein Rezept für einen leckeren Erdbeerkuchen? Dann schickt euer Rezept bis zum 15. Mai an: redaktion@lefonque.de



WILDWUCHS BRAUT NATÜRLICH – HAMBURGS ERSTE BIOBRAUEREI

Seit der Gründung 2014 produziert das Hamburger Brauwerk alle seine Biere aus rein biologischen Zutaten und ist seit 2017 nach europäischen Richtlinien bio-zertifiziert. Als einziges Hamburger Bier aus kontrolliertem Anbau, legen die Wildwuchs-Brauer besonderen Wert auf die Qualität der Rohstoffe und die einzelnen Verarbeitungsschritte. Im neuen Online-Shop gibt es immer wieder Aktionen, wie gerade jetzt zu Ostern oder stellt euch eine Mischkiste mit euren Lieblingsbieren zusammen. Ab einer Kiste ist der Versand innerhalb Hamburgs versandkostenfrei.

wildwuchs-brauerei.de



WEINGUT BATHYÁNY PRÄSENTIERT EXKLUSIVE WEINE UND HONIG MIT TRADITION

Auf dem kleinen Boutique-Weingut Batthyány, an der Grenze zu Ungarn, entstehen seit 2017 unvergleichliche Weine, die nichts mit herkömmlichen Massenerzeugnissen zu tun haben. In einem der traditionsreichsten Weinbaugebiete der Welt, dem österreichischen Burgenland, gedeihen auf gerade einmal 3,5 Hektar erlesene Trauben,

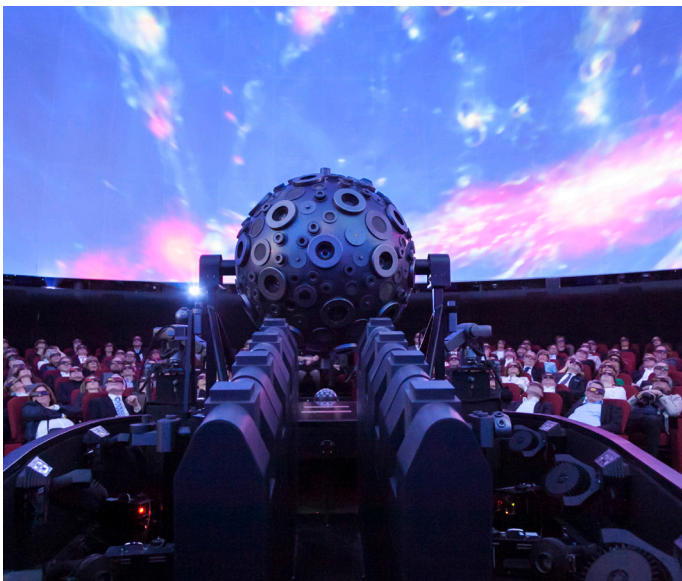
aus denen mittels modernster biodynamischer Erkenntnisse und mit großer Geduld moderne Spitzenweine kreiert werden. Doch nicht nur ausgewählte Traubensorten sind in den ökologisch bewirtschafteten Weingärten zuhause, sondern auch Bienen, die einzigartigen Honig produzieren.

weingut-batthyany.at

90 JAHRE PLANETARIUM HAMBURG

Am 30. April 1930 wurde das Planetarium Hamburg im ehemaligen Winterhuder Wasserturm eröffnet. Als „Kreuzfahrtschiff der Sinne“ bietet es einmalige audiovisuelle Eindrücke und erklärt die großen Zusammenhänge unserer Erde mit dem Kosmos. Dank seiner herausragenden technischen Ausstattung, können die Besucher die Sterne und Planeten buchstäblich „zum Greifen nah“ erleben und in kosmische Licht- und Klangräume eintauchen. Ein Rundum-Erlebnis, das jährlich über 300.000 Besucher anzieht und das Sternentheater zum bestbesuchten Planetarium im deutschsprachigen Raum macht.

planetarium-hamburg.de



BLICKFANG LIVE - ZUHAUSE BLEIBEN. GUTES DESIGN ENTDECKEN.

10. BIS 13. APRIL | WWW.BLICKFANG.LIVE

Designmesse blickfang geht neue Wege und veranstaltet für Designer und Besucher eine virtuelle Messe. Am Freitag, 10. April wird die Website www.blickfang.live live gehen und damit „eröffnen“. Mit dabei sind

mehr als 200 Aussteller aus Europa. Sie nehmen die Besucher mit Bildern, Texten, Videos, Live-Chats und Live-Streams mit in ihre Ateliers und Werkstätten. Sie stellen sich und ihre Produkte vor und erlauben einen Blick hinter die Kulissen. Wie auch bei der blickfang gilt: Die Designer selbst sind persönlich eingebunden

und stehen Rede und Antwort. Wer ein Lieblingsstück gefunden hat, kann natürlich auch eine Bestellung aufgeben - entweder über die eingebundenen Onlineshops oder per Email. Einige Aussteller bieten dazu Aktionen wie kostenfreien Versand oder Sonderkonditionen an..

Zuhause bleiben.

**Gutes Design
entdecken.**

10. bis 13. April
www.blickfang.live

KursStart!

Sport- und Gesundheitskurse
für Kinder und Erwachsene

Studio für gesunde Fitness
inkl. 25 m-Schwimmbad und Sauna

Probetraining
Telefon 040-890 60 150

Bertrand-Russell-Straße 4 · 22761 Hamburg
Telefon 040-8906010 · www.vafev.de

VAF
Verein Aktive Freizeit e.V.

OSTERSPRÜNGE

WER IST EIGENTLICH PAULINE STANEKER?



Pauline Staneke ist eine ehemalige professionelle Tänzerin, Personal Trainerin und Ernährungskoach. Sie studierte Tanz (Bachelor of Arts) und Fitnessökonomie (Bachelor of Arts). Ihre Mission

ist es, Menschen Bewegung und Ernährung näher zu bringen und Ihnen zu helfen, beides in Ihren Alltag zu integrieren.

