

AUSGABE FÜR MAI 2025

MEER & *Flair*

MAGAZIN FÜR BAD ZWISCHENAHNER UND GÄSTE



WELLENBAD AM MEER

Badespaß mit Wellen
und im Soleaußenbecken



MUSIK IM PARK

Live-Musik auf der
Freilichtbühne im Kurpark



Erleben



Natur



Kultur

Moin in Bad Zwischenahu...

... und viel Spaß mit der aktuellen Ausgabe der Meer & Flair. Wie in den vorherigen Ausgaben wird das Vorwort auch weiterhin durch unsere Kolleginnen und Kollegen verfasst. Dieses Mal geschrieben von unserem **Mitarbeiter Lennart**.

Jetzt ist er wirklich da – der Frühling! Oder ist das schon der erste Hauch von Sommer? Der Mai gehört jedenfalls zu meinen Lieblingsmonaten: Die Tage werden länger, es ist angenehm warm (zumindest so lange meine Dachgeschosswohnung nicht zur Sauna wird), und überall sprießt und blüht es. Beste Voraussetzungen also für Veranstaltungen unter freiem Himmel!

Kurz zu mir: Ich bin Lennart, 26 Jahre alt, und seit 2018 beim Touristik-Service mit an Bord. Nach meiner Ausbildung habe ich einige Jahre in der Veranstaltungsabteilung verbracht und Events wie die Lichternacht, Open Air am Meer oder Musik im Park organisiert. Auch das Weinfest am Meer habe ich damals mit aus der Taufe gehoben – eine Idee, die mir schon länger im Kopf herumswirrte. Heute kümmere ich mich vor allem um unsere Druckprodukte und unsere Social-Media-Kanäle. Wer auf schöne Bilder, Tipps oder spontane Zwischenahner Einblicke steht, ist auf Instagram oder Facebook unter **@badzwischenahn** genau richtig. Kommentieren, liken, Fragen stellen – wir freuen uns, wenn Sie digital mit uns in Kontakt bleiben. Und wer uns noch nicht folgt, tja... hat eben selbst Schuld, oder?

Aber was erwartet Sie in dieser Ausgabe von **Meer & Flair**? Zum Beispiel Musik im Park – Live-Musik unter freiem Himmel, ganz

ohne Eintritt. Mit einem kühlen Getränk in der Hand direkt am Zwischenahner Meer lässt sich der Mai doch wunderbar ausklingen. Und wer nicht so auf kostenlose Live-Musik steht (warum auch immer?), kann ab Mai wieder mit dem Radler-Bingo starten und spielerisch Bad Zwischenahn und das Ammerland per Fahrrad erkunden.

Eine Sache, die zwar nicht ganz in den Mai passt, aber sehr erwähnenswert ist, möchte ich Ihnen noch ans Herz legen: Tanzen, feiern, lachen... alles an einem Wochenende! Direkt unter mir gibt's die Möglichkeit, sich **Tickets für die Open Air Silent Party und das Comedy Open Air** zu sichern.

Noch nie bei einer Silent Party gewesen? Statt Musik aus großen Boxen gibt's Kopfhörer, über die Sie zwischen mehreren Musikkanälen wählen können. Während der eine zu 90ern tanzt, feiert die andere zu Ballermann-Hits und der nächste hört House – alle feiern gemeinsam, und niemand kann sich über die Musik beschweren. Denn jeder entscheidet ja schließlich selbst, welche Musik man hört.

Jetzt lasse ich Sie durch das Magazin stöbern und wünsche viel Spaß mit der neuen Ausgabe von Meer & Flair.

Ihr Lennart Jasken und das gesamte Team des Touristik-Service am Meer



1. Open Air Silent Party am Meer

27. Juni 2025 | Freilichtbühne im Kurpark | ab 20 Uhr



DJ Jamie Loca
House, Electro, Black & RnB



DJ Nils Janssen
80er, 90er, 2000er & Charts



DJ Thi Rex
Malle-Hits & Schlager

1. Bad Zwischenahner Comedy Open Air

28. Juni 2025 | Freilichtbühne im Kurpark | 20 Uhr



Moderator: Thieß Neubert



Der unglaubliche Heinz



Ausbilder Schmidt



Marcelini

Tickets für beide Events unter
www.bad-zwischenahn-touristik.de/tickets



...oder hier
scannen:



Musik im Park 2025

30. Mai bis 1. Juni, Freilichtbühne im Kurpark

Schöner kann ein Monatswechsel kaum stattfinden: Von Mai auf Juni steht an drei aufeinanderfolgenden Tagen im Kurpark am Zwischenahner Meer alles im Zeichen der musikalischen Vielfalt. Insgesamt spielen vier unterschiedliche Künstler und Bands auf der Freilichtbühne im Kurpark und bieten Open-Air-Musik vom allerfeinsten. Da dürfte sich für jeden Geschmack etwas finden lassen. Der Eintritt ist an allen drei Tagen kostenlos. Informationen unter: www.bad-zwischenahn-touristik.de/mip



Mr. Moonlight

Das Festival startet am **Freitag, 30. Mai, um 19.30 Uhr** mit einem echten Highlight. Auf der Bühne stehen an diesem Abend **„Mr. Moonlight“**. Groovige Musik zum Lauschen, Genießen und Mitsingen. Dabei steht das Trio allerdings nicht angewurzelt auf der Bühne und beschallt das Publikum, Mr. Moonlight bleibt während der Auftritte nie nur auf einem Fleck, sondern sorgt auf der ganzen Terrasse für beste Unterhaltung.

aus Rastede auf der Bühne und wird mit seiner großen Leidenschaft für die besten Songs aus den 70er Jahren bis heute das Publikum verzaubern. Neben seiner beeindruckenden Stimme steht bei Jonas Green die Kunst des Coverns im Mittelpunkt.

Ab 16.30 Uhr performen die **„aKUSTIK HELDEN“** auf der Freilichtbühne. Die Band steht für großen Ideen- und Abwechslungsreichtum. Da kann es schon passieren, dass während des Konzerts auf einmal eine Partyhymne zur schnulzigen Ballade uminterpretiert wird oder ein langsames Lied plötzlich richtig groovt.

Immer authentisch und immer anspruchsvoll - so lautet das Motto, wenn **„Buddy & Soul“** die Bühne **ab 19.30 Uhr** betreten. Die beiden Vollblutmusiker sind dabei nicht nur ein kongeniales Duo auf der Bühne, sie schrecken bei ihren Interpretationen bekannter Hits auch nicht vor augenzwinkernden Parodien bekannter Pop- und Rockgrößen zurück.



aKUSTIK HELDEN

Am Sonntag wird das Zwischenahner Meer zur einzigartigen Kulisse für das beliebte **Shanty-Festival**. **Von 11 bis 17 Uhr** erklingt ein bunter Reigen von Shantys, Seemannsliedern, Balladen und schwungvollen Melodien. Es werden wieder verschiedene Shanty-Chöre sowie Seemannschöre vor Ort sein und mit ihren Liedern für die richtige Stimmung sorgen.



Buddy & Soul



Jonas Green



Neues aus der Redaktion

Jens Oeltjendiers-Odion veröffentlicht eigenes Buch

Jeder, der schon einmal die Gästeführung „So schmeckt Bad Zwischenahn“ mitgemacht hat, kennt den Gästeführer Jens Oeltjendiers-Odion. Mit seiner sehr angenehmen und charismatischen Art, gepaart mit einem schier unerschöpflichen Wissen über Bad Zwischenahn, begeistert er Jahr um Jahr hunderte Gäste. Dabei überzeugt er nicht nur mit historischem Fachwissen. Nein, Jens Oeltjendiers-Odion weiß auch mit der ein oder anderen Anekdote zu unterhalten.

Diese Sagen und Geschichten gibt es fortan auch in seinem ersten eigenen Buch nachzulesen. Und so heißt es auch: **„Sagen & Geschichten aus dem Ammerland“**. Insgesamt 100 Geschichten über seine Heimat hat Oeltjendiers-Odion in seinem Buch verewigt. Erschienen ist das Buch im Verlag Edition Falkenberg und für 14,90 Euro im Handel und ab sofort auch in der Tourist-Information, Auf dem Hohen Ufer 24 sowie online unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop erhältlich.

11. Meerlauf startet am 10. Mai

Es geht wieder los: Die Sportsaison in Bad Zwischenahn wird traditionell vom Benefizlauf rund um das Zwischenahner Meer eingeläutet. Im Jahr 2025 startet der Meerlauf am 10. Mai in- zwischen zum 11. Mal. Bis zum heutigen Tag konnte dem Ammerland-Hospiz in Westerstede, zu dessen Gunsten der Lauf veranstaltet wird, die unglaubliche Summe von insgesamt über 100.000 Euro gespendet werden.

Die Neuerungen aus 2024 werden derweil beibehalten und somit startet der Meerlauf auch in diesem Jahr wieder an der Wandelhalle. Dort befindet sich auch das Ziel. Durch die guten räumlichen Verfügbarkeiten und Toiletten vor Ort eignet sich die Wandelhalle als perfekter Sammelpunkt. Interessierte Läufer können sich noch bis **zum 6. Mai auf www.laufmanager.net** für den 11. Meerlauf anmelden. Ver-

einzelte Nachmeldungen sind aber auch noch am Veranstaltungstag bis zwei Stunden vor Beginn möglich. Das Startgeld für den Hauptlauf sowie für die Walker beträgt 15 Euro, für den Bambini-Lauf 3 Euro. Bitte beachten: Erstmals in diesem Jahr werden die vorab bezahlten Startgebühren, bei Nicht-erscheinen am Veranstaltungstag, nicht zurückerstattet. Los geht es um 13 Uhr mit der Startnummernausgabe bei der Wandelhalle, ehe die Teilnehmer für das Nordic-Walking um ca. 15 Uhr auf die Strecke gehen. Kurz darauf folgt der Startschuss für den Bambini-Lauf um 15.20 Uhr. Der eigentliche knapp 12,1 Kilometer lange Hauptlauf beginnt um 16 Uhr. Die Siegerehrungen sind für 18 Uhr geplant. Weitere Informationen zum Meerlauf, zur Anmeldung und zur Überweisung der Startgebühr finden sich online unter:

www.laufmanager.net und **www.meerlauf.de**

Nachhaltigkeit: Bad Zwischenahn putzt sich raus

Ausgerüstet mit Handschuhen, Eimern, Greifern und Warnwesten machte sich eine kleine Gruppe an Menschen auf, um dem heimischen Bad Zwischenahn einen Frühjahrsputz zu beschere-
ren. Die Idee zur Aktion **„Bad Zwischenahn putzt sich raus“** entstand in der aus verschiedenen Unternehmen gegründeten **„Arbeitsgruppe Nachhaltigkeit“** und richtete sich vornehmlich an Personen des öffentlichen Lebens sowie Interessierte in der Gemeinde. „Ich finde die Idee sehr gut, dass auch wir Leistungsträger in Bad Zwischenahn selbst aktiv werden und somit zum Erhalt des guten Erscheinungsbildes Bad Zwischenahns beitragen“, sagt Kurdirektor Dr. Norbert Hemken und fügt an: „Dieser Einladung bin ich sehr gerne gefolgt.“

In kleinen Gruppen machten sich die Teilnehmenden schließlich auf den Weg und sammelten Müll – unter anderem in Rostrup, bei der DLRG Station, der Seggenwiese oder in der Nähe des Wohnmobilstellplatzes bis hin zum Delf. Nach gut zweieinhalbstündiger Arbeit trafen sich alle Gruppen wieder im Kurpark, entledigten sich des gesammelten Mülls und kehrten zum gemeinsamen Abschluss im „Cafe Genuss“ in der Wandelhalle ein. „Positiv überrascht hat uns, wie sauber Bad Zwischenahn grundsätzlich schon ist – was einerseits am vorbildlichen Verhalten unserer Gäste liegt, aber auch der gesamten Gemeinde zu verdanken ist. Dennoch hat diese Aufräumaktion kurz vor Saisonbeginn eine Daseinsberechtigung und sollte einen Weg

in den jährlichen Kalender finden.“, sagte Hemken zufrieden. „Mein Dank gilt an dieser Stelle besonders den Mitgliedern der Arbeitsgruppe Nachhaltigkeit, die diese Aktion hervorragend geplant und organisiert haben. Vielen Dank.“

Die Arbeitsgruppe Nachhaltigkeit ist ein Zusammenschluss mehrerer Personen aus den Bereichen Touristik, Kurbetriebsgesellschaft, Gemeinde Bad Zwischenahn, Park der Gärten, Hotellerie und Gastronomie. Das Ziel der Arbeitsgruppe ist es, das Thema Nachhaltigkeit mit unterschiedlichen Maßnahmen und Aktionen weiter in die Gesellschaft zu tragen und zusätzlich positive Effekte für die Gemeinde zu erzielen.



Neues aus der Redaktion

Radler-Bingo startet in die Saison 2025

Endlich wieder bei bestem Wetter auf das eigene Fahrrad schwingen und durch die wunderschöne Parklandschaft des Ammerlandes radeln. Und damit die Touren immer schön individuell und abwechslungsreich bleiben, bietet sich das vorhandene Knotenpunktsystem perfekt dafür an. Die erreichten Knotenpunkte können dann ab Mai auch wieder beim **Radler-Bingo** in einen digitalen Bingo-Schein eingetragen werden.

So besteht zusätzlich zur sportlichen Aktivität in der Natur die Möglichkeit, etwas zu gewinnen. Denn jeder über Whatsapp eingereichte Bingo-Schein mit mindestens fünf Knotenpunkten nimmt automatisch an einer Bingoziehung teil. Hier können die Teilnehmenden mit etwas Glück tolle Preise rund ums Fahrrad gewinnen. Weitere Informationen zum Radler-Bingo gibt es online unter: **www.radler-bingo.de**

Abnahme Deutsches Sportabzeichen ab Mai möglich

Die ersten Vorbereitungen für die neue Saison haben bereits begonnen. Das Trainer- und Prüfersteam vom Stützpunkt Bad Zwischenahn/Rostrup möchte auch in diesem Jahr wieder viele SportlerInnen aus Bad Zwischenahn und Umgebung motivieren das Sportabzeichen zu erwerben. Auch Urlauber sind herzlich willkommen. Eine Mitgliedschaft in einem Verein ist nicht notwendig. Donnerstags von 17:30 bis 19:30 Uhr steht das ehrenamtliche und kompetente Prüfer- und Trainerteam (Foto) für das Training und die Abnahme der einzelnen Übungen bereit. Zudem erhält jeder Teilnehmer Unterstützung bei der Zusammenstellung der einzelnen Disziplinen aus den Kategorien Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination. Saisonende ist voraussichtlich am 25. September. Das Sportabzeichen richtet sich an Kinder ab 6 Jahren, Jugendliche und Erwachsene ohne Altersgrenze. Infos: **www.deutsches-sportabzeichen.de**



Nich' lang schnacken... Gästeführung machen!

