

Guter Schlaf



Seminar mit Schlafforscher Prof. Zulley

Seite 20



Neue CD von Steffi Denk

Steffi Denk und ihre „Flexible Friends“ sind „Unterwegs in Sachen Liebe“. So heißt die neue CD mit der großen Swing-Stimme Regensburgs und ihren Musikern. Aus einem Konzert zum Valentinstag entstand die Idee, die besten Love-Songs der Formation auf CD festzuhalten. Herausgekommen ist eine Mischung von swingenden Evergreens und gefühlvollen Pop-Balladen wie „Have I Told You Lately That I Love You“, getragen von Steffi Denks Powerstimme.

Foto: Frank

► Die CD ist erhältlich bei Hugendubel, Bücher Pustet und Bücherwurm, zum Download auf amazon, itunes und jpc.de oder über die homepage www.flexiblefriends.de

rundschau magazin

Mittwoch, 26. Januar 2011

kultur · freizeit · boulevard

Bis ans Ende der Welt

Sabine Hoppe und Thomas Rahn haben getan, wovon Andere nur träumen: ein Jahr lang um die Welt reisen.

Von Luise Frank

Regensburg/Amberg. Entlang der sagenumwobenen Seidenstraße, durch die endlosen Weiten der mongolischen Steppe und übervölkerte chinesische Städte – die Reiseroute der beiden Amberger Sabine Hoppe und Thomas Rahn weckt in jedem Zuhörer das Fernweh. Bei einem Diavortrag im Regensburger Turmtheater teilen sie ihre Eindrücke mit dem Publikum.

Schon als Kind träumte Thomas Rahn davon, um die Welt zu reisen. Jetzt, nach dem erfolgreichen Abschluss zweier Studiengänge, hat er seinen Traum wahr gemacht. Seine Freundin Sabine Hoppe ist seit einer zweimonatigen Rucksackreise durch Indien ebenfalls vom Reisevirus infiziert. Bei einer Fahrt mit dem Campingmo-



Einsame Steppen und spektakuläre Gebirge: Mit einem Mercedes-Oldtimer durchquerten die Weltreisenden Sabine Hoppe und Thomas Rahn die mongolischen Altai-Berge. Fotos: Hoppe/Rahn

bil durch Neuseeland kamen die beiden auf die Idee, mit einem eigenen Gefährt auf die Reise zu gehen. Mit einem robusten, umgebauten Mercedes-Lkw, Baujahr 1977, war schließlich der passende fahrbare Untersatz gefunden.

Zwei Jahre haben sich die zwei Amberger auf diese Reise vorbereitet. Die Richtung war klar: nach Osten. „Dort interessieren uns viele Länder, zum Beispiel Russland und der Iran“, erzählt Thomas Rahn. Über den Balkan und Griechenland ging es in die Türkei, von dort in den Iran und über den Kaukasus nach Russland, schließlich in die Mongolei und China.

Besonders beeindruckt hat die beiden Weltreisenden der Iran. Hier erlebten die Amberger einen herzlichen Empfang: „Da haben sich die Leute so gefreut, dass jemand herkommt und sagt: Ich will mir ein eigenes Bild von diesem Land machen“, so Thomas. Überhaupt waren die „menschlichen Begegnungen die Highlights“, erzählt Thomas weiter. Im Iran begegneten sie einem Gewichtheber,

dem „stärksten Mann des Iran“, der ihnen heute noch Mails schreibt und sich nach ihrem Wohlergehen erkundigt.

Und was machen Weltenbummler unterwegs? Viel Alltägliches: einkaufen, kochen, Wäsche waschen. Aber natürlich auch per Handy und Internet mit der Heimat in Verbindung bleiben. Oder die Route planen, was in den Weiten der mongolischen Steppe nur mittels GPS möglich ist.

So einsam, wie man vermuten könnte, war die Reise indes nicht. „Es gibt ein Netzwerk von Langzeitreisenden, zum Beispiel über Internet“, erzählt Thomas. Da werden Informationen zu Grenzübertritten oder Straßenverhältnissen ausgetauscht. Wenn Reisende sich unterwegs begegnen, ist immer Zeit für ein Gespräch.

Überhaupt vermitteln Sabine und Thomas den Eindruck, dass es viel weniger Schwierigkeiten auf so einer langen, weiten Reise gibt, als man meinen könnte. Das Leben im eigenen Campingmobil kostet nicht die

Welt, krank waren die beiden auch nicht und der robuste Lkw hatte auf 33 000 Kilometern keine größere Panne.

Selbst die Kommunikation ohne gemeinsame Sprache funktioniert irgendwie: „Wir standen schon in Supermärkten und haben Zwiebelschalen nachgespielt“, erinnert sich Sabine Hoppe schmunzelnd. Bei Grenzübertritten in 17 Ländern mussten sie zudem nicht einen Cent Schmiergeld zahlen. „Warum nicht nochmal?“ ist deshalb ihr Resümee. Sie möchten allen Mut machen, die auch neugierig auf die Welt da draußen sind: „Es gibt keinen Grund, nicht zu reisen“, so Thomas. Am 16. Februar geht es für sie weiter. Dann setzen sie ihre Tour in Südostasien fort. Ihr verlässlicher Begleiter, der alte Mercedes, wartet auf in Laos auf sie und ist derweil bei einem Bekannten in der Einfahrt geparkt.

► Diavortrag „Bis ans Ende der Welt“: 14. Februar, Turmtheater, 19 Uhr
► www.abseitsreisen.de



Sabine Hoppe und Thomas Rahn in Kasachstan.

Langer Aufsatz



Von Luise Frank
☎ (0941) 207-321, kultur@rundschau-mail.de

Aufsätze habe ich in der Schule sehr gerne geschrieben. Bei der Aussicht, an einem ganzen Roman mitwirken zu können so wie die Schüler der Klasse 7c der Pindl-Realschule, wäre ich wahrscheinlich vor Begeisterung ausgeflippt. Dass Lehrer so ein Projekt möglich machen und Schüler begeistert über Monate hinweg mitarbeiten (siehe Seite 15), verdient allerhöchstes Lob. Ein eigenes Buch in der Hand zu halten, ist schon ein ganz anderes Erfolgserlebnis als eine gute Note.

Ritter Rost und die Hexe Verstexe



Regensburg (rs). Der Ritter Rost ist wieder da! Das Akademietheater Regensburg zeigt nach zwei erfolgreichen Produktionen jetzt das Stück „Ritter Rost und die Hexe Verstexe“. Alles ist friedlich auf der Eisernen Burg. Der Ritter Rost lässt sich bedienen, das Burgfräulein Bö kümmert sich um die Burg, und Koks, der Hausdrache, würde am liebsten den ganzen Tag Feuer spucken. Da taucht plötzlich die Hexe Verstexe auf und es ist schlagartig vorbei mit der Ruhe. Sie bietet dem Ritter Rost eine Spieluhr an, möchte dafür allerdings Koks haben. Koks, der heimlich lauscht, flüchtet entsetzt aus der Eisernen Burg und erlebt auf seiner Reise die wildesten Abenteuer. „Ritter Rost und die Hexe Verstexe“ ist ein Kindermusical von Jörg Hilbert und Felix Janosa mit mitreißender Musik und humorvollen Dialogen für Kinder ab 6 Jahren.

Foto: Veranstalter

► Vorstellungen am 30. Januar, 20. Februar, 20. März, 10. April, 15. Mai, jeweils um 14 und um 16 Uhr. Die Vorstellungen finden im Akademietheater im alten Schenkerturm, Kumpfmühler Straße 14, statt. Tickets in der Tourist-Info.

Ihr Matratzen- und Bettenspezialist
Betten **BÖHM**
Jetzt NEU - Handtücher
Steinweg 21, Tel. 0941/84635

TOTAL AUSVERKAUF

ab Montag 31.1.2011 wegen Geschäftsaufgabe

31.1. - 4.2.
20%

7.2. - 11.2.
30%

14.2. - 18.2.
40%

21.2. - 25.2.
50%

auf das gesamte Sortiment!

Bettwäsche, Tischwäsche, Frottierwaren u. Kissen

Alle Stoffbestellungen und Nähaufträge werden noch bis 31.3.2011 in gewohnter Weise zuverlässig ausgeführt.



Diesel

93073 Neutraubling • Schlesischer Str. 43
Telefon (0 94 01) 15 59