

## Das große Reiserätsel Gewinner der ersten Woche

Der Gewinner des ersten Preises wird am 22. April bekannt gegeben.

**Den zweiten Preis, ein Wochenende auf dem „Jagdschloss Kranichstein“** für zwei Personen, gewinnt Rita Merz aus 63584 Gröndau.

**Der 3.-12. Preis, je 10 000 Flugmeilen,** gehen an Josef Uerdingen, 53844 Troisdorf; Maria Uhlentuch, 91595 Burgobberbach; Rosemarie Brielmayer, 63533 Mainhausen; Gisela Bitter, 20146 Hamburg; Anja Hochsprung, 79341 Kenzingen; Manfred Göbel, 26441 Jever; Claudia Danmeyer, 79415 Bad Bellingen; Hannelore Hofrage, 26388 Wilhelmshaven; Annette Burk, 26123 Oldenburg; Marcus Ernstreiter, 65835 Liederbach. **Je einen Frühstücksgutschein für ein Steigenberger Hotel** erhalten: Hanfried Simon, 36381 Schlüchtern; Irmgard Rompel, 64646 Heppenheim; Werner Forsthoff, 67063 Ludwigshafen; Frank Zenz, 56814 Faid; Michel Schmeck, 22765 Hamburg; Sven Hoose, 07768 Kahla; Manfred Grosse, 71404 Korb; Marion Stelljes, 28865 Lilienthal; Peter Strack, 47800 Krefeld; Patricia Moser, 73347 Mühlhausen im Täle; Peter Wiedemann, 23617 Stockelsdorf; Silke Müller, 72175 Dornhan; Ernst Clausen, 65187

ANZEIGE

**Hilton minibreaks**

Reisen ist mehr als nur von A nach B zu gelangen.  
Reisen sollte ein Anlass zum Feiern sein.

**Amsterdam** ab € 190  
**Brüssel** ab € 139  
**Dubrovnik** ab € 142  
**Evian** ab € 170  
**Rom** ab € 175  
**Zürich** ca. ab € 141

[hilton.de/minibreaks](http://hilton.de/minibreaks)

**Hilton**  
Reisen heißt erleben™

Wiesbaden; Ursula Schmoren, 65510 Idstein; Meike Müller-Lindenau, 27753 Delmenhorst; Stefan Eggers, 21706 Drochtersen; Matthias Rosenbecker, 61203 Reichelsheim; Lothar Holländer, 22587 Hamburg; Rainer Stück, 22143 Hamburg; Reinhard Dreyer, 30169 Hannover; Andreas Menzel, 30539 Hannover; Manuel Hütli, 36037 Fulda; Tobias Zang, 86899 Landsberg am Lech; Norbert Meding, 22848 Nordstedt; Karin Teichmann, 22844 Nordstedt; Wolfgang Gerlach, 40822 Mettmann; Jens Schliecker, 21077 Hamburg; Katja Konarske, 21075 Hamburg; Ines Brosch, 49696 Resthausen; Norbert Steffens, 56077 Koblenz; Siegfried Ing. Hubmann, A-8552 Eibiswald; Hans-Joachim Dammshneider, CH-6315 Oberägeri; Sebastian Zierke, 13086 Berlin; Traute Quinting, 24628 Hartenholm; Herbert-Ulrich Gersing, 26434 Wangerland.

**Je einen Frühstücksgutschein für ein Intercityhotel** erhalten: M. Hertel, 65929 Frankfurt am Main; Michele Cassese, 65936 Frankfurt am Main; Maik Huneke, 32756 Detmold; Andreas Titz, 66571 Eppelborn; Thomas Sprengler, 10713 Berlin; Thomas Schmitz, 51519 Odenthal; Werner Merdes, 68199 Mannheim; Alexander Sprengler, 97082 Würzburg; Gerlinde Wagner-Merdes, 68163 Mannheim; Rainer Ehrhardt, 13581 Berlin. Alle Angaben sind ohne Gewähr. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Wir gratulieren allen Gewinnern!