Moin Moin,

die überschüssigen Pfunde von Weihnachten bist du los geworden? Jetzt naht schon die nächste Attacke auf unsere schlanke Linie, Ostern. Aber weißt du was, ich habe da eine Idee. Lassen wir uns doch vom Osterhasen inspirieren, Let's jump! Hast du schon einmal was von High Intensity Interval Training, kurz HIIT Training gehört? Bei der Trainingsmethode HIIT wechselt sich immer ein hochintensiver Aktiv-Slot mit moderaten Phasen bzw. Pausen ab. Perfekt also, um ein paar Sprünge in den Trainingsplan einzubauen. Das tolle bei einem HIIT- Zirkel ist, dass du in derselben Zeitspanne deutlich mehr Körperfett als beim moderaten Fitnesstraining verbrennst. Außerdem wird der Stoffwechsel kräftig angeregt. Um nach dem Training wieder in den Normalzustand zu kommen, muss dein

Körper dann sogar noch extra viel Energieaufwenden. Dies nennt man den Nachbrenneffekt. Das heißt, dass noch bis zu 48 Stunden nach deinem Training (je nach Intensität der Intervalle) dein Energieumsatz erhöht ist. Dadurch hast du mittelfristig positive Auswirkungen auf deinen Körperfettanteil. Außerdem verbesserst du deine Ausdauer. Krieere dir deinen eigenen HIIT-Zirkel mit 3-5 Übungen und mach davon, je nach Fitnesslevel, 3-4 Runden. Mache immer im Wechsel eine gesprungene Übung, wie zum Beispiel den Hampelmann oder die Sprünge über den Step (siehe unten) und eine moderate Übung wie Kniebeugen, Ausfallschritt, Planke etc. Ein HIIT- Zirkel ist immer und überall möglich, also keine Ausreden! Auf die Plätze, fertig, JUMP!

SPRÜNGE ÜBER DEN STEP

Was trainiert wird: Dies ist eine Übung für den ganzen Körper und sehr gut geeignet für ein HIIT Zirkel.

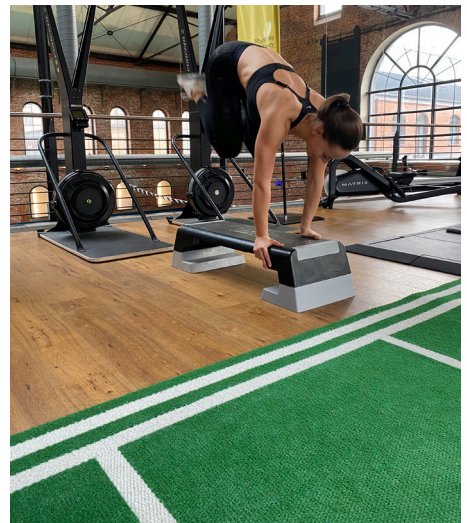
Wie viele: 30-60 Sekunden x 3-4 Runden (je nach Fitnesslevel)



Die Startposition ist rechts oder links neben dem Step. Ellbogen sind leicht gebeugt und die Brust ist zwischen den Armen. Das solltest du während der gesamten Übung beibehalten.



Nun drückst du dich mit beiden Füßen ab und springst über den Step auf die andere Seite. Zieh dabei die Knie zur Brust und mach dich ganz klein.



Du landest wie du gestartet bist, auf beiden Füßen, Ellbogen leicht gebeugt und Brust zwischen den Armen. Versuche nun ohne Pause von Seite zu Seite zu springen.

Du möchtest noch mehr sportliche Inspiration? Folge mir doch einfach auf Instagram [@paulista_fit](#) unterhalte so jeden Tag neue Übungen und Trainingstipps.

Du kannst dich einfach nicht selbst motivieren und möchtest gerne Personal Training ausprobieren? Schick mir eine Email oder eine Nachricht auf Instagram.

[@paulista_fit](#)

paulinestaneke@web.de

HOLMES PLACE GEHT MIT KURSEN ONLINE



Seit dem 27. März bietet Holmes Place in ihrer App "On Demand" Kurse an, um Mitgliedern und Nicht-Mitgliedern die Möglichkeit zu bieten fit zu bleiben und Zuhause die Zeit zu verschönern. Kostenfrei besteht für Mitglieder außerdem die Möglichkeit, an Live Classes teilzunehmen. Diese Kurse werden mit Zoom abgehalten, hierfür wird entweder die Zoom-App oder ein Computer mit einem der gängigen Browser benötigt. Für Nicht-Mitglieder ist die Teilnahme möglich, sie müssen jedoch, abhängig vom Kurs, zwischen sechs und 12 Euro zahlen um an der Live Class teilzunehmen.

<https://www.holmesplace.com/de/de/blog/fitness/wir-gehen-mit-unseren-kursen-online>

MIT DEM VEREIN AKTIVE FREIZEIT E.V. (VAF) WEITERHIN FIT BLEIBEN!



Sport und Bewegung sorgen im Frühling für eine tolle Figur und ein positives Körpergefühl. Auf Youtube stellt der VAF ein Trainingsprogramm für Zuhause vor - das Programm reicht von Spannung bis Entspannung und bietet für jeden das Passende.

Hometraining-Videos:

Pilates mit Maxi: <https://youtu.be/b-HoBKb3iqg>

Yolates mit Sophia: https://youtu.be/V63_U9bBRWA

Pilates 2 mit Maxi: <https://youtu.be/9R3wFa68iA0>

Bauch-Beine-Rücken-Po mit Alisa: <https://youtu.be/6UeoZuiGM8Y>

Studio für gesunde Fitness:

Trainingsplan in drei Levels: [Trainingsplan](#)

Studio Partner-Workout mit Marie und Jörg: <https://youtu.be/snxB02bIti0>

Home Workout mit Nic: <https://youtu.be/XXy10xsPfdw>

Bleibt gesund und aktiv!

vafev.de

SACHEN für zu Hause

Na? Spülmaschinen-Tetris durchgespielt? Netflix leergeguckt und Disney+ noch nicht angefangen? Es gibt tatsächlich einiges, was man bei der derzeit verordneten Zu-Hause-Bleib-Challenge mit der ganzen Freizeit anfangen kann, ohne die Couch allzusehr zu beanspruchen. Einiges davon kennt man schon – andere Sachen fangen jetzt an, Konjunktur zu haben.

Es galt lange Zeit als der spießige Gegenentwurf zum „Um-die-Häuser-Ziehen“: der Spieleabend mit Freunden. Heute würde man liebend gern einen Abend mit Monopoly oder Risiko durchstehen. Geht aber aus Gründen nicht. Aber dafür gibt es einige Spiele, die man mit dem Home-Office-Equipment ganz gut auch an unterschiedlichen Gegenden und doch zusammen spielen kann. Was spricht denn gegen **Facetime-Kniffel**? Fünf Würfel hat jeder zu Hause und die Würfel kann man sehr gut auch per Handykamera dokumentieren. **Stadt-Land-Fluss** geht auch perfekt, wenn man nicht nebeneinander sitzt. Das Abgucken wird sogar noch schwerer.

Wer keine Lust auf Menschen am Abend hat, kann sich auch mal an ein **großes Puzzle** machen. Je

nach Motiv und Teile-Anzahl kann man so schon mal den einen oder anderen Abend herumbekommen, ohne das Streaming-Angebot lertzugucken. Oder man liest einfach ganz altmodisch einfach ein **Buch** – weiten, da liegt noch der eine oder andere Schmöker seit ein paar Geburtstagen herum? Viele Buchhändler oder die Stadtbibliothek bieten außerdem gerade **günstige eBook-Flatrates** oder Hörbücher an.

A propos Buchhändler: Was derzeit sehr stark im Kommen ist, ist der hashtag **#supportyourlocals**. Viele Dinge muss man nicht von weit weg liefern lassen: Auch wenn viele Läden derzeit geschlossen sind, arbeiten da immer noch Menschen. Bei fast allen Geschäften, Unternehmen oder Dienstleistern kann man auch derzeit Produkte erwerben

EINE SELTSAME SITUATION: VIELE MENSCHEN SIND DERZEIT TAGSÜBER ZU HAUSE. EIN PAAR TIPPS GEGEN LANGEWEILE

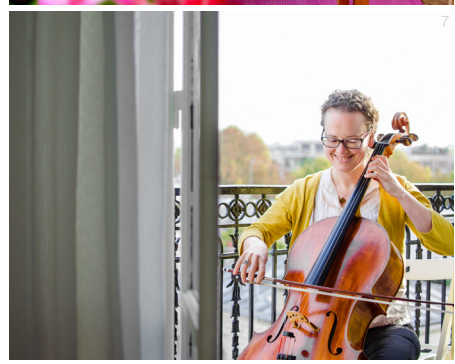
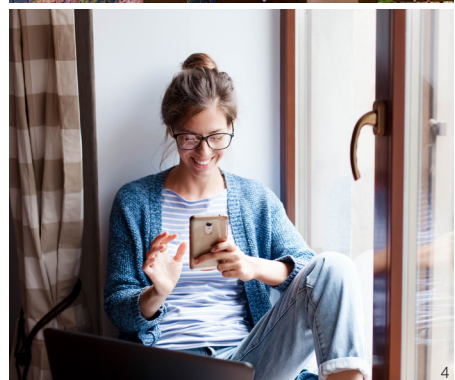
– heute vielleicht wichtiger als in normalen Zeiten. Denn vielen fällt das komplette Frühjahrsgeschäft weg. Wer mag, kann sich auch jetzt schon **Gutscheine** für künftige Freuden kaufen – das hält Geld in der Region und die Unternehmen über Wasser. Die Selbstständigen – Musiker, Fotografen, Veranstalter – brauchen Anzahlungen für künftige Aufträge heute mehr als sonst. Unter **luebeck-liefert.de** haben wir Angebote gesammelt.

Jetzt ist auch die Zeit, um lange geplante Projekte endlich in Angriff zu nehmen. Warum nicht einmal eine **neue Sprache** lernen? Aktuell haben viele Sprachlern-Apps besonders günstige Kennenlernen-Angebote für die Daheimbleiber. Und mit den Sprachen kann man sich auf die nächsten Reisen gleich doppelt freuen. Man könnte auch die

eingerosteten Musikkennnisse wieder auffrischen. Oder ein **neues Instrument** lernen. Gerade für Anfänger gibt es Tutorials zu Hauf – und wenn man Freude gefunden hat, kann man das sicher in der Zukunft bei echten Lehrern vertiefen.

Und wer die neu gewonnenen Fähigkeiten anwenden möchte: **Abendkonzerte** am offenen Fenster oder dem Balkon sind derzeit auch stark im Kommen. Mehrere Menschen gemeinsam oder auch allein: Ein Fünf-Minuten-Konzert sorgt für heitere Stimmung in der ganzen Gegend. Und wenn man das regelmäßig betreibt, übt das und vielleicht machen andere Menschen mit.

Man kann natürlich auch ganz normale Dinge machen: Frühjahrsputz, Balkon bepflanzen, sich mit den Menschen in der Wohnung unterhalten.