Jetzt buchen!



Alle Infos, Buchung & individuelle Beratung unter



www.bad-zwischenahn-touristik.de/fuehrungen

Auch
für Gruppen
buchbar!

Bad Zwischenahner Touristik GmbH
Unter den Eichen 18
26160 Bad Zwischenahn



Bad Zwischenahn
am Meer

www.bad-zwischenahn-touristik.de
info@bad-zwischenahn-touristik.de
04403 619 159

Im Gespräch mit... Therapeutin Sigrid Höpken

Im Interview mit **Meer & Flair** gewährt die systemische Therapeutin **Sigrid Höpken** einen Einblick in ihren beruflichen Alltag. Darüber hinaus verrät sie, was „Waldbaden“ wirklich bedeutet und welche positiven Effekte es für unsere Gesundheit mitbringt. Waldbadentermine in Bad Zwischenahn starten wieder ab dem 28. Mai.

Meer & Flair: *Hallo Frau Höpken. Schön, dass Sie sich kurz Zeit nehmen für dieses Interview. Sie sind Diplom-Berufspädagogin und systemische Therapeutin. Was genau machen Sie da und wie kann ich mir das vorstellen?*

Sigrid Höpken: Ich habe Pädagogik und Psychologie studiert. In meiner Arbeit als systemische Therapeutin gehe ich ganzheitlich auf die unterschiedlichen Beziehungen ein, in denen Menschen zu sich und anderen stehen. Das Wechselspiel zwischen körperlicher und psychischer Gesundheit ist für mich ein wichtiger Aspekt, der hilft einen hektischen Alltag, Krisen oder schwierige Lebensphasen zu meistern. Meinen Fokus lege ich dabei nicht auf Defizite, sondern auf das Entdecken und Stärken der eigenen Ressourcen. Die systemische Therapie ist ein psychotherapeutisches Verfahren, sie greift Probleme nicht als Störung eines einzelnen Menschen auf, sondern als Folge einer Störung im sozialen Umfeld – also des Systems auf. Somit gilt sie als ein anerkanntes Therapieverfahren und hat ihren Platz neben den klassischen Therapieverfahren.

Meer & Flair: *Sie sind sowohl in Berlin wie auch in Bad Zwischenahn tätig. Wie kam es zu dieser doch eher ungewöhnlichen Aufteilung?*

Höpken: Ich habe einige Jahre in Berlin gelebt und auch dort gearbeitet. Seit 2014 bin ich wieder in Bad Zwischenahn, was auch mein hauptsächlicher Tätigkeitsbereich ist. In Berlin übe ich noch einige beratende Tätigkeiten aus. Ich habe zum Beispiel eine Film- und Drehbuchberatung für den Film „One for the Road“ mit dem Schauspieler Freddy Lau übernommen.

Meer & Flair: *Gemeinsam mit dem Touristik-Service am Meer bieten sie Kurse und Termine im „Waldbaden“ an. Was entgegenen Sie Menschen, die im Waldbaden lediglich das Umarmen von Bäumen sehen?*

Höpken: Ein Wald wird beim Waldbaden als „großes Ganzes mit all seinen verschiedenen Facetten“ wahrgenommen. Wenn man einen Wald betritt, bemerkt man sofort, dass sich die Atmosphäre ändert. Die Farben, Formen, Geräusche beeindrucken. Eine Vielzahl von empirischen Studien zeigt, dass Waldaufenthalte, sowie Gruppen- und Einzelübungen im Wald, psychosomatische Gesundheit, kognitive Leistungsfähigkeit, soziale Kompetenzen sowie psychische Widerstandsfähigkeit fördern können. Shinrin Yoku übersetzt heißt Waldbaden – und ist mehr als Bäume umarmen.

Meer & Flair: *Das „Shinrin Yoku“ kommt aus Japan und wird dort seit langer Zeit zur präventiven Gesundheitsversorgung*



gezählt. Warum ist das bei uns immer noch mit so vielen Vorurteilen behaftet?

Höpken: Ich bin mir gar nicht sicher, ob es Vorurteile sind. Viele Menschen können sich unter dem Namen „Waldbaden“ nicht so richtig etwas vorstellen. Baden hat ja für viele Menschen etwas mit „Wasser“ zu tun. Ich beschreibe den Wald immer als „Co-Therapeut“. Der Wald als eigener Therapie- bzw. Erholungsraum. Dieser Raum hilft gegen Stress sowie innere Verspannungen. Die Methode wird in Japan schon lange als Teil eines gesunden Lebensstils angesehen. Wir können den Wald mit seinen heilenden, positiven Effekten nutzen um Spannungen zu erkennen und zu lösen. Hilfreich dabei sind die „Terpene“, chemische Verbindungen, die Bäume im Wald abgeben. Diese Verbindungen wirken sich positiv auf unseren Körper und unsere Selbsthilfekräfte aus.

Meer & Flair: *Können Sie unseren Lesern einmal schildern, welche positiven Effekte sich auf den eigenen Körper auswirken?*

Höpken: Der Wald lässt den Alltag vergessen, stärkt das Immunsystem, Lebenskräfte kommen zurück, man spürt einen achtsamen Umgang mit sich selbst. Durch spezielle Atemübungen während des Waldbadens wird der Körper mit Sauerstoff durchflutet und das stärkt auch das Immunsystem. Die innere Ruhe bei den Übungen bringt eine Stärkung des Herz-Kreislaufsystems mit sich. Körper und Geist werden durch die Kraft des Waldes und deren Terpene in eine gewisse Art der Einheit und Ruhe gebracht. Ebenso wird die Wahrnehmung geschult und sensibilisiert. Der Wald wirkt.

Meer & Flair: *Wenn jemand einen Kurs zum Waldbaden bei Ihnen bucht, was kann die Person erwarten und benötigt man ein gewisses Vorwissen?*

Höpken: Nein, Vorwissen braucht man nicht. Neugierde und Freude an der Natur, Beobachtungsgabe, um die verschiedenen Farben des Waldes zu erkennen und zu genießen. Die Teilnehmer erwartet ein Nachmittag voller interessanter Methoden den Wald für sich selbst zu entdecken. Ich gebe den Teilnehmern auch immer hilfreiche Tipps und ein ausgearbeitetes Skript mit, so dass sie die Übungen auch ohne Anleitung bei einem Waldspaziergang nutzen können.

Tickets unter: www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Thorben Julius



In künftigen Meer & Flair-Ausgaben stellen wir Ihnen fortan einige Gesichter aus Bad Zwischenahn in Form eines Steckbriefs vor.

Mit Bad Zwischenahn verbinde ich:

Eisbaden im Zwischenahner Meer

Mein Lieblingsplatz in Bad Zwischenahn:

Ich verbringe gerne Zeit im Kurpark, genauer gesagt beim Strandcafé am Strand/Badestelle.

Das muss besser werden in Bad Zwischenahn:

Da fällt mir ehrlich gesagt nichts ein, was sich in meinen Augen derzeit verbessern müsste.

Was ich in Bad Zwischenahn immer noch machen muss:

Ich wollte schon immer beim Freiwasserschwimmen "Quer durchs Meer" teilnehmen. Vielleicht klappt es dieses Jahr.

Was mache ich bei schlechtem Wetter:

Wenn das Wetter nicht gut ist, dann halte ich mich sehr gerne in Cafés auf.

Mein Tipp für alle Urlauber:

Ein Besuch bei uns im Wellenbad am Meer lohnt sich immer - bei jedem Wetter.

Beruf/Firma:

Schwimmmeister für Bäderbetriebe/
Wellenbad Bad Zwischenahn

Alter:

32 Jahre

Familie:

ledig

Darüber musste ich zuletzt herzlich lachen:

Dass ich den Meerlauf unter einer Stunde schaffe.

Darüber habe ich mich zuletzt besonders geärgert:

Besonders geärgert habe ich mich über den Ausfall der Wellenanlage im Wellenbad.

Ich esse besonders gern, ich esse besonders ungerne:

Unglaublich gerne esse ich Sushi, nicht auf den Teller kommt bei mir dafür Rosenkohl.

Mein letztes Buch war:

Elternabend von Sebastian Fitzek

Der letzte Film, die letzte Serien, die ich gesehen habe:

Die letzte Serie, die ich sehr gerne gesehen habe war der Tatortreiniger mit Bjarne Mädel

Hätte ich einen Wunsch frei, dann wäre das:

Ich wünsche mir schon seit längerem ein Eigenheim oder einen Resthof.

Wellenbad am Meer

Badespaß in den Wellen und im Soleaußenbecken

Nach umfassender Sanierung und Modernisierung hat das Wellenbad am Meer im April 2024 wieder seine Türen geöffnet. Die Umbauphase konzentrierte sich vor allem auf energetische Verbesserungen sowie die Integration moderner technischer Anlagen. Das Bad bietet ein vielfältiges Angebot für Erholung und Freizeit, wobei insbesondere auch ein Augenmerk auf Barrierefreiheit gelegt wurde, um allen Gästen einen uneingeschränkten Zugang zu ermöglichen.

Zur vollen Stunde können Besucher im großen Wellenbecken zehn Minuten lang meterhohe Brandungswellen genießen. Auch der Kinderbereich wurde vollständig neugestaltet. Er verfügt über eine kleine Rutsche, einen liebevoll gestalteten Wal mit integrierten Wasserfontänen sowie über eine flache Wasserzone, die speziell auf die Bedürfnisse der jüngsten Badegäste abgestimmt ist. Ergänzt wird das Angebot durch einen großzügigen Whirlpool, der zusätzliche Entspannungsmöglichkeiten bietet.

Wellness für Erholungssuchende

Ebenfalls kürzlich fertiggestellt wurde das beliebte Soleaußenbecken. Das salzhaltige Wasser sorgt beim Schwim-

men für eine sehr angenehme Schwebewirkung, die das Badeerlebnis noch intensiver macht. Nur Fliegen ist schöner. Pünktlich zum Start der Freiwasser-Saison können nun alle Besucher des Wellenbades wieder den Außenbereich nutzen. Aktuelle Informationen gibt es online unter:

www.wellenbad-am-meer.de





Aktiv im Wasser – Jetzt Kurse buchen

Das Wellenbad am Meer bietet aber nicht ausschließlich die Möglichkeiten zur Erholung und Entspannung, auch Sportbegeisterte und Aqua-Fitness-Fans kommen hier auf ihre Kosten. Hierfür sind die angebotenen Aquakurse eine gute Gelegenheit etwas für seine Gesundheit und seinen Körper zu tun. Sei es in Schwimmkursen für Anfänger bis hin zu Aquafitness-Kursen – hier dürfte jeder fündig werden.

Besonders beliebt sind die zertifizierten Aqua- und Präventionskurse der Schwimmschule Anke Jellinghaus. Unter professioneller Leitung erfahrener Trainer können Interessierte im Wellenbad am Meer ein effektives Power-Workout, Aquagymnastik oder auch Aqua-Jogging buchen. Dabei verstärkt der Widerstand des Wassers die Übungen, was sie effektiver macht. Mehr Informationen zu den angebotenen Kursen finden sich online unter: www.wellenbad-am-meer.de/kurse

Sich auch mal eine Auszeit gönnen

Stundenlanges Schwimmen oder das Absolvieren diverser Kurse kann ganz schön anstrengend sein. Da bietet sich ein Besuch des angrenzenden "Café am Rosengarten" für eine Pause perfekt an. Das frisch renovierte Café bietet ein vielfältiges kulinarisches Angebot, das vor allem im Sommer auf der eigenen Sonnenterrasse zum Verweilen einlädt. Von erfrischenden Getränken über leckere Snacks bis hin zu Kuchen oder warmen Mahlzeiten ist hier alles geboten. Das freundliche Team freut sich auf Ihren Besuch.

Das Meisterwerk am Meer

Wie wäre es, nach einem ausgedehnten Badebesuch im Wellenbad am Meer noch etwas für sein äußeres Erscheinungsbild zu tun? Sozusagen Wellness für die Seele. Direkt neben dem Eingang zum Wellenbad befindet sich das Meisterwerk am Meer und bietet direkt vor Ort ein umfassendes Angebot für professionelles Hairstyling, Maniküre, medizinische Fußpflege, Fußreflexzonenmassage und andere Schönheitsanwendungen.



Aktuell informiert

Das Wellenbad in Bad Zwischenahn bietet für jeden Geschmack die perfekte Lösung. Nehmen Sie ein Auszeit vom Alltag, lassen sich verwöhnen oder genießen feine Köstlichkeiten. Alle Informationen zu Öffnungszeiten, Preisen oder aktuellen Meldungen finden Sie online unter: www.wellenbad-am-meer.de

Anzeige

CAFÉ AM ROSENGARTEN
NEUERÖFFNUNG

WIR SIND FÜR SIE DA:
DIENSTAG - SONNTAG
12 - 22 UHR
WARME KÜCHE 12 - 20 UHR

DIREKT AM
WELLENBAD AM MEER

CAFÉ AM ROSENGARTEN
UNTER DEN EICHEN 18
26160 BAD ZWISCHENAHN

04403 619 690
0174 32 50 756
WWW.CAFE-BZ.DE



Was ist los in Bad Zwischenahn?

Informieren Sie sich gerne auch in unserem Online-Veranstaltungskalender über aktuelle Veranstaltungen:

www.bad-zwischenahn-touristik.de/veranstaltungen

Dort finden Sie gleichzeitig Tipps und Anregungen für Ihren nächsten Aufenthalt in Bad Zwischenahn und für viele Aktivitäten abseits der bekannten Pfade. Dazu gehören die verschiedenen Radrouten, Vorschläge für Spazierwege entlang wunderschöner Moorlandschaften und prächtiger Baumschulen und Lieblingsorte.

GESUNDHEITSVORTRÄGE 2025 IM ÜBERBLICK

Mit der vorliegenden Vortragsreihe zu verschiedenen gesundheitsbezogenen Themen möchte das Reha-Zentrum am Meer mit vielfältigen Informationen zu ihrer Gesundheit beitragen. Die Vorträge finden immer von **19 bis 20 Uhr** im Reha-Zentrum am Meer, Unter den Eichen 18, statt. Der **Vortragsraum 2.0.74** befindet sich im Erdgeschoss von Haus 2. Eine Anmeldung für die Vorträge ist nicht erforderlich. Ein Kostenbeitrag wird nicht erhoben.



