

„WIR DRUCKEN – SIE ENTSPANNEN!“



Der bequemste Weg zu Ihrem Druckprodukt: www.dvdruckbietigheim.de

Verkaufen Sie JETZT mit hohem ERLÖS!

GOLDANKAUF
an der Enz
EDELMETALLHANDEL

SOFORT BARGELD!

Vaihinger Fußgängerzone – direkt gegenüber Kreissparkasse! ☎ 07042 9665796



„WIR DRUCKEN – SIE ENTSPANNEN!“



Der bequemste Weg zu Ihrem Druckprodukt: www.dvdruckbietigheim.de

WOCHENBLATT für Bietigheim-Bissingen und für Asperg, Besigheim, Bönnigheim, Brackenheim, Cleebronn, Erligheim, Freiberg, Freudental, Gemmrigheim, Hessigheim, Ingersheim, Kirchheim, Löchgau, Markgröningen, Mundelsheim, Oberriexingen, Pleidelsheim, Sachsenheim, Sersheim, Tamm, Vaihingen, Walheim. **STADTANZEIGER** für Sachsenheim und Bönnigheim. | **Kombiauflage 101.000 Ex.**

THEMEN, TIPPS, AKTUELLES. DER REGION VERBUNDEN.

Donnerstag, 8. Januar 2026

DIE RUNDSCHAU

www.die-rundschau.de

Festliche Musik für Trompete und Orgel

Konzert Thomas Reiner und Jürgen Benkö geben ein Neujahrskonzert.

Bietigheim-Bissingen. Ein festliches Konzert im Rahmen der Kirchenmusik an Sankt Laurentius Bietigheim geben Thomas Reiner (Trompete) und Jürgen Benkö (Orgel) am Sonntag, 11. Januar, um 18 Uhr.

Thomas Reiner tritt weltweit als Konzertsolist auf und arbeitet als Hochschuldozent. Mit seinem unverwechselbaren Klang ist er mittlerweile ein großer Name in der Trompeten-Szene.

Sein Duopartner Jürgen Benkö ist Dekanatskirchenmusiker an der Sankt Laurentiuskirche in Bietigheim. Neben seiner umfangreichen Arbeit als Kirchenmusiker, Chorleiter und Dirigent konzertiert er regelmäßig im In- und Ausland.

Der musikalische Schwerpunkt des Duos ist die Barockmusik. Der

Reiz liege in der frischen und entstaubten Interpretation bekannter und weniger bekannter barocker Meister, wie es in einer Mitteilung heißt. Nicht nur das gemeinsame hohe technische Niveau bestechen, sondern die beiden Musiker zeigten auch ein traumwandlerisches Gespür dafür, wie man heute barocke Musik für den Zuhörer zu einem Klangerlebnis mit besonderer Brillanz aufbereiten kann.

Aufgeführt werden Kompositionen von Jeremiah Clarke (1674 – 1707), Giuseppe Tartini (1692 – 1770), Johann Georg Knechtel (1710 – 1773), Antonio Vivaldi (1678 – 1741), und Georg Friedrich Händel (1685 – 1759). Des Weiteren werden interessante Solo-Orgelwerke zu hören sein.

bz



Thomas Reiner (Trompete) und Jürgen Benkö (Orgel) geben an Sankt Laurentius ein festliches Konzert.

Foto: Oliver Bürkle

Talhof
GEFLÜGEL + OBST

Äpfel
versch. Sorten

Kartoffeln
versch. Sorten

Frische Eier
Freiland- und Bodenhaltung

... und vieles mehr

In Erligheim – Richtung Freudental
Geöffnet: Mo. – Fr. 8.00 – 19.00 Uhr
Sa. 8.00 – 18.00 Uhr

Dein Weg zum Abitur
Für Mädchen mit Profil
Aufbaugymnasium ab Kl. 11

Tag der offenen Tür
17. Jan./10 Uhr
www.lichtenstern.info

SPENDE BLUT
BEIM ROTEN KREUZ

Kindsein heißt: fürs Leben lernen. Nicht für Essen arbeiten.

kinder not hilfe

kindernothilfe.de/kindsein

027 Stunden Siegel

Aikido-Anfängerkurs
für Erwachsene (ab 16 Jahren)

Sanfte Selbstverteidigung für Jung und Alt – Fitness für Körper und Geist.

ab Donnerstag, 15. Januar 2026, 19.45 – 21.15 Uhr

Kosten für 10 Wochen: 55 Euro. Normale Sportkleidung genügt.
Sporthalle am Viadukt, Holzgartenstr. 28, Bietigheim-Bissingen

Info-Tel.: 0 15 23 / 147 83 82 www.kd-bietigheim.de

TOXFOX
DER KOSMETIK-CHECK

Hormone im Duschgel?
Jetzt mit der ToxFox-App den Kosmetik-Check machen!

JETZT KOSTENLOS IM GOOGLE PLAY STORE!

Und wie gehabt im iTunes App-Store!

BUND
FRIENDS OF THE EARTH GERMANY

www.bund.net/toxfox

Eisenbahnfreunde Bietigheim-Bissingen e. V.

MODELLBAHN-AUSSTELLUNG

Mit Dampf und Sound auf großer Spur.
Faszination Modellbahn für Jung & Alt.

11. Januar 10.00 bis 17.00 Uhr

In der Kammgarnspinnerei 16
74321 Bietigheim-Bissingen
direkt an der B 27 zw. Bietigheim und Besigheim

www.EFBB.eV.de

FLOHMARKT

Samstag, 17.01. Ludwigsburg, Rathausplatz/Innenstadt, 8 – 15 Uhr, keine NW
Samstag, 31.01. Marbach, Hallenflohmkt, Stadthalle, 9 – 14 Uhr
Info und Anmeldung: Agentur A. Döring, Telefon (0 71 44) 20 97 49

Wir erhalten Einzigartiges.
Mit Ihrer Hilfe.

Spendenkonto
IBAN: DE71 500 400 500 400 500 400
BIC: COBA DE FF XXX, Commerzbank AG
www.denkmalschutz.de

DEUTSCHE STIFTUNG DENKMALSCHUTZ

GOLDPREIS IM HÖHENFLUG!

Profitieren auch Sie von den steigenden Kursen!

BIETIGHEIM-BISSINGEN, ob Ringe, Broschen oder Zahnkronen – Gold zu versilbern liegt wieder im Trend. Seit Wochen ist der Goldpreis wieder im Höhenflug. Das bringt immer mehr Menschen dazu, in ihren Schmuckschatullen zu kramen. Viele entdecken dabei wahre Schätze, die sie schnell in Geld umwandeln können. Beim Familienbetrieb Goldankauf Martin in der Bietigheimer Freiburgerstr. 8 blüht das Goldgeschäft. Da sich Goldankauf Martin ausschließlich auf den Edelmetallankauf spezialisiert, werden besonders gute Preise gewährleistet. Hohe Preise, transparente Geschäfts-

Achtung Baustelle, Geänderte Zufahrt!

Goldankauf Martin ist trotz Baustelle gut erreichbar. Die Freiburger Straße ist vom Bahnhof aus gesperrt – aber keine Sorge: Über die Gustav-Rau-Straße, Gartenstraße und Buchstraße kommen Sie ganz einfach zum Laden.

Auf Wunsch auch mit Termin! 07142 / 377 99 70

Anlieger frei bis direkt vor die Tür – Parkplätze in der Rohräckerstraße 7 und direkt vor dem Schaufenster sind gut erreichbar und meist frei. Das Team freut sich auf Ihren Besuch.



Kostenlose Wertschätzung
Sofort Bargeld!

„Wir kaufen Ihr Zahngold“

GOLDANKAUF Martin

Altgold, Goldschmuck, Goldmünzen, Silbermünzen, Goldbarren, Zahngold, Silberschmuck, Besteck / Zinn, Luxusuhren

Telefon: 07142 / 377 99 70
www.goldankauf-martin.de

Freiberger Str. 8
74321 Bietigheim-Bissingen

Öffnungszeiten:

Mo	10:00-13:00	15:30-18:00
Di	10:00-13:00	15:30-18:00
Mi		15:30-18:00
Do	10:00-13:00	15:30-18:00
Fr	10:00-13:00	15:30-18:00
Samstags	nach Termin	

P Parkplätze vorhanden

Falschannahmen sind weit verbreitet

Feuerwehr Kreisbrandmeister Andy Dorroch räumt mit Feuerwehrmythen auf: die Arbeit der Floriansjünger ist sehr vielseitig und geht weit über das Löschen von Bränden hinaus.

Rund um die Feuerwehr halten sich zahlreiche Mythen und Falschannahmen, die im Ernstfall sogar gefährlich werden können. Kreisbrandmeister Andy Dorroch nimmt dies zum Anlass, mit weitverbreiteten Irrtümern aufzuräumen und wichtige Hinweise für die Bevölkerung zu geben.

Feuerwehrlaute löschen nur Brände
Viele Menschen verbänden die Feuerwehr ausschließlich mit dem Löschen von Bränden. Tatsächlich machen Brandeinsätze jedoch nur einen Teil der Arbeit aus. „Der Großteil unserer Einsätze sind technische Hilfeleistungen“, erklärt Kreisbrandmeister Andy Dorroch. Dazu zählen unter anderem Verkehrsunfälle oder Türöffnungen.

Einen Fettbrand kann man mit Wasser löschen
Ein besonders gefährlicher Irrtum. „Niemanden einen Fettbrand mit Wasser löschen!“, warnt der Kreisbrandmeister eindringlich. Zwar komme es nicht zu einer Explosion, jedoch wirbele das Wasser das brennende, heiße Fett auf – mit dramatischen Folgen.
Der richtige Umgang: Herd ausschalten, einen passenden Deckel auf den Topf legen und diesen vorsichtig vom Herd nehmen. So wird



Kreisbrandmeister Andy Dorroch klärt über weitverbreitete Mythen und Falschannahmen auf und gibt wichtige Sicherheitshinweise.
Foto: Landratsamt

dem Feuer der Sauerstoff entzogen.

Bei einem Brand hat man immer zehn Minuten Zeit, um zu fliehen
Diese Annahme kann lebensgefährlich sein. „Das ist nicht immer der Fall“, stellt Dorroch klar. Rauch und giftige Gase können sich extrem schnell ausbreiten. Sobald man ein Feuer oder starken

Rauch bemerkt, gilt: Gebäude sofort verlassen und andere Personen warnen, die sich noch darin befinden.

Feuerwehr ist Männersache
Auch dieses Bild sei längst überholt. „Früher war die Feuerwehr tatsächlich eine Männerdomäne. Mittlerweile haben wir immer mehr Frauen in der Feuerwehr –



Brandeinsätze machen nur einen Teil der Arbeit der Feuerwehrlaute aus. Den Großteil der Einsätze bilden technische Hilfeleistungen.
Foto: Martin Kalb

ganz besonders viele in der Jugendfeuerwehr“, so der Kreisbrandmeister. Ein Trend, der sich hoffentlich weiter fortsetze.