KULTUR

KONZERTE | COMEDY | MULTIMEDIA | LITERATUR



DIETER THOMAS KUHN & BAND

11. UND 12. SEPTEMBER | STADTPARK OPEN AIR

3 DOORS DOWN THE BETTER LIFE- 2020TH ANNIVERSARY TOUR

17. JUNI | STADTPARK OPEN AIR



Ihr Song „Kryptonite“ startete wie eine Rakete und schoss 3 Doors Down ins Universum der Rockstars. Der Kracher stammt vom Albumdebüt „The Better Life“ aus dem Jahr 2000, das allein in den USA sechsfach mit Platin ausgezeichnet wurde. 3 Doors Down existierten bereits seit 1996, doch Musik war mehr eine Hobbybeschäftigung für die Jungs. Aber auch für den guten Zweck setzt sich die Band ein: Die von ihnen initiierte Wohltätigkeitsorganisation „The Better Life Foundation“ hat inzwischen knapp drei Millionen Dollar Spendengelder für unterschiedliche Kinderhilfsorganisationen entlang des Mississippi gesammelt.

stadtparkopenair.de

THE BASEBALLS

28. OKTOBER | DOCKS



The Baseballs are back! Vielleicht waren sie aber auch nie wirklich weg, sind sie doch für ihr 2017er Jubiläumsalbum „The Sun Sessions“ gute 2,5 Jahre von Moskau bis Singapur unterwegs gewesen. Zurzeit arbeiten sie mit Hochdruck am verflixten siebten Album „Hot Shots“. Ganz eindeutig hatte das Trio mit ihren charmanten Coverversionen aktueller Hits, ihrer Show und nicht zuletzt ihrem einzigartigen Satzgesang einen Nerv getroffen und bewiesen: gerade im digitalen Zeitalter gibt es umso mehr Bedarf nach Rock'n'Roll und schweißtreibenden, energiegeladenen Livekonzerten!

docks-prinzenbar.de

THE DANDY WARHOLS

07. JUNI | MOJO CLUB



1994 wurden The Dandy Warhols in Portland, Oregon im Schatten der dämmerigen Jahre der Grunge-Szene gegründet. Mit der Vorherrschaft des Brit-Pop auf der anderen Seite des Teichs und Einflüssen die vom Garagenrock der 1960er Jahre bis zum Shoegaze der 80er/90er Jahre reichten, begannen The Dandy Warhols eine Karriere, die über einen Zeitraum von 25 Jahren zur Veröffentlichung von zehn Studioalben, zwei Compilation-Alben und 27 Singles führen sollte.

mojo.de

LENNY KRAVITZ - SUPERSTAR AUF WELTTOURNEE!

26. JUNI | BARCLAYCARD ARENA



Lenny Kravitz gilt als einer der herausragendsten Rockmusiker unserer Zeit. Der Schriftsteller, Produzent und Multi-Instrumentalist hat in seiner 20-jährigen Karriere vier Mal in Folge einen der begehrten Grammy® Awards gewonnen und damit einen Rekord für die meisten Gewinne in der Kategorie „Best Male Rock Vocal Performance“ aufgestellt. Er wurde unter anderem durch seinen unverwechselbaren Retro-Sound erfolgreich; eigentlich im Rock zuhause, komponiert er seine Melodien mit Soul und Funk – und spielt auf seinen Alben jedes Instrument selbst ein.

barclaycard-arena.de

ONE REPUBLIC

24. OKTOBER | BARCLAYCARD ARENA



Die sympathischen US-Amerikaner kehren mit einem neuen Album zurück. „Human“ soll noch dieses Jahr erscheinen. Die drei Vorabsingles „Wanted“, „Somebody to Love“ und „Rescue Me“ geben bereits einen kleinen Vorgeschmack auf eines der Alben des Jahres. Die nun angekündigte Herbsttournee folgt einer Reihe von intimeren Konzerten im März 2020, unter anderem einer Show im Kölner Palladium, die in wenigen Minuten restlos ausverkauft war.

barclaycard-arena.de

HINDS

10. SEPTEMBER | MOLOTOW CLUB



Wenn der NME, Pitchfork, DIY, The Guardian, Black Keys Drummer Patrick Carney und Primal Scream Frontmann Bobby Gillespie sich einig sind, dass das aus Madrid stammende Quartett zum Aufregendsten gehört, das der Indie Rock derzeit zu bieten hat, sollte man genauer hinhören. In der Tat nehmen Hinds mit ihren direkten Songs, ihrem rohen Sound und ihrer emotionalen Offenheit jedes Publikum innerhalb weniger Minuten im Sturm ein. Mit ihrer brandneuen Single „Riding Solo“ geben sie einen Vorgeschmack auf ihr drittes Album „The Prettiest Curse“, das am 05. Juni erscheint.

molotowclub.de



DEICHBRAND FESTIVAL

16. BIS 19. JULI | SEEFLUGHAFEN CUXHAVEN

Für Festivalbesucher, die besonderen Wert auf Umweltschutz legen, ist das Green-Camping- Angebot zu empfehlen. Um auf dem entsprechenden Camp zu zelten, meldet euch vorab online an. Die Registrierung ist kostenlos und erfolgt einzeln pro Person. Da kein eigenständiges Green Camp Ticket erforderlich ist, benötigt ihr lediglich ein Festivalticket und eine Green Camp Anmeldung! Das Green Camp öffnet bereits schon ab Mittwoch, 15. Juli um 15 Uhr die Tore zum Campingbereich. Eine Frühreise ist auf allen Camps außer Womo Watt, Womo Green, Camp North und dem Comfort Village möglich.

www.deichbrand.de

THE IRISH FOLK FESTIVAL

14. NOVEMBER | FABRIK

„Come as a visitor – leave as a friend“. Diese Philosophie steht hinter der Metamorphose, die den Käufer einer Konzertkarte zum Freund werden lässt. Das Irish Folk Festival ist mehr als nur ein Konzert. Es ist eine Community. Die Besucher kommen nicht nur, weil sie spannende Musik hören werden. Sie kommen, weil sie an den Festivalabenden auch Gleichgesinnte treffen, mit denen sie sich austauschen können. Durch das Festival sind viele Freundschaften entstanden. Zwischen Musikern und Fans, Musikern und Musikern, den Machern des Festivals und den Fans, aber auch zwischen Fans und Fans. Man wird ein Teil einer ganz feinen Community und sieht sich nicht nur einmal im Jahr beim Festival, sondern auch über das Jahr.

www.deichbrand.de



stilbruch

DEIN SECONDHAND KAUFHAUS

FINDE DEINEN SCHATZ!