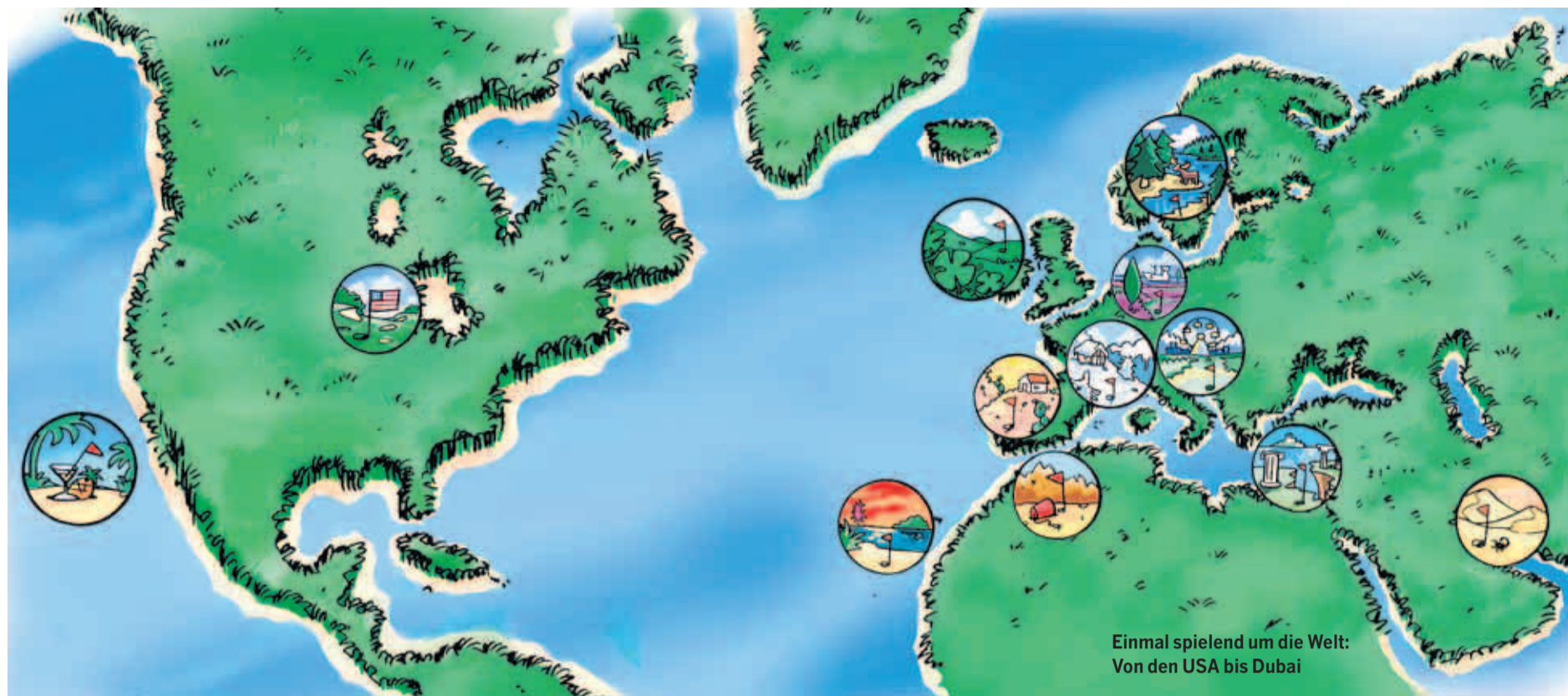


ILLUSTRATION: THOMAS ANDRAKE

# Golf global

Leidenschaftliche Golfer sammeln Plätze wie andere Leute Briefmarken. Profi **Stefan Quirnbach** hat rund um die Welt Probe gespielt und empfiehlt für jeden Monat des Jahres den optimalen Ort zum Einlochen

## April

**Desert Springs, Murcia (Spanien):** Wir beginnen unseren Golf-Kalender im April. Im kommenden Monat lohnt sich ein Besuch in der Region um Murcia in Spanien, dort sind viele neue Plätze entstanden. Einer davon, Desert Springs, wird seinem Namen gerecht: Er gilt als einziger Wüstengolfplatz Europas. In steppenähnlicher Landschaft – hier wurde der Western „Spiel mir das Lied vom Tod“ gedreht“ – überrascht der Platz mit tollem Design: Die Bahnen säumen Kakteen und Felsformationen, jedes Loch ist mit Elementen versehen wie Bächen, einem trockenen Flussbett oder Bunkern, damit der Spieler sein Können zeigen kann. Bei näherer Betrachtung stellen sich Kakteen und Felsen oft als Fälschungen aus Plastik heraus. Aber das stört kaum. [www.desertspings.es](http://www.desertspings.es), Tel. 0034/950 46 71 04.