Die Feuerwehr macht schon alles, ich muss nichts tun
Ein gefährlicher Trugschluss. „Natürlich fahren wir so schnell wie möglich zum Feuerwehrhaus, ziehen uns um und rücken aus. Aber

zehn Minuten können dabei schon einmal vergehen.“ Umso wichtiger seien funktionierende Rauchmelder in Wohnungen. Außerdem gilt: Bei einem Brand oder Unfall ist jeder Ersthelfer – und dazu gehört auch, unverzüglich den Notruf 112 zu wählen. „Nur wenn wir alarmiert werden, können wir auch helfen“, betont der Kreisbrandmeister. bz



Gute Vorsätze

Liebe Leserin, lieber Leser, mal ehrlich: halten Sie sich noch an Ihre guten Vorsätze? Gesünder essen, abnehmen, mehr Bewegung, weniger/kein Alkohol/Nikotin – und was sonst noch so auf der Liste steht. Erfahrungsgemäß



Bettina Nowakowski
Rundschau-Redaktion

halten gute Vorsätze ungefähr sechs Wochen, dann hat der Alltag bei den meisten Leuten alles wieder in den gewohnten Modus gebracht. Studien sagen, man solle sich nicht zu viel in zu großen Schritten vornehmen, sondern lieber kleinere Schritte machen, damit die Motivation erhalten bleibt. Außerdem braucht das Gehirn konkrete Sätze wie: „Ich esse jetzt drei Mal täglich Gemüse statt Schokolade“ und nicht unkonkrete Aussagen wie „Ich will weniger Süßigkeiten essen“. Ich habe das bis jetzt noch nicht ausprobiert, denn wie heißt es so schön: Ich habe noch jede Menge gute Vorsätze aus dem letzten Jahr übrig. Die brauche ich erst einmal auf. Viel Erfolg für Ihre Vorsätze, wünscht
Ihre Bettina Nowakowski

Wenn Weihnachten vorbei ist

Sammelpplätze Ausgediente Weihnachtsbäume werden von der Stadt bis zum 31. Januar an bestimmten Plätzen eingesammelt.

Bietigheim-Bissingen. Die Stadtverwaltung hat laut Mitteilung auch in diesem Jahr wieder Sammelpplätze für ausgediente Weihnachtsbäume eingerichtet. Die nachstehend aufgeführten Sammelpplätze werden laufend bis 31. Januar 2026 abgeräumt:
Metterzimmern: Bietigheimer Straße / Schulhof, Weißenhofweg / öffentliche Grünfläche nach Haus Nummer 3, Hinter der Kirche / Ecke Albert-Schweitzer-Straße
Altstadt: Festplatz beim Enzsteg, Mühlwiesenstraße beim alten Wohnmobilstellplatz, Metterzimmerer Straße / Ecke Helenenburgweg, Turmstraße / Ecke Ahlesbrunnweg
Aurain: Im Aurain / öffentliche Grünfläche bei Haus Nummer 26
Kreuzäcker: Albert-Einstein-Platz, Schwarzwaldstraße / Ecke Max-Born-Straße
Kammgarnspinnerei: Hermann-Vischer-Straße / Parkplätze
Buch: Gröninger Weg / öffentliche Grünfläche Pauluskirche, Berliner Straße / Ecke Troppauer Straße,

Breslauer Straße / Schule im Buch, Berliner Straße bei Haus Nummer 8, Parkäckerstraße / Parkplatz BHTC, Posener Straße / Bushaltestelle; Im Feldle / Wendeplatte gegenüber Haus Nummer 36
Lehmgrube: Hölderlinstraße am Bolzplatz
Lug: Karl-Gärtner-Straße / Ecke Mergenthaler Straße, Paul-Heidelberg-Straße / Kindertageseinrichtung
Sand: Bolzstraße / Bushaltestelle



In der Stadt gibt es mehrere Sammelpplätze für abgeschmückte Tannenbäume.
Archivfoto: Helmut Pangerl

Bissingen: Marbacher Weg / Westseite Spielplatz Marbacher Weg, Flößerstraße / Spielplatz Dorfplatz, Westendstraße gegenüber der Kindertageseinrichtung, Vogelsangstraße / öffentliche Grünanlage, Schillerstraße / Ecke Akazienweg, Adalbert-Stifter-Straße / Ernst-Silcher-Platz, Gottlob-Grotz-Straße / Neuwengert
Untermberg: Bissinger Straße / Kelterplatz, Am Türmle / Bushaltestelle. bz

Klassische Kammermusik

Konzert Das Ensemble Sestetto Stradivari gastiert am 29. Januar im Kronenzentrum in Bietigheim.

Bietigheim-Bissingen. Das Ensemble Sestetto Stradivari gastiert im Rahmen ihrer Deutschlandtournee laut Mitteilung am Donnerstag, 29. Januar, um 20 Uhr im Kronenzentrum in Bietigheim-Bissingen.
Das Sestetto Stradivari besteht aus Mitgliedern des Orchestra dell' Accademia Nazionale di Santa Cecilia in Rom und wurde im Dezember 2001 anlässlich einer Konzerteinladung zur internationalen Ausstellung „L'arte del Violino“ in Rom gegründet.

Harmonisches Zusammenspiel
Zum Ensemble gehören David Romano und Ruggiero Sfregola (Violine), Raffaele Mallozzi und David Bursack (Viola) und Diego Romano und Sara Gentile (Violoncello). Im Repertoire der Musikerinnen und Musiker sind das „Streichsextett, op. 23, Nr. G“ von Luigi Boccherini, das „Streichsextett in B-Dur“ von Ernst von Dohnányi und das „Streichsextett in A-Dur“ von Antonín Dvořák. Die



Das Ensemble Sestetto Stradivari präsentiert Kammermusik im Kronenzentrum.
Foto: Flavio Ianniello

Werke veranschaulichen das einzigartige, harmonische Zusammenspiel des Sextetts und lassen ihre musikalische Leidenschaft spürbar werden. Regelmäßig konzertiert das Ensemble bei renommierten Festivals und in den großen Konzerthäusern in Europa, in den Vereinigten Staaten und Asien. bz

Info Konzertbeginn ist um 20 Uhr. Um 19:15 Uhr findet eine Einführung im kleinen Saal des Kronenzentrums statt. Karten gibt es für 34 und 29 Euro, ermäßigt für Schüler und Studenten für fünf Euro. Vorverkauf in der Tourist Information, Marktplatz 9 in Bietigheim, Telefon (07142) 74227, an allen Reservix-Vorverkaufsstellen und online unter www.bietigheim-bissingen.de.

Eine neue Chance für ein schönes Zuhause

Ludwigsburg Hunde, Katzen und Vögel warten dringend auf liebevolle Adoptivmenschen.

Hunde: Orient ist eine zierliche, sportliche und neugierige Malinois-Mix-Hündin, die aus schlechter



Haltung kommt, aber freundlich ist. In neuen Situationen reagiert sie schüchtern. Da sie sich



Orient sucht erfahrene Hundemenschen. Fotos: Tierheim LB

gern an anderen Hunden orientiert, wäre ein Zweithund gut für sie. Sie sucht erfahrene und geduldige Hundemenschen. Tessa ist eine lebhaftes Mischlingshündin, die klare Grenzen und hundeerfahrene Menschen braucht. Mit den meisten Hunden kommt sie zu recht, Katzen und Kleintiere sollten jedoch nicht im neuen Zuhause leben.



Tessa ist sehr lebhaft und braucht klare Grenzen.

Katzen: Kätzin Sambesi (2024 geb.) kommt von einem Bauernhof, und ist schon sehr zugänglich. Mit Artgenossen kommt sie gut aus, sucht aber auch nicht näheren Kontakt. Sie braucht ein Zuhause mit der späteren Möglichkeit auf Freigang in verkehrsberuhigtem Gebiet. Kätzin Tilly (2022 geb.) und ihr Junges Jaro (6/2025 geb.) hängen sehr aneinander und su-



Sambesi wünscht sich ein Zuhause mit Freigangsmöglichkeit.

chen ein gemeinsames Zuhause in Wohnungshaltung mit gesichertem Balkon als Abgabevoraussetzung. **Kleintiere:** Alexandersittich Jamie braucht ein artgerechtes Zuhause mit viel Platz, täglichem Freiflug und passendem Partnervogel. Diverse Kanarienvögel suchen einzeln, paarweise oder als Gruppe ein artgerechtes Zuhause mit Freiflugmöglichkeiten. bz



Jamie sucht ein artgerechtes Zuhause mit Partnervogel.

Das Beste aus 15 Jahren Kabarett

Kabarett Stefan Waghübinger kommt im Februar in die Gemeindehalle Löchgau.

Löchgau. Am Freitag, 27. Februar 2026, tritt Stefan Waghübinger mit seinem Programm „Versunkene Sätze“ in der Gemeindehalle Löchgau auf.
Vier abendfüllende Programme, unzählige TV-Auftritte, mehr als 20 Preise: Stefan Waghübingers Motto – „Österreichisches Nörgeln, aber mit deutscher Gründlichkeit“ – hat sich zu seiner eigenen Überraschung als ganz schön wirksam erwiesen, heißt es in der Ankündigung. Viele seiner Geschichten aus den vergangenen 15 Jahren sind für das Publikum längst zu Klassikern geworden. Grund genug für den Kabarettis-

ten, nun gemeinsam mit seinen Gästen auf Tauchgang nach diesen „versunkenen Sätzen“ zu gehen. Versiert wechselt er dabei zwischen beliebten Pointen und neuen Fundstücken aus dem Künstleralltag. Wer mit Waghübinger abtaucht, wird reich belohnt: mit tiefgründigen Gedanken, scharfen Formulierungen und einem Lächeln, das auch an Land noch bleibt.
Beginn ist um 20 Uhr, Einlass 19 Uhr. Karten zum Vorverkaufspreis von 25 Euro gibt es im Rathaus in Löchgau, Zimmer 31, Telefon (07143) 270919, bei allen Reservix-Vorverkaufsstellen und über www.reservix.de. bz

FÜHL DICH GELIEBT!

...GENAUSO WIE DU BIST
Vorteils-Aktion bis 31.01.2026

Sonderöffnungszeiten: Sa. 3.1. bis 18 Uhr geöffnet ■ Mo. 5.1. 9.30 – 19.00 geöffnet ■ Di. 6.1. geschlossen

2.+3.+5.1.2026
Zum Neujahr:

12 Kaffeespezialitäten und selbst-
gebackene Kuchen der Bannkellergruppe

WAS IST LOS BEI SCHMID

Dienstag 6.1.2026 18 Uhr, Einlass 17 Uhr

BENEFIZ – NEUJAHRSEMPFANG

MIT HEIKO BRÄUNING

Beste Gedanken für das neue
Jahr. Musikalisch, humoris-
tisch, freudig und hoffnungs-
voll Zugunsten der Jugendar-
beit des CVJM Hohenhaslach



Fingerfood Bewirtung durch den
CVJM. Sämtliche Eintrittsgelder und
Bewirtungseinnahmen ohne Abzüge
werden an den CVJM gespendet.

Bitte um Anmeldung auf unserer Homepage unter
Events oder Tel. 07147 962214.