© Flamingo Images & © Viktor // stock.adobe.com

ALTONA · WANDSBEK · HARBURG

STILBRUCH.DE

DIETER THOMAS KUHN & BAND

11. UND 12. SEPTEMBER | STADTPARK OPEN AIR

Nach der Tour ist vor der Tour, das gilt auch für Dieter Thomas Kuhn & Band! Dieter Thomas Kuhn & Band-Konzerte bringen Menschen zusammen, die nettesten und verrücktesten Menschen der Welt. Jedes Kuhn-Konzert bringt Farbe in die Städte. Schon der Anfahrtsweg zur Konzertlocation ist ein farbenfrohes Happening. Da wird jede U-Bahn zum Schlagerchor! Aber bei DTK geht es nicht um Schlager im herkömmlichen Sinn, hier wird Schlager neu interpretiert. Hier geht es um die schönsten Schlager für ein Publikum, das sonst nichts mit Schlager am Hut hat!

stadtparkopenair.de



HELGE SCHNEIDER

24. JULI | STADTPARK OPEN AIR

Wenn die Anderen schon mit einem Bein im Wohnzimmer vor dem Fernsehapparat sich eine Flasche Bier zurechtrücken, um Fußball oder Donna Leon zu gucken, räumt der rubinrote Höllenstorch seine Garage aus und seine Orgel in den Anhänger! »Rente? Kenn ich nicht!« Der 65-jährige (sieht aus wie 12!) mit dem Gehirn eines Gorillas rastet förmlich aus, wenn er auf seine „wohlverdiente Ruhe“ nach unzähligen Konzertreisen angesprochen wird! Es gibt auf unserer Erde keinen Superstar, der so außergewöhnlich belesen ist wie Helge Schneider! »Ich lese alles! Ob Wein, ob Äpfel. Und zwischendurch mal „Schleifspuren auf dem Teppich“, mein Lieblingsbuch! Das reicht, um mich am heutigen Billiardstandard zu messen!«

stadtparkopenair.de



PAUL PANZER MIDLIFE CRISES... WILLKOMMEN AUF DER DUNKLEN SEITE

09. MAI | BARCLAYCARD ARENA

Das Leben ist kein Ponyhof – das scheint allgemein bekannt zu sein. Was die „goldene Mitte“ jedoch für uns alle bereit hält, damit konnte auch Paul Panzer nicht rechnen. Sind die Kinder erst erwachsen und die Frau auf Weltreise, heißt es auch für Paul – Kleiner Mann was nun? In der Krise seines Lebens führt Paul Panzer auf seiner emotionalen Geisterbahnfahrt durch das Tal der Tränen, durch das jeder einmal muss... und dabei bleibt kein Auge trocken vor Lachen – versprochen!

barclaycard-arena.de



DIE GROSSE COMEDY-GALA

14. AUGUST | STADTPARK OPEN AIR

Das gab es noch nie: Die großen Comedystars aus dem Schmidt-Theater werden sich im Stadtpark erstmals eine gemeinsame Bühne teilen. Wolfgang Trepper führt auf dem Stadtpark Open Air durch einen wahnwitzigen Abend der Superlative. Im Gepäck hat er seine „Bühneneltern“ Emmi & Willnowsky, eines der besten Comedy-Duos Deutschlands. Zudem wird auch Bernd Stelter, Deutschlands Comedy-Urgestein, in den Stadtpark kommen, sowie auch die großartigen Don Clarke und Benni Stark. Schon jetzt ist klar: Ohne Lachfalten gehthier niemand nach Hause!

stadtparkopenair.de

DER UNGLAUBLICHE HULK

AB 03. APRIL

Der komplette Serienklassiker - basierend auf den Marvel Comics von Stan Lee und Jack Kirby Während eines Experiments in seinem Labor wird Wissenschaftler Dr. Banner radioaktiv verstrahlt und verwandelt sich bei Wutanfällen in ein grünes Monster mit unglaublichen Kräften. Der „Hulk“ zerstört alles, was sich ihm in den Weg stellt. Um sein gefährliches Alter Ego wieder loszuwerden, reist Banner quer durch die USA, immer auf der Suche nach einem Heilmittel. Der gewissenlose Reporter Jack McGee, der mit allen Mitteln hinter das Geheimnis des „Hulk“ kommen will, ist ihm jedoch dicht auf den Fersen.

- Die komplette Serie (5 Staffeln) in High Definition auf 16 Blu-rays
- Mit „Mr. Universum“ Lou Ferrigno
- Über 70 Stunden Laufzeit!



THE INFORMER

AB 24. APRIL

Die Welt des ehrenhaft entlassenen Ex- Soldaten Pete Koslow wird eines Tages völlig auf den Kopf gestellt, nachdem er versuchte, seine Frau zu beschützen, wird Koslow wegen Mordes verurteilt und inhaftiert. Für eine vorzeitige Entlassung geht er einen Deal mit dem FBI ein: Koslow arbeitet als Informant, um den berüchtigtsten Gangsterboss New Yorks und Kopf der polnischen Drogenmafia, den sogenannten „General“, zu Fall zu bringen. Alles ist detailliert geplant, doch als die verdeckte Operation schief läuft und ein Polizist getötet wird, lassen ihn seine Auftraggeber im Stich und Koslow steht plötzlich im Kreuzfeuer sowohl der Gangster als auch des FBI. Der einzige Weg, um aus der Sache herauszukommen: Er muss für den „General“ erneut in den Knast gehen und von dort aus einen Drogendeal einfädeln. Spätestens als dieser fehlschlägt, weiß Koslow nicht mehr, wem er noch trauen kann.



