

## Frühjahrsputz – der Ort macht sich schön



Grafik: Joachim Weyrich

Nun endlich, in diesem schönen Monat März beginnt der Frühling; am 1. März meteorologisch und ab 20. März kalendarisch. Die Tage werden viel heller und auch wärmer, das erste Grün sprießt und Frühjahrsblüher erfreuen unser Auge. Das Frühjahr ist die Zeit zum Aufräumen, zum „Reinmachen“ und zum Neumachen. Das gilt auch für unsere und in unserer Gemeinde. Darum möchte ich an dieser Stelle einmal berichten, welche Aufgaben die Männer vom gemeindlichen Wirtschaftshof so alles im Frühjahr zu bewältigen

haben, um unseren Ort wieder „flott“ zu machen. Die dunkle Jahreszeit wird genutzt, um Innenarbeiten zu erledigen. Da müssen Bänke repariert und gestrichen werden. Die Geräte und Maschinen sind zu warten. Es muss aufgeräumt werden in der Halle und auf dem Gelände. Aber im Frühjahr geht es wieder raus. Ohne Frost können noch bis Anfang März Baum- und Strauchschnittarbeiten erledigt werden. Bäume und Sträucher, davon gibt es in unserem grünen Ort reichlich. Die Schäden des Schneereig-

nisses vor einem Jahr sind immer noch zu sehen. Zahlreiche abgebrochenen Kiefernkrone wurden bereits geschreddert, trotzdem liegen noch so manche – nun gut sichtbar durch die braune Verfärbung – herum. Dazu gibt es immer wieder Bäume, die den Herbst-, Winter- und auch Frühjahrsstürmen nicht standhalten und umfallen. Auch diese müssen aus dem Weg geräumt werden. Straßen und Wege sind zu kontrollieren, Schäden zu dokumentieren, kleinere Schadstellen zu beheben und besonders wichtig, die Straßeneinläufe

müssen gereinigt werden. Der nächste Regen (manchmal auch Schnee) kommt bestimmt und das Wasser soll schließlich nicht auf den Straßen stehen. Weitere sehr wichtige Arbeiten sind im Frühjahr die Kontrolle und auch Säuberung unserer Spiel- und Bolzplätze. Auch die Jüngsten nutzen die nun wärmenden Sonnenstrahlen um auf ihren Plätzen zu toben und zu spielen. In diesem Jahr wurden wir bei den Arbeiten am Spielplatz im Wohngebiet Koppenheide von zahlreichen freiwilligen Helfern unterstützt. *Fortsetzung auf Seite 2*

## Frühjahrsputz... Fortsetzung von Seite 1

Bürgerliches Engagement, für das ich sehr dankbar bin.

Wie im eigenen Haushalt, so ist auch für unsere Gemeinde im Frühjahr das Saubermachen mit Wasser und Wischer angesagt. Das geht von den Straßenschildern über die touristischen Anlagen bis hin zu den öffentlichen Schaukästen.

Dabei wird gleichzeitig die Beschilderung kontrolliert. Gebots-, Verbots-, und Hinweisschilder, Schilder für den Straßen- und Wegeverkehr und zahlreiche weitere Schilder z.B. für die Kennzeichnung touristischer Wege sind zu prüfen. Auch hier muss die Gemeinde den Über-

blick behalten und ich freue mich über jeden Hinweis zu einem beschmutzten, beschädigten oder gar fehlenden Schild. Ein spezieller Ort unserer Gemeinde bedarf im Frühjahr einer besonderen Pflege. Ich meine damit unseren Rhododendronpark. Hier hat vor allem unser Gärtner alle Hände voll zu tun. Der Maulwurf nutzt die besucherärmere Zeit und übersät die Grünflächen mit seinen Haufen. Das muss alles wieder platt gemacht werden. Verblühtes ist aus den Beeten zu entfernen, so dass jetzt die ersten Frühjahrsblüher voll zur Geltung kommen. Eine Mammut-

aufgabe, die unser Gärtner hervorragend meistert. Schauen Sie selber mal wieder in unseren Park. Es lohnt sich zu jeder Jahreszeit.

Und fast schon so nebenbei fallen natürlich alle die alltäglichen Arbeiten im Ort an. Da sind die Mülleimer zu leeren, das Laub zu fegen, Wege und auch die Promenade zu reinigen. Sie fragen sich nun bestimmt, wie viele Männer nun eigentlich für die Sauberkeit in unserem Ort sorgen, alles Mögliche reparieren und aufräumen, den Strand reinigen, bei Havarien zur Stelle sind... und und und. Es sind insgesamt 6 und im

Sommer kommen noch immer ein bis zwei Saisonkräfte dazu. Bedenkt man, dass die meisten Ü50 sind, kann man erahnen, dass es auch ihnen nicht immer ganz leicht fällt, die Attraktivität unseres Ortes für Einheimische und Gäste zu jeder Jahreszeit zu erhalten.

