

**REISEMARKT**

**OSTSEE**

**Hotel Kiebitz** an d. Ostsee zw. Heiligendamm u. Warnemünde, Parkplatz, WLAN, super Preis – direkt bei UNS auf [www.hotel-kiebitz.de](http://www.hotel-kiebitz.de) o. 038203/8600 buchen – Immer Last-Minute-Angebote!

**Ostsee, Nähe Kühlungsborn**, gemütl. FeWo's/Häuser zu verm., 2-5 Personen. ☎ 05402-2744 oder 0172-5214551 [www.dibos-fewo-ostsee.de](http://www.dibos-fewo-ostsee.de)

**Urlaub in Boltenhagen**, FeWo, 5 km zum Strand, ganzjährig, Hund erlaubt! 0177-2766877, [erikaloerzer@t-online.de](mailto:erikaloerzer@t-online.de)

**HANSE SAIL** Urlaub Warnemünde! Zi. mit Terrasse direkt am Strand, Blick auf Meer & Leuchtturm ☎ 0172-7957991

**Sommerangebot! 2 P.**, 6 Ü/DZ 360€, Frühst. zubuchbar, 9,50€ p.P., 15 min bis Warnemünde. Hotel "Uns Voß-Hüsung", Reuterstr. 22, 18211 Bargesgahen, Inh. Axel Voß ☎ 038203-63384

**Graal-Müritz, 500m** zur Ostsee, FeWo, für 2-4 Pers., freie Wochen im Juni / Juli ☎ 038206 / 79190, [www.fewowitt.de](http://www.fewowitt.de)

**MECKLENBURG-VORPOMMERN**

**Urlaub auf dem Bauernhof**, ruh. & idyll. Lage bei Wismar, 8 km bis z. Ostsee, DZ u. MBZ Ü/F ab 35€ p.P., Kindererm., Pension Prill, Inh. Uwe Prill, Nantrow 18, 23974 Neuburg. Tel. 038426 / 20405

**HARZ**

**Harz/ Braunlage Fewo's** ab 35€ Tel.: 05583/ 9392373 [www.panoramic.de](http://www.panoramic.de)

**4\*\*\*\* Hotel Mühlenberg**, Grundweg 8 37441 Bad Sachsa, Hallenbad, versch. Saunen, Massagen, ab 85€ p.P./Tag/HP, Abend 4-Gänge-Menü. Inh. Erika Müller ☎ 05523-542, [harz-hotel.com](http://harz-hotel.com)

**www.landhotel-kunzental.de**  
**Hotel mit Restaurant** ☎ 05586-1261, Wandern im Harz, DZ: Dusche/WC/TV, 3 Nächte inkl. Frühst. pro Pers. 165,-€

**Altenbrak/Bodetal, nä. Hängebrücke**, Ü/F 30€ p.P., alle Zi. DU/TV, Unterdorf 6 Thale, Inh. Lutz Koppelman ☎ 039456-295, [www.harz-wanderfreunde.de](http://www.harz-wanderfreunde.de)

**Hotel Wolfsmühle**  
Inh. D. Hempel  
Zur Wolfsmühle 20, 99734 Nordhausen OT Rodishain  
**Wandern & Erholen im Südharz "Mühlentage"** ab 325,-€  
5 Nächte im DZ mit HP  
inkl. WLAN, Sauna & Naturbadeteich, Spielplatz  
Tel: 034653-348 [www.wolfsmuehle.de](http://www.wolfsmuehle.de)

**THÜRINGEN**

**RÜGEN**

**Juni-Angebot für 375€ !!!** 6 Tage Ferien, Ruhe, Erholung, Natur pur im idyll. Erholungsort Ziegenrück, 5x Ü/Fr/HP p./P. im DZ "Zur Fernmühle", Inh. Sebastian Grygler, Lobensteiner Str. 6, ☎ 036483/70190, [www.fermmuehle.de](http://www.fermmuehle.de)

**URLAUB auf Rügen!** strandn. Bungalows mit Komfort, fam.-freundlich, ☎ 0151-41209329, [www.ferienpark-sanddorn-ruegen.de](http://www.ferienpark-sanddorn-ruegen.de)

**Juliusruh- kl. Hotel** mit Restaurant am Kurpark, ca. 60 m zum Ostseestrand, 030-5679770, [www.hotel-svantevit.de](http://www.hotel-svantevit.de)

**ZITTAUER GEBIRGE**

**02797 Kurort Oybin**, Hotel Nensch mit hist. Wirtshaus, idyll. zw. Felsen, zentr. ruh. Lg., bietet u.a. Aktionswochen: 7 Ü/F ab 320€ p.P., Kinderabbat bis 50%, Abendessen im Haus mögl., ☎ 035844 70418, [www.hotel-nensch.de](http://www.hotel-nensch.de), Inh. Britta Iselt-Nensch, Friedrich-Engels-Str. 45

**Rügenurlaub noch freie Plätze!** Günst. FeWo, FeHaus, Bungalow, 1-6 P., eig. Hof, 2 SZ, Hund mgl. ☎ 0162 /1783045

**ZITTAUER GEBIRGE**

**KOITSCHER BERGGASTHOF**  
Ruhe, Natur und Erholung im Zittauer Gebirge.  
Gemütliche Zimmer & Apartments, Panoramaterasse, Kinderspielplatz, Ferienwohnungen im Hanselhof 26  
02763 Bertsdorf-Hornitz, Tel.: 03583-5080 oder 0172-3714285, [www.koitsche.de](http://www.koitsche.de)

**OSTSEE**

**URLAUB im Ostseebad Warnemünde**  
FERIENWOHNUNGEN \* FERIENHÄUSER  
2-6 Pers., tlw. mit herrlichem Meerblick  
Einfach kostenfreien Katalog anfordern!  
[www.die-warnemuender.de](http://www.die-warnemuender.de) \* Tel. 0381-492 57 30  
[ferien@die-warnemuender.de](mailto:ferien@die-warnemuender.de)

**SPREEWALD**

**HOTEL WALDHÜTTE**  
Nähe Spreewald & Lausitzer Seenland, an Talsperre Spremberg, idyllische Lage  
**7 x Ü/HP ab 371 € pro Pers. im DZ**  
**Wellnessbereich mit Schwimmhalle**  
☎ 035608/40033 • [www.hotel-waldhuette.de](http://www.hotel-waldhuette.de)  
Sebastian Löbelt-Friedrich, Alte Poststr. 1, 03058 Klein Döbbern

**MECKLENBURGISCHE SEENPLATTE**

**USEDOM**

**Zinnowitz, 2 FeWo** Dünenstr., Nähe Bernsteintherme, gehobenen Ausstattung, Balkon m. Strandkorb, Parkpl. ☎ 0172-3124074 oder 038377-366754

**Forsthaus Bansin** - Angebot ab 28.6. - 29.8.26: 7 Ü/HP p.P. im DZ 600€, 5 Ü/HP p.P. im DZ 500€, ☎ 038378-29447 [www.forsthaus-bansin.de](http://www.forsthaus-bansin.de), Forsthaus Bansin GmbH, GF: Holger Böhnstedt, Ahlbecker Chaussee 12, 17429 Bansin

**ZITTAUER GEBIRGE**

**02797 Kurort Oybin**, Hotel Nensch mit hist. Wirtshaus, idyll. zw. Felsen, zentr. ruh. Lg., bietet u.a. Aktionswochen: 7 Ü/F ab 320€ p.P., Kinderabbat bis 50%, Abendessen im Haus mögl., ☎ 035844 70418, [www.hotel-nensch.de](http://www.hotel-nensch.de), Inh. Britta Iselt-Nensch, Friedrich-Engels-Str. 45

**ZITTAUER GEBIRGE**

**KOITSCHER BERGGASTHOF**  
Ruhe, Natur und Erholung im Zittauer Gebirge.  
Gemütliche Zimmer & Apartments, Panoramaterasse, Kinderspielplatz, Ferienwohnungen im Hanselhof 26  
02763 Bertsdorf-Hornitz, Tel.: 03583-5080 oder 0172-3714285, [www.koitsche.de](http://www.koitsche.de)