## Mai

**Waterville (Irland):** Golf ist irischer Volkssport, deshalb gilt die Insel seit Jahren nach Zahl, Lage und Schönheit ihrer Plätze als eine der besten Golf-Adressen. Hier lohnt sich ein Besuch im Mai. Zum Beispiel in Waterville in Kerry. Wenn es an einem windigen Tag von der See aus bläst, wird hier Golf zum Genuss. Sogenannte Links-Plätze wie dieser bieten Golf in Idealform: Am Meer gelegen mit hohen Dünen, abfallenden Spielflächen und sehr welligen Greens. Spannend ist der Blick vom normalen Herren-Tee zum Champion-Tee: Der Weg zwischen den Löchern ist oft sehr lang, und man kann sich gar nicht vorstellen, dass dort jemand jemals unter Par spielen könnte.

[www.watervillgolflinks.ie](http://www.watervillgolflinks.ie), Tel. 00353/66 947 41 02.

## Juni

**Kungsängen Stockholm (Schweden):** Was viele nicht wissen – Golf ist auch in Schweden sehr beliebt. Und daher gibt es dort ebenfalls viele gute Golfplätze. Besonders schön ist der Kungsängen Golf Club, nur 25 Kilometer von Stockholm entfernt. Er besticht durch die bezaubernde Landschaft. Zwei 18-Loch-Plätze stehen versierten Spielern zur Verfügung: der King's und der Queen's Platz. Vor allem der Bahnverlauf auf dem King's Platz ist sehr abwechslungsreich und fordert gutes strategisches Spiel, er liegt in einer nadelbewaldeten Felsenlandschaft. [www.kungsaengensgc.se](http://www.kungsaengensgc.se), Tel. 00468/58 45 07 30.

## Juli

**GC Hardenberg (Deutschland):** Bei Göttingen liegt der Golfclub Hardenberg mit zwei ganz unterschiedlichen Plätzen. Der „alte“ Göttinger Platz ist ein typischer Parkland Course. Der Niedersachsen-Platz wurde erst 2004 eröffnet. Er ist einer der spektakulärsten Deutschlands, man sollte ihn sich für den Sommer vormerken. Jede Bahn wurde anders gestaltet, Höhepunkt ist ein Par 3 mit einem Inselgrün in Form eines Keilerkopfes – das Wappentier der Grafen von Hardenberg. Trockenbiotop, Canyon und Streuobstwiesen sind weitere Attraktionen. Die Höhenunterschiede und hängenden Lagen sind selbst für erfahrene Golfer ein Charaktertest. [www.gchardenberg.de](http://www.gchardenberg.de), Tel. 05551/90 83 80.

## August

**Fontana, Wien (Österreich):** Dieser Golfclub besticht durch in jeder Hin-

sicht perfekte Verhältnisse, wie man sie sonst nur auf den sehr teuren US-Plätzen findet. In diesem Jahr dürfen sich Spieler auf eine Anlage freuen, die noch anspruchsvoller geworden ist, weil Fontana im Juni 2006 mit den „BA-CA Golf Open“ Gastgeber für das Comeback der PGA European Tour in Österreich war. Der Platz liegt vor den Toren Wiens – noch ein Grund für einen Wochenendausflug hierher. [www.fontana.at](http://www.fontana.at), Tel. 0043/225 36 06 22 02.

## September

**Whistling Straits, Wisconsin (USA):** Spektakulärer geht es kaum noch. Wer diesen Platz nur einmal im Fernsehen bewundern konnte, möchte unbedingt hin. Der Faldo-Platz im brandenburgischen Bad Saarow hat 133 Bunker, aber in Whistling Straits sind es derer 1000! Trifft man dennoch – zufällig – die Bahnen und die riesengroßen Grüns, so ist ein gutes Ergebnis immer noch nicht garantiert. Der Platz gehört der Kohler-Familie, die auch die Eigentümer des legendären „Old Course Hotel“ im schottischen St. Andrews ist. [www.destinationkohler.com](http://www.destinationkohler.com), Tel. 001/800 618 55 35.