SPIDES- BERLIN IST ERST DER ANFANG STAFFEL 1

AB 27. APRIL

Die deutsche Hauptstadt wird zum Schauplatz einer düsteren Verschwörung : Nora (Rosabell Laurenti Sellers, "Game of Thrones"), eine junge Frau aus Berlin, erwacht nach der Einnahme der Partydroge „Blis“, aus dem Koma. An ihr früheres Leben hat sie keine Erinnerung mehr. Die Ermittler David Leonhart (Falk Hentschel) und Nique Navar (Florence Kasumba) gehen der Spur der geheimnisvollen Droge nach und finden eine Verbindung zu zahlreichen vermissten Teenagern. Nach und nach wird Nora bewusst, was mit ihr passiert, und sie beginnt eine unglaubliche Verschwörung aufzudecken: Aliens versuchen mit der synthetischen Droge, Menschen zu infiltrieren und deren Körper als Wirt zu benutzen. Je näher Nora der Wahrheit kommt, desto mehr gerät ihr eigenes, dunkles Geheimnis ans Licht. Denn sie selbst ist der Schlüssel zur Invasion, die sie zu bekämpfen versucht. DVD & Blu-ray Veröffentlichung am 27. April 2020



COBAIN

AB 26. APRIL

Cobain hat's nicht leicht: Nicht nur, dass seine Mutter ihn gedankenlos nach einem Typen benannt hat, der sich eine Kugel in den Kopf geschossen hat. Auch sonst hat Mia als Mutter komplett versagt. Zwar liebt sie ihren „kleinen Mann“, ist auf ihre unvergleichliche Art liebenswert verrückt und cool drauf, aber durch ihre Drogenexzesse gerät sie immer wieder außer Kontrolle. Als sie erneut schwanger wird, obwohl sie schon für Cobain nicht sorgt, der mit seinen 15 Jahren im Kinderheim lebt, hält Cobain trotz allem zu ihr. Sie soll aber nun endlich Verantwortung für sich und das ungeborene Baby übernehmen. Cobain sucht Zuflucht bei Wickmayer, einem Zuhälter, der junge Prostituierte beschäftigt. In dem Cobain die Frauen in ihrem Alltag unterstützt und mit ihnen flirtet, wächst er zu einem jungen Mann heran. Eines Tages steht die hochschwangere Mia vor der Tür. „Sie ist es nicht wert. Eines Tages liegt sie tot im Straßengraben“, so Wickmayers Urteil. Aber Cobain braucht keinen mehr, der ihm sagt, was richtig ist. Nur er kann Mia und sein zukünftiges Brüderchen retten. Also trifft er eine radikale Entscheidung.



ARETHA FRANKLIN AMAZING GRACE

AB 03. APRIL

1972 steht Aretha Franklin im Zenit ihrer Karriere. Doch nach 20 Studioalben inklusive elf Nummer-eins-Hits beschließt die Queen of Soul zu ihren musikalischen Wurzeln zurückzukehren: In der Missionary Baptist Church in Watts, Los Angeles, gibt sie zusammen mit dem Southern California Community Choir und der Gospellegende Reverend James Cleveland ein Konzert und lässt einen Mitschnitt für das Album aufnehmen. Das Ergebnis „Amazing Grace“ ist bis heute das meistverkaufte Gospelalbum aller Zeiten.

Festgehalten wurde das Konzert von einem Filmteam unter der Regie von Sydney Pollack. Aufgrund technischer und juristischer Schwierigkeiten wurden die Aufnahmen jedoch nie öffentlich gezeigt. Erst jetzt, 47 Jahre später, erstrahlt der Film in seiner ganzen Schönheit. AMAZING GRACE ist mehr als ein Konzertfilm. Er ist die Manifestation eines der größten Talente des 20. Jahrhunderts, ein Erlebnis purer Soul-Energie, ein mitreißender musikalischer Gottesdienst und ein faszinierendes Zeitdokument. Noch nie hat man die begnadete Sängerin Aretha Franklin so hautnah, so konzentriert und voller Demut erlebt. Ein einmaliges Kinoerlebnis!



A RAINY DAY IN NEW YORK

AB 23. APRIL

Mit seiner College-Liebe Ashleigh (Elle Fanning) plant Gatsby (Timothée Chalamet) ein romantisches Wochenende in New York. Ashleigh soll für die College-Zeitung den berühmten Regisseur Roland Pollard (Liev Schreiber) interviewen, in der verbleibenden Zeit möchte Gatsby ihr seine Stadt zeigen. Doch Ashleigh wird von Roland Pollard nach dem Interview zu einem Screening seines neuesten Films eingeladen. Während sie mit ihm, seinem Drehbuchautor Ted Davidoff (Jude Law) und dem gefeierten Filmstar Francisco Vega (Diego Luna) von einer unerwarteten Situation in die nächste schlittert, muss sie Gatsby immer wieder trösten.

Auf sich allein gestellt lässt dieser sich im Regen durch die Straßen New Yorks treiben. Und trifft dabei nicht nur auf Chan (Selena Gomez), die schlagfertige jüngere Schwester seiner Ex-Freundin, er hat auch ein Gespräch mit seiner Mutter (Cherry Jones), das für ihn alles verändert. So ist am Ende eines regnerischen Tages für beide, Gatsby und Ashleigh, nichts mehr so, wie sie es zuvor erwartet hatten.

SAŠA STANIŠIĆ HERKUNFT

HERKUNFT ist ein Buch über den ersten Zufall unserer Biografie: irgendwo geboren werden. Und was danach kommt. HERKUNFT ist ein Buch über ein Dorf, in dem nur noch dreizehn Menschen leben, ein Land, das es heute nicht mehr gibt, eine zersplitterte Familie, die meine ist. Es ist ein Buch über die Frage, was zu mir gehört, ein Selbstporträt mit Ahnen. Und ein Scheitern des Selbstporträts. HERKUNFT ist ein Abschied von meiner dementen Großmutter. Während ich Erinnerungen sammle, verliert sie ihre. HERKUNFT ist ein Buch über meine Heimat, in der Erinnerung und der Erfindung. Ein Buch über Sprache und Scham, Ankommen und Zurechtkommen, Glück und Tod. Saša Stanišić lebt und arbeitet in Hamburg.