Dr. Gilbert Rosar
Ärztlicher Direktor
Chefarzt

Klinik für Orthopädische und
Rheumatologische Rehabilitation
Reha-Zentrum am Meer

Stressbewältigung - Was hält uns gesund?

Termin: 17. April 2025, 19 Uhr

Referent: Dr. G. Rosar,
Ärztlicher Direktor

Patientenverfügung

Termin: 15. Mai 2025, 19 Uhr

Referentin: C. Wolf,
Pfarrerin & Klinikseelsorgerin

Fatigue - Müdigkeit & Erschöpfung nach einer Krebserkrankung

Termin: 19. Juni 2025, 19 Uhr

Referentin: A. Walcher-Preuß,
Diplom Psychologin, Psychoonkologin

Rheuma & Knochen

Termin: 21. August 2025, 19 Uhr

Referent: Priv.-Doz. Dr. med. habil. G. Maier,
MHBA, stellvertretender Chefarzt

Schlaf(störungen)

Termin: 18. September 2025, 19 Uhr

Referentin: Prof. Dr. Dipl.-Psych. U. M. Risius,
Psychologische Psychotherapeutin

Nahrungsergänzung - braucht man das denn?

Termin: 16. Oktober 2025, 19 Uhr

Referentin: Angela Thestorff-Buck,
MTA-L, Heilpraktikerin

Das Schwerbehindertenrecht

Termin: 20. November 2025, 19 Uhr

Referent: R. Pohlgeers,
Diplom-Sacharbeiter

Das Reha-Zentrum am Meer hofft, mit der Themenauswahl auch im Jahr 2025 Ihr Interesse zu wecken und wünscht sich, Ihnen viele Antworten auf ihre Fragen geben zu können.

Weitere Informationen zur Vortragsreihe und den einzelnen Terminen unter:

www.rehazentrum-am-meer.de

AUSSTELLUNGEN & ÖFFNUNGSZEITEN

Kreativmarkt –

Schöne Dinge in der Wandelhalle

1. bis 20. Mai und 28. Mai bis 20. Juni,
10 Uhr, Wintergarten in der Wandelhalle
Schlendern Sie gemütlich durch den Wintergarten der Wandelhalle und halten Sie Ausschau nach Lieblingsstücken oder kleinen Geschenken. Über liebevoll gestaltete Handarbeiten bis zu Textilien, Schmuck oder Taschen ist hier für jeden etwas dabei.

Rathaus

Wechselnde Ausstellungen.

8 bis 12.30 Uhr (Montag bis Freitag)
14 bis 16 Uhr (Montag bis Mittwoch)
14 bis 17.30 (Donnerstag)

Ausstellung bis zum 8. Mai:

Quiltkunst zwischen Weser und Ems von Bärbel Vollertsen und Heike Heidberg-Költgen, Fotografien „Maritimes, Küste und Meer“ von Steffen Ulbrich, Sonja Hendenkamp: Sonja's abstrakte Momente.

Galerie Moderne

Mittwoch und Samstag: 14 bis 17 Uhr,
Sonntag: 11 bis 17 Uhr und nach Vereinbarung, Am Delf 37
bis 15. Juni: Jubiläumsausstellung – Kunstreise "50 Jahre Galerie Moderne"
Weitere Infos: www.galeriemoderne.de

Wellenbad am Meer

Öffnungszeiten:

10 bis 20 Uhr
(Dienstag, Samstag, Sonntag)
10 bis 21 Uhr
(Donnerstag, Freitag)
15 bis 20 Uhr
(Mittwoch)
geschlossen
(Montag)

KNEIPP-VEREIN



Aktiv sein und Spaß haben mit dem Kneipp-Verein Bad Zwischenahn

Boulespielen mit Wolfgang Rindermann
Treffpunkt: montags, mittwochs und freitags, Winter 14.30 Uhr / Sommer 15 Uhr, Seehotel Fährhaus, Am Ufergarten
Anfänger? Kein Problem – der Spielleiter erklärt Ihnen das einfache unterhaltsame Spiel, das so viel Freude macht. Infos:

04403 984471. Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Der Kneipp-Verein Bad Zwischenahn e.V. bietet verschiedene Gesundheitskurse an wie Rückenfitness, Zumba, geselliges Tanzen, Sitzgymnastik, Gedächtnistraining, Qi Gong, u.a.
Mehr Informationen:
www.bad-zwischenahn.kneipp-verein.de

Mai 2025

Donnerstag, 1. Mai



PflanzenWELTEN im Park

9.30 bis 18 Uhr, Park der Gärten
Der aufblühende Park der Gärten lädt zum Lustwandeln, Schauen und Kaufen ein. Ein großer Pflanzenmarkt sowie der beliebte Gartenflohmarkt stehen im Mittelpunkt des vielfältigen Angebots. Hier beraten und verkaufen der Fachhandel und Spezialgärtner regionalen Lieblingspflanzen und Rari-

täten sowie besondere Pflanzensortimente in großer Auswahl. Von 11 bis 16 Uhr gibt die Niedersächsische Gartenakademie Rat bei allen Gartenfragen. Im Parkeintritt enthalten. Weitere Informationen unter: www.park-der-gaerten.de

Freitag, 2. Mai

QiGong im Kurpark

10 Uhr, Kurpark hinter der Wandelhalle
QiGong Übungen aktivieren den gesamten Körper-Energiefluss und bewirken innere und äußere Ausgeglichenheit. Jeder kann ohne Vorkenntnisse die einfachen Körperbewegungen des QiGongs sofort mitmachen. Bequeme Kleidung und Schuhe sind empfehlenswert. Nur bei trockenem Wetter! Eintritt: frei

Samstag, 3. Mai

Ortsspaziergang

10 Uhr, Mühle im Kurpark
Unsere Gästeführer heißen Sie in Bad Zwi-

schenahn herzlich willkommen. Erleben Sie einen unterhaltsamen und informativen Spaziergang von der Mühle zur Johanneskirche bis zum Ammerländer Bauernhaus. Auch ein Blick hinein darf natürlich nicht fehlen. Unsere Gästeführer zeigen Ihnen die schönsten Orte, erzählen Ihnen spannende Geschichten und verraten Ihnen das ein oder andere Geheimnis. Erwachsene 9 Euro, mit Gästekarte 8 Euro. Eine Teilnahme ist auch ohne Anmeldung möglich. Tickets unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Anwassern -

Saisoneroöffnung Kneipp-Becken

15 Uhr, Kneipp-Becken beim Reha-Zentrum am Meer

In Kooperation mit dem Touristik-Service am Meer und dem Reha-Zentrum am Meer lädt der Kneipp-Verein Bad Zwischenahn alle Interessierten zur offiziellen Eröffnung des Kneipp-Beckens ein. Jeder kann mitmachen. Mitglieder des Kneipp-Vereins zeigen den Teilnehmenden wie es richtig funktioniert. Keine Anmeldung erforderlich.

Küste, Genuss & Shopping

13 bis 16.30 Uhr Busparkplatz Mühle

Erleben Sie einen wunderschönen Ausflug an die Nordseeküste mit unserem 8-Sitzerbus. Lassen Sie sich die frische Meeresbrise um die Nase wehen! Sie haben die Möglichkeit den köstlichen Kuchen im berühmten Kurhaus in Dangast zu genießen. Im Anschluss geht es mit unserer Rundtour weiter zum Varreler Hafen, wo Sie Kulinarisches entdecken können. Stöbern Sie auch gerne nach süßen Leckereien im Bahlsen Outlet. Kaltgetränke (Wasser, Cola, Piccolo) befinden sich an Bord. Eine Anmeldung ist erforderlich. Sollten keine Anmeldungen vorliegen wird der Kleinbus auch nicht am Busparkplatz stehen, bitte erkundigen Sie sich im Vorfeld in der Tourist-Information unter 04403-619159. Erwachsene: 50 Euro, Erwachsene mit Gästekarte: 48 Euro. Tickets unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop



Wassertreten nach Kneipp

14 Uhr, Kneippbecken, Unter den Eichen 18
Bad Zwischenahn bietet seinen Gästen zahlreiche Möglichkeiten zur Erholung und Gesundheitsförderung. Eine besonders beliebte Methode ist das Wassertreten nach Kneipp, dass sich positiv auf den Kreislauf, das Immunsystem und das allgemeine Wohlbefinden auswirkt. In direkter Nähe zum Zwischenahner Meer befindet sich in den Kuranlagen eine Kneippanlage mit Tret- und Armbecken. Das Wassertreten nach Kneipp bezeichnet eine Behandlungsmethode der Hydrotherapie, die auch "Kneipen" genannt wird. Unsere erfahrene Kursleiterin Christa Nofal erwartet Sie direkt am Kneippbecken in den Kuranlagen. Weitere Informationen gibt es unter: Tel: 04403 9392299. Die Teilnahme ist kostenlos.

Sonntag, 4. Mai

Rund ums Meer-Fahrt

15.30 bis 16.30 Uhr, Busparkplatz Mühle
Die Tour führt am Park der Gärten und dem Segelflugplatz in Rostrup vorbei in Richtung Dreibergen zum ehemaligen Standort der Burg Elmendorf. Dann geht es an parkähnlichen Baumschulen vorbei in Richtung

Spielbank zur Produktionsstätte der „Rügenwalder Mühle“. Während der Fahrt werden Getränke kostenlos angeboten. Eine Anmeldung ist erforderlich. Sollten keine Anmeldungen vorliegen wird der Kleinbus auch nicht am Busparkplatz stehen, bitte erkundigen Sie sich im Vorfeld in der Tourist-Information unter 04403-619159. Erwachsene: 20 Euro, Erwachsene mit Gästekarte: 18 Euro. Tickets: www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Montag, 5. Mai

Kirchenführung:

St.-Johannes-Kirche u. St.-Marien-Kirche

15 bis 16.30 Uhr, St.-Johannes-Kirche

Die Kirchengemeinden bieten diese Führung an. Nach der Führung durch die mehr als 900 Jahre alte St.-Johannes-Kirche geht es weiter zur Besichtigung der modernen St.-Marien-Kirche. Der Eintritt ist frei.

Dienstag, 6. April

VdK-Infonachmittag

15 Uhr, Haus Brandstätter, Am Brink 5

Über die Leistungen und Angebote des VdK, sowie die Vorteile einer Mitgliedschaft informiert der Stellvertretende Vorsitzende des Ortsverbands Bad Zwischenahn, Rolf Stalleicken. Anmeldung nicht erforderlich.

Digitale Teilhabe –

Umgang mit dem Smartphone

15 Uhr, Haus Brandstätter, Am Brink 5

Der VdK-Ortsverband Bad Zwischenahn unterstützt in der digitalen Welt nach dem Motto: Wenig Theorie, viel praktisch üben! In dieser Auflage geht es um wesentliche Funktionen des Smartphones und deren Bedienung bei Kaffee, Tee und Kaltgetränken. Kostenbeitrag Mitglieder 2 € und Nichtmitglieder 5 Euro. Anmeldungen unter Tel/WhatsApp 0157 36628575 oder ov-bad-zwischenahn@vdk.de

Mittwoch, 7. Mai

Bustour durch die Parklandschaft

10 Uhr, Busparkplatz Mühle

Wir nehmen Sie mit auf eine gemütliche und informative Busrundfahrt durch die Parklandschaft rund um Bad Zwischenahn. Unsere Gästeführer zeigen Ihnen die Perle des Ammerlandes - das Zwischenahner Meer -, die heimischen Baumschulen, Moore und Mühlen und die Produktionsstätte der Rügenwalder Mühle. Höhepunkt ist die Fahrt durch einen 25 ha großen Rhododendronpark in Gristede mit über 1.000 Rhododen-

dren. Bei der zweistündigen Busrundfahrt ist keine Pause vorgesehen. Unsere Gästeführer setzen individuell unterschiedliche Themenschwerpunkte während der Route. Preis pro Person 15 Euro, mit Gästekarte 14 Euro. Tickets: www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Dit & Dat

14.30 Uhr, Auf dem Winkel 26

Mitsnackers sind herzlich willkommen. Der Eintritt ist frei und Tee gibt es dazu!

Wandern mit Kneipp

14 bis 17 Uhr, ZOB Bad Zwischenahn

Haben Sie Lust auf ein Kneipp-Wandererlebnis? Dann schnüren Sie Ihre Wanderschuhe (festes Schuhwerk tut es natürlich auch) und entdecken Sie mit unseren erfahrenen Wanderführern Anne und Gerd Fischer die Kraft der Natur. Wandern mit Kneipp ist die perfekte Kombination aus frischer Luft, Bewegung und Naturerlebnis mit gesundheitsfördernder Wirkung. Die Wanderstrecken haben eine Distanz von ca. 8 - 12 km. Wenn gewünscht planen wir eine Pause in einem Café ein. Treffpunkt ist am ZOB, Langenhof, Bad Zwischenahn. Keine Anmeldung erforderlich! Weitere Informationen bei: Anne Fischer unter: Tel. 04403 6026117.

Rund ums Meer-Fahrt

14 bis 15 Uhr und 15.30 bis 16.30 Uhr,
Busparkplatz Mühle

Die Tour führt am Park der Gärten und dem Segelflugplatz in Rostrup vorbei in Richtung Dreibergen zum ehemaligen Standort der Burg Elmendorf. Dann geht es an parkähnlichen Baumschulen vorbei in Richtung Spielbank zur Produktionsstätte der „Rügenwalder Mühle“. Während der Fahrt werden Getränke kostenlos angeboten. Eine Anmeldung ist erforderlich. Sollten keine Anmeldungen vorliegen wird der Kleinbus auch nicht am Busparkplatz stehen, bitte erkundigen Sie sich im Vorfeld in der Tourist-Information unter 04403-619159. Erwachsene: 20 Euro, Erwachsene mit Gästekarte: 18 Euro. Tickets: www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

QiGong im Kurpark

18 Uhr, Kurpark hinter der Wandelhalle

QiGong Übungen aktivieren den gesamten Körper-Energiefluss und bewirken innere und äußere Ausgeglichenheit. Jeder kann ohne Vorkenntnisse die einfachen Körperbewegungen des QiGongs sofort mitmachen. Bequeme Kleidung und Schuhe sind empfehlenswert. Nur bei trockenem Wetter! Eintritt: frei.

Seemannschor Bad Zwischenahn

19.30 Uhr, Wandelhalle

Der Seemannschor Bad Zwischenahn lädt zu einem maritimen Konzert ein. Engagiert und locker werden die Lieder in mehrstimmigem Gesang - mit Instrumentalbegleitung, sowie vom Vorsänger - in freier Vortragsweise urwüchsig und kräftig, auch in englischer und plattdeutscher Sprache, einstudiert und vorgetragen. Erwachsene: 10 Euro, Erwachsene mit Gästekarte: 9 Euro. An der Abendkasse ist nur Barzahlung möglich. Tickets unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/tickets

Donnerstag, 8. Mai

Besichtigung der Aalröucherei Bruns

11 Uhr, Aalröucherei Bruns, Feldlinie 5

Betriebsbesichtigung der Aalröucherei Bruns. Eintritt: 5 Euro. Anmeldung unter Tel. 04403 93860 oder unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Kurkonzert

15 bis 17 Uhr, Freilichtbühne im Kurpark

Genießen Sie einen musikalischen Nachmittag mit Klavier, Cello und Violine. Bei schlechten Wetterverhältnissen findet das Kurkonzert im Spiegelsaal statt. Der Eintritt ist frei.

Revital Salzgrotte „Freundinnen-Abend“

18 Uhr, Revital Salzgrotte, Mühlenstr. 24

Die Anmeldung ist erforderlich unter Tel. 04403 818765. Weitere Informationen: www.saltzgrotte.biz

Freizeitgartenbau:

Abendspaziergang im Mai

18.30 Uhr, Niedersächsische Gartenakademie, Hogen Kamp 51, Rostrup

Wir nutzen den Ausklang des Tages mit einem Spaziergang durch die Themengärten und nehmen uns für den Mai das Thema

frühlingshafte Stauden und Zwiebelpflanzen vor. Gemeinsam mit der Gartenplanerin Heike Beening schlendern wir durch den Park und entdecken blühende Schätze. Sie erklärt uns, welche Frühlingsboten ideal für die Unterpflanzung von Bäumen sind, welche einen sonnigeren Platz bevorzugen und wie wir die Stauden richtig pflegen oder was bei einer Neupflanzung zu beachten ist. Zudem erhalten Sie viele praktische Gestaltungstipps für Ihren eigenen Garten. Abschließend nehmen wir noch ein gemeinsames Erfrischungsgetränk und klären in gemütlicher Runde Ihre offenen Fragen. Preis pro Person 22 Euro. Mehr Infos unter: jasmin.wichmann@lwk-niedersachsen.de oder 04403 979622.

Freitag, 9. Mai

QiGong im Kurpark

10 Uhr, Kurpark hinter der Wandelhalle

QiGong Übungen aktivieren den gesamten Körper-Energiefluss und bewirken innere und äußere Ausgeglichenheit. Jeder kann ohne Vorkenntnisse die einfachen Körperbewegungen des QiGongs sofort mitmachen. Bequeme Kleidung und Schuhe sind empfehlenswert. Nur bei trockenem Wetter! Eintritt: frei.

Freizeitgartenbau:

Der Sommer zieht ein - Kübelpflanzen

15 Uhr, Niedersächsische Gartenakademie, Hogen Kamp 51, Rostrup

Die erste Sommerbrise weht uns um die Nase und es wird langsam Zeit für Sommerblumen. Balkon und Terrasse sollen bis in den Herbst in bunter Blütenpracht erstrahlen. Das klappt am besten mit den ausdauernden Sommerblumen wie Petunien, Geranien, blaues Gänseblümchen, Eisenkraut, Margariten, Husarenknöpfchen, Kapkörbchen, Elfenspiegel, Lobularia, Schneeegstörber und Schwarzügige Susanne. Doch was

muss bei der Bepflanzung eines Pflanzkübels oder Balkonkastens beachtet werden? Preis pro Person 55 Euro. Mehr Infos unter: jasmin.wichmann@lwk-niedersachsen.de oder 04403 979622.



Rum-Wandern

18.30 Uhr, Fähranleger im Kurpark

Eine Führung für Rum-Genießer und solche, die es werden wollen. Auf den Spuren des Rums laufen Sie gemeinsam fast "bis in die Karibik". Sie werden einiges über Zuckerrohr und Seefahrer erfahren und warum ein Kapitän in Bad Zwischenahn sein eigenes Boot in die Luft sprengte. Währenddessen verkosten Sie verschiedene Rumsorten - für wahre Genießer und für echte Rum-Einsteiger! Erwachsene: 50 Euro inkl. Verkostung von sechs verschiedenen Rumsorten und Glashalterband. Tickets: www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Samstag, 10. Mai

Altes Handwerk - Torfstechen

9 bis 17 Uhr, Torfspitt Kayhausen, Lüneborger Damm

Einmal im Jahr treffen sich Mitglieder des Heimatvereins beim Torfspitt an der Radroute Nr. 7 um interessierten Besuchern das Torfstechen etwas näher zu bringen. Über Jahrhunderte hinweg spielte das Torfstechen eine bedeutende Rolle in der Region. Mit mühsamer Arbeit wurde in den Mooren Torf gestochen, getrocknet

Anzeige



Bei schönem Wetter genießen Sie unser kulinarisches Angebot auf der idyllischen See-Terrasse mit weitem Blick aufs Wasser. Nehmen Sie Platz in der ersten Reihe am Zwischenahner Meer und lassen Sie sich von unserem Küchenteam verwöhnen! Snackkarte von 13:30 Uhr bis 16:00 Uhr sowie Kaffee und Kuchen von 13:30-17:00 Uhr

Seehotel Fährhaus • Auf dem Hohen Ufer 8 • 26160 Bad Zwischenahn • Tel: 04403 / 600-0 • www.seehotel-faehrhaus.de

und dann als Brennmaterial genutzt. Neben seiner Funktion als Heizstoff fand Torf auch in der Landwirtschaft und im Gartenbau Verwendung. Eintritt frei.

Ortsspaziergang

10 Uhr, Mühle im Kurpark

Unsere Gästeführer heißen Sie in Bad Zwischenahn herzlich willkommen. Erleben Sie einen unterhaltsamen und informativen Spaziergang von der Mühle zur Johannes-Kirche bis zum Ammerländer Bauernhaus. Auch ein Blick hinein darf natürlich nicht fehlen. Unsere Gästeführer zeigen Ihnen die schönsten Orte, erzählen Ihnen spannende Geschichten und verraten Ihnen das ein oder andere Geheimnis. Erwachsene 9 Euro, mit Gästekarte 8 Euro. Eine Teilnahme ist auch ohne Anmeldung möglich. Tickets unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Ostfriesische Teezeremonie

11 bis 13 Uhr, Brannenweg bei Otteken

Wie kam der Tee von China nach Ostfriesland? Eine Antwort auf diese interessante Frage gibt eine waschechte Ostfriesin, die im gemütlichen Heuerhaus am Kamin zu einem Kopke Tee mit Kluntjeknipper einlädt. Es erwartet Sie ein ca. 2-stündiger Vortrag in kleinem Kreis (maximal 6 Personen) über den Teehandel, kleine ostfriesische Geheimnisse und Anekdoten – gern auch in plattdeutscher ostfriesischer Mundart. Preis pro Person 25 Euro. Telefonische Anmeldung bei Frau Otteken, am Mittwoch und Donnerstag, Telefon: 0176 – 65 480 555.

Küste, Genuss & Shopping

13 bis 16.30 Uhr Busparkplatz Mühle

Erleben Sie einen wunderschönen Ausflug an die Nordseeküste mit unserem 8-Sitzerbus. Lassen Sie sich die frische Meeresbrise um die Nase wehen! Sie haben die Möglichkeit den köstlichen Kuchen im berühmten Kurhaus in Dangast zu genießen. Im Anschluss geht es mit unserer Rundtour weiter zum Varreler Hafen, wo Sie Kulinarisches entdecken können. Stöbern Sie auch gerne nach süßen Leckereien im Bahlsen Outlet. Kaltgetränke (Wasser, Cola, Piccolo) befinden sich an Bord. Eine Anmeldung ist erforderlich. Sollten keine Anmeldungen vorliegen wird der Kleinbus auch nicht am Busparkplatz stehen, bitte erkundigen Sie sich im Vorfeld in der Tourist-Information unter 04403-619159. Erwachsene: 50 Euro, Erwachsene mit Gästekarte: 48 Euro. Tickets unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

11. Bad Zwischenahner Meerlauf

15 Uhr Nordic-Walking, 15.20 Uhr

Bambinis, 16 Uhr Hauptlauf, Marktplatz

Dieser Benefizlauf unterstützt die so wichtige und wertvolle Hospizarbeit im Ammerland und zählt mittlerweile zu den bekanntesten und beliebtesten Laufveranstaltungen der Region. Dazu trägt sicherlich die hohe landschaftliche Attraktivität rund um das Zwischenahner Meer bei. Die rund 12 km lange Strecke ist eine beliebte Trainingsstrecke bei Läuferinnen und Läufern in der Region. Gestartet wird an der Wandelhalle im Kurpark. Anmeldeschluss ist am 6. Mai 2025, Nachmeldungen sind bis 2 Stunden vor dem Start möglich. Alle wichtigen Informationen rund um die Anmeldung, Startgebühren und Laufstrecke gibt es unter: www.meerlauf.de

Sonntag, 11. Mai

Rund ums Meer-Fahrt

15.30 bis 16.30 Uhr, Busparkplatz Mühle

Die Tour führt am Park der Gärten und dem Segelflugplatz in Rostrup vorbei in Richtung Dreierbergen zum ehemaligen Standort der Burg Elmendorf. Dann geht es an parkähnlichen Baumschulen vorbei in Richtung Spielbank zur Produktionsstätte der „Rügenwalder Mühle“. Während der Fahrt werden Getränke kostenlos angeboten. Eine Anmeldung ist erforderlich. Sollten keine Anmeldungen vorliegen wird der Kleinbus auch nicht am Busparkplatz stehen, bitte erkundigen Sie sich im Vorfeld in der Tourist-Information unter 04403-619159. Erwachsene: 20 Euro, Erwachsene mit Gästekarte: 18 Euro. Tickets unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Montag, 12. Mai

Kirchenführung:

St.-Johannes-Kirche u. St.-Marien-Kirche

15 bis 16.30 Uhr, St.-Johannes-Kirche

Die Kirchengemeinden bieten diese Führung an. Nach der Führung durch die mehr als 900 Jahre alte St.-Johannes-Kirche geht es weiter zur Besichtigung der modernen St.-Marien-Kirche. Der Eintritt ist frei.

Vortrag: Knochenstoffwechsel

19.30 Uhr, Haus Brandstätter, Am Brink 5

Knochenstoffwechsel – Osteoporose Vitamin D Unterversorgung: Ursachen und Therapieansätze. Beitrag 5 Euro. Weitere Informationen: www.buergerforum-natuerliche-heilmethoden.de, Infotelefon 0171 6454546.

Dienstag, 13. Mai

Unser Veranstaltungstipp der Woche

Am kommenden Samstag gastiert das Hafen Revue Theater in Bad Zwischenahn. Genießen Sie einen fröhlichen Abend im Spiegelsaal des Alten Kurhauses! Mehr Informationen unter: www.bad-zwischenahn-touristik.de/veranstaltungen

Mittwoch, 14. Mai



Bustour durch die Parklandschaft

10 Uhr, Busparkplatz Mühle

Wir nehmen Sie mit auf eine gemütliche und informative Busrundfahrt durch die Parklandschaft rund um Bad Zwischenahn. Unsere Gästeführer zeigen Ihnen die Perle des Ammerlandes - das Zwischenahner Meer -, die heimischen Baumschulen, Moore und Mühlen und die Produktionsstätte der Rügenwalder Mühle. Höhepunkt ist die Fahrt durch einen 25 ha großen Rhododendronpark in Gristede mit über 1.000 Rhododendren. Bei der zweistündigen Busrundfahrt ist keine Pause vorgesehen. Unsere Gästeführer setzen individuell unterschiedliche Themenschwerpunkte während der Route. Preis pro Person 15 Euro, mit Gästekarte 14 Euro. Tickets: www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Rund ums Meer-Fahrt

14 bis 15 Uhr und 15.30 bis 16.30 Uhr,

Busparkplatz Mühle

Die Tour führt am Park der Gärten und dem Segelflugplatz in Rostrup vorbei in Richtung Dreierbergen zum ehemaligen Standort der Burg Elmendorf. Dann geht es an parkähnlichen Baumschulen vorbei in Richtung Spielbank zur Produktionsstätte der „Rügenwalder Mühle“. Während der Fahrt werden Getränke kostenlos angeboten. Eine Anmeldung ist erforderlich. Sollten keine Anmeldungen vorliegen wird der Kleinbus auch nicht am Busparkplatz stehen, bitte erkundigen Sie sich im Vorfeld in der Tourist-Information unter 04403-619159. Erwachsene: 20 Euro, Erwachsene mit Gästekarte: 18 Euro. Tickets unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop
QiGong im Kurpark

18 Uhr, Kurpark hinter der Wandelhalle

QiGong Übungen aktivieren den gesamten Körper-Energiefluss und bewirken innere und äußere Ausgeglichenheit. Jeder kann ohne Vorkenntnisse die einfachen Körperbewegungen des QiGongs sofort mitmachen. Bequeme Kleidung und Schuhe sind empfehlenswert. Nur bei trockenem Wetter! Eintritt: frei.

Revital Salzgrotte „Klangreise“

18 Uhr, Revital Salzgrotte, Mühlenstr. 24

Finden Sie Ruhe und Kraft mit Klangschaalen. Die Anmeldung ist erforderlich unter Tel. 04403 818765. Weitere Informationen:

www.saltzgrotte.biz

Shanty-Chor Bad Zwischenahn

19.30 Uhr, Wandelhalle

Seit über 30 Jahren ist der Shanty Chor Bad Zwischenahn von 1989 e.V. als musikalischer Botschafter der Gemeinde Bad Zwischenahn unterwegs. Viele große Konzerte in der Wandelhalle, der Kurklinik und natürlich im gesamten norddeutschen Raum haben die Zuhörer von der musikalischen Qualität des Chores überzeugt. Erwachsene: 10 Euro, Erwachsene mit Gästekarte: 9 Euro. An der Abendkasse ist nur Barzahlung möglich. Tickets unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/tickets

Donnerstag, 15. Mai

Kurkonzert

15 bis 17 Uhr, Freilichtbühne im Kurpark

Genießen Sie einen musikalischen Nachmittag mit Klavier, Cello und Violine. Bei schlechten Wetterverhältnissen findet das Kurkonzert im Spiegelsaal statt. Der Eintritt ist frei.

Deutsches Sportabzeichen

17.30 bis 19.30 Uhr,

Stadion Bad Zwischenahn

Training und die Abnahme des Sportabzeichens ab 6 Jahren: Einfach vorbei-kommen und mitmachen – auch Urlauber sind herzlich willkommen. Die Teilnehmer*innen können jeweils aus mehreren Disziplinen auswählen (z. B. Leichtathletik, Schwimmen, Radfahren, Seilspringen, Turnen). Ansprechpartnerin: Claudia Friedrich, 0170-5345978.

Abendradtour mit dem ADFC

18.30 Uhr, Treffpunkt am Langenhof, ZOB

Der ADFC trifft sich zum gemeinsamen Radeln. Je nach Wetter werden Strecken von rund 35 Kilometer abseits von dichtem Straßenverkehr durch die Parklandschaft

Ammerland bei zügiger Geschwindigkeit gefahren. Gäste sind herzlich willkommen. Keine Teilnahmegebühr. Weitere Informationen unter Tel. 04403 1436.

Gesundheitsvortrag: Patientenverfügung

19 Uhr, Reha-Zentrum, Vortragsraum

2.0.74, Erdgeschoss, Haus 2

Möglichkeiten und Grenzen der Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung. Der Vortrag informiert über Möglichkeiten und Grenzen der Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung. Sie erhalten an diesem Abend das Formular der „Christlichen Patientenverfügung“. Referentin: C. Wolf, Pfarrerin und Klinikseelsorgerin. Eintritt frei.

Die Moore in Bad Zwischenahn

19 Uhr, Lesesaal

Das Ammerland ist einer der moorreichen Landkreise Niedersachsens. Rund 41 Prozent seiner Fläche sind Moorböden, entsprechend knapp 30.000 Hektar. Über 80 Prozent dieser Moorböden werden landwirtschaftlich genutzt, sieben Prozent sind durch Siedlung überbaut, fünf Prozent befinden sich unter Wald und nur drei Prozent können als naturnah bezeichnet werden. Vor dem Hintergrund der Klimakrise

muss neu über die Moornutzung nachgedacht werden, auch im Ammerland. Baumschulmeister Holger Konrad schildert einerseits den Konflikt und andererseits damit verbundene Chancen. Eintritt frei.

Freitag, 16. Mai

Landschaftsgärtner Cup

10 Uhr, Park der Gärten

Rund 40 angehende Landschaftsgärtnerinnen und Landschaftsgärtner messen an diesen zwei Tagen ihr berufliches Können und Wissen. Sie können den in Zweiert-Teams antretenden Auszubildenden bei allen Wettbewerbsaufgaben im Park über die Schulter schauen, z. B. beim Bau eines Mustergartens, der Pflanzenkunde, der Vermessung und dem Maschineneinsatz. Die Siegerehrung erfolgt am Samstag um 16.30 Uhr auf der Bühne im Park der Gärten. Das Siegerteam wird zum Bundesentscheid des Landschaftsgärtner-Cups fahren und dort gegen andere Regionalsieger antreten, um das Deutsche Meisterteam zu ermitteln. Im Parkeintritt enthalten.

QiGong im Kurpark

10 Uhr, Kurpark hinter der Wandelhalle

QiGong Übungen aktivieren den gesamten Körper-Energiefluss und bewirken innere

Anzeigen



Elmendorfer Straße 10
26160 Bad Zwischenahn
Tel. 04403 - 71425
Fax 04403 - 71340
info@tischlerei-luettmann.de
www.tischlerei-luettmann.de



Möbelbau
Ladenbau
Küchen
Fenster
Innenausbau
Reparaturen

Claus Lüttmann

Die weisse Flotte
www.weisse-flotte-zwischenahn.de

Ein schöner Tag auf dem Zwischenahner Meer!
ab 1. Mai wieder Rundfahrten täglich ab 10:00 Uhr
Frühstück auf Voranmeldung

06.06.2025 - 80er-Jahre-Party
07.06.2025 - Fehntjer-Shanty-Chor mit Essen

Telefon: 04403-3056
E-Mail: weisse-flotte-zwischenahn@t-online.de

Vereins- Highlights 2025

MAI › Alle 14 Tage Shanty-Chöre in der Wandelhalle

- › **01. Mai**
PflanzenWELTEN im Park, Park der Gärten
- › **10. Mai**
Meerlauf, Startpunkt: Wandelhalle
- › **16. Mai**
Zu Gast im Park: Reis Against The Spülmaschine, Park der Gärten
- › **21. Mai**
Kings Choir Namibia, Spiegelsaal
- › **24./25. Mai**
Rhododendron und Ihre Begleiter im Park, Park der Gärten
- › **30. Mai - 01. Juni**
Musik im Park inkl. Shanty-Festival, Freilichtbühne im Kurpark



JUNI › 06. Juni 80er Jahre Party, Weisse Flotte

- › **07. Juni**
FrauenVocale!, Spiegelsaal
- › **09. Juni**
Mühlentag, Ammerländer Bauernhaus
- › **18./19. Juni**
Zu Gast im Park: Theater Laboratorium, Park der Gärten
- › **19. Juni**
EWE Nordseelauf, Stadion
- › **20./21. Juni**
Orchester Bad Zwischenahn, Wandelhalle

- › **20. Juni**
Zu Gast im Park: diRE sTRATS – A Tribute to Dire Straits, Park der Gärten

- › **21. Juni**
Butterkuchentag, Ammerländer Bauernhaus

- › **25. Juni**
Zu Gast im Park: Bernd Stelter, Park der Gärten

- › **27. Juni**
1. Open Air Silent Party am Meer, Kurpark

- › **28. Juni**
1. Bad Zwischenahner Comedy Open Air, Kurpark

- › **29. Juni**
Classic Car Charity, Marktplatz

JULI › jeden Freitag im Juli Open Air am Meer, Freilichtbühne

- › **5. Juli**
Gartenparty 2025, Park der Gärten
- › **09./10. Juli**
Zu Gast im Park: Rudelsingen, Park der Gärten
- › **12. Juli**
Zu Gast im Park: Gregor Meyle, Park der Gärten
- › **14. - 27. Juli**
Spielen im Park, Park der Gärten
- › **18. Juli**
Schlager Party, Weisse Flotte
- › **18. Juli**
Zu Gast im Park: Gregor Hägele, Park der Gärten
- › **19. Juli**
Lichternacht, Kurpark
- › **19. Juli**
Zu Gast im Park: Kati K, Park der Gärten
- › **22. Juli**
Milonga Sentimental - Una Noche Argentina, Wandelhalle
- › **28. Juli**
Tenöre4you, Spiegelsaal



AUGUST

- › **02. August**
13. Komische SommerNacht, Park der Gärten
- › **08.08. - 10.09.**
Illumination – Lichtzauber im Park, Park der Gärten
- › **08. August**
Udo Jürgens, Wandelhalle
- › **09. August**
Quer durchs Meer, Kurpark
- › **13. - 17. August**
Zwischenahner Woche, ganzer Ort
- › **14. August**
Tag der Heimat, Ammerländer Bauernhaus
- › **15./16. August**
Zu Gast im Park: die feisten – Familienfest!, Park der Gärten
- › **20. August**
Zu Gast im Park: Dietmar Wischmeyer, Park der Gärten
- › **23./24. August**
32. Bärentriathlon Bad Zwischenahn, ganzer Ort
- › **30. August**
Helene Fischer Tribute Show, Wandelhalle

SEPTEMBER

- › **02. September**
Milonga Sentimental - Una Noche Argentina, Wandelhalle
- › **05. September**
Ach du liebe Zeit! mit Robert Kreis, Wandelhalle
- › **12./13. September**
Weinfest am Meer, Kurpark
- › **13. September**
Herbstaktion auf dem Wochenmarkt, Marktplatz
- › **13./14. September**
Genuss im Nordwesten, Park der Gärten
- › **19. September**
90er Jahre Party, Weisse Flotte
- › **25. September**
Zauber der Travestie, Wandelhalle

OKTOBER

- › **03. Oktober**
Herbstmarkt im Park, Park der Gärten
- › **03. Oktober**
Herbstlauf Ofen, Sportplatz Ofen
- › **10. Oktober**
Oktoberfest, Weisse Flotte
- › **12. Oktober**
Oldenburg Marathon mit Start in Bad Zwischenahn
- › **12. Oktober**
Herbstimpressionen im Park, Park der Gärten
- › **24. Oktober**
Rock auf dem Meer, Weisse Flotte
- › **25./26. Oktober**
Gesundheits- und Seniorentage, Wandelhalle

NOVEMBER

- › **24.11. - 21.12. November**
Markt im Advent, Marktplatz
- › **29./30. November**
Historischer Weihnachtsmarkt, Ammerländer Bauernhaus

DEZEMBER

- › **Dezember**
Markt im Advent mit Winterzauber am Meer
- › **07. Dezember**
Melodies & Flames, Spiegelsaal
- › **14. Dezember**
Shanty Bad Zwischenahn, Weihnachtskonzert
- › **20. Dezember**
Gospel Chor, Wandelhalle
- › **30. Dezember**
Gala – Oper, Operette, Musical, Wandelhalle

› **Gästeführungen 2025**

- › **April bis Oktober**
- › **Jeden Samstag: Ortsspaziergang**
Mühle im Kurpark
- › **Jeden letzten Freitag: Moor erleben**
Torfspitt, Bodenstation Moor
- › **Jede Woche: Bustour durch die Parklandschaft**
Treffpunkt Busparkplatz P1

Weitere Informationen in der Tourist-Information.

Jetzt Events ansehen



...und Tickets buchen!



Gastgeber- verzeichnis 2025

Schauen Sie doch mal hinein:
Die neue Ausgabe gibt es kostenfrei in
der Tourist-Information und online unter:
www.bad-zwischenahn-touristik.de/ggv

www.bad-zwischenahn-touristik.de/tickets

und äußere Ausgeglichenheit. Jeder kann ohne Vorkenntnisse die einfachen Körperbewegungen des QiGongs sofort mitmachen. Bequeme Kleidung und Schuhe sind empfehlenswert. Nur bei trockenem Wetter! Eintritt frei.

Erzählcafé

15 bis 16.30 Uhr, Altes Kurhaus

Im Erzählcafé werden die Erfahrungen und Erlebnisse der Besucher in Erinnerung gerufen und ausgetauscht. Die Freude am Zuhören und Teilen von ähnlichen oder auch gegensätzlichen Erlebnissen steht im Vordergrund. Jedem Termin wird ein bestimmtes Thema gewidmet und zu Beginn durch eine Geschichte oder ein Gedicht eingeleitet. Gäste sind herzlich willkommen. Für den Förderverein bitten wir um eine kleine Spende. Für weitere Informationen steht das Team der bibliothek am meer unter 04403 604 460 oder bibliothek@bad-zwischenahn.de zur Verfügung.

Freizeitgartenbau: Hochbeet – Anpflanzung und Pflege

15 Uhr, Niedersächsische Gartenakademie, Hogen Kamp 51, Rostrup

Hochbeete bieten eine effiziente Möglichkeit auf kleinstem Raum eine reiche Ernte zu erwirtschaften. Mit etwas Planung und dem richtigen Hintergrundwissen gelingt es, aus verschiedenen Pflanzen im Hochbeet eine abwechslungsreiche Mischkultur zu kombinieren, die Ihnen im Idealfall ganzjährig Ertrag bringt. Nachdem wir in der Theorie unsere Planung gestaltet haben, schreiten wir im Bäuerlichen Nutzgarten im Park der Gärten zur Tat und können dort die Gestaltung eines der beiden Hochbeete für dieses Frühjahr übernehmen. Hier bietet sich die Gelegenheit, viele kleine Fragen direkt vor Ort zu klären. Preis pro Person 55 Euro. Mehr Infos unter: jasmin.wichmann@lwk-niedersachsen.de oder 04403 979622.

Zu Gast im Park –

Reis against The Spülmaschine

19.30 Uhr, Park der Gärten

Vorhang auf - Radio an! Reis Against The Spülmaschine präsentieren in ihrem dritten Bühnenprogramm "Radio Reis - Die Hitwelle" das Beste von gestern, heute und morgen – Welthits mit Witz. Das Musik-Comedy-Duo aus Buxtehude und Oldenburg ist bekannt für seine urkomischen Songparodien, die jedes Publikum in Partylaune versetzen. Mit Evergreens wie Falcos "Hammer Teewurst" oder Elvis' "In the Netto" wird die Show zur Hitwelle der Euphorie. Von Rock 'n' Roll bis NDW – keine Epoche ist

sicher. Schalten Sie ein, seit Oktober 2022 auf allen guten Bühnen und jetzt auch endlich Zu Gast im Park! Tickets: www.mituns-kannmanreden.de

Samstag, 17. Mai

Landschaftsgärtner Cup

10 Uhr, Park der Gärten

Rund 40 angehende Landschaftsgärtnerinnen und Landschaftsgärtner messen an diesen zwei Tagen ihr berufliches Können und Wissen. Sie können den in Zweiert Teams antretenden Auszubildenden bei allen Wettbewerbsaufgaben im Park über die Schulter schauen, z. B. beim Bau eines Mustergartens, der Pflanzenkunde, der Vermessung und dem Maschineneinsatz. Die Siegerehrung erfolgt am Samstag um 16.30 Uhr auf der Bühne im Park der Gärten. Das Siegerteam wird zum Bundesentscheid des Landschaftsgärtner-Cups fahren und dort gegen andere Regionalsieger antreten, um das Deutsche Meisterteam zu ermitteln. Im Parkeintritt enthalten.



Ortsspaziergang

10 Uhr, Mühle im Kurpark

Unsere Gästeführer heißen Sie in Bad Zwischenahn herzlich willkommen. Erleben Sie einen unterhaltsamen und informativen Spaziergang von der Mühle zur Johanneskirche bis zum Ammerländer Bauernhaus. Auch ein Blick hinein darf natürlich nicht fehlen. Unsere Gästeführer zeigen Ihnen die schönsten Orte, erzählen Ihnen spannende Geschichten und verraten Ihnen das ein oder andere Geheimnis. Erwachsene 9 Euro, mit Gästekarte 8 Euro. Eine Teilnahme ist auch ohne Anmeldung möglich. Tickets unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Küste, Genuss & Shopping

13 bis 16.30 Uhr Busparkplatz Mühle

Erleben Sie einen wunderschönen Ausflug an die Nordseeküste mit unserem 8-Sitzerbus. Lassen Sie sich die frische Meeresbrise um die Nase wehen! Sie haben die Möglichkeit den köstlichen Kuchen im berühmten Kurhaus in Dangast zu genießen. Im Anschluss geht es mit unserer Rundtour

weiter zum Varreler Hafen, wo Sie Kulinarisches entdecken können. Stöbern Sie auch gerne nach süßen Leckereien im Bahlsen Outlet. Kaltgetränke (Wasser, Cola, Piccolo) befinden sich an Bord. Eine Anmeldung ist erforderlich. Sollten keine Anmeldungen vorliegen wird der Kleinbus auch nicht am Busparkplatz stehen, bitte erkundigen Sie sich im Vorfeld in der Tourist-Information unter 04403-619159. Erwachsene: 50 Euro, Erwachsene mit Gästekarte: 48 Euro. Tickets www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Hafen Revue Theater –

Liebe, Last und Fracht

19.30 Uhr, Spiegelsaal im Alten Kurhaus

Im Bremer Hafen der 50er - zu einer Zeit, als Männer noch echte Kerle sein durften. Mittendrin Theodor, nach langer Seefahrt zurück an Land. Zwischen Stauern und Hafendirnen findet er Labskaus-Gerda und Korn-Hannes. Hin- und hergeworfen zwischen Weltanschauung und Walle, Matrosen und Matjes, beginnt für ihn die Suche nach seiner ewigen, großen Liebe. Eintritt: 25 Euro, Erwachsene mit Gästekarte: 23 Euro. Tickets: www.bad-zwischenahn-touristik.de/tickets

Sonntag, 18. Mai

Whisky-Wanderung

10 Uhr, Fähranleger im Kurpark

Sie erhalten bei der Whisky-Wanderung viele Informationen von unserem Gästeführer über das "Wasser des Lebens". Darüber hinaus erfahren Sie spannende Geschichten aus Bad Zwischenahn, u.a. zu ehemaligen Brennereien. Die Wanderung beginnt beim Fähranleger im Kurpark und führt Sie vorbei am Heimatmuseum Ammerländer Bauernhaus und über die Mooregebiete bis hin zum Museum in Specken. Während der Führung verkosten Sie verschiedene Whiskys und erfahren die Geschichten dahinter. Eine Tour, die rundum, sowohl für echte Genießer als auch für Whisky-Einsteiger, geeignet ist. Erwachsene: 50 Euro inkl. Verkostung von 6 verschiedenen Whiskysorten und Glashalterband. Tickets unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Tag des Offenen Gartens

11 Uhr, weitere Termine 2025: 22. Juni, 20. Juli, 17. August

An den Tagen des offenen Gartens laden verschiedene kleine und große Privatgärten im Ammerland dazu ein, entdeckt zu werden! Bummeln Sie durch liebevoll angelegte Gärten, tauschen Sie sich mit den

Garteneigentümerinnen und Garteneigentümern aus und lassen Sie sich von der Kreativität und Leidenschaft, die in jeder einzelnen Gartengestaltung steckt, inspirieren. Ob Sie auf der Suche nach neuen Ideen für Ihre eigene grüne Oase sind, Ableger seltener Pflanzenarten ergattern möchten oder einfach nur die vielfältige Pflanzenwelt bestaunen wollen – die Tage des offenen Gartens bieten für jeden Geschmack etwas. Genießen Sie die entspannte Atmosphäre, die malerische Umgebung und vielleicht sogar eine Tasse heißen Kaffee inmitten blühender Pracht. Jeder Garten hat seinen eigenen Charme und erzählt eine eigene Geschichte! Mehr Informationen: www.bad-zwischenahn-touristik.de

Rund ums Meer-Fahrt

15.30 bis 16.30 Uhr, Busparkplatz Mühle
Die Tour führt am Park der Gärten und dem Segelflugplatz in Rostrup vorbei in Richtung Dreibergen zum ehemaligen Standort der Burg Elmendorf. Dann geht es an parkähnlichen Baumschulen vorbei in Richtung Spielbank zur Produktionsstätte der „Rügenwalder Mühle“. Während der Fahrt werden Getränke kostenlos angeboten. Eine Anmeldung ist erforderlich. Sollten keine

Anmeldungen vorliegen wird der Kleinbus auch nicht am Busparkplatz stehen, bitte erkundigen Sie sich im Vorfeld in der Tourist-Information unter 04403-619159. Erwachsene: 20 Euro, Erwachsene mit Gästekarte: 18 Euro. Tickets unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Montag, 19. Mai

Kirchenführung:

St.-Johannes-Kirche u. St.-Marien-Kirche 15 bis 16.30 Uhr, St.-Johannes-Kirche

Die Kirchengemeinden bieten diese Führung an. Nach der Führung durch die mehr als 900 Jahre alte St.-Johannes-Kirche geht es weiter zur Besichtigung der modernen St.-Marien-Kirche. Der Eintritt ist frei.

Dienstag, 20. Mai

Unser Tipp: Leinen los!

Genießen Sie eine Seerundfahrt auf dem Zwischenahner Meer! Preise, Buchung und weitere Informationen unter: www.weisseflottezwischenahn.de oder Telefon: 04403 3056.

Mittwoch, 21. Mai

Bustour durch die Parklandschaft

10 Uhr, Busparkplatz Mühle

Wir nehmen Sie mit auf eine gemütliche und informative Busrundfahrt durch die Parklandschaft rund um Bad Zwischenahn. Unsere Gästeführer zeigen Ihnen die Perle des Ammerlandes - das Zwischenahner Meer -, die heimischen Baumschulen, Moore und Mühlen und die Produktionsstätte der Rügenwalder Mühle. Höhepunkt ist die Fahrt durch den 25 ha großen Rhododendronpark in Gristede mit über 1.000 Rhododendren. Bei der zweistündigen Busrundfahrt ist keine Pause vorgesehen. Unsere Gästeführer setzen unterschiedliche Themenschwerpunkte während der Route. Preis p.P. 15 Euro, mit Gästekarte 14 Euro. Tickets: www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Rund ums Meer-Fahrt

14 bis 15 Uhr und 15.30 bis 16.30 Uhr, Busparkplatz Mühle

Die Tour führt am Park der Gärten und dem Segelflugplatz in Rostrup vorbei in Richtung Dreibergen zum ehemaligen Standort der Burg Elmendorf. Dann geht es an parkähnlichen Baumschulen vorbei in Richtung

Anzeige



KAFFEE *und* KUCHEN

JEDEN SONNTAG

Wir spendieren
Ihnen eine Tasse Kaffee
oder Tee und
ein Stück Kuchen*.

Sonntags ab
14:00 Uhr



DIE SPIELBANK.
BAD ZWISCHENAHN

Ab 21 Jahren · Ausweispflicht · Glücksspiel kann süchtig machen · Hilfe unter: www.check-dein-spiel.de

*Solange der Vorrat reicht.



www.karriere-spielbank.de
www.spielbank-bad-zwischenahn.de

Spielbank zur Produktionsstätte der „Rügenwalder Mühle“. Während der Fahrt werden Getränke kostenlos angeboten. Eine Anmeldung ist erforderlich. Sollten keine Anmeldungen vorliegen wird der Kleinbus auch nicht am Busparkplatz stehen, bitte erkundigen Sie sich im Vorfeld in der Tourist-Information unter 04403-619159. Erwachsene: 20 Euro, Erwachsene mit Gästekarte: 18 Euro. Tickets unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

VdK - Gespräche am Nachmittag

**15 Uhr, Café & Hotel Plauderei,
Diekweg 46a, 26160 Bad Zwischenahn**

In dieser Veranstaltungsreihe des VdK-Ortsverbandes Bad Zwischenahn geht es immer um interessante Themen aus der Region, dem Sozialrecht oder der Gesellschaft. Der Referent berichtet bei Kaffee, Tee und Kuchen und steht für anschließende Diskussionen zur Verfügung. Kostenbeitrag Mitglieder 10 Euro und Nichtmitglieder 15 Euro. Anmeldungen unter Tel/WhatsApp 0157-36628575 oder ov-bad-zwischenahn@vdk.de



QiGong im Kurpark

18 Uhr, Kurpark hinter der Wandelhalle
QiGong Übungen aktivieren den gesamten Körper-Energiefluss und bewirken innere und äußere Ausgeglichenheit. Jeder kann ohne Vorkenntnisse die einfachen Körperbewegungen des QiGongs sofort mitmachen. Bequeme Kleidung und Schuhe sind empfehlenswert. Nur bei trockenem Wetter! Eintritt frei.

Freizeitgartenbau:

Der Bäuerliche Nutzgarten im Mai

18.30 Uhr, Niedersächsische Gartenakademie, Hogen Kamp 51, Rostrup
Der Bäuerliche Nutzgarten ist ein Schau-fenster für den Anbau von Kräutern, Gemüse und Obst für den eigenen Garten. Er kombiniert Nutzen mit Ästhetik, denn neben all den Köstlichkeiten bietet der Bäuerliche Nutzgarten auch eine bunte Blumenpracht mit Stauden und Sommerblumen. Ulrike Beltz gibt uns einen Einblick, was gerade zu tun ist und zeigt uns Tricks

bzw. Kniffe damit die Gartensaison gut läuft und die Ernte üppig ausfällt. Abschließend nehmen wir noch ein gemeinsames Erfrischungsgetränk und klären in gemütlicher Runde Ihre offenen Fragen. Preis pro Person 22 Euro. Mehr Infos unter: jasmin.wichmann@lwk-niedersachsen.de oder 04403 979622.

Kings Choir

20 Uhr, Spiegelsaal im Alten Kurhaus

Anlässlich einer Einladung des Deutschen Chorverbandes zum diesjährig stattfindenden Deutschen Chorfest in Nürnberg und dem Motto „Stimmen der Vielfalt“ begibt sich der Kings Choir aus Namibia auf eine Begegnungsreise durch Deutschland. Der Chor ist mit 35 chorisch gebildeten Stimmen besetzt und zeichnet sich durch hohe, musikalische Qualität aus. Kraftvolle Präsenz, tänzerische Elemente und Choreographien ergänzen die Performance des Chores. Der KINGS CHOIR feiert die ethnische Vielfalt. Englisch, Afrikaans, Damara/Nama, Oshiwambo, Otjihero, Deutsch, Setswana und mehrere andere Sprachen, die Namibia repräsentieren, gehören zum einzigartigen Klang des Chores. Erwachsene: 10 Euro, mit Gästekarte: 9 Euro. Tickets unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/tickets

Donnerstag, 22. Mai

Freizeitgartenbau:

Gartenfahrt in den Norden

7.30 Uhr, Niedersächsische Gartenakademie, Hogen Kamp 51, Rostrup

Nach anderthalb Stunden erreichen wir unser erstes Ziel: einen weitläufigen Garten auf einem alten Resthof, umgeben von Staudenbeeten. Neben einem Bauerngarten gibt es Heilpflanzenbeete und eine 9.000 m² große Blühwiese zu bestaunen. Nach dem Frühstück geht es weiter zu einem 5.000 m² Privatgarten mit üppigen Rhododendren, Gemüsegarten, Gewächshaus und Naturteich. Nur wenige Minuten entfernt erwartet uns ein Mittagessen, bevor wir einen Obsthof mit Plantagen besuchen. Der Seniorchef gibt spannende Einblicke in die Obstproduktion. Zum Abschluss erreichen wir den nördlichsten Garten der Tour, geführt von einer leidenschaftlichen Gärtnerin, die uns ihre grünen Schätze und Ideen präsentiert. Rückkehr zum Parkplatz P2 des Parks der Gärten gegen 19 Uhr. Preis pro Person 125 inkl. Verpflegung, Vorträge und Führungen. Euro. Mehr Infos unter: jasmin.wichmann@lwk-niedersachsen.de oder 04403 979622.

Kurkonzert

15 bis 17 Uhr, Freilichtbühne im Kurpark

Genießen Sie einen musikalischen Nachmittag mit Klavier, Cello und Violine. Bei schlechten Wetterverhältnissen findet das Kurkonzert im Spiegelsaal statt. Der Eintritt ist frei.

Deutsches Sportabzeichen

17.30 bis 19.30 Uhr,

Stadion Bad Zwischenahn

Training und die Abnahme des Sportabzeichens ab 6 Jahren: Einfach vorbeikommen und mitmachen – auch Urlauber sind herzlich willkommen. Die Teilnehmer*innen können jeweils aus mehreren Disziplinen auswählen (z. B. Leichtathletik, Schwimmen, Radfahren, Seilspringen, Turnen). Ansprechpartnerin: Claudia Friedrich, 0170-5345978.

Revital Salzgrotte „Freundinnen-Abend“

18 Uhr, Revital Salzgrotte, Mühlenstr. 24

Die Anmeldung ist erforderlich unter Tel. 04403 818765. Weitere Informationen:

www.saltzgrotte.biz



Abendradtour mit dem ADFC

18.30 Uhr, Treffpunkt am Langenhof, ZOB

Der ADFC trifft sich zum gemeinsamen Radeln. Je nach Wetter werden Strecken von rund 35 Kilometer abseits von dichtem Straßenverkehr durch die Parklandschaft Ammerland bei zügiger Geschwindigkeit gefahren. Gäste sind herzlich willkommen. Keine Teilnahmegebühr. Weitere Informationen unter Tel. 04403 1436.

Freitag, 23. Mai

QiGong im Kurpark

10 Uhr, Kurpark hinter der Wandelhalle

QiGong Übungen aktivieren den gesamten Körper-Energiefluss und bewirken innere und äußere Ausgeglichenheit. Jeder kann ohne Vorkenntnisse die einfachen Körperbewegungen des QiGongs sofort mitmachen. Bequeme Kleidung und Schuhe sind empfehlenswert. Nur bei trockenem Wetter! Eintritt: frei

Gesunde Ernährung „Getreide-Wertvolle Energiequelle“

**15 Uhr, Gesundheitshaus Seerose,
Seerosenweg 3**

Getreide ist seit Jahrtausenden ein Grundnahrungsmittel und eine wertvolle Energiequelle. Vollkornprodukte liefern wichtige Ballaststoffe, Vitamine und Mineralstoffe, die den Körper mit langanhaltender Energie versorgen und zu einem gesunden Lebensstil beitragen. Unsere zertifizierte Ernährungsberaterin (GGB) Kristina Lohrberg freut sich auf viele interessierte Kursteilnehmer! Anmeldung bitte (jeweils bis zum Mittwoch vor der Veranstaltung) unter Telefon: 04403 6026546 oder per E-Mail: k.lohrberg@gesundheitshaus-seerose.de Preis pro Person ohne eventuell anfallende Materialkosten: 15 Euro.

Samstag, 24. Mai



Rhododendren und ihre Begleiter im Park 9.30 bis 18 Uhr, Park der Gärten,

Passend zum Höhepunkt der Rhododendron- und Azaleenblüte veranstaltet der Verein zur Förderung der Gartenkultur e.V. ein Informationswochenende rund um diese vielfältige Pflanzengruppe im Park der Gärten. Die Besucher und Rhododendronfreunde können sich am Beratungsstand über alle Fragen zu dieser Pflanzengruppe informieren. Hier gibt es Hinweise und Informationsmaterial zur richtigen Standortwahl, zur Düngung und allgemeinen Pflege sowie zu Krankheiten und Schädlingen bei diesen Kulturen. Weitere Informationen zu Sorten, zu kalkverträglichen Rhododendron-Unterlagen und zur umfangreichen Literatur ergänzen die Beratung. Ein Sortiment von Alpenrosen und Begleitpflanzen wird zum Verkauf angeboten. Im Parkeintritt enthalten. Weitere Informationen unter: www.park-der-gaerten.de

Ortsspaziergang

10 Uhr, Mühle im Kurpark

Unsere Gästeführer heißen Sie in Bad Zwischenahn herzlich willkommen. Erleben Sie einen unterhaltsamen und informativen Spaziergang von der Mühle zur Johannes-

Kirche bis zum Ammerländer Bauernhaus. Auch ein Blick hinein darf natürlich nicht fehlen. Unsere Gästeführer zeigen Ihnen die schönsten Orte, erzählen Ihnen spannende Geschichten und verraten Ihnen das ein oder andere Geheimnis. Erwachsene 9 Euro, mit Gästekarte 8 Euro. Eine Teilnahme ist auch ohne Anmeldung möglich. Tickets unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Küste, Genuss & Shopping

13 bis 16.30 Uhr Busparkplatz Mühle

Erleben Sie einen wunderschönen Ausflug an die Nordseeküste mit unserem 8-Sitzerbus. Lassen Sie sich die frische Meeresbrise um die Nase wehen! Sie haben die Möglichkeit den köstlichen Kuchen im berühmten Kurhaus in Dangast zu genießen. Im Anschluss geht es mit unserer Rundtour weiter zum Varreler Hafen, wo Sie Kulinarisches entdecken können. Stöbern Sie auch gerne nach süßen Leckereien im Bahlsen Outlet. Kaltgetränke (Wasser, Cola, Piccolo) befinden sich an Bord. Eine Anmeldung ist erforderlich. Sollten keine Anmeldungen vorliegen wird der Kleinbus auch nicht am Busparkplatz stehen, bitte erkundigen Sie sich im Vorfeld in der Tourist-Information

unter 04403-619159. Erwachsene: 50 Euro, Erwachsene mit Gästekarte: 48 Euro. Tickets unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Sonntag, 25. Mai

Rad-Tagestour nach Leer

9 bis ca. 19 Uhr, Langenhof, ZOB

Die erste Kurzpause auf dem Weg nach Leer ist in Goldensholt. Über das Goldensholter Tief erreichen wir den Barßeler Hafen. Entlang der Ledda fahren wir über die schmalste Autobrücke Europas nach Leer. In Leer werden wir uns ca. 90 Minuten aufhalten. Eine gemeinsame Mittagseinkauf ist nicht geplant (Selbstverpflegung). Nach einer Pause z.B. im Inselgarten in Leer, besteht die Möglichkeit einen gemeinsamen kleinen Rundgang durch die Altstadt unternehmen. Auf dem Rückweg überqueren wir die Jümme mit einer handgezogenen Wagenfähre, zu einer Kaffeepause einkehren. Nach insgesamt ca. 100 km erreichen wir zwischen 18:30 und 19 Uhr den ZOB in Bad Zwischenahn. Wir fahren in zügigem Tempo zwischen 18 und 22 km/Std. Teilweise fahren wir über schmale Schotterwege, daher ist die Tour für Liegeräder und Fahrräder

Anzeige

**Ihr Kompetenzzentrum für
Plastische & Ästhetische Chirurgie**

Rundum gut versorgt in besonderem Ambiente:

- Lidstraffung und Tränensackkorrektur
- Filler- und Faltenbehandlung
- Facelift / Mini-Facelift
- Fettabsaugung, Brustkorrekturen und mehr

Dr. Michael Wrobel
Peterstr. 6 | 26160 Bad Zwischenahn
Tel.: 04403 6020394 | www.juventis.de

mit Anhänger nicht geeignet. Gäste sind herzlich willkommen. Weitere Informationen unter Tel. 04403 1436.

Rhododendren und ihre Begleiter im Park 9.30 bis 18 Uhr, Park der Gärten, Elmendorfer Straße 40, Rostrup

Passend zum Höhepunkt der Rhododendron- und Azaleenblüte veranstaltet der Verein zur Förderung der Gartenkultur e.V. ein Informationswochenende rund um diese vielfältige Pflanzengruppe im Park der Gärten. Die Besucher und Rhododendronfreunde können sich am Beratungsstand über alle Fragen zu dieser Pflanzengruppe informieren. Hier gibt es Hinweise und Informationsmaterial zur richtigen Standortwahl, zur Düngung und allgemeinen Pflege sowie zu Krankheiten und Schädlingen bei diesen Kulturen. Weitere Informationen zu Sorten, zu kalkverträglichen Rhododendron-Unterlagen und zur umfangreichen Literatur ergänzen die Beratung. Ein Sortiment von Alpenrosen und Begleitpflanzen wird zum Verkauf angeboten. Im Parkeintritt enthalten. Weitere Informationen unter: www.park-der-gaerten.de

Führung

„Das blühende Sortiment erleben“

15 Uhr, Park der Gärten, Treffpunkt: Gartentreff der Nds. Gartenakademie.

Der Leiter des Parks Björn Ehsen führt durch die Rhododendronsammlung im Park der Gärten. Im Parkeinritt enthalten.

Rund ums Meer-Fahrt

15.30 bis 16.30 Uhr, Busparkplatz Mühle

Die Tour führt am Park der Gärten und dem Segelflugplatz in Rostrup vorbei in Richtung Dreibergen zum ehemaligen Standort der Burg Elmendorf. Dann geht es an parkähnlichen Baumschulen vorbei in Richtung Spielbank zur Produktionsstätte der „Rügenwalder Mühle“. Während der Fahrt werden Getränke kostenlos angeboten. Eine Anmeldung ist erforderlich. Sollten keine Anmeldungen vorliegen wird der Kleinbus auch nicht am Busparkplatz stehen, bitte erkundigen Sie sich im Vorfeld in der Tourist-Information unter 04403-619159. Erwachsene: 20 Euro, Erwachsene mit Gästekarte: 18 Euro. Tickets www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Montag, 26. Mai

Kirchenführung:

St.-Johannes-Kirche u. St.-Marien-Kirche

15 bis 16.30 Uhr, St.-Johannes-Kirche

Die Kirchengemeinden bieten diese Füh-

rung an. Nach der Führung durch die mehr als 900 Jahre alte St.-Johannes-Kirche geht es weiter zur Besichtigung der modernen St.-Marien-Kirche. Der Eintritt ist frei.

Dienstag, 27. Mai

Save the date!

Am kommenden Freitag startet die Open-Air-Saison am Zwischenahner Meer mit „Musik im Park Vom 30. Mai bis zum 1. Juni 2025 präsentieren sich auf der Terrasse hinter der Wandelhalle unterschiedliche Künstler und verschiedene Musik-Genres. Freuen Sie sich auf einen bunten, musikalischen Mix! Der Eintritt ist frei. Mehr Infos unter: www.bad-zwischenahn-touristik.de/mip

Mittwoch, 28. Mai

Bustour durch die Parklandschaft

10 Uhr, Busparkplatz Mühle

Wir nehmen Sie mit auf eine gemütliche und informative Busrundfahrt durch die Parklandschaft rund um Bad Zwischenahn. Unsere Gästeführer zeigen Ihnen die Perle des Ammerlandes - das Zwischenahner Meer -, die heimischen Baumschulen, Moore und Mühlen und die Produktionsstätte der Rügenwalder Mühle. Höhepunkt ist die Fahrt durch einen 25 ha großen Rhododendronpark in Gristede mit über 1.000 Rhododendren. Bei der zweistündigen Busrundfahrt ist keine Pause vorgesehen. Unsere Gästeführer setzen individuell unterschiedliche Themenschwerpunkte während der Route. Preis pro Person 15 Euro, mit Gästekarte 14 Euro. Tickets www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Kneipp - Klöntreff

14.30 - 16.30 Uhr,

Gemeindezentrum, Fährweg 12

Gäste sind herzlich willkommen. Und das sollten Sie mitbringen: Vorfreude auf ein gemütliches, jeweils themenbezogenes Beisammensein mit Kaffee/Tee und Kuchen und netten Gesprächen. Kostenbeitrag: 6 Euro pro Person. Anmeldung - bitte bis 3 Tage vor Veranstaltungsbeginn - bei Regina Kaltenborn-Bartsch, Telefon: 0177 3311026.

Rund ums Meer-Fahrt

14 bis 15 Uhr und 15.30 bis 16.30 Uhr,

Busparkplatz Mühle

Die Tour führt am Park der Gärten und dem Segelflugplatz in Rostrup vorbei in Richtung Dreibergen zum ehemaligen Standort der Burg Elmendorf. Dann geht es an parkähnlichen Baumschulen vorbei in Richtung

Spielbank zur Produktionsstätte der „Rügenwalder Mühle“. Während der Fahrt werden Getränke kostenlos angeboten. Eine Anmeldung ist erforderlich. Sollten keine Anmeldungen vorliegen wird der Kleinbus auch nicht am Busparkplatz stehen, bitte erkundigen Sie sich im Vorfeld in der Tourist-Information unter 04403-619159. Erwachsene: 20 Euro, Erwachsene mit Gästekarte: 18 Euro. Tickets unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop



Waldbaden

17 Uhr, Waldparkplatz,

Köntjeweg/Gristeder Straße

Der Begriff Waldbaden leitet sich vom japanischen Wort „Shirin Yoku“ ab, was frei übersetzt so viel heißt wie „baden in der Waldatmosphäre“. Oder vereinfacht auch „Waldbaden“. Das Shirin Yoku ist seit den 80er Jahren in Japan eine anerkannte Heilmethode. Kosten: 15 Euro inkl. einer kleinen Überraschung. Das Waldbaden findet auch bei schlechtem Wetter statt, also denken Sie an wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk. Tickets www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

QiGong im Kurpark

18 Uhr, Kurpark hinter der Wandelhalle

QiGong Übungen aktivieren den gesamten Körper-Energiefluss und bewirken innere und äußere Ausgeglichenheit. Jeder kann ohne Vorkenntnisse die einfachen Körperbewegungen des QiGongs sofort mitmachen. Bequeme Kleidung und Schuhe sind empfehlenswert. Nur bei trockenem Wetter! Eintritt: frei.

Donnerstag, 29. Mai

Unser Tipp:

Genießen Sie den heutigen Feiertag entspannt in der Natur. Vielleicht bei einer Radtour durch die blühende Rhododendrenlandschaft oder bei einem entspannten Abendspaziergang am Zwischenahner Meer?

Freitag, 30. Mai

QiGong im Kurpark

10 Uhr, Kurpark hinter der Wandelhalle

QiGong Übungen aktivieren den gesamten Körper-Energiefluss und bewirken innere und äußere Ausgeglichenheit. Jeder kann ohne Vorkenntnisse die einfachen Körperbewegungen des QiGongs sofort mitmachen. Bequeme Kleidung und Schuhe sind empfehlenswert. Nur bei trockenem Wetter! Eintritt frei.



Führung „Moor erleben“

15 Uhr, Torfspitt Kayhausen

(Ecke Lüneborger Damm/Sonnentauweg)

Es erwartet Sie eine schaurig-schöne Führung durch das Kayhauser Moor. Unsere Gästeführerin weilt Sie in die Geschichte des Moores und die Geheimnisse entlang der Renaturierungsbecken, der Bodenstation Moor sowie des faszinierenden Fundes einer Moorleiche ein. Eintritt: 8 Euro pro Person. Tickets unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Musik im Park – Mr. Moonlight Trio

19.30 bis 22 Uhr, Freilichtbühne im Kurpark

Das Mr. Moonlight Trio bietet ein mitreißendes Live-Musik-Erlebnis mit Saxofon, Akustikgitarre, mobilem Schlagzeug und erstklassigem Gesang. Ihr Repertoire umfasst groovige Livemusik zum Lauschen, Genießen, Mitsingen und Feiern, was für perfekte Stimmung sorgt. Verstärkt mit hochwertiger, mobiler Tontechnik für den optimalen „Street-Sound“ ist die Band auf der gesamten Location unterwegs und erreicht damit einen großen Zuhörer- und Zuschauerkreis. Der Eintritt ist frei.

www.bad-zwischenahn-touristik.de/mip

Samstag, 31. Mai

Ortsspaziergang

10 Uhr, Mühle im Kurpark

Unsere Gästeführer heißen Sie in Bad Zwischenahn herzlich willkommen. Erleben Sie einen unterhaltsamen und informativen Spaziergang von der Mühle zur Johanneskirche bis zum Ammerländer Bauernhaus.