## Oktober

**Aphrodite Hills (Zypern):** Aphrodite, die Göttin der Liebe, soll hier der Sage nach aus dem Meer gestiegen sein. Realität ist ein sensationeller Golfplatz auf zwei Plateaus. Fast jede Bahn bietet einen neuen fantastischen Ausblick. Auch erfahrene Golfreisende sind beeindruckt, da man manchmal über gewaltige Schluchten spielen muss. Die steile Abfahrt zum 8. Abschlag ist nichts für nervenschwache Golfcartfahrer, aber das Loch entschädigt für alles. [www.aphroditehills.com](http://www.aphroditehills.com), Tel. 00357/26 82 82 00.

## November

**Abama, Teneriffa (Spanien):** Sehr viel Geld war notwendig, um auf Teneriffa eine steil abfallende Bananenplantage zu einem Golfresort inklusive Hotel umzubauen. Der englische Golfplatzarchitekt Dave Thomas durfte aus dem Vollen schöpfen. Der Blick auf die Nachbarinsel La Gomera lenkt häufig von den tollen Löchern ab. Überzeugend sind auch die aufwendige Pflege und die Neuanpflanzungen der äußeren Umgebung der Löcher. Das sieht man selten. [www.abamahotelresort.com](http://www.abamahotelresort.com), Tel. 0034/902 10 56 00.

## Dezember

**Kapalua Plantation, Hawaii (USA):** Es ist schon Tradition, dass die US-Tour hier jedes Jahr mit dem Turnier der Sieger startet. Der Platz hat es in sich: Der Wind bläst stets vom Pazifik, und die Anlage fordert bei jedem Schlag, Pfeilschnelle und stark undulierte Grüns gestalten das Spiel anspruchsvoll. Wegen des schönen Wetters auch in den europäischen Wintermonaten scheinen das aber die Spieler gern in Kauf zu nehmen. [www.kapalua.com](http://www.kapalua.com), Tel. 001/877 527 25 82.

## Januar

**Eisgolfen in St. Moritz (Schweiz):** Ab in die Kälte! Der 9-Loch-Platz auf dem zugefrorenen Silvaplanaersee hat „Whites“ statt „Greens“, das sind hart gefrorene Eisflächen mit einem eimergroßen Loch in der Mitte. Einmal im Jahr wird zum Chivas-Regal-Schneeturnier geladen, sonst ist der Platz nicht bespielbar. Wer am Turnier teilnehmen möchte, muss mindestens Handicap 36 vorweisen. Der genaue Termin für das nächste Tur-

nier steht noch nicht fest. Die Aussicht hilft über manchen Ballverlust im hohen Schnee hinweg. [www.engadin.ch](http://www.engadin.ch), Tel. 0041/818 42 65 73.

## Februar

**Al Badia (Dubai):** Dieser neue, sensationelle Platz direkt am Ufer des Dubai Creek wurde von dem bekannten Golfarchitekten Robert Trent Jones II. entworfen. Der Bahnverlauf ist dank heimtückischer Wasserhindernisse spektakulär. Der Star der Anlage ist das beeindruckende Clubhaus in der Mitte des Platzes. Der Al Badia Golfclub wird seit Mitte vergangenen Jahres von der Hotelkette Four Seasons gemangt. [www.albadia golfresort.com](http://www.albadia golfresort.com), Tel. 009714/601 01 01.

## März

**Royal Golf d'Amelkis, Marrakesch (Marokko):** Wir beenden unsere Golf-Weltreise im März in Marokko. Hier spielt man schon lange „königlich“. Die Plätze sind leider manchmal nicht so gepflegt, der Amelkis jedoch, zwölf Kilometer vom Zentrum Marrakeschs entfernt, ist jedoch ein toller Golfplatz mit fantastischem Blick auf das schneebedeckte Atlas-Gebirge. Die Architektur ist herausfordernd, aber für alle Spielstärken geeignet. Wie überall in Marokko ist es Pflicht, einen Caddy zu mieten. Fast alle von ihnen sind selbst versierte Golfspieler. [www.marrakech-info.com](http://www.marrakech-info.com), Veranstalter-Tel. 06402 80 91 78 (Golfreisen Marokko).



Stefan Quirnbach, 46, spielt seit 21 Jahren professionell Golf. Seit 2000 ist er Präsident der PGA Deutschland, des Verbandes der Golflehrer und -profis ([www.StefanQuirnbach.de](http://www.StefanQuirnbach.de)).