ISBN 3844533028



SIMONE BUCHHOLZ BLAUE NACHT UNGEKÜRZTE LESUNG MIT SANDRA BORGMANN, VANIDA KARUN, ACHIM BUCH

Weil sie einen Vorgesetzten der Korruption überführt und einem Gangster die Kronjuwelen weggeschossen hat, ist Staatsanwältin Chastity Riley jetzt Opferschutzbeauftragte und damit offiziell kaltgestellt. Privat gibt es auch keinen Trost: Ihr ehemaliger Lieblingskollege setzt vor lauter Midlife-Crisis zum großen Rachefeldzug an, während ihr treuester Verbündeter bei der Kripo knietief im Liebeskummer versinkt. Da ist es fast ein Glück, dass zu jedem Opfer ein Täter gehört. Das Opfer ist ein Mann ohne Namen, der übel zugerichtet in ein Krankenhaus im Hamburger Osten eingeliefert wird. Bei zwei bis acht Bier auf der Krankenstation nennt er ihr schließlich einen Namen. Nicht seinen, aber es ist eine Spur, und die führt nach Leipzig. Dort findet Riley einen Verbündeten und viel zu viele synthetische Drogen. Als ihr klar wird, wer hinter der Sache steckt, sieht sie ihre Chance, endlich einen der ganz großen Fische dingfest zu machen.

ISBN 978-3-86952-375-0



JO SCHÜCK NACKT IM HOTEL

Jo Schück, bekannt als aspekte-Moderator und Kulturjournalist, weiß aus eigener Erfahrung: In der heutigen Zeit, die von gesellschaftlichen Umbrüchen und Globalisierung geprägt ist, in der Sicherheitengesellschaftlich abhanden kommen und klassische Familienstrukturen sich auflösen, gibt es nur eine beständige Bindung: Freundschaft. In seinem ersten Buch spannt Schück den Bogen vom Wesen der Freundschaft über Zeitgeist-Phänomene wie Instagram-Dates und Freundschaft plus bis hin zum gesellschafts-politischen Wert, der Freundschaft heute eingeräumt werden sollte.

Er zitiert Experten aus verschiedenen Disziplinen, bezieht Studien zum Thema ein, grenzt Freundschaft von Liebesbeziehungen und der Familie ab und konstatiert: Vor dem Hintergrund der hohen Scheidungsquote und sich wandelnder Familienkonstellationen gewinnt Freundschaft über den individuellen Bereich hinaus an Bedeutung. „Nackt im Hotel“ ist eine Liebeserklärung an die Freundschaft, unterfüttert mit Kurzgeschichten.

ISBN 978-3-423-23010-0

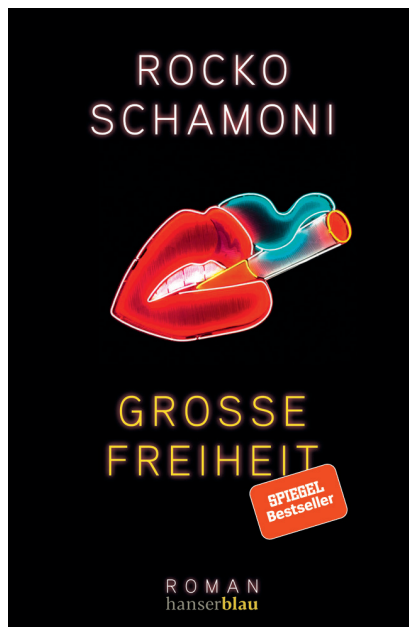


ROCKO SCHAMONI GROSSE FREIHEIT

St. Pauli, 1960: Ein Sehnsuchtsort für Gegenkultur, Kunst, Drogen und freie Sexualität. Als es Wollli Köhler nach Hamburg verschlägt, ist die Welt der Nachkriegsjahre eng und spießig. Der junge Mann aus dem Nirgendwo sucht nach Abenteuer und Freiheit. Und steigt auf zur außergewöhnlichsten Kiezlegende in der Geschichte St. Paulis. Im Lichtermeer des Hamburger Viertels treiben Nacht für Nacht Huren, Freier, Transvestiten, Schläger und Künstler wie die noch völlig unbekannte Band „The Beatles“, aufgeputscht von Drogen und Alkohol, durch die heruntergekommenen Straßen.

Sie alle treibt die Sehnsucht nach einem grenzenlosen Leben. Kultautor Rocko Schamoni ist zurück und erzählt die frühen Jahre von Wolfgang „Wolli“ Köhler als Entwicklungsroman eines Antihelden. Rocko Schamoni, geboren 1966, ist Autor, Entertainer, Musiker, Schauspieler und Bühnenkünstler. Er lebt in Hamburg. Mit seinen Romanbestsellern wie „Dorfpunks“ füllt er Hallen. Lange Jahre betrieb er auf St. Pauli zusammen mit Schorsch Kamerun den legendären „Golden Pudel Club“. Auf dem Kiez lernte Rocko Wolfgang Köhler kennen, sie waren bis zu Wollis Tod befreundet. In vielen Gesprächen erzählte er aus seinem bewegten Leben.

ISBN 978-3-446-26256-0



SIEGHARD WILM ST. PAULI, MEINE FREIHEIT

St. Pauli ist dreckig, laut und herzlich. Der Junge vom Dorf hätte nie geträumt, dort einmal Pastor zu werden. Fromm erzogen, strandet der Gottessucher auf dem Kiez. Dort erlebt er sein Coming Out, findet seine große Liebe und gründet eine Regenbogenfamilie.

Mitten im Rotlicht und Blaulicht wird die St. Pauli Kirche sein Ort für Glaube, Liebe und Hoffnung. Menschen aller sozialen Schichten füllen seine Kirche und spiegeln die Vielfalt des Viertels wieder: Promis, Akademiker, Obdachlose und Prostituierte. Eine fromme und freche Freiheitserklärung. Seit 18 Jahren ist Sieghard Wilm, geboren 1965, Pastor an der St. Pauli-Kirche zwischen Reeperbahn und Landungsbrücken. Vor sechs Jahren wurde Sieghard Wilm schlagartig bundesweit bekannt, als seine Kirche 80 über Lampedusa gekommenen Afrikanern Zuflucht gewährte.

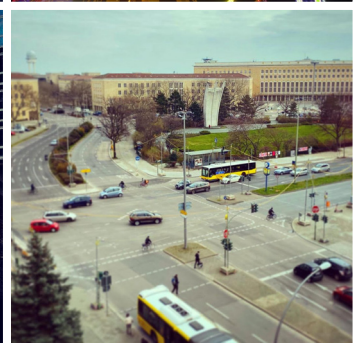
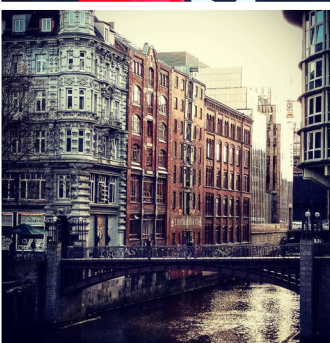
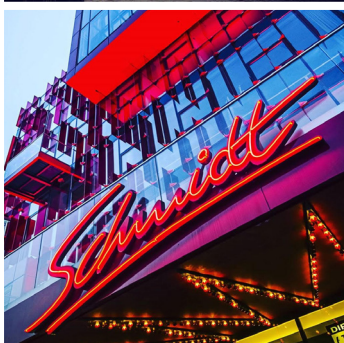
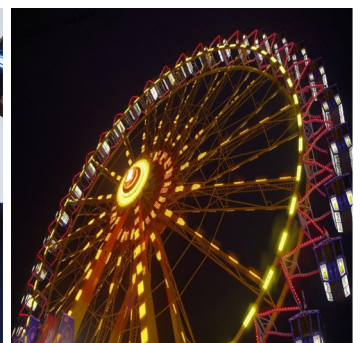
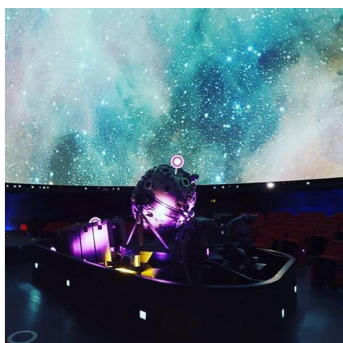
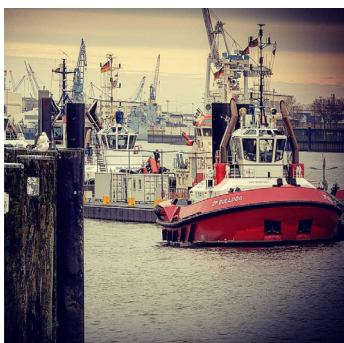
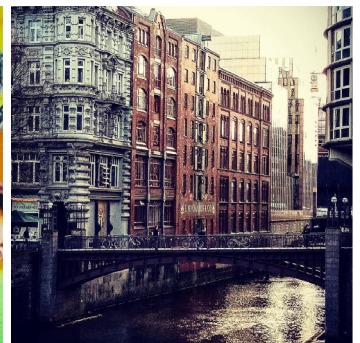
ISBN 978-3-532-62849-2



INSTA CITY

Taggt Eure coolsten Instas mit unserem Hashtag **#instapistehh** und findet Euch hier im Heft wieder!

Vielen Dank an: Achim Espelage, jayfrog, LOLA Kulturzentrum, Juergen Muss, Jennifer McNabb-Berendt





LIEBER
MAXI ALS
NORMAL

MAXI
GSTETTENBAUER

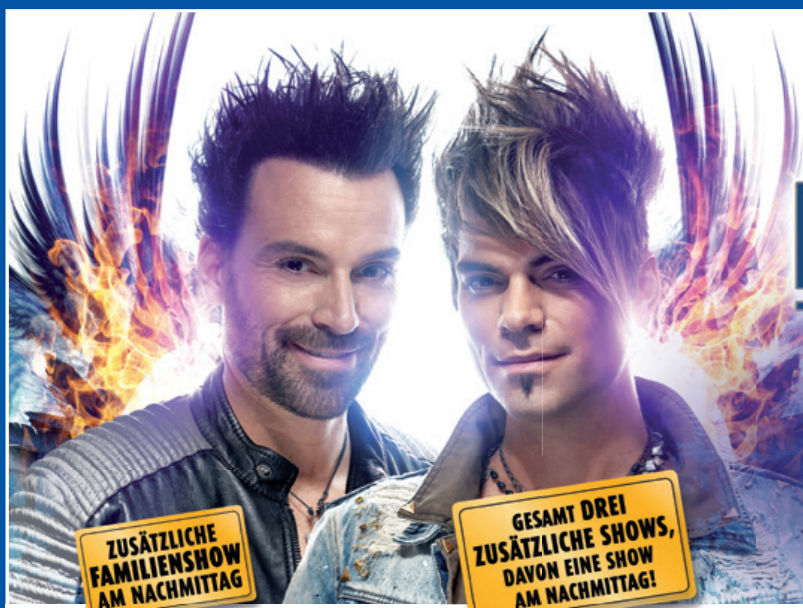
23.04.20 HAMBURG Markthalle

PAUL PANZER

*Midlife
Crisis*



09.05.20 HAMBURG Barclaycard Arena



**EHRlich
BROTHERS**

DREAM & FLY
DIE NEUE MAGIE-SHOW

ZUSÄTZLICHE
FAMILIENSHOW
AM NACHMITTAG

GESAMT DREI
ZUSÄTZLICHE SHOWS,
DAVON EINE SHOW
AM NACHMITTAG!



31.05.20 + 30.+31.01.21 HAMBURG Barclaycard Arena

TICKETS UNTER WWW.S-PROMOTION.DE
sowie an allen bekannten VVK-Stellen TICKETHOTLINE 06073 722-740

25 YEARS
ANNIVERSARY

THE FINAL CHAPTER



Pioneer Dj

alpha

SA 14.11.2020

KULTURWERFT GOLLAN • LÜBECK

Tickets an allen VVK-Stellen | Günstiger Online unter www.pioneeordj-alpha.de