**OSTSEE**

**URLAUB im Ostseebad Warnemünde**  
FERIENWOHNUNGEN \* FERIENHÄUSER  
2-6 Pers., tlw. mit herrlichem Meerblick  
Einfach kostenfreien Katalog anfordern!  
[www.die-warnemuender.de](http://www.die-warnemuender.de) \* Tel. 0381-492 57 30  
[ferien@die-warnemuender.de](mailto:ferien@die-warnemuender.de)

**SPREEWALD**

**HOTEL WALDHÜTTE**  
Nähe Spreewald & Lausitzer Seenland, an Talsperre Spremberg, idyllische Lage  
**7 x Ü/HP ab 371 € pro Pers. im DZ**  
**Wellnessbereich mit Schwimmhalle**  
☎ 035608/40033 • [www.hotel-waldhuette.de](http://www.hotel-waldhuette.de)  
Sebastian Löbelt-Friedrich, Alte Poststr. 1, 03058 Klein Döbbern

**USEDOM**

**Zinnowitz, 2 FeWo** Dünenstr., Nähe Bernsteintherme, gehobenen Ausstattung, Balkon m. Strandkorb, Parkpl. ☎ 0172-3124074 oder 038377-366754

**Forsthaus Bansin** - Angebot ab 28.6. - 29.8.26: 7 Ü/HP p.P. im DZ 600€, 5 Ü/HP p.P. im DZ 500€, ☎ 038378-29447 [www.forsthaus-bansin.de](http://www.forsthaus-bansin.de), Forsthaus Bansin GmbH, GF: Holger Böhnstedt, Ahlbecker Chaussee 12, 17429 Bansin

**ZITTAUER GEBIRGE**

**02797 Kurort Oybin**, Hotel Nensch mit hist. Wirtshaus, idyll. zw. Felsen, zentr. ruh. Lg., bietet u.a. Aktionswochen: 7 Ü/F ab 320€ p.P., Kinderabbat bis 50%, Abendessen im Haus mögl., ☎ 035844 70418, [www.hotel-nensch.de](http://www.hotel-nensch.de), Inh. Britta Iselt-Nensch, Friedrich-Engels-Str. 45

**ZITTAUER GEBIRGE**

**Ostseebad Heringsdorf, familiengeführtes „Hotel am Gothensee“.**  
Relaxen zu günstigen Preisen am Naturschutzgebiet Gothensee. Tel. 038378/33680 [gothensee@web.de](http://gothensee@web.de)

**AHLBECK! Restpl. bis 21.6.** 3-4 Pers. & 3.7.-19.7. 2 Pers. ☎ 038378-28213, [www.fewo-pommern-ahlbeck.de](http://www.fewo-pommern-ahlbeck.de)

**Hotel Waldidyll** in Zinnowitz mit tollen Angeboten!  
6.6.-12.7. 5 Ü/HP 370 € 7 Ü/HP 505 € 13.7.-6.9. 5 Ü/HP 420 € 7 Ü/HP 580 € - pro Pers. im DZ, Fewo's u. Bungalows verfügbar. Hotel Waldidyll GmbH, Gf M. Lafin, 17454 Zinnowitz, Kneippstr. 16 [www.hotelwaldidyll.de](http://www.hotelwaldidyll.de) ☎ 038377-4550 [info@hotelwaldidyll.de](mailto:info@hotelwaldidyll.de)

**ERZGEBIRGE**

**Die Oberlochmühle PENSION\*\*\*** FeWo/DZ mit Fr., großer Garten, Grillplatz, Teich, waldeiche Gegend, Hunde erlaubt, Nähe Seiffen und Tschechien. 09548 Deutschnendorf, ☎ 037368-12730 [www.oberlochmuehle.de](http://www.oberlochmuehle.de)

**Erholen im schönen Erzgebirge!** Günst. Pauschalangebote Hotel "Zur Edlen Krone", Neuhausen ☎ 037361-45608, [www.edle-krone-erzgebirge.de](http://www.edle-krone-erzgebirge.de)

**Wanderangebot: 4 Tage** 3 x Ü/HP = 388,- € für 2 Pers./DZ, 09484 Kurort Oberwiesenthal, Frau Uta Riedel, Annaberger Str. 81 ☎ 037348 - 7225 [www.pension-riedel.de](http://www.pension-riedel.de)