Vielleicht denken Sie das nächste Mal, wenn Sie die Männer bei der Arbeit sehen daran und schenken ihnen zum Dank ein Lächeln.

Ihre Bürgermeisterin und gleichzeitig Leiterin des gemeindlichen Eigenbetriebes Dr. Benita Chelvier

## +++ Graal-Müritz +++ aktuell +++ Graal-Müritz +++

### Direktionswechsel nach 24 Jahren



Jordi Llinás hat seine Arbeit als Direktor des IFA Hotels Graal-Müritz nach 24 Jahren beendet und das Zepter an Julian Tchon weitergegeben, der seit 1. März 2019 der neue Hoteldirektor in Graal-Müritz ist.

Herr Llinás blickt auf eine wunderbare Zeit zurück und bedankt sich ganz herzlich für die vielen Jahren der guten und vertrauensvollen Zusammenarbeit. Er wird weiterhin als Vorstand für die IFA Hotel & Touristik AG tätig sein und steht Herrn Tchon anfänglich gerne zur Seite. Er ist sich sicher, dass Herr Tchon hervorragend in die "IFA-Familie" passt.

Der 41-jährige Julian Tchon stammt gebürtig aus Magdeburg und absolvierte seine Ausbildung zum Hotelfachmann im Hilton Hotel Weimar. Es folgte das Studium zum Hotelbetriebswirt sowie verschiedene Positionen für Steigenberger Hotels & Resorts und Travel Charme Hotels. Zuletzt war er als Direktor im Tryp Wyndham Halle und Radisson Blu Hotel Halle-Merseburg tätig.

Herr Tchon freut sich sehr auf die neue Herausforderung hier an der wunderschönen Ostseeküste.

*Bild: Julian Tchon (li.) und Jordi Llinás (re.) vor dem IFA HOTEL*

### Saisonauftritt der Graal-Müritzer Kunsthandwerkermärkte

Am 18. und 19. Mai, nach produktiver Winterpause, starten die Kunsthandwerker in die Graal-Müritzer Sommersaison. Den Auftakt in diesem Jahr bildet erneut der „Platz am Seeblick“. Für ein Wochenende wird sich der Graaler Strandzugang in ein kleines „El Dorado“ für Freunde handwerklicher Meisterleistungen verwandeln. Aus dem reichen und immer in Handarbeit hergestelltem Angebot, sind vor allem unglaublich schöne und facettenreiche Keramik, edel verarbeitetes Glas oder fantasievolle Schmuckkreationen zu nennen. Ein beeindruckendes Sortiment praktischer Besen und Bürsten wartet auf ihre neuen Besitzer, kunst-

voll gestaltete Kaminöfen bieten sich als zeitlose Wohn-Accessoires an. Gürtel und Geldbörsen, in Handarbeit hergestellt, eignen sich immer als kleines Geschenk.

Klassisches und abwechslungsreiches Kunsthandwerk zwischen Rhododendronpark und Ostseeküste, ein Besuch sollte sich daher in jedem Falle lohnen. Der Kunsthandwerkermarkt ist am Samstag zwischen 10.00 Uhr und 18.00 Uhr geöffnet und am Sonntag endet er um 17.00 Uhr.

Alle Einwohner und Besucher des beliebten Ostseebades sind herzlich eingeladen, den Kunsthandwerkermarkt bei freiem Eintritt zu besuchen.

### Hallo, liebe Radfahrfreunde!

Ein neues Jahr hat begonnen und wir wollen wieder einige Touren gemeinsam unternehmen. Unsere Themen sind: „Wir radeln entlang der Ostseeküste oder ins Mecklenburger Land“. Die Strecken halten wir begrenzt. Eigene Vorschläge können gern gemacht werden.

**Hier unsere Termin-Vorschläge: 9. Mai, 19. Juni, 3. September**

**Treffpunkt jeweils 09.00 Uhr am Aldi-Vorplatz**

Gäste sind uns willkommen!

Bis dahin B. Raatz und Ch. Sperling (Stiftung Graal-Müritz)



# Veranstaltungen der Tourismus- und Kur GmbH

01.04.2019 | 19.30 Uhr | Haus des Gastes

## „Blücher – Kämpfer gegen Napoleon“ Lichtbildervortrag von Joachim Puttkammer

Blücher wurde 1742 in Rostock geboren. Gebhard Leberecht von Blücher – sein Name ist verbunden mit dem Kampf gegen Napoleons Besatzungsarmee. In seinem Heimatland wurde er sprichwörtlich: „Dee geht ran as Blücher an de Katzbach“. Ein Denkmal für ihn steht vor dem Rostocker Universitätsgebäude.

Neben dem „Marschall Vorwärts“ steht der liebende Ehemann und Vater und der gläubige Christ, der gegen Ende seines Lebens erkannte, dass der Krieg sowohl den Siegern als auch den Besiegten kein Glück bringt.