Angemeldete und Registrierte bezahlen dadurch nur
16 €, AK 19 €. Nur Barzahlung möglich

Freitag 06.02.2026 – 19:00 Uhr

WEIN KÜSST KÄSE

Freitag 06.03.2026 – 18:30 Uhr

MIELE GOURMETKOCHSCHULE

MIT SPITZENKOCH PHILIP GÄBELEIN

Freitag 13.03.2026 – 18:00 Uhr

ERLEBNIS COCKTAIL WORKSHOP

Freitag 20.03.2026 – 18:00 Uhr

BURGER FOR FRIENDS

Nähere Info's und Anmeldung auf
unserer Homepage bzw. QR Code



2.598€ jetzt nur
2.348€*
Du sparst 250.-€

01 Esstisch Contur Cinque Passi Eiche massiv,
Dunkelbraun, rechteckige Platte mit Schweizer Kante,
Wangengestell, Metall, Schwarz, BHL ca. 220x76x95 cm



696€*

1799€*

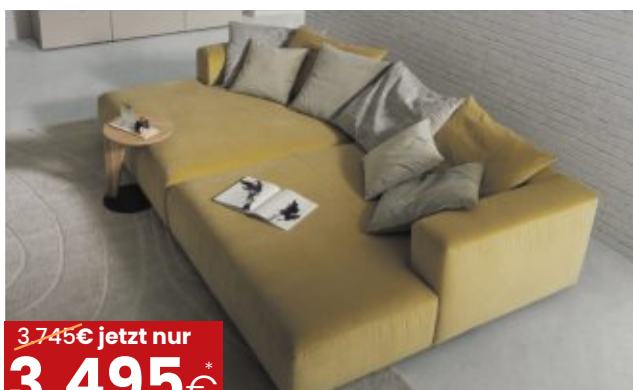
02 Funktions-Sessel Contur Perano
Leder, Beige, drehbar mit Rückholfunktion, Holz-
schale Wildeiche hell, inkl. Kopfstütze, Sternfuß,
Schwarz, BHT ca. 74x113x90 cm

03 Hocker Contur Perano
Leder, Beige, drehbar mit Rückholfunktion,
Holzschale Wildeiche hell, Sternfuß, Schwarz,
BHT ca. 50x41x50 cm



3.248€ jetzt nur
2.998€*
Du sparst 250.-€

Sofa L-Form Contur Caruso 3-Sitzer, Longchair rechts, Stoff, Graubeige (70 % Polyester,
30 % Viskose), BHT ca. 359x64x184 cm 2.998,- zzgl. 7 Kissen wie abgebildet 651,-
(davon ein Funktions-Aufstellkissen für 303,-, sowie 6 weitere Kissen ab 50,-)



3.745€ jetzt nur
3.495€*
Du sparst 250.-€

Daybed Contur Caruso Velour,
seniengelb, BHT ca. 290x64x184 cm 3.495,-



4.248€ jetzt nur
3.998€*
Du sparst 250.-€

05 Sofa U-Form Contur Caruso
BHT ca. 350x64x240 cm 3.998,-



299,-

02 Stuhl Contur Cupi Stoff,
ecru, BHT ca. 47x89x59



599,-

03 Armlehnstuhl Contur
Cupi Leder, Beige, mit
Armlehne, Stativgestell,
Metall, Schiefergrau, BHT
ca. 58x89x59 cm



459,-

04 Stuhl Contur
Penthouse Stoff,
Olive (100 % Polyester),
Kunstleder braun,
Stativgestell, Metall,
Anthrazit,
BHT ca. 69x90x63 cm



599,-

05 Armlehnstuhl
Contur Penthouse
Comfy Stoff, Olive (100 %
Polyester), Kunstleder,
Metallgestell Stativ,
Anthrazit,
BHT ca. 69x90x63 cm



3.199€ jetzt nur
2.949€*
Du sparst 250.-€

03 Ecksofa Contur Enna mit Kopfstütze und extra- breitem Daychair, in Stoff, Terracotta,
Metallkufe, Schwarz, BHT ca. 276x86x175 cm, optional Herz-Waage-Relaxfunktion



Ecksofa, 3-Sitzer Contur Enna,
Leder L30, Mocca, Metallkufe
Schwarz, BHT ca. 281x86x223 cm

4.588€ jetzt nur
4.338€*
Du sparst 250.-€



2.750€ jetzt nur
2.949€*
Du sparst 250.-€

04 Sofa Contur Enna
3,5-Sitzer in Leder L30,
Anthrazit, Fuß Kufe, Schwarz,
BHT ca. 208x86x98 cm



2.869€ jetzt nur
2.619€*
Du sparst 250.-€

05 Sofa Contur Enna
3-Sitzer mit klappbarer Armleh-
ne links, Eckelement und Ab-
schlussstück rechts, Metallfuß rund
schwarz lackiert, Sitzhöhe
ca. 45 cm, Taschenfederkern
mit Memoryschaum,
BHT ca. 287x86x223 cm



02 Ecksofa Contur Enna 3-Sitzer,
Armlehne links, in Stoff,
Graphit, Metallfuß,
BHT ca. 281x86x223 cm

3.199€ jetzt nur
2.949€*
Du sparst 250.-€

Alle Preise sind Abholpreise in € inkl. MwSt.; Lieferung und Montage gerne gegen Aufpreis; ohne Deko. Preise und Produkte sind gültig bis 31.01.2026.

EHRLICH – FREUNDLICH – KOMPETENT-VERTRAUENSVOLL – FAMILIENGEFÜHRT SEIT 122 JAHREN – PREISWERT

www.schmids-domino.de

MÖBELHAUS SCHMID GMBH, Max-Eyth-Straße 2, 74343 Sachsenheim, fon 07147/9622-0

LEICHT

raumplus



NATURA HOME

ANREI
ECHT. SEIT 1894



TEAM7

WIMMER
Wohnkreditlinien

freistil

SCHMID'S DOMINO
HOME
COMPANY
MÖBEL DEIN LEBEN AUF

DIE AUTOSCHAU

ANZEIGENSERVICE: TELEFON (07142) 403-555 · FAX 403-125 · anzeigen@bietigheimerzeitung.de

Ist Jeep auf dem richtigen Kurs?

Neuer Kompass Er soll zum meistverkauften Modell der US-Marke in Europa werden. Deshalb hat der Hersteller in seinem neuen SUV nicht nur Platz geschaffen. *Von Thomas Geiger*

Jeep hat den Compass neu eingeteilt und bringt die 3. Generation des kompakten Geländewagens an den Start. Er soll sich gegen Konkurrenten wie VW Tiguan oder Ford Kuga genauso behaupten wie gegen Stellantis-Geschwister wie Opel Grandland oder Peugeot 3008.

Um an der Familienfront zu punkten, setzt die US-Marke den für die Zivilisation zwischen Büro, Kita und Reihenhaus rundgelutschten Konkurrenten ein ebenso kantiges wie charakterstarkes Styling entgegen. Dabei lassen die Designer keine Gelegenheit aus, auf die fast 85 Jahre Freiheit und Abenteuer zu verweisen, die Jeep mittlerweile verspricht. Am Scheibenrahmen, im Lenkrad oder bei der grafischen Umsetzung der Sprachsteuerung –überall tauchen deshalb augenzwinkernde Hinweise auf die Historie und auf ikonische Formen der US-Marke als Easter Eggs auf.

Viel Platz für Kind und Kegel

Auch wenn er enger verwandt ist mit einem Citroën oder einem Opel als mit jedem anderen Jeep, leistet sich der Compass erfreulich viel Eigensinn im Innenraum. Der ist bei 4,55 Metern Länge und 2,80 Metern Radstand nicht nur groß genug für Kind und Kegel. Er emanzipiert sich auch erfreulich von der Stellantis-Sippe: Mit einem Ambiente mit erfreulich viel angenehmem Kunstleder aber zugleich erschreckend viel billigem Plastik, das den schönen Eindruck gleich wieder konterkariert. Es gibt eine neue Tastenleiste unter dem großen Touchscreen, und vor allem ist endlich die Wippe auf dem Mitteltunnel



In die Länge gezogen? Der Jeep Compass ist 4,55 Meter lang.

Foto: Jeep/Stellantis/dpa

verschwunden, mit der sich der Antrieb auf unterschiedliche Untergründe einstellen lässt. Stattdessen thront dort jetzt ein griffiger Drehschalter. Leider ist

es kurz danach aber vorbei mit der Eigenständigkeit und der Compass bedient sich beim Antrieb aus dem Konzern-Baukasten und leistet sich auch bei der

Datenblatt und Fazit: Jeep Compass

Abmessungen: Länge 4,55 m, Breite 1,93 m, Höhe 1,68 m, Kofferraumvolumen: 550 Liter.

Motorisierungen: Dreizylinder-Benziner (Mild-Hybrid), 145 PS; Elektromotor (Frontantrieb, Eingang-Automatik) 213 PS, 345 Nm; weitere Motorisierungen folgen 2026.

Grundpreise: Jeep Compass (1,2 Liter): 39 900 Euro; Jeep Compass BEV (E-Version): 47 900 Euro.

Fazit: Der Jeep Compass sieht außen stark aus und leistet sich innen als einer der wenigen in der Stellantis-Sippe ein bisschen Eigenständigkeit. Er bietet genug Platz

für Kind und Kegel und ist mit seinen drei Antriebstechnologien für alles gewappnet. So stimmt die Richtung und der Compass könnte tatsächlich an die Spitze der Jeep-Familie marschieren. Und das, obwohl er von einem US-Auto so weit entfernt ist wie eine Berliner Bulette von einem Burger in Boston.

Abstimmung keinen eigenen Charakter. Er fühlt sich deshalb bequem an aber belanglos, wenn er durch die Stadt gleitet, auch schlechte Straßen glattbügelt und eher geruhsam um die Ecke dreht.

Viel Auswahl beim Antrieb

Aber die Gleichmacherei hat auch ein Gutes: Jeep kann sich beim Antrieb viel Auswahl leisten. Das Basismodell fährt mit einem Dreizylinder-Benziner mit 145 PS, den ein elektrischer Startergenerator zum Mild-Hybrid macht. Alternativ gibt es eine E-Version mit 213 PS und einem 80-kWh-Akku für 500 Normkilometer. Im Antritt sehr viel energischer, auf der Autobahn natürlich ruhiger, liegt das Spitzentempo der E-Version bei 180 km/h. Die Ladeleistung gibt Jeep mit bis zu 160 kW an.

Beispielfoto der Baureihe. Ausstattungsmerkmale ggf. nicht Bestandteil des Angebots.

DER OPEL CORSA

SOFORT VERFÜGBAR & OHNE ANZAHLUNG

Opel Corsa 81 kW (110 PS), Edition, Frontantrieb, Hybrid, Automatik, Tageszulassung 11/2025

LEASINGRATE MTL. **179,-€**

Kraftstoffverbrauch: 5,7/7,0/10,0 km; CO₂-Emissionen: 129 g/km; CO₂-Klasse: D; (kombinierte WLTP-Werte).

*Ein unverbindliches Gebraucht-Kunden-Angebot (Beratung vorausgesetzt) der Stellantis Bank SA Niederlassung Deutschland, Siemensstraße 10, 62683 Neu-Isenburg. Angebot für einen Opel Mokka 1,2 100 kW (136 PS), Edition, Frontantrieb, Benzin, Schaltgetriebe, Fahrzeugpreis 25.423,- EUR, einmalige Leasingsonderzahlung 0,- EUR, Laufzeit 24 Monate, Gesamtleistung 20.000 km, 24 mtl. Raten à 96,- EUR, Gesamtbetrag 2.304,- EUR. Zusätzlich Überführungskosten i.H.v. 1.050,- € (separate Berechnung durch das Autohaus). Alle Preise exkl. gesetzlicher MwSt. Angebot gültig bis zum 31.01.2026 bzw. nur solange der Vorrat reicht.

Autohaus Weller GmbH & Co. KG
Berliner Str. 40 | 74321 Bietigheim-Bissingen
www.opel-weller-bietigheim.de

Reisen mit Kindern: Tipps für unterwegs

Sicherheit Spielzeug oder Hörspiele helfen Kindern bei Autofahrten gegen Langeweile.

Wie fast neue Autos günstig zu haben sind

Jahreswagen & Co. Etwas gebraucht statt neu – das kann beim Kauf viel Geld sparen.

„Wann sind wir endlich da?“ – ein echter Klassiker, wenn man mit Kindern im Auto auf Reisen geht. Gut, wenn Kinder unterwegs etwas Ablenkung und Unterhaltung gegen Langeweile bekommen. Es eignen sich am besten wenig, aber gut greifbares Spielzeug und tendenziell größere Kuscheltiere, so der Auto Club Europa (ACE).

Kleine Dinge wie Klemmbau- steine oder Figürchen fallen dem Nachwuchs dagegen schon mal aus der Hand. Schlimmstenfalls verleitet das am Steuer dazu, nach hinten zu greifen, um nach dem für den Passagier im Kindersitz unerreichbaren Liebling zu suchen. Ablenkung ist vorprogrammiert und man hat im Notfall nur eine Hand am Steuer. An größere Sachen kommen Kinder bestenfalls auch selbst noch dran vom Sitz aus.

Blick in Fahrtrichtung

Falls der Nachwuchs zu Übelkeit auf Reisen tendiert, sollte man etwa bei Büchern und Filmen vorsichtig sein. Besser ist es laut ACE, den Kindern Kopfhörer mit Hörspielen oder Kinderliedern aufzusetzen. Denn das ermöglicht, dass der Blick in Fahrtrichtung nach draußen gehen kann.

Und: an genügend Pausen denken. Mit Kindern sollten es eher mehr als weniger sein. Das gilt aber für alle Passagiere. Der ACE rät grundsätzlich dazu, etwa alle zwei Stunden zu pausieren. Dabei auch an die frische Luft gehen, sich bewegen und den Innenraum lüften. *dpa*

Ein fabrikneues Auto kann man selbst konfigurieren und hat die komplette Laufzeit der Herstellergarantie sowie eine gesetzliche Gewährleistungsfrist von zwei Jahren. Die erste Hauptuntersuchung ist erst nach drei Jahren fällig. Nachteil allerdings: der hohe Preis und Wertverlust. Die Automobilclubs ACE und ADAC beschreiben Alternativen.

Vorführgewagen sind etwa für Probefahrten auf den Händler zugelassen. Vorteil: häufig bessere Ausstattung als sparsamer konfigurierte Neuwagen. Damit eigentlich teurer, doch oft werden hohe Rabatte gewährt. Nachteil: Die Herstellergarantie verkürzt sich um die Zeit, in der das Fahrzeug als Vorführgewagen genutzt wurde.

Jahreswagen müssen mindestens einmal zugelassen worden sein. Die Erstzulassung darf höchstens zwölf Monate her sein und zwischen Herstellung und Erstzulassung darf nicht mehr als ein Jahr liegen. Vorteil: Jahreswagen sind häufig fast neuwertig, kosten aber oft deutlich weniger als Neuwagen. Nachteil: Wie Vorführgewagen haben Jahreswagen eine verkürzte Garantie.

Mit Tageszulassungen baut der Händler zum Beispiel Lagerbestände ab. Diese Autos werden für nur einen oder wenige Tage angemeldet, aber nicht bewegt. Vorteil: Ein faktisch neuwertiges Fahrzeug kostet weniger. Nachteil: Vergehen nach der Tageszulassung Monate bis zum Verkauf, verkürzt sich entsprechend die Garantielaufzeit. *dpa*

Erste Hilfe.

Selbsthilfe.

Wer sich selbst ernähren kann, führt ein Leben in Würde.

brot-fuer-die-welt.de/selbsthilfe

IBAN: DE10 1006 1006 0500 5005 00

Würde für den Menschen.

Mitglied der **actalliance**

Besen & Weinstuben

Der auflagenstärkste Besenkalender für das Weinland Neckar-Enz

DER BESENKALENDER – Genießen in gemütlicher Atmosphäre

LUDWIGSBURG-POPPEWEILER

Geigers Weinstüble

Martin Geiger, Holzweg 80, Tel. (07144) 44 16, www.geigers-weinstueble.de.

Wechselnde Tagesessen, Kaffee & Kuchen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Geöffnet von Fr., 09.01., bis So., 18.01.2026, täglich ab 12 Uhr.
Mo. + Di. Ruhetag.

LÖCHGAU

Zum Weißenhof

Familie Feess, Weißenhofstraße 17, Telefon 0 71 43/2 85 85, www.weinstube-feess.de

Flaschenweinverkauf, Mittwoch: Schälrippe, Donnerstag: Knöche, solange der Vorrat reicht.

Geöffnet von Mittwoch, 7. Januar bis Sonntag, 18. Januar, Mi. – Fr. ab 16 Uhr, Sa., So. ab 11 Uhr.
Mo. und Di. geschlossen.

OBERRIEXINGEN

Weingut Stärk

Theodor-Heuss-Str. 25, 71739 Oberriexingen, 0162/678 72 18. Unsere Spezialitäten: Grillfleisch sowie Maultaschen und Siedfleisch (Sa. & So.). Auf Ihren Besuch freut sich Weingut Stärk

Geöffnet von 6.1. – 11.1. und vom 16.1. – 18.1. 2026 Mi.-Fr. ab 16.00 Uhr und Sa./So. und Feiertag ab 11.00 Uhr

MUNDELSHEIM

s' Böcklerstüble

Familie Fink, Großbottwarer Str. 7, 74395 Mundelsheim, Tel. 07143/9656941, E-Mail: besen@brennereifink.de

Traditionelle Besengerichte, sonntags Tagesessen

Öffnungszeiten: Freitag, 09.01.2026 ab 17 Uhr, Samstag, 10.01.2026 ab 17 Uhr und Sonntag, 11.01.2026 ab 11 Uhr.

Sie möchten Ihren Eintrag in „Besen & Weinstuben“ veröffentlichen? Tel. 07142 / 403-555 | anzeigen@bietigheimerzeitung.de

Besser informiert. Mehr erleben.

Foto: AdobeStock

„Sooowas von gut...

WIR FEIERN JUBILÄUM

30
JAHRE

**Polsterwelt
ENGELHARDT**

Wir wünschen Ihnen
ein gutes
neues Jahr 2026



*Bis zu

30%

auf Neu-
bestellungen

JUBILÄUMS RABATT

Jetzt in Esslingen und
Ingersheim!

Auf Stoff- und Ledersofas,
Sessel, Garnituren, Wohn-
landschaften, Schlafsofas,
und Boxspringbetten!

*Gültig nur für Neuaufträge. Basis ist der Engelhardt-Listenpreis vor Rabatt, wird sofort an der Rechnung gekürzt. Nicht gültig auf Werbepreise, Sonderpreise, reduzierte Ware sowie in Prospekten beworbene Preise und bereits getätigte Aufträge.

Polsterwelt ENGELHARDT GmbH
Mo-Fr 10 -19 Uhr / Sa 10 -18 Uhr
www.polsterwelt-engelhardt.de

Zollbergstr. 8 -10
73734 Esslingen
Tel. (0711) 25 28 100

Bietigheimer Str. 68
74379 Ingersheim
Tel. (0 7142) 919 7150



WIR IN BIETIGHEIM-BISSINGEN



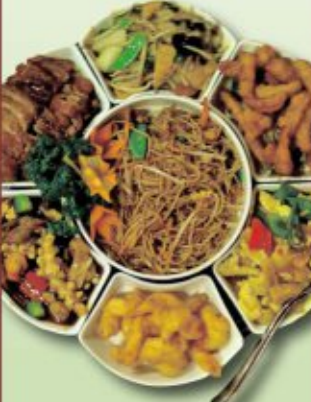
BIETIGHEIM-BISSINGEN

UNSER STADTTEIL BISSINGEN



RUYI
CHINA-RESTAURANT
ALLES GUT

**FEINSTE
CHINESISCHE
KÜCHE**



Bahnhofstraße 145
74321 Bietigheim-Bissingen
Telefon 0 71 42 9 19 28 58

ÖFFNUNGSZEITEN
täglich
11.30 - 14.00 & 18.00 - 22.00 Uhr
Montag Ruhetag

www.ruyi-restaurant.de





Im Januar 2026
erhalten Sie bei uns
20% Rabatt
auf einen Artikel Ihrer Wahl
bei der Abgabe
dieses Coupons *

* gilt nicht für verschreibungspflichtige Arzneimittel, bereits preisreduzierte Artikel (auch im Rahmen des Bonussystems) und Rezeptgebühren.



Herzlich
willkommen
in Bissingen



MORFIS
BAUEN & RENOVIEREN

Bauleistungen
rund um
Ihr Haus

Bietigheim-Bissingen
Tel. 0172 7563922
bauleistungen.morfis@web.de





**LESERREISEN
RHODOS**



BIETIGHEIMER ZEITUNG

SACHSENHEIMER ZEITUNG | BÖNNIGHEIMER ZEITUNG

KÖNIGIN DER ANTIKE

Wer kennt nicht den „Koloss von Rhodos“, eines der sieben Weltwunder des Altertums. Überlieferungen zufolge schmückte es die Hafeneinfahrt der Hauptstadt und war ein Symbol für die Macht der Insel in der Antike. Heute ist Rhodos eine beliebte Urlaubsinsel und bietet neben strahlendem Sonnenschein auch kulturelle Höhepunkte und landschaftliche Schönheiten. Genießen Sie ein paar unvergessliche Tage und lassen Sie sich von der griechischen Gastfreundschaft verwöhnen. Zubucherreise.

Reisetermine:
9.05. bis 16.05.2026
01.10. bis 08.10.2026

Reiseprogramm

1. Tag: Flug nach Rhodos
2. Tag: Halbtagesausflug Stadtrundfahrt Rhodos-Stadt
3. Tag: Tag zur freien Verfügung
4. Tag: Ganztagesausflug Lindos
5. Tag: Ganztagesausflug „Unbekanntes Rhodos“ inkl. Meze-Mittagessen und Ouzo
6. Tag: Ganztagesausflug Filerimos - Tal der Schmetterlinge - Kameiros inkl. Meze-Mittagessen und Ouzo
7. Tag: Zur freien Verfügung/Ganztagesausflug Insel Symi
8. Tag: Rückflug nach Deutschland



LEISTUNGEN

Flug von Stuttgart nach Rhodos und zurück
Empfangsgetränk bei Ankunft
7 Übernachtungen im Hotel der gehobenen Mittelklasse (Landeskategorie: 4-Sterne) All Senses Ocean Blue (oder vergleichbar) im Superior-DZ mit Bad/ Dusche und WC
all inclusive"-Verpflegung im Hotel
Halbtagesausflug Stadtbesichtigung Rhodos-Stadt
Ganztagesausflug Lindos
Ganztagesausflug Unbekanntes Rhodos inkl. Meze-Mittagessen und Ouzo
Ganztagesausflug Filerimos -Tal der Schmetterlinge- Kameiros inkl. Meze-Mittagessen und Ouzo
Alle anfallenden Eintrittsgelder gemäß Programm
Deutschsprechende Reiseleitung während der Transfers und Ausflüge
Transfers und Ausflüge im modernen Fernreisebus
Ausführliche Reiseunterlagen
Gutschein für 1 Reiseführer pro gebuchtem Zimmer
Reisepreis-Sicherungsschein
Alle Flug- und Sicherheitsgebühren

ZUSATZLEISTUNGEN

Ganztagesausflug Insel Symi mit Bootsfahrt: EUR 99,- p. P.
Zuschlag Doppelzimmer zur Alleinbenutzung: EUR 499,-

REISETERMINE

9. MAI BIS 16. MAI 2026
1. OKTOBER BIS 8. OKTOBER 2026

REISEGRUNDPREIS

1.799,- EURO pro Person im DZ

REISEVERANSTALTER

Industriestraße 38a · 63150 Heusenstamm
Tel.: +49 (0) 6104/40741-0 · Fax: +49 (0) 6104/40741-99

BERATUNG UND BUCHUNG

Online unter
leserreisen.bietigheimerzeitung.de
oder telefonisch unter
07142 / 403-0

Gerne senden wir Ihnen das Informations- und Buchungsmaterial auch per Post zu.

DV Medienhaus · Druck- und Verlagsgesellschaft Bietigheim mbH · Kronenbergstraße 10 · 74321 Bietigheim-Bissingen

Weitere Leserreisen unter www.leserreisen.bietigheimerzeitung.de

Fotos: Veranstalter

LESERSHOP

Kundencenter (Parkplätze kostenlos) Kronenbergstraße 10
74321 Bietigheim-Bissingen · Telefon 07142 403-264
Öffnungszeiten : Mo – Fr 9.00 – 13.00 Uhr

Exklusive Bietigheimer Tasse



Diese mit kolorierten Handzeichnungen bedruckte Tasse zeigt die bekanntesten Motive der Großen Kreisstadt Bietigheim-Bissingen. Sie ist ein praktisches und sehr hübsches Andenken und eignet sich auch bestens zum Verschenken. Die Spülmaschinen-geeignete Porzellantasse ist exklusiv in unserem Zeitungs-Shop erhältlich.

9,95 €

Die besten Übungen für Senioren



Fit und aktiv zu sein ist keine Frage des Alters. Mit den Jahren nehmen jedoch nicht nur die Beweglichkeit und die Muskelmasse ab, auch das Verletzungsrisiko steigt. Schmerzhafte Gelenke und Beschwerden in Rücken, Hüfte und Knien gehören für die meisten Senioren zum Alltag. Dabei können bloß fünf Minuten Training am Tag ausreichen, um dem entgegenzuwirken. Fitnesstrainerin Cindy Brehse hat sich auf die Bedürfnisse älterer Menschen spezialisiert und zeigt zusammen mit ihrer Tochter Tami effektive und leicht durchführbare Übungen, um die Körpermitte zu stärken. Denn eine gefestigte Rumpfmuskulatur sorgt für mehr Stabilität und Balance, entlastet die Gelenke und verhilft zu einer verbesserten und vor allem schmerzfreien Beweglichkeit.

15,00 €

Mein großes Winter-Wimmelbuch



Zur Winterzeit ist in der Wimmelstadt einiges los! Das kunterbunt illustrierte Wimmelbuch mit 7 spannenden Themenseiten rund um Sankt Martin, Advent, Weihnachten und Silvester lädt schon die Allerkleinsten zum Entdecken und Erzählen ein. So können die lustigen Stadtbewohner beim Schlittschuhlaufen, beim Kutschefahren auf dem Weihnachtsmarkt, beim Plätzchenbacken oder beim Geschenkepacken begleitet werden. Die lustigen Szenen bieten Raum für immer neue Geschichten..

12,99 €

Was wichtig ist Das Heft für alle Fälle



Es ist ein Thema, welches wir wohl am liebsten verdrängen möchten: Was ist nach einem Todesfall in der Familie alles zu regeln. In dieser 60-seitigen Broschüre hat die Bietigheimerin Renate Wendt, langjährige Vorsitzende der „Aktiven Senioren Bietigheim-Bissingen“, ihr entsprechendes Wissen eingebracht. Dieses Vorsorgeheft richtet sich nicht nur an die ältere Generation, sondern an alle, die ihren Hinterbliebenen den persönlichen Nachlass erleichtern möchten. In dieser Broschüre können alle wichtigen Dateien eingetragen werden, wie z. B. Bankverbindungen, Vollmachten, Passwörter, Versicherungen, Mitgliedschaften und Testamentsverfügungen. Dazu gibt die Autorin zahlreiche hilfreiche Tipps und Ratschläge.

8,00 €

Alle Daten sicher



Es kann jeden treffen: eine defekte Festplatte, ein Wohnungsbrand, ein Virus oder ein kaputtes Smartphone. Weg sind dann Daten wie die Abschlussarbeit, persönliche Dokumente oder gar sämtliche private Fotos. Wie können wir unsere wichtigsten Daten bestmöglich schützen? Von Backup-Software über Passwortmanager bis hin zu Antivirenprogrammen stellt Ihnen dieser Ratgeber bewährte Tools und Schutzmaßnahmen basierend auf den Untersuchungen der Stiftung Warentest vor. Wichtig ist nicht zuletzt auch umsichtiges Verhalten wie das regelmäßige Durchführen von Software-Updates oder das anonyme und sichere Surfen in öffentlichen Netzen. Und sollte doch einmal der Worst Case eintreten, gibt es auch dafür Lösungen, die das Buch für Sie bereithält.

19,90 €

Hilfe, ich habe geerbt



Rund 400 Milliarden Euro werden jährlich in Deutschland vererbt. Mehr als die Hälfte davon entfällt auf Sachwerte wie Immobilien, die sich schlecht teilen lassen. Dieser Ratgeber informiert einfach und übersichtlich über alles, was man als Erbe wissen muss. Welche Fristen gibt es? Was ist mit Pflichtteilsansprüchen? Wann wird die Erbschaftssteuer fällig und wie wird sie berechnet? Was können Erben tun, wenn sie kein Geld für eine hohe Erbschaftssteuer haben, die geerbte Immobilie aber trotzdem nicht verkaufen möchten? Wann sollte eine Erbschaft ausgeschlagen werden? Der Ratgeber erklärt auch Menschen ohne Vorkenntnisse in Sachen Geldanlage, wie man das neue Vermögen anlegen kann und was mit einem Sparbuch oder einem Wertpapierdepot passieren sollte.

22,90 €

BIETIGHEIMER ZEITUNG
SACHSENHEIMER ZEITUNG | BÖNNIGHEIMER ZEITUNG

BODEN KNALLER

Bis zu **47%** sparen!

NUR BIS 13.01.

Laminat Vinyl Parkett

Marmo Oak natur (8551) Unser Verkaufspreis, €/m²: 18,99 PE-Dämmung 2 mm stark, unser Preis €/m²: 0,99 Fußleisten passend, unser Preis €/lfm: 5,41 Alles zusammen: 25,39 Sie zahlen nur €/m² 9,99	Laminat (H2716) Dekor Cortina Eiche • 8 mm Stärke NK 32 AC4 • Hält starker Nutzung problemlos stand • Natürlicher Look, der beeindruckt • Schnelle und einfache Verlegung • Blauer Engel / Made in Germany Unser Verkaufspreis, €/m²: 21,99 PE-Dämmung 2 mm stark, unser Preis €/m²: 0,99 Fußleisten passend, unser Preis €/lfm: 5,41 Alles zusammen: 28,39 Sie zahlen nur €/m² 9,99
---	---

Laminat Millennium Oak brown (D3531) • 8 mm Stärke NK 32 AC4 • Ideal für stark beanspruchte Räume • Pflegeleicht • Einfach und schnell zu verlegen • Blauer Engel / Made in Germany anstatt 23,99 jetzt nur €/m² 9,99 inklusive PE-Dämmung und Fußleisten	bodomoRIGID-VINYL Buffalo sand (5233) Buffalo spice (5234) • 4,5 mm Stärke Nutzschrift: 0,2 mm NK 22+ • Integrierte Dämmung • Natürlicher Holzlook in warmen Tönen • Strapazierfähig und robust • 100 % Wasserfest und pflegeleicht anstatt 19,99 jetzt nur €/m² 16,99 inklusive Dämmung und Fußleisten	Parkett Eiche Robust • 14 mm Stärke ca. 3 mm Nutzschrift • Wohnfertig geölte Oberfläche • Natürlich schön & wohngesund • Gebürstete Oberfläche • Markante Struktur für rustikalen Charme anstatt 46,99 jetzt nur €/m² 39,99 inklusive PE-Dämmung und Fußleisten
--	--	--

Eiche Pure hell (30032034) Unser Verkaufspreis, €/m²: 39,99 Fußleisten passend, unser Preis €/lfm: 5,41 Alles zusammen: 45,40 Sie zahlen nur €/m² 24,99	Canadian Oak braun (30033006) Unser Verkaufspreis, €/m²: 29,99 Fußleisten passend, unser Preis €/lfm: 5,41 Alles zusammen: 35,40 Sie zahlen nur €/m² 17,99
---	--

Laminat DEPOT

20x in Deutschland - auch in
74321 Bietigheim
Kirchheimer Str. 4 · Tel. 07142-9936291
Öffnungszeiten: Mo. bis Sa. 9.30 - 19 Uhr

www.laminatdepot.de

Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Druckfehler und Irrtümer vorbehalten.



Bodenbeläge SK Süd GmbH



DIE IMMOSSCHAU

ANZEIGENSERVICE: TELEFON (07142) 403-555 · FAX 403-125 · anzeigen@bietigheimerzeitung.de

TOP
IMMOBILIEN
2025
WIRTSCHAFTS-
ZEITUNG
FREIBERG-NECKAR

BELLEVUE
Best Property
Awards
2025
ivd

Wir beraten Sie gerne in Immobilienfragen

- Im Scheidungsfall oder bei Erbschaft
- Rundum-Sorglos-Paket: komplette Abwicklung
- Persönliche, freundliche Kundenbetreuung
- Wir präsentieren jede Immobilie in einem virtuellen 360° Rundgang

Friedenstraße 25 · 71691 Freiberg/Neckar
07141/75501 · www.whg-immobilien.de

WHG Immobilien

Heidi Pfuderer
... seit 1986

Experten-Tipp aus der Region

Hausverkauf: Falschangaben können teuer werden

Rund um den Hausverkauf gibt es eine Vielzahl komplizierter Sachverhalte und Regelungen, die es Privatverkäufern nicht immer leicht machen, richtig zu handeln. Gravierende Stolperfallen stecken unter anderem in falschen Angaben über die Immobilie. In Immobilienkaufverträgen heißt es zwar: „Gekauft wie besichtigt“. Diese sogenannte Besichtigungsklausel sollten Verkäufer jedoch nicht als Einladung missverstehen, einen Schaden zu verschweigen. Denn sie sind gemäß Paragraf 433 I BGB dazu verpflichtet, dem Käufer die Immobilie frei von Sach- und Rechtsmängeln zu übergeben. Dabei sind drei Kategorien zu unterscheiden: Ein offener Mangel liegt etwa bei einer defekten Tür oder reparaturbedürftigen Fassade vor. Ein Nachteil, der sofort erkennbar ist. Von einem versteckten Mangel wird gesprochen, wenn dieser weder für Verkäufer noch Käufer ersichtlich ist, wie eine kaputte Leitung in der Wand oder verbaute Materialien, die aufgrund von Asbest oder PCB gesundheitsgefährdend sind. Weiß der Verkäufer hingegen von Mängeln, verschweigt

Der Expertentipp von Heidi Pfuderer, WHG Immobilien.

Foto: privat

diese dem Käufer aber bewusst oder vertuscht diese sogar, in dem er sie kurzfristig beseitigt, kann er auch Jahre später noch von dem Käufer wegen arglistiger Täuschung belangt und zu Schadensersatz verurteilt werden. Je nach Schwere des Delikts kann die Summe beträchtlich sein.

Mängel offen ansprechen

Es gibt jedoch auch Bereiche, über die der Verkäufer keine Informationen liefern muss. Dazu gehören mögliche zukünftige

Für jeden Anspruch

Unser Zuhause bietet uns große Freiheit zur Entfaltung des persönlichen Stils. Und ob einladender Flur, großzügige Relaxlandschaft oder Homeoffice – zu jedem Wohnkonzept gehört neben ausgewähltem Interieur auch die passende Wandgestaltung. Das Tolle: Die Frage, mit welcher Tapete der gewünschte Look schnell und einfach gelingt, stellt sich nicht mehr. Denn im Sortiment geprägter Vliesfaser gibt's für jeden Raum, jeden optischen Anspruch und jeden „Renovierungstyp“ die passende Variante.

Große Auswahl

So bieten uns die hochwertigen Tapeten eine große Auswahl an ausdrucksstarken Strukturen, die perfekt zum modernen Lifestyle passen. Ist eine feine, 100-prozentige Vliestapete mit stabiler Oberfläche gefragt, die mit Pinsel und Farbe gestaltet wird? Dann ist eine Basis-Vliesfasertapete erste Wahl. Oder bevorzugen wir eine unempfindliche, kratzfeste Tapete? Dafür gibt es eine Version mit vielfältigen Strukturen, deren Herstellung sogar vollständig CO2-kompensiert ist. Bei einer weiteren Tapete ist die Struktur nicht nur fein geprägt, sondern auch schon weiß vorgestrichen. Sprich, sie muss nicht mehr mit Farbe versehen werden.

WAS BAUGELD KOSTET

	Laufzeit 5 Jahre, Nominal/ Sollzins	Laufzeit 10 Jahre, Nominal/ Sollzins	Beleihungs- grenze
ALLIANZ	4,82	4,00	50%
FINANZBERATUNG OETTINGER	3,31	3,38	60%
BHW/POSTBANK	4,03	3,92	60%
Sparda-Bank Baden-Württemberg	3,62	3,60	60%
Wüstenrot & Württembergische AG	4,85	4,20	60%

Festzinssätze bei 100-prozentiger Auszahlung und einprozentiger Tilgung. Genannt ist der Nominalzinssatz/Sollzinssatz. **Alle Angaben ohne Gewähr.**

MIETGESUCHE

Für eine Mitarbeiterin der Bietigheimer, Bönningheimer und Sachsenheimer Zeitung mit 2 Kindern

suchen wir in Bietigheim und Umgebung eine 3,5- bis 4-Zimmerwohnung (ca. 65 – 85 m²)

mit EBK, Tageslichtbad, Balkon oder Terrasse und Kellerraum. Warmmiete bis 800 €. Zuschriften unter Chiffre BZ 67936

Mitarbeiter von Porsche und Bosch suchen exkl. Wohnungen und Häuser

www.wk-immo.de
Telefon (0 71 43) 87 23 10

Sehen und gesehen werden – Anzeigen in Ihrer Tageszeitung.

Bleiben Sie im Gespräch – mit Ihrer Anzeige.

IMMO-ABC

Abl.

→ Ablöse

App.

→ Appartement

Bj.

→ Baujahr

Blk.

→ Balkon

BmF

→ Bad mit Fenster

bzb.

→ beziehbar

CP

→ Carport

D

→ Dusche

DG

→ Dachgeschoss

DH

→ Doppelhaus

DHH

→ Doppelhaushälfte

Do.-Gge.

→ Doppelgarage

DT

→ Dachterrasse

EA

→ Energieausweis

EBK

→ Einbauküche

EKK

→ Energieeffizienzklasse

EFH

→ Einfamilienhaus

EG

→ Erdgeschoss

ELW

→ Einliegerwohnung

ETW

→ Eigentumswohnung

FBH

→ Fußbodenheizung

FP

→ Fixpreis

FW

→ Fernwärme

Gal.

→ Galerie

GEH

→ Gasetagenheizung

Gge.

→ Garage

Grd.

→ Grund

Grdst.

→ Grundstück

Grт.

→ Garten

GS

→ Geschirrspüler

HK

→ Heizkosten

HMS

→ Hausmeisterservice

HP

→ Hochparterre

KM

→ Kaltmiete

KN

→ Kohnische

KP

→ Kaufpreis

KR

→ Kellerraum

KT

→ Kaution

L

→ Lift

Lam.

→ Laminat

Mais.

→ Maisonette

MFH

→ Mehrfamilienhaus

MM

→ Monatsmiete

möbl.

→ möbliert

mod.

→ modern

NB

→ Neubau

Nrl.

→ Nutzfläche

NKM

→ Nettokaltmiete

NK

→ Nebenkosten

NR

→ Nichtraucher

NSP

→ Nachtspeicherheizung

OG

→ Obergeschoss

OH

→ Ofenheizung

Öl-ZH

→ Öl-Zentralheizung

Park.

→ Parkett

Prov.

→ Provision

REH

→ Reiheneckhaus

RH

→ Reihnhaus

Stpl.

→ Stellplatz

Terr.

→ Terrasse

TG

→ Tiefgarage

TLB

→ Tageslichtbad

UG

→ Untergeschoss

VA

→ Verbrauchsausweis

VB

→ Verhandlungsbasis

WAL

→ Wohnanlage

WBS

→ Wohnberechtigungsschein

WE

→ Wohneinheit

WG

→ Wohngemeinschaft

Whg.

→ Wohnung

Wi.-Grт.

→ Wintergarten

WM

→ Warmmiete

WW

→ Warmwasser

ZKB

→ Zimmer/Küche/Bad

Zi.

→ Zimmer

ZH

→ Zentralheizung

Gute Idee ...

... der Geschenk-Ideen-Katalog der Lebenshilfe mit vielen handgefertigten Artikeln aus Behinderten-Werkstätten.

Katalog anfordern:

Bundesvereinigung Lebenshilfe e.V.
Versandhandel
Geysstraße 19
38106 Braunschweig
Tel.: 0531 47191400

oder direkt bestellen:

www.lebenshilfe-shop.de

Mit Ihrer Bestellung helfen Sie behinderten Menschen.

»Ich möchte dazu beitragen, dass Kinder in Sicherheit leben und ihre Talente entfalten können. Deshalb bin ich Botschafter von Terre des Hommes.«

Oliver Welke ist Moderator, Journalist und Satiriker

Unterstützen auch Sie unsere weltweite Arbeit für Kinder!

TERRE DES HOMMES
starke Kinder – gerechte Welt

www.tdh.de

DER REGIONALE STELLENMARKT FÜR DEN KREIS LUDWIGSBURG

DIE STELLENSCHAU

ANZEIGENSERVICE: TELEFON (07142) 403-555 · anzeigen@die-rundschau.de

Jede Woche interessante und regionale Stellenangebote

Extrastarke Kombiauflage rund 110.000 Exemplare

REVEN

SCHAKO Group

Wir bieten Weiterbildung im Blechhandwerk!

Einsatzort & Kontakt@ Rentschler Reven GmbH
Ludwigstr. 16-18
74372 Sersheim
Sven Rentschler
www.reven.de
www.linktr.ee/luftreiniger

Bei uns geht es ums dünne feine Blech. In unserer Produktion entstehen täglich moderne Luftreiniger aus rostfreien Edelstählen. Für unser Produktionsteam suchen wir Verstärkung (m/w/d):

- Geschickte, interessierte und fleißige Handwerker
- Auszubildende zum Konstruktionsmechaniker Feinblech
- WIG Schweißer und Schweißer für Feinblech
- Blech Handwerker für unsere Vorfertigung

Auch als ungelernter Handwerker erhalten Sie bei uns die Möglichkeit sich zum Edelstahl WIG Schweißer fortzubilden, während der normalen Beschäftigung. Nehmen Sie diese Chance wahr und melden Sie sich noch heute bei uns, einfache Kontaktaufnahme über E-Mail sven.rentschler@reven.de reicht!

Pure competence in air - Mehr unter https://reven.news/tv

MENSCHLICH. EVANGELISCH. ENGAGIERT.

Willkommen in einer starken Gemeinschaft!

Für unsere Schulküche am Ev. Lichtenstern-Gymnasium in Sachsenheim suchen wir im Zuge einer Nachbesetzung zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n

Koch / Köchin (m/w/d)
in unbefristeter Anstellung
mit einem Beschäftigungsumfang von 50 - 70 %.

Das Aufgabenprofil und weitere Informationen zur Anstellung erhalten Sie auf unserer Homepage: www.evlg.de.

Bei Rückfragen können Sie sich gerne an die Küchenleiterin Frau Kathrin Weisse, Tel: 07147 994-0 oder die Leiterin des Fachbereichs Küchen Frau Vanessa Kaiser, Tel: 0711 672 35 42-28 wenden.

Bitte senden Sie uns Ihre Bewerbungsunterlagen **bis zum 31.01.2026** per E-Mail an: bewerbung@schulstiftung.info

Bewerbungen von Menschen mit Behinderung werden begrüßt.

WEIL DER MENSCH ZÄHLT... Wir freuen uns darauf Sie kennenzulernen!

www.stelleninserate.de

DRF Luftrettung

...eine Frage der Zeit

Notfälle kommen aus heiterem Himmel. Rettung auch.

Unterstützen Sie die DRF Luftrettung. Werden Sie Fördermitglied.
Info-Telefon 0711 7007-2211
www.drfluftrettung.de

BIETIGHEIMER ZEITUNG

SACHSENHEIMER ZEITUNG | BÖNNIGHEIMER ZEITUNG

Unser Team braucht Verstärkung. Wir suchen ab 01.04.2026 einen:

Hausmeister (m/w/d)

Ihre Aufgaben:

- alle anfallenden Hausmeistertätigkeiten
- Wartungs-, Reparatur und Instandsetzungsarbeiten
- Transportarbeiten aller Art, Übernahme von Hilfsdiensten
- Durchführung von Projektarbeiten
- Kontrolle und Überwachung der Gebäudeversorgung sowie der haustechnischen Anlagen
- Bestellungen

Ihr Profil:

- abgeschlossene Berufsausbildung in einem handwerklichen oder technischen Beruf
- Verantwortungsbewusstsein und Zuverlässigkeit
- körperlich belastbar
- Führerscheinklasse B
- flexibel, selbständig, hohe Einsatzbereitschaft

Wir bieten Ihnen einen attraktiven Arbeitsplatz in einer der wirtschaftlich stärksten Regionen Deutschlands. Für weitere Informationen steht Ihnen Frau Kamnew telefonisch unter 07142 403-301 zur Verfügung.

Interessiert?
Dann freuen wir uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung mit Angabe des möglichen Eintrittstermins per E-Mail an: jobs@dvmedienhaus.de

Druck- und Verlagsgesellschaft Bietigheim mbH

Kronenbergstraße 10 · 74321 Bietigheim-Bissingen · Tel. 07142 403-0

www.dvmedienhaus.de

WIR SUCHEN DICH FÜR UNSER TEAM

TelefonSeelsorge®

Interesse? Schick eine Mail an: oeffentlichkeitsarbeit@telefonseelsorge.de

Duden, der;

Konrad Duden hinterließ der Welt das Wörterbuch der deutschen Sprache. Auch wenn Sie kein berühmter Lexikograf sind: Sie können etwas Bleibendes für die Nachwelt schaffen. Mit einem Testament oder einer Stiftung zugunsten von UNICEF. Wir informieren Sie gern: UNICEF, Höniger Weg 104, 50969 Köln, Tel. 0221/93 65 0-252 www.unicef.de.

Mit freundlicher Genehmigung des Bibliographischen Instituts/Sauerländer, Mannheim.

Gemeinsam für Kinder

M.Hiemer Gartengestaltung

Minijob als Sargträger

Wir suchen Sargträger (m/w/d) für unser stetig wachsendes Sargträgerteam auf 603€ Minijobbasis für die Friedhöfe in Bietigheim-Bissingen.

Sie sollten über ein gepflegtes Äußeres verfügen, körperlich und geistig belastbar sein und vor allem Respekt vor der besonderen Aufgabe haben.

Die Arbeitszeiten sind flexibel und orientieren sich an den Bestattungsterminen. Bei neuen Terminen werden Sie von uns rechtzeitig informiert so dass Sie auch in der Lage sind Ihren Alltag und Ihre privaten Termine zu steuern. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Berufskleidung wird selbstverständlich gestellt.

Wir bieten eine faire Bezahlung pro Einsatz. Sie haben Interesse? Dann melden Sie sich bei uns. Wir freuen uns von Ihnen zu hören.