**HARZ**

MODERNES THEMENHOTEL · BUFFET-RESTAURANT · BARS  
BURGCAFÉ · EVENTS · LIVE-MUSIK · WELLNESS · FRISEUR  
**HASSERÖDER BURGHOTEL**  
WERNIGERODE / HARZ

**Burg-Harz-Horizonte Special**  
Gaumenfreuden · Entertainment · Wellness · Erlebnisse und vieles mehr!  
**5 Tage Familienspaß im Hasseröder Burghotel in Wernigerode**  
• 5 Tage / 4 Übernachtungen HP+ inklusive Wohlfühl- und Erlebnispaket mit tollen Inklusivleistungen (u. a. Minibar mit täglich kostenfreien Softgetränken, Begrüßungsdrink, Live-Musik, Eintritt zu allen Veranstaltungen des Hotels, u. v. m.)  
• 4 Abendessen vom abwechslungsreichen Buffet inkl. Getränkeauswahl  
• 20% Rabatt auf Hotel-Wellness-Angebot und 10% Rabatt auf Hotel-Friseur-Angebot (nach Voranmeldung und Verfügbarkeit)  
• Wertgutschein Hotelshop  
**Ihr Komplettpreis**  
Angebot gültig im Zeitraum bis 20.12.26  
**je Erw. im DZ 449,- €**  
Kinder 5-13J stark ermäßigt, Kinder 0-4J kostenfrei. Zzgl. WE-Zuschlag 15,00 €/Erw./Nacht (Fr & Sa).  
**1 x 4-Tages-HarzCard - die All-Inclusive-Card** mit der über 100 Ausflugsziele kostenfrei besucht werden können. Die HarzCard ist im Wert von 65,00 € pro Erwachsenen und 45,00 € pro Kind enthalten.  
BURGHOTEL WERNIGERODE GMBH & CO. KG · LANGER STIEG 62 · 38855 WERNIGERODE · TEL +49(0)39 43 / 51 64-0 · [WWW.HASSEROEDER-BURGHOTEL.DE](http://WWW.HASSEROEDER-BURGHOTEL.DE)

**VOGTLAND**

**Sommer in Seiffen!** 2/ÜF, 1x 3-Gang Wahlmenü am 2. Abend, Begrüßungsgetränk. Besuch eines echten Handwerksbetriebes u. andere interessante Angebote. Ab 129 € p. P. Hotel Berghof in Seiffen. ☎ 037362-7720 [www.berghof-seiffen.de](http://www.berghof-seiffen.de)

**Schnupperangebot, 1 Kind** bis 12 J. frei im 4\*Berghotel "Zum Bären" 4 Tg., 3 Nä. Ü/HP ab 249€ o. ALL-IN ab 285€ p. P. im DZ inkl. Schwimmbad, Sauna, Parkpl., tw. Blk., Inh. Khalifa Doghmani, Talblick 6, 01773 Altenberg, Tel.: 035052/610, [www.hotelzumbaeren.com](http://www.hotelzumbaeren.com)

**BODENSEE**

**Bodman www.gaestehaus-wagner.de** DZ/DU/WC, herrlicher Seeblick, ruhige Lage direkt am See ☎ 07773-1318

**SPREEWALD**

**Urlaub im Spreewald!** Natur, Wellness, Kahnfahrten, Genuss & Erholung. [www.spreewald-angebote.de](http://www.spreewald-angebote.de) Super Preise, ☎ 035601/80940

**THÜRINGER WALD**

**6x Ü/HP 239,- €**, Komf.-Zi. mit Balkon, Hotel Zur Traube, Inh. Susann Petter, 07426 Bechstedt Nr.15, 036730/22303

**VOGTLAND**

**BAD ELSTER gemütl.** Pension! Zentrumsnah, faire Preise, bitte Prosp. an! 037437-597176, [erholung-badelster.de](http://erholung-badelster.de)

**ALLGÄU**

**Urlaub in den Bergen**, Oberstdorf im Allgäu, schöne DZ, DU/WC, Balk. mit Bergblick, FeWo's, Sat-TV, Wlan, Sauna u. Infrarot, 7xU/HP, 448,-€ p.P., ☎ 08322/5404, [www.am-fellhorn.de](http://www.am-fellhorn.de)

**BAYERISCHER WALD**

**Sommer im Bayerischen Wald!** Hotel "Ferien - vom - Ich", 94362 Neukirchen, Biergarten, Hallenbad, Sauna. ☎ 09961-9500, [www.hfvi.de](http://www.hfvi.de), [info@hfvi.de](mailto:info@hfvi.de)

**FRANKEN**

**Hotel Promenade** in 95138 Bad Steben, 3x Ü/HP + 1x 2 Std. Therapie o. Getränke-Gutschein 225 € p.P., Lift, Nähe Kurpark, 4 Min. zur Therme, Badstr. 16, MKV Immobilien GmbH, Tel. 09288/97430, [www.hotel-promenade.de](http://www.hotel-promenade.de)

# Cholesterinsenker

Warum machen sie uns **MÜDE** und **ERSCHÖPFT**?



Sie nehmen cholesterinsenkende Medikamente ein und fühlen sich oft müde und erschöpft oder haben Muskelbeschwerden? Das steckt dahinter ...

Fast acht Million Deutsche nehmen aufgrund eines zu hohen Cholesterinspiegels Statine (cholesterinsenkende Medikamente) ein. Diese reduzieren das Risiko zahlreicher Herzkreislauf-Erkrankungen. Wie bei fast allen Arzneimitteln kann es aber auch bei Statinen – neben deren positiver Wirkung – zu unerwünschten

Begleiterscheinungen kommen. So kann eine Statintherapie etwa von anhaltender Erschöpfung, dem Gefühl ständiger Müdigkeit oder auch muskulären Problemen begleitet sein. Aber woran liegt das?

**ZU WENIG COENZYM Q10!**

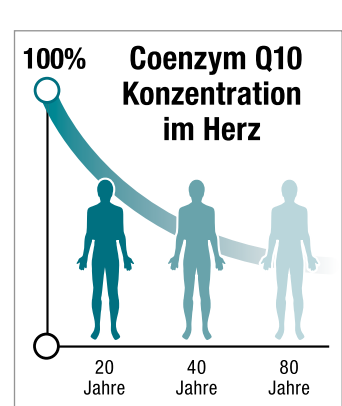
Statine reduzieren nicht nur die Bildung von Cholesterin, sondern ungewollt auch die körpereigene Produktion von Coenzym Q10. Im Gegensatz zu dem überschüssigen Cholesterin ist dieser Stoff lebens-

wichtig für unseren Körper. Er wird von jeder einzelnen Zelle zur Energiegewinnung benötigt – besonders von Herz und Muskulatur. Ist zu wenig davon vorhanden, kann es zu den oben genannten Begleiterscheinungen kommen.

**ZUSÄTZLICHER ABBAU**

Die Grundproblematik: Auch mit zunehmendem Alter nimmt der körpereigene Coenzym Q10 Spiegel ab. Bereits mit 40 Jahren reduziert er sich bei Männern wie Frauen um rund ein Drittel.

Patienten, die Cholesterinsenker verschrieben bekommen, trifft es also gleich doppelt.



**FRAGE** an den Experten



**Ubichinon oder Ubichinol?**

Coenzym Q10 ist in zwei Formen verfügbar: Ubichinon und Ubichinol. Obwohl beide

im Körper vorkommen, unterscheiden sie sich in ihrer physiologischen Rolle. Für die Energieproduktion von Herz und Muskeln liegt die überzeugendste Studienlage eindeutig für Ubichinon vor.

Achten Sie beim Produktvergleich auf diesen wichtigen Unterschied.

**PRODUKT-TIPP**  
DIE ERGÄNZUNG ZU CHOLESTERINSENKERN



**Dr. Böhm® Coenzym Q10**

- ✓ Nur 1x täglich – 100 mg Ubichinon
- ✓ Verringert Müdigkeit (Vitamin B12)
- ✓ Sehr gute Bioverfügbarkeit – in Öl gelöst

Falls nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Coenzym Q10 gerne für Sie unter: **PZN: 20398051 (30 Stk) UVP: 19,90 €**