Joachim Puttkammer hat sich neben den biografischen Fakten mit Blüchers Briefen beschäftigt und daraus neue Sichten gewonnen.

Eintritt: 5,00 / 4,50€

03.04.2019 | 18.30 Uhr | Haus des Gastes

## Ausstellungseröffnung „Landschaft des Fischlandes“ Hannelore Matthias



Am 3. April eröffnet Hannelore Matthias ihre Ausstellung „Malerische Streifzüge durch das Fischland und den Darß“ im Haus des Gastes. In Ihrer Heimat, auch bekannt als das Land zwischen Meer und Bodden, findet sie viele schöne einzigartige Motive der Landschaftsmalerei, neben der stürmischen Ostsee, dem ruhigen Bodden, Segelboote, Fischlandhäuser, Blumen und dem Wald. (Ausstellung 03.04. - 05.05.)

05.04. | 09.04. | 12.04. | 26.04. | 30.04.2019 | 10.00 Uhr

## Moorwanderung

26.4.2019 | 14.00 Uhr

## Radmoorwanderung

Wandern Sie mit uns durch das einzigartige Naturschutzgebiet, entdecken Sie Sonnentau, Wollgras, Glockenheide, Moosbeere und vieles mehr. Vielleicht haben wir auch Glück und entdecken Moorfrösche, die ein kleines Geheimnis bergen.

**Ab Mai finden die Wanderungen/ Radwanderungen regelmäßig jeden Dienstag und Freitag statt.**

Der Treffpunkt ist für alle Wanderungen die Bushaltestelle beim Cafestübchen Witt.

Für alle, die am **Ostersamstag** nach dem Frühstück gern die Natur erkunden möchten, bieten wir eine Wanderung um **10:30 Uhr** an.

Kosten: 6,00 / 5,00 / 2,00 €

06.04.2019 | 17.00 Uhr | Konzert-Pavillon im Park

## „Blaue Stunde – liebgewonnene Literatur“ Tourismus- und Kur GmbH

Bevor die open Air-Lyrik-Saison wieder losgeht, treffen wir uns noch einmal zur Blauen Stunde. Im Rahmen dieser Veranstaltungsreihe kann man sich über interessante Literatur austauschen, auch abseits der Spiegel-Bestseller. In gemütlicher Runde werden also literarische Kostbarkeiten offeriert, man kann einfach nur zu hören oder auch sich selbst einbringen.

Unkostenbeitrag: 3,00 €

08.04.2019 & 27.05.2019 | 19.30 Uhr | Haus des Gastes

## „Graal-Müritz einst und heute“ Vortrag mit Dr. Bernd Kuntze

Dr. Kuntze, viele Jahre Kurdirektor diesen Ortes, ist nach wie vor von Graal-Müritz begeistert und lässt Urlauber gern daran teilhaben. Anschaulich und lebendig wird hier die Geschichte von Graal-Müritz aufgezeigt. Besonderes Augenmerk wird in diesem Vortrag auf die Vielzahl von bekannten Literaten und Malern gelegt, die die Ruhe und Beschaulichkeit unseres Ortes schon seit Anbeginn der Bäderzeit kennen und lieben gelernt haben.

Eintritt: 5,00 / 4,50 €

13.04.2019 | 19.30 Uhr | Konzert-Pavillon im Park

## „Mord am Mandela Square“ Lesung mit Matthias Boll

Johannesburg. Eine Leiche in einer Badewanne, eine weitere in einem angrenzenden Township. Beide arrangiert wie natürliche Todesfälle, tatsächlich aber Morde. Zufällig mitten im Geschehen: Naturwissenschaftler Frank Sattler, der in der Stadt eigentlich nur Urlaub machen wollte. Sattler taucht ein in die Schattenwelt Johannesburgs. Er gerät in die dunkelsten Ecken der Metropole und trifft dort auf die skrupellosesten Menschen. Die Dinge geraten schnell außer Kontrolle, und Sattler wird zum Gejagten...

Kosten: 12,00 / 10,00 €

15.04. | 13.05.2019 | 19.30 Uhr | Haus des Gastes

## „Sturmfluten“ Vortrag mit Winfried Pachnicke

Jedes Meer hat nicht nur seine idyllische Seite. Auch die Ostsee hat schon mehrere Sturmfluten hinter sich. Die letzte verheerende traf 1872 unsere Küste, aber auch im November 1995 hatten die Menschen damit zu kämpfen.

Wodurch entstehen diese Sturmfluten? Was sind Sturmfluten überhaupt und was für Auswirkungen haben sie?

Diese und andere Fragen beantwortet Ihnen Winfried Pachnicke.

Eintritt: 5,00 / 4,50 €

# Veranstaltungen der Tourismus- und Kