

Inhalt



16

Stand-up-Paddling ist ein moderner Sport, den man auch im Rheinland sehr gut ausüben kann.



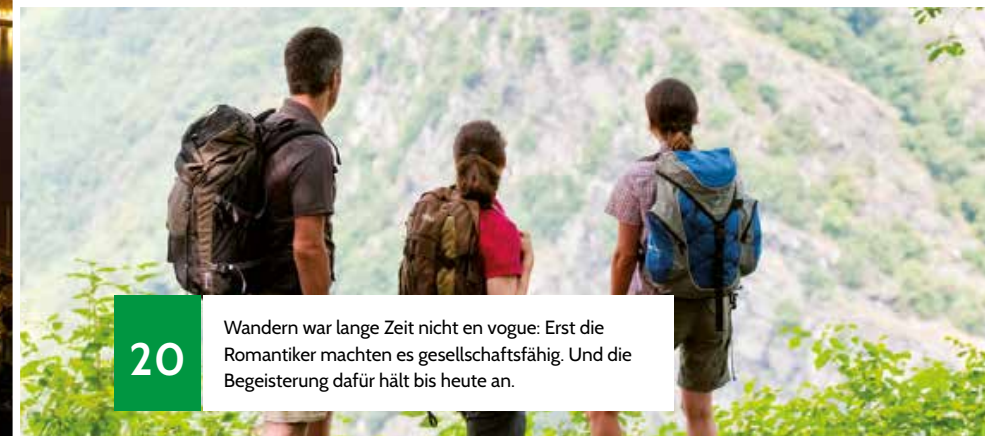
66

200 Jahre Festungsstadt: Koblenz feiert die Geschichte seiner Verteidigungsbauwerke.



42

Durch Upcycling entstehen aus Altem Unikate, denen man ihr Vorleben oft nicht ansieht.



20

Wandern war lange Zeit nicht en vogue: Erst die Romantiker machten es gesellschaftsfähig. Und die Begeisterung dafür hält bis heute an.

Inhalt

mein RHEINLAND Sommer 2017

AKTUELLES

- 6 **Interessantes rund ums Rheinland**
Von starken Frauen, Socken und Stahl

PERSÖNLICH

- 12 **„Erfolg beginnt im Kopf“**
Gedächtnistrainer Oliver Geisselhardt und seine Methode

AKTIV LEBEN

- 16 **Surfen ohne Wind und Wellen**
Stand-up-Paddling ist populär und leicht zu lernen
- 20 **Wandern – von der Notwendigkeit zum Freizeitvergnügen**
Wie die Romantiker einen Trend schufen

ARS VIVENDI

- 26 **Lachs, Zander und Co.**
Drei lecker-leichte Rezepte zum Nachkochen

WIRTSCHAFT

- 32 **2000 Jahre Industriegeschichte am Rhein**
Kölner Fabrikgebäude und ihre neuen Aufgaben
- 40 **Die Domstadt als Wiege der Weltmotorisierung**
Interview mit Walter Buschmann
- 42 **Wie Phönix aus der Asche**
Abfall zu Design gemacht

AUF DEN SPUREN

- 48 **Die sichere Insel in Hausnummer 7**
Psychosoziales Zentrum hilft traumatisierten Flüchtlingen
- 54 **Bestehendes bewahren, Neues schaffen**
Schloss Wissen ist seit 16 Generationen im Familienbesitz

ERLEBEN

- 58 **Highlights unter freiem Himmel**
Vielfältiges Open-Air-Freizeitangebot
- 66 **Eine Eroberung mit friedlichen Mitteln**
Festungsbaukunst in Koblenz

Tiefenfoto: www.lufthelden.de

- 72 **Einkehr mit Ausblick**
Speisen auf hübschen Terrassen
- 80 **„Film ab!“ an der frischen Luft**
Open-Air-Kinos in der Region
- 82 **Kirmes-Event zu Ehren der heiligen Adelheid**
650 Jahre Pützchens Markt
- 86 **Ein Wochenende in ... der Eifel**
Wechselspiel der Elemente
- 92 **Entschleunigung auf vier Rädern**
Mit dem Reisemobil durch den Kreis Kleve
- 98 **Nostalgie im „Vulkan-Expres“**
Eine Fahrt mit der Schmalspurbahn
- 104 **Eine Fotokünstlerin und ihr Lebensprojekt**
Katharina Mayer porträtiert Familien
- 108 **Veranstaltungskalender**
Tipps, Termine, Ausstellungen
- 119 **Für Sie entdeckt**
Buchtipps & Apps

UNVERGESSEN

- 120 **Palast-Revolution**
1977 verfolgten Millionen die erste Rockpalast-Nacht
- 121 **Ein Buchhändler sorgt für Furore**
Gerhard Ludwig eröffnete den ersten Taschenbuchladen Deutschlands

RUBRIKEN

- 3 **Editorial**
- 118 **Kreuzworträtsel**
- 122 **Impressum**
- 122 **Vorschau**

See Park
Ihr Hotel & SPA
zum Wohlfühlen

- 3 Tage Wellness ab 184,50 €
inkl. Hotelaufenthalt
- See Park-Wohlfühlzeit 79,90 €
Wellnesstag mit Beauty- & Massageanwendungen



See Park Janssen
Danziger Str. 5 | 47608 Geldern
Tel.: + 49 (0) 28 31 · 92 92 88
www.seepark.de