**Quo vadis?**  
Von Philipp Tingler

## Dicke Beine an Bord

Meine Freundin Franziska flog unglücklich von Zürich nach San Francisco. „Ich habe mir ein Paar Kompressionsstrümpfe gekauft“, sagte sie mir vorher. „Was machst du eigentlich bei Langstreckenflügen?“ „Ganz einfach“, erwiderte ich, „ich fliege Business.“

Seit vor ungefähr fünfzehn Jahren die hinteren Gegenden von Liniemaschinen aufgrund des aufkommenden Massenflugverkehrs immer dichter bestuhlt wurden, ist viel debattiert worden um das sogenannte „Economyclass-Syndrom“. Es kann den Economy-Reisenden noch Wochen nach einem Langstreckenflug langstrecken, indem durch das lange Sitzen mit eingeschränkter Bewegungsfreiheit zunächst eine Venenthrombose in den Beinen entsteht, die schließlich zu einer unter Umständen tödlichen Lungenembolie führen kann.

Economyclass-Syndrom als Todesursache ist natürlich sehr unglamourös – aber zum Glück ist ein Massensterben bisher ausgeblieben. Tatsache ist: Wenn Sie einigermaßen gesund (und das heißt auch: nicht übergewichtig) sind, sind Ihre Risiken sehr gering. Natürlich hat ein Langstreckenflug Auswirkungen auf Körperfunktionen wie Verdauung und Blutzirkulation. Deshalb kann es nicht schaden, wenn

ANZEIGE

**Berlin** ab € 157  
**Budapest** ab € 136  
**Düsseldorf** ab € 139  
**Paris** ab € 219  
**Prag** ab € 140  
**Wien** ab € 105

[hilton.de/minibreaks](http://hilton.de/minibreaks)

Sie auch als gesunder Mensch drei goldene Regeln befolgen: 1. Bewegen Sie sich. 2. Essen Sie leicht. 3. Trinken Sie viel (aber nicht jene herrlichen Getränke, die mehr entwässern als Flüssigkeit zuführen, zum Beispiel Alkoholika). Meinetwegen können Sie dann zur Thrombose-Prophylaxe auch noch einen mitgebrachten Golfball unter Ihren Füßen rollen.

Bevor Sie sich angesichts eines Langstreckenfluges mit Aspirin Cardio zur Blutverdünnung und mit Melatonin gegen Jetlag und Vornax gegen Luftkrankheit und Xanax gegen Ihre Angst vor den drei Vorgenannten vollstopfen, sollten Sie bedenken, dass Personen, die verschiedene Medikamente oder Alkohol und Tranquilizer kombinieren, so benommen und schwer ansprechbar wirken können, dass eine ernsthafte Erkrankung von den umsitzenen Passagieren oder der Crew vermutet wird. Da hat es schon notfallmäßige Zwischenlandungen gegeben, und das wollen Sie ja nicht, oder?

ANZEIGE

Bei uns herrscht Frack-Pflicht.  
Aber nicht an Bord.

EXPEDITION ANTARKTIS MIT NEUER MS FRAM  
13 Tage-Reise mit Ungefährlig:  
181 Z ÖP in Ganztage-Drift **3.850,- p.P.\***  
\*Dgl. Kabinzuschlag 134,- € p.P.  
Pflanzliche Verköstigung 30 € p.P. 250,- € p.P.

„Wir beobachten Wale und Pinguine, navigieren um spektakuläre Tafelberge und starten spannende Anlandungen. Klar, dass bei derlei Aktivitäten Etikette und Luxus keine Rolle spielen. Hier geht's um mehr.“ Kommen auch Sie an Bord unseres nagelneuen Schiffs MS FRAM mit hoher Eisklasse. Und erleben Sie eine Expeditions-Seereise, bei der in legerer Bordatmosphäre das Erfahren und Verstehen einer unberührten Natur und Tierwelt im Vordergrund steht. Seien Sie einer der wenigen Reisenden pro Jahr, die das Wunder der Antarktis mit eigenen Augen sehen. **HURTIGRUTEN – Faszination Seefahrt seit 1893.**

Informationen und kostenlose Kataloge in Ihrem Reisebüro oder unter:  
Tel. (040) 376 93-0 Fax (040) 376 93-199 E-Mail: [info@hurtigruten.de](mailto:info@hurtigruten.de) [www.hurtigruten.de](http://www.hurtigruten.de)

**HURTIGRUTEN**