Tel. (07142) 30946, mhiemer@gartengestaltung.de

GERMAN DOCTORS

HILFE, DIE BLEIBT

Werden auch Sie zum Helfer!

Spendenkonto: Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE26 5502 0500 4000 8000 20 | BIC: BFSWDE33MNZ
German Doctors e.V. | Löbestr. 1a | 53173 Bonn
info@german-doctors.de | www.german-doctors.de

BIETIGHEIMER ZEITUNG

SACHSENHEIMER ZEITUNG | BÖNNIGHEIMER ZEITUNG

20% Rabatt*

Abomax

ZEITUNG ABONNIEREN – RICHTIG PROFITIEREN
mit unseren Abomax-Rabatt-Coupons
Mehr Infos: www.bz-abo.de

Aktionspartner im Januar 2026:

hofmeister

Hofmeister Bietigheim GmbH & Co. KG
www.hofmeister.de

* Einmalig 20% auf einen Einkauf in den Bereichen Boutique, Leuchten und Teppiche. Ausgenommen sind Artikel aus dem 1.2.34-Shop, Möbel und in unseren Prospekten und Anzeigen beworbene Ware, die im Haus gekennzeichnet ist. Nur gültig für Neuaufträge und Barverkäufe. Barauszahlung nicht möglich. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Gültig bis 31.01.2026.

DESHALB NOCH HEUTE ABO ABSCHLIESSEN

07142 403-231 leserservice@bietigheimerzeitung.de

Wir suchen Dich!

MITARBEITER:IN IM VERKAUF (m/w/d) in Voll- oder Teilzeit

DV MEDIENHAUS

Wir sind ein modernes und innovatives Unternehmen im Landkreis Ludwigsburg mitten im Herzen von Bietigheim-Bissingen und gehören mit unseren Print- und Onlinemedien zu den führenden Medienhäuser der Region. Sich verändernde Märkte, der digitale Wandel, neue Geschäftsmodelle – dafür brauchen wir neugierige, aktive und dynamische Mitarbeiter:innen. **Wir freuen uns auf dich!**

DEIN PROFIL:

Du arbeitest im Verkauf und suchst einen sicheren Arbeitsplatz? Du bist verlässlich, kommunikativ und gehst gerne auf Menschen zu? PKW und Führerschein sind vorhanden? Dann bist du bei uns genau richtig!

DEINE AUFGABEN:

Verkauf von Print- und Onlinemedien bei unseren Kunden. Bringe deine Ideen ein, um neue Produkte zu entwickeln! Wir arbeiten dich sorgfältig ein und sorgen für regelmäßige Schulungen.

DICH ERWARTET:

Geregelte Arbeitszeiten von Mo. - Fr. und ein unbefristetes Arbeitsverhältnis. 30 Tage Urlaub. Jobrad. Ein offenes, kollegiales, erfolgreiches Team.

INTERESSIERT?

Sende deine Bewerbung per E-Mail an unsere Leiterin Sales Anja Mattes: jobs@dvmedienhaus.de

Druck- und Verlagsgesellschaft Bietigheim mbH | Kronenbergstraße 10 | 74321 Bietigheim-Bissingen
T: 07142 403-0 | www.dv-medienhaus.de

KIESER**KRAFT FÜRS LEBEN**

ES KOMMT DIE ZEIT, DA BRAUCHT ES KIESER.

**200 EURO
SPAREN
BIS 11.01.2026****Gilt für Neukunden bei Abgabeschluss bis zum 11.01.2026. Gültig nur in teilnehmenden Studios. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Eine Auszahlung im Gegenwert kann nicht erfolgen.

Solange unsere Muskeln stark sind, merken wir oft nicht, wie wichtig diese für uns sind. Sie tragen uns tagein, tagaus durchs Leben. Aber nicht nur das. Sie spielen eine zentrale Rolle für Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Deshalb ist die richtige Pflege das A und O, um fit, aktiv und gesund ins neue Jahr zu starten.

Sie bewegen uns, sie tragen uns durch den Tag: unsere Muskeln

Wir brauchen unsere Muskeln, um morgens aufzustehen, die Schuhe zu schnüren, die Einkaufstaschen zu tragen, Treppen zu steigen oder mit dem Rad zur Arbeit zu fahren. Ausgewogen gekräftigt, wirken sie einseitigen Belastungen in Beruf, Sport und Alltag entgegen, die oft zu Fehlhaltungen und Beschwerden führen. Sie sind der Motor unserer Fortbewegung und mehr als das: Sie sind das Fundament unserer körperlichen Leistungsfähigkeit.

Entdecken Sie das Gesundheitspotenzial Ihrer Muskeln

Weniger bekannt ist, dass die Skelettmuskulatur als größtes Stoffwechselorgan auch eine zentrale Rolle für unseren Fett-, Zucker-, Protein- und Knochenstoffwechsel spielt. Starke Muskeln verbrauchen z. B. mehr Energie und steigern so den täglichen Energieumsatz – eine Grundvoraussetzung, um bspw. effektiv abzunehmen. Das Herz-

Kreislauf-System eines trainierten Menschen arbeitet ökonomischer als das eines untrainierten und wird somit weniger stark belastet. Nicht zuletzt regen aktive Muskeln die Produktion von Hormonen und Botenstoffen mit hormonähnlicher Wirkung an. Davon profitieren u. a. das Immunsystem, das Gedächtnis, die Psyche und die Sexualität. All diese positiven Effekte stellen sich nur bei intensiver Muskelaktivität ein – die mit jedem Lebensjahr wichtiger wird.

Ab Mitte 20: Der Kraftverlust beginnt

Fakt ist: Bereits ab einem Alter von ca. 25 Jahren setzt ein allmählicher Muskelabbau ein – zunächst klammheimlich, später aber deutlich sichtbar und spürbar. Jenseits des 50. Lebensjahrs verlieren wir dann im Schnitt zwischen 0,6 und 2 Prozent Muskelmasse – und das pro Jahr! Körperliche Inaktivität und mangelnde Eiweißversorgung beschleunigen diesen Prozess. Dieser Muskelschwund bedeutet einerseits, dass Kraft, Leistungsfähigkeit, Belastbarkeit und Beweglichkeit abnehmen. Andererseits steigt das Risiko, Beschwerden am Bewegungsapparat und Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes Typ 2 zu entwickeln.

Das wirksame Gegenmittel: medizinisch fundiertes Krafttraining

Wer seine Gesundheit und Leistungsfähigkeit erhalten will, kommt um eines nicht herum: Er

muss seine Muskeln regelmäßig trainieren. Und zwar nach der richtigen Methode, denn ein präventiv oder auch therapeutisch wirksamer Muskelaufbau stellt viel höhere Anforderungen als ein herkömmliches Fitnesstraining. Dessen sind wir uns bewusst. Kieser steht seit 59 Jahren für gesundheitsorientiertes Krafttraining. Unsere Methode ist wissenschaftlich-medizinisch fundiert, effizient und hat sich vielfach bewährt. Sie kombiniert eine professionelle Begleitung mit exzellentem Trainingsequipment.

Wir begleiten Sie fachkompetent

Bei Ihrem Start besprechen wir mit Ihnen Ihre Bedürfnisse, mögliche gesundheitliche Einschränkungen und Ihre sportlichen Interessen. Danach erhalten Sie einen präzise auf Ihre Ziele abgestimmten Trainingsplan. In drei persönlich begleiteten Einführungstrainings führen wir Sie sorgfältig in ein effektives Training mit hochentwickelten Geräten ein. Zum festen Repertoire gehören zudem medizinische Trainingsberatungen, Rückenanalysen, Kraftmessungen und Körperanalysen sowie regelmäßige persönlich begleitete Kontrolltrainings. So stellen wir sicher, dass Sie stets mit maximalem Effekt für Ihre Ziele trainieren.

Spezialisierte Trainingsgeräte, hohe Wirksamkeit

Ob Sie den Rücken stärken, mehr Kraft für den Arbeitsalltag im Sitzen bzw. Stehen bekommen

oder sich beim Golfen, Joggen oder Skifahren verbessern wollen – für Ihr Training stehen in großer Bandbreite spezialisierte Geräte bereit. Darunter auch Spezial-Maschinen für den Nacken, den unteren Rücken, die Schultern, den Beckenboden oder die Hand- wie auch Sprunggelenke, die es nur bei Kieser gibt. Diese ermöglichen es, einzelne Muskelgruppen präventiv oder bei spezifischen Krankheitsbildern präzise und wirksam zu kräftigen.

2x 30 Minuten pro Woche reichen

Für den erfolgreichen Kraftaufbau bei uns benötigen Sie nicht einmal viel Zeit. Bereits zweimal 30 Minuten Training pro Woche reichen aus, um Ihren Muskeln den notwendigen Wachstumsreiz und Ihrer Gesundheit eine starke Basis zu verschaffen.

Jetzt starten!

Ob Sie Energie tanken, Ihre Figur straffen, sich auf Ihre Lieblingssportart vorbereiten, Ihren gepagten Rücken oder Nacken auf Vordermann bringen wollen: Kieser bietet individuelle Programme für jedes Trainingsziel.

**KOMMEN
SIE VORBEI
WIR FREUEN UNS
AUF IHREN BESUCH****BESUCHEN SIE UNS AM 11. JANUAR
ZUM TAG DER OFFENEN TÜR.**

Wir stehen für individuelle Beratungsgespräche zur Verfügung. Informieren Sie sich über Ihren persönlichen Nutzen von Kieser.





EINE STARKE GESUNDHEIT BRAUCHT AKTIVE MUSKELN

Aktive Muskeln sind die Grundlage für Stabilität, Mobilität und eine gute, beschwerdefreie Haltung. Doch als unser größtes Stoffwechselorgan kann unsere Muskulatur noch viel mehr: Gut trainiert ist sie ein wirkungsvolles Mittel gegen die sogenannten Zivilisationskrankheiten – die eigentlich anders heißen müssten.

Nicht die Zivilisation, sondern Inaktivität ist das Problem
Adipositas, Bluthochdruck, Osteoporose, krankhafter Verlust von Muskelmasse und Stoffwechselerkrankungen – was haben diese Leiden mit der Zivilisation zu tun? Nicht viel, denn sie entstehen vor allem durch Bewegungsmangel. Zivilisationskrankheiten sind also eigentlich Inaktivitätskrankheiten.

Damit ist sofort klar, was zu tun ist
Die Treppe statt den Aufzug nehmen, mit dem Rad zur Arbeit fahren, sich viel bewegen und insbesondere die Muskeln gezielt trainieren. In der Tat wird Ihr Körper mit zweimal Krafttraining pro Woche zu Ihrer körpereigenen Apotheke, welche es ermöglicht, die durch einen passiven Lebensstil hervorgerufenen Krankheiten an ihrer Wurzel zu packen.

„Silent Inflammation“ – die verborgene Ursache von Zivilisationskrankheiten
Nahezu sämtliche Zivilisationskrankheiten

und viele Krebserkrankungen werden maßgeblich durch eine unterschwellige Entzündung im Körper mitverursacht. Woher kommt diese Entzündung? Bewegungsmangel und falsche Ernährung zwingen den Körper, viel Fett im Bauchraum, in der



Martin Spitzner, Physiotherapeut

Leber und in den Muskeln abzulagern. Doch an diesen Stellen ist die Speicherung von Fett nicht vorgesehen. Der Organismus „wehrt sich“ mit chronischen Entzündungen, die den Stoffwechsel stören: Die Muskelzellen reagieren schlechter auf

Insulin, der Zucker staut sich im Blut und schädigt Gefäße und Organe. Die „Verkalkung“ der Blutgefäße nimmt zu und damit auch das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall. Nerven bilden sich zurück und Krebszellen können sich u. a. unkontrolliert vermehren. So können Diabetes Typ 2, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Nervenleiden und nicht zuletzt auch Krebs entstehen. Mit intensiver Muskelaktivität steuern Sie gegen.

Hunderte starker Wirkstoffe, die Ihr Körper produziert
Aktive Muskelzellen bilden im Körper über 600 hormonähnliche Botenstoffe, die über den Blutkreislauf jede Körperzelle erreichen und vielfältige Wirkungen entfalten. Diese sog. Myokine verstärken die Leistungsfähigkeit, helfen, den Blutzucker zu senken und damit unmittelbar bei Diabetes Typ 2 und bei der Kontrolle des Körpergewichts. Chronische Entzündungen der Blutgefäße gehen zurück, der Blutdruck sinkt und das Herz wird entlastet. Insgesamt kann man körperliche Anstrengungen viel leichter bewältigen.

Muskelaktivität – die natürliche Quelle Ihrer Gesundheit
Martin Spitzner, Physiotherapeut bei Kieser Bietigheim-Bissingen, fasst den aktuellen Kenntnisstand zusammen: „Fachkundig begleitetes Krafttraining hält nicht nur Ihren Bewegungsapparat beweglich und leistungsfähig, sondern ist auch ein hochwirksames und natürliches Mittel gegen nahezu sämtliche Zivilisationskrankheiten. Intensive Muskelaktivität bewirkt in den Fettzellen einen Umbau und gespeichertes Fett wird zum Abbau freigegeben. Sie regt u. a. das Wachstum von Knochenzellen an (Osteoporose-Prävention). Lässt sogar im Alter neue Knochenzellen entstehen. Stärkt das Immunsystem. Steigert die Lern- und Merkfähigkeit.“

Und der Erfolg geht über eine bessere Gesundheit hinaus: Vitalität und Lebensfreude, Mobilität und Selbstständigkeit im Alter und eine höhere Lebensqualität sind der reiche Lohn, den Sie für Ihren aktiven Lebensstil bekommen.





DAS BESTE REZEPT GEGEN RÜCKENSCHMERZEN

Tief im Verborgenen geben sie uns Halt: unsere tiefliegenden autochthonen Rückenstreckmuskeln. Diese Muskelpartie verbindet Wirbelkörper und -gelenke, streckt unseren Rücken und hält uns aufrecht. Sie wirkt wie ein natürliches Korsett, das die Wirbelsäule stabilisiert.

Die häufigste Ursache von Rückenschmerzen

Ist die Tiefenmuskulatur zu schwach, werden Wirbelgelenke und Bandscheiben überlastet und nutzen sich schneller ab. Die schmerzhaften Folgen: verspannte Muskeln, Blockaden, Arthrose oder degenerierte Bandscheiben bis hin zum Bandscheibenvorfall. Oft reicht dann schon ein Auslöser – sei es Stress im Job, Ärger mit dem Kollegen oder eine kleine vermeintlich falsche Bewegung –, um die Wirbelsäule aus dem Lot zu bringen.

Was tun bei Rückenschmerzen?

Schonung oder passive Maßnahmen wie Massagen, Medikamente oder Akupunktur bringen oft nur kurzfristige Linderung. Erfolgversprechender und nachhaltiger ist es, die Muskulatur ganz gezielt aufzubauen. Doch wie können wir die verborgenen Muskeln, die wir nicht einmal willkürlich anspannen können, gezielt und isoliert trainieren, wenn die sehr starke Gesäß- und Beinmuskulatur bei der Aufrichtung bedeutend mit-

wirken? Eine effiziente Kräftigung gelingt daher nachweislich nur dann, wenn man beim Training das Becken fixiert und dadurch die tiefe Rückenstreckmuskulatur von der umgebenden Muskulatur isoliert. Das fanden amerikanische Wissenschaftler der Universität Florida in Gainesville bereits in den 1970er- und 1980er-Jahren heraus.

Das beste Rezept: Die „LE“

Um die tiefliegende Muskulatur der Lendenwirbelsäule effektiv zu kräftigen, wurde speziell die computergestützte Lumbar-Extension-Maschine oder kurz „LE“ entwickelt. Das Gerät wird individuell auf den Trainierenden eingestellt und das Training persönlich begleitet. Es ist einfach, sicher und effektiv: Der Trainierende bewegt sich in der Maschine, beugt und streckt den Rücken im Zeitlupentempo – und zwar gegen ein Gewicht, das spezifisch und persönlich angeglichen und ganz individuell gesteigert wird. Durch eine Fixierung des Beckens über individuell angepasste Polster, Gurte und Fußrasten werden Gesäß- und Beinmuskulatur ausgeschaltet.

Der wirksame Effekt

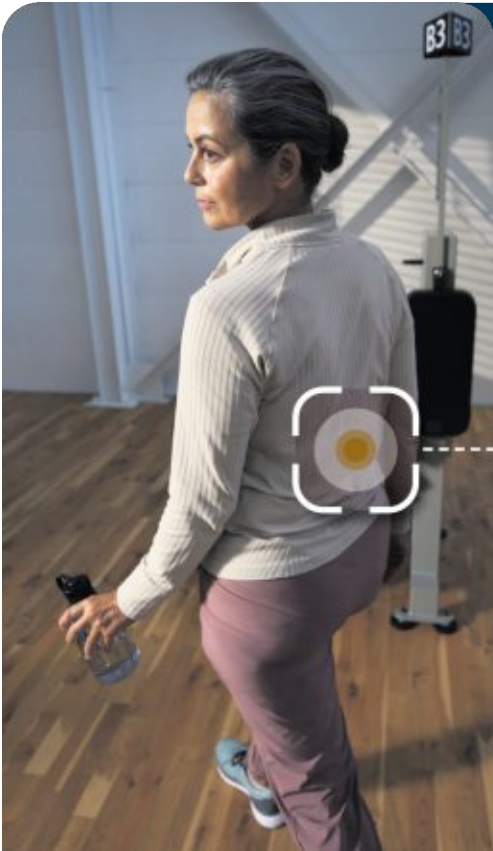
Die Rückenstrecker müssen das Gewicht allein bewältigen und entwickeln dadurch wesentlich schneller mehr Kraft. Das entlastet die Bandscheiben, schützt vor vorzeitigem Verschleiß und beugt Beschwerden vor.

Sehr gute Erfolge, auch bei chronischen Beschwerden

Das Training wirkt jedoch nicht nur präventiv. Unsere jahrzehntelange Erfahrung zeigt: In der Regel reichen 12 bis 18 Sitzungen an der „LE“ sowie ein ergänzendes Ganzkörpertraining, um chronische Beschwerden bereits nach 3 bis 6 Monaten zu lindern oder zu beseitigen. Das Trainingsprogramm hilft bei bestehenden Rückenschmerzen, Bandscheibenvorfällen, Haltungsschwächen sowie vielen weiteren Krankheitsbildern des Rückens. Zwar lassen sich manche anatomische Veränderungen nicht mehr wegtrainieren, aber mit der Kräftigung der umliegenden Muskulatur gehen die Beschwerden meist spürbar zurück.

UNSERE LEISTUNGEN IM ÜBERBLICK:

- ➔ 3 begleitete Einführungstrainings inklusive ausführlicher Beratung
- ➔ Medizinische Trainingsberatung
- ➔ 1:1 begleitetes, gezieltes Rücken-training zum Kraftaufbau und Erhalt der tiefen Rückenstrecker
- ➔ Selbstständiges Training
- ➔ Rückenanalyse
- ➔ 10. Training persönlich begleitet
- ➔ Messung der Körperzusammensetzung (BIA)
- ➔ Jedes 20. Training persönlich begleitet



EIN STARKER RÜCKEN FÜR MEHR LEBENSQUALITÄT

- ➔ **Elastische Bandscheiben**
Schützt die Bandscheiben vor vorzeitiger Degeneration.
- ➔ **Weniger Schmerzen**
Reduziert oder beseitigt 80 % der chronischen Rückenschmerzen und Nackenverspannungen signifikant.
- ➔ **Stabile Wirbel**
Stimuliert den Knochenstoffwechsel und sorgt für eine dichte und stabile Wirbelstruktur.
- ➔ **Mehr Beweglichkeit**
Erhöht die Beweglichkeit der Wirbelsäule.
- ➔ **Operationen verhindern**
Verhindert bei 9 von 10 Patienten mit eindeutiger Operationsindikation einen Eingriff.
- ➔ **Mehr Kraft**
Steigert die Kraft der Rückenstrecker und beugt Beschwerden sowie Verspannungen vor.



BESUCHEN SIE UNS AM **11. JANUAR** ZUM TAG DER OFFENEN TÜR

UNSER PROGRAMM VON 10.00 BIS 16.00 UHR

Erfahren Sie, was Sie durch gesundheitsorientiertes Krafttraining erreichen können. Erleben Sie, wie Kieser wirkt. Kommen Sie spontan vorbei oder vereinbaren Sie im Voraus einen persönlichen Beratungstermin oder auch ein Probetraining.

→ Individuelle Beratung.

Sie sind sich nicht sicher, ob Krafttraining für Sie das Richtige ist? Sie meinen, dass gesundheitliche Beschwerden ein Training beeinträchtigen? Wir besprechen mit Ihnen, ob ein Training sinnvoll ist, welche Ziele Sie sich setzen sollten und klären Ihre Fragen zum Thema Krafttraining.

→ Bremsen Rückenschmerzen Sie im Alltag?

Mithilfe unserer computergestützten Rückenanalyse zeigen wir Ihnen den richtigen Weg zur Stärkung Ihres Rückens und zur Linderung Ihrer Rücken- und Nackenbeschwerden.

→ Krafttraining zur Verbesserung Ihrer Gesundheit.

Ob Diabetes, Bluthochdruck, Osteoporose oder Arthrose. Wir zeigen Ihnen gerne, welche positiven Effekte gesundheitsorientiertes Krafttraining auf Ihr spezielles Krankheitsbild hat und wie wir hierbei ein individuelles Training gestalten können.

→ Starten Sie schlank ins neue Jahr!

Mit unserer Bioimpedanzanalyse ermitteln wir Ihre Körperzusammensetzung und setzen somit die Basis für ein gezieltes und individuelles Training.

→ Lust statt Frust – die Kraft des Beckenbodens.

Testen Sie unsere besondere Beckenbodenmaschine. Gezieltes Beckenbodentraining mit visueller Kontrolle.

→ Schulterbeschwerden?

Wir beraten Sie gerne und zeigen Ihnen auf, wie wir mithilfe des Trainings die Funktion des Schultergelenks wiederherstellen und Beschwerden lindern können.

Sichern Sie sich an diesem Tag eine Ersparnis von 200 Euro.

Es lohnt sich vorbei zu schauen – das Kieser-Team Bietigheim-Bissingen freut sich auf Ihren Besuch.



*Gilt für Neukunden bei Aboabschluss bis zum 11.01.2026. Gültig nur in teilnehmenden Studios. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Eine Auszahlung im Gegenwert kann nicht erfolgen.



IHR KRAFT-SPEZIALIST
IN DER NÄHE

Kieser Bietigheim-Bissingen

MGM Krafttraining GmbH
Borsigstraße 6
74321 Bietigheim-Bissingen
Telefon (07142) 77 666 90
bietigheim1@kieser.com
kostenlose Parkplätze

Kieser Ludwigsburg

MBA Krafttraining GmbH
Schillerstraße 12
71638 Ludwigsburg
Telefon (07141) 974 93 40
ludwigsburg1@kieser.com
kostenlose Parkplätze

Die jeweiligen Öffnungszeiten
sowie weitere Informationen
unter [kieser.com/promo/de](https://www.kieser.com/promo/de)