Auch ein Blick hinein darf natürlich nicht fehlen. Unsere Gästeführer zeigen Ihnen die schönsten Orte, erzählen Ihnen spannende Geschichten und verraten Ihnen das ein oder andere Geheimnis. Erwachsene 9 Euro, mit Gästekarte 8 Euro. Eine Teilnahme ist auch ohne Anmeldung möglich. Tickets unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Küste, Genuss & Shopping

13 bis 16.30 Uhr Busparkplatz Mühle

Erleben Sie einen wunderschönen Ausflug an die Nordseeküste mit unserem 8-Sitzerbus. Lassen Sie sich die frische Meeresbrise um die Nase wehen! Sie haben die Möglichkeit den köstlichen Kuchen im berühmten Kurhaus in Dangast zu genießen. Im Anschluss geht es mit unserer Rundtour weiter zum Varreler Hafen, wo Sie Kulinarisches entdecken können. Stöbern Sie auch gerne nach süßen Leckereien im Bahlsen Outlet. Kaltgetränke (Wasser, Cola, Piccolo) befinden sich an Bord. Eine Anmeldung ist erforderlich. Sollten keine Anmeldungen vorliegen wird der Kleinbus auch nicht am Busparkplatz stehen, bitte erkundigen Sie sich im Vorfeld in der Tourist-Information unter 04403-619159. Erwachsene: 50 Euro, Erwachsene mit Gästekarte: 48 Euro. Tickets unter www.bad-zwischenahn-touristik.de/shop

Musik im Park – Jonas Green

14 bis 16 Uhr, Freilichtbühne im Kurpark

Jonas Green, der Singer/Songwriter aus Rastede, alias Björn Theilen, begeistert seit seiner Jugend mit seiner Musik. Mit einer Leidenschaft für die besten Songs der 70er Jahre bis heute steht bei ihm die Kunst des Covers im Mittelpunkt. Besonders beeindruckend ist seine Fähigkeit, verschiedene Instrumente wie Gitarre, Piano, Bass und Drums virtuos in seinen Auftritten zu vereinen. Mithilfe einer Loopstation erschafft Jonas Green ein so facettenreiches Klangbild, dass es klingt, als stünde eine ganze Band auf der Bühne. Der Eintritt ist frei.

www.bad-zwischenahn-touristik.de/mip

Märchenstunde für Kinder

15 Uhr, Revital Salzgrotte, Mühlenstr. 24

Die Anmeldung ist erforderlich unter Tel. 04403 818765. Weitere Informationen:

www.salzgrotte.biz

Musik im Park – aKUSTIK HELDEN

16.30 bis 18.30 Uhr,

Freilichtbühne im Kurpark

Bereits seit 2012 haben die Akustik Helden es sich zum Ziel gemacht, bekannte Musik-

stücke neu und aufregend zu interpretieren. Darum begleiten sie ihren dreistimmigen Gesang ausschließlich mit Klavier, akustischer Gitarre und Cajon. Alle Mitglieder des Trios sind erfahrene Musiker aus bekannten Cover-Bands wie Billboard, Impuls, ReCartney oder 30 Grad im Schatten und verstehen es, ein Publikum zu begeistern. Der Eintritt ist frei.

www.bad-zwischenahn-touristik.de/mip

Musik im Park – Buddy & Soul

19.30 bis 18.30 Uhr,

Freilichtbühne im Kurpark

Freuen Sie sich auf Buddy & Soul, ein Duo, das seit über 20 Jahren mit authentischer und vielseitiger Livemusik begeistert. Mit Humor und augenzwinkernden Parodien bekannter Pop- und Rockgrößen sorgen sie für beste Unterhaltung. Ihre Auftritte sind eine Mischung aus Partykrachern, Entertainment und Gänsehautmomenten. Erleben Sie Holger Bürgel (alias Buddy) und Calle Meinert (alias Soul) live auf der Bühne und lassen Sie sich mitreißen! Der Eintritt ist frei. www.bad-zwischenahn-touristik.de/mip



Zu Gast im Park –

Tom Twers „Perfekt für dich“ Tour 2025

19.30 Uhr, Park der Gärten

Tom Twers ist ein Phänomen, das die Musikszene überrascht und inspiriert. Seine unermüdliche Hingabe zur Musik und der mutige Aufbau seiner Karriere auf eigene Faust zeichnen ihn aus. Wir könnten noch viel mehr zu ihm schreiben, doch eins ist sicher: Die aufregendsten und erfolgreichsten Momente hält die Zukunft noch bereit.

Tickets: www.mitunskannmanreden.de

Spargelröllchen

Endlich bricht die leckere Jahreszeit wieder an: die Spargelzeit! Passend dazu haben uns die Landfrauen des Ortsvereins Bad Zwischenahn ein Rezept zukommen lassen, das perfekt passt und dabei einen Klassiker völlig neu interpretiert. Wir wünschen viel Spaß beim Nachkochen und vor allem beim Verzehr!

Zutaten für 4 Personen:

1,5 kg weißer Spargel
200 g gekochter Schinken
(dünne Scheiben)
150 g Kräuterfrischkäse
1 Bund Schnittlauch
1 Ei
200 ml Milch
80 g fein geriebener Parmesan
50 g Reibekäse



Zubereitung

Den Spargel schälen, holzige Enden abschneiden und in Salzwasser ca. 10 Minuten kochen. In der Zwischenzeit den Schnittlauch waschen und in feine Röllchen schneiden, den Ofen auf 200 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Den Schinken mit etwas Kräuterfrischkäse bestreichen, 3 bis 4 Stangen Spargel damit einwickeln und in eine Auflaufform legen.

Die Hälfte des Schnittlauchs mit dem restlichen Frischkäse, Ei, Milch und dem Parmesan verrühren und mit Pfeffer und Salz würzen. Die Masse über die Spargelröllchen gießen. mit dem Reibekäse bestreuen und im heißen Ofen 20 bis 25 Minuten überbacken. Anschließend mit dem restlichen Schnittlauch bestreuen und mit Butterkartoffeln servieren.



Guten Appetit!

Sportliches Superfood: Spargel

Der gesunde und vitalisierende Frühlings-Fitmacher

Die Spargelsaison ist kurz: Lediglich von Mitte April bis Mitte Juni werden die gesunden Stangen geerntet. Ob einem die weißen oder grünen besser schmecken, muss jeder für sich selbst entscheiden. Generell kann man aber sagen, dass der grüne Spargel mehr Vitamin C und Folsäure enthält. Ein weiterer Vorteil gegenüber seinem weißen Kollegen ist, dass er nicht geschält werden muss. Gesund sind aber definitiv

beide Versionen. Neben Ballaststoffen enthält der Spargel noch viele weitere sekundäre Pflanzenstoffe, die sich positiv auf die Darmgesundheit auswirken. Spargel besteht zwar zu 93 Prozent aus Wasser, ist aber reichhaltig an Mineralstoffen. Als erstes muss hier Kalium genannt werden, das gut für den Blutdruck und für die Nervenleitfähigkeit verantwortlich ist. Die gesundheitlichen Vorteile des Spargels sind eben vielfältig.

Highlights

am Zwischenahner Meer



Liebe, Last und Fracht



17. Mai, 19.30 Uhr



Altes Kurhaus



25€ | 23€ mit Gästekarte



FrauenVocale!



07. Juni, 19.30 Uhr



Altes Kurhaus



15€ | 12€ mit Gästekarte



Una Noche Argentina



22. Juli, 19.30 Uhr



Wandelhalle



18€ | 16€ mit Gästekarte



Tenöre4You



28. Juli, 19.30 Uhr



Wandelhalle



24€

Helene Fischer Tribute Show

„Herzbeben“ der besonderen Art erleben. Freuen Sie sich auf eine "atemlos", professionelle Bühnenperformance und Helene's größte Hits!

Lassen Sie sich verzaubern von einer energiegeladenen Double-Show und lauschen Sie den Klängen ihrer ausdrucksstarken Stimme.



30. August



19.30 Uhr



Wandelhalle



25€ | 23€ mit Gästekarte



www.bad-zwischenahn-touristik.de/tickets

Rhododendron-Event lockt mit üppigem Blütenmeer

Expertentipps und Verkauf am 24. und 25. Mai im Park der Gärten

Die Rhododendron- und Azaleenblüte gehört zu den jährlichen Höhepunkten im Gartenjahr des Nordwestens. Zur vollen Blütezeit im Mai lädt der Verein zur Förderung der Gartenkultur e. V. zu einem besonderen Wochenende rund um diese beeindruckende Pflanzengruppe ein. Unter dem Motto „Rhododendron und ihre Begleiter“ öffnet der Park der Gärten in Bad Zwischenahn am Samstag und Sonntag, 24. und 25. Mai 2025, von 9.30 bis 18.00 Uhr seine Tore für alle Liebhaber der Alpenrosen. Am Pavillon des Fördervereins haben Besucher die Gelegenheit, die faszinierende Vielfalt dieser Pflanzen zu entdecken und sich umfassend beraten zu lassen. Fachleute demonstrieren an beiden Tagen, wie Rhododendron vermehrt und veredelt werden – auf Wunsch können Besucher sogar ihre eigene „Wunschrhododendron“ veredeln lassen und mit nach Hause nehmen.

Expertenwissen rund um Standortwahl und Pflege

Rhododendron und Azaleen sind mit ihren üppigen Blüten und immergrünen Blättern eine echte Bereicherung für jeden Garten. Neben umfassenden Informationen zur idealen Standortwahl stehen Themen wie Düngung, Schnittmaßnahmen und allgemeine Pflegetipps im Fokus. Auch für Herausforderungen wie Krankheiten oder Schädlingsbefall bieten die Experten hilfreiche Ratschläge. Ergänzend gibt es Wissenswertes zu kalkverträglichen Rhododendron-Unterlagen sowie eine Auswahl an Fachliteratur.

Pflanzenverkauf und Begleitstauden für Rhododendron

Ein besonderes Highlight ist der Pflanzenverkauf: Mitglieder des Fördervereins bieten eine breite Auswahl an Rhododendron an – von bewährten älteren Sorten bis hin zu faszinierenden Neuzüchtungen mit außergewöhnlichen Blüten- und Blattfarben. Zusätzlich hält die Staudengärtnerei Wichmann ein Sortiment an Stauden bereit, die sich hervorragend als Begleitpflanzen für Rhododendron eignen.

Führung: Blühende Vielfalt im ältesten Parkbereich

Am Sonntag um 15.00 Uhr lädt der gärtnerische Leiter des Parks, Björn Ehsen, zu einer besonderen Führung ein: „Das blühende Rhododendronsortiment im Park“. Dabei führt er durch den ältesten Teil des Parks, wo neben bewährten Klassikern auch neuere, besonders robuste und blühfreudige Rhododendron-Sorten vorgestellt werden. Treffpunkt für die Führung ist der Gartentreff am Glashaus.

Gartenberatung durch die Niedersächsische Gartenakademie

Zusätzlich bietet die Niedersächsische Gartenakademie am Sonntag von 13.00 bis 16.00 Uhr im Gartentreff Beratung zu allgemeinen Gartenfragen an.

Weitere Informationen über den Park und die Veranstaltungen unter: www.park-der-gaerten.de



Wortsuchrätsel!

T	R	V	A	M	V	M	F	C	R	S	H	J	E
I	A	D	M	A	M	O	I	T	K	R	R	W	Q
O	D	N	A	I	U	K	S	I	X	H	W	H	I
O	L	I	S	B	U	E	C	X	H	O	C	G	K
M	E	Q	I	A	V	J	H	U	I	D	J	X	I
C	R	T	L	U	U	E	B	V	L	O	H	J	A
U	B	R	E	M	K	C	R	W	R	B	L	D	N
Z	I	U	N	R	I	O	O	Z	P	L	R	F	C
J	N	B	T	F	C	O	E	D	I	U	N	S	H
W	G	N	P	O	D	A	T	Q	U	E	P	X	J
K	O	I	A	O	D	K	C	T	V	T	T	N	T
V	F	P	R	Y	N	M	H	Z	I	E	Y	G	E
D	N	N	T	M	M	E	E	R	L	A	U	F	U
K	D	R	Y	G	J	T	N	H	S	B	N	A	B

**Finden Sie die sechs versteckten Wörter?
Die gesuchten Wörter bestehen aus mindestens sechs Buchstaben!**

Schicken Sie Ihre Antworten bis zum **14.05.2025** an die Bad Zwischenahner Touristik GmbH **bitte ausschließlich per E-Mail** an:

gewinnspiel@bad-zwischenahn-touristik.de

Dieser Gewinn wartet auf Sie:

Ein Gutschein für eine Jahreskarte 2025 für den Park der Gärten in Bad Zwischenahn.

Beim letzten **Bilderrätsel** haben wir folgende vier Orte gesucht: "Freilichtbühne im Kurpark", "Tourist-Information", "Historischer Bargfred" und "Janosch-Spielplatz".

Gewonnen hat:

A. Hufenreuther aus Hatten
(Jahreskarte 2025 für den Park der Gärten)

Herzlichen Glückwunsch!

IMPRESSUM

HERAUSGEBER:

Bad Zwischenahner Touristik GmbH
Unter den Eichen 18, 26160 Bad Zwischenahn

VERANTWORTLICHE REDAKTEURE:

Adrian Schuster, Telefon: 04403 61-9155
E-Mail: a.schuster@bad-zwischenahn-touristik.de

Anja Bühring, Telefon: 04403 61-9786
E-Mail: a.buehring@bad-zwischenahn-touristik.de

VERANTWORTLICH / ANZEIGENTEIL:

Bad Zwischenahner Touristik GmbH
Unter den Eichen 18, 26160 Bad Zwischenahn
Adrian Schuster, Telefon: 04403 61-9155

SATZ & LAYOUT:

Adrian Schuster, Telefon: 04403 61-9155
E-Mail: a.schuster@bad-zwischenahn-touristik.de

DRUCK:

Lenz Druck, Bohnenkampsweg 29, 51371 Leverkusen
www.lenzdruck.de

Vertrieb über die Bad Zwischenahner Touristik GmbH. Die Auslage erfolgt in Geschäften, öffentlichen Einrichtungen sowie gastronomischen Betrieben in Bad Zwischenahn. Auslage in Hotels und Ferienwohnungen sowie bei Inserenten. Abo-Service. Nachdruck nur mit Quellenangabe.

Für den Nachdruck von signierten Beiträgen ist die Genehmigung des Verfassers erforderlich. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos wird keine Gewähr übernommen.

Wir sind für Sie da!

Gerne beraten wir Sie und stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite.

Persönlich von **Montag bis Freitag, 10 bis 13 Uhr und 14 bis 17 Uhr, ab Mai auch Samstags von 10 bis 14 Uhr**, in der Tourist-Information, Auf dem Hohen Ufer 24.

Telefon: 04403 61-9159

E-Mail: info@bad-zwischenahn-touristik.de

Besuchen Sie auch unsere Homepage:
www.bad-zwischenahn-touristik.de

sowie unsere Social-Media-Kanäle:
Facebook & Instagram: @badzwischenahn

Wir freuen uns über Ihr Feedback und Ihre Anregungen!
www.bad-zwischenahn-touristik.de/feedback

Ihre Anzeige...

...in unserem Magazin „Meer & Flair“. **Jetzt buchen!**

Ihr Ansprechpartner: Adrian Schuster

Telefon: 04403 61-9155

E-Mail: a.schuster@bad-zwischenahn-touristik.de



Die perfekte Welle am Zwischenahner Meer

Das Wellenbad am Meer in Bad Zwischenahn sorgt mit seinen Wellen für ein echtes Meergefühl. Großzügige Liegeflächen und ein großer Whirlpool laden zum Entspannen ein.

- 1 Meter hohe **Brandungswellen**
- Großer **Whirlpool**
- **Wasserspielbereich** für die Kleinsten
- **Soleaußenbecken** mit Meerblick

NEU! Jetzt Kurse buchen!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Kurbetriebsgesellschaft Bad Zwischenahn mbH



Unter den Eichen 18 • 26160 Bad Zwischenahn



04403 619 684



info@wellenbad-am-meer.de

www.wellenbad-am-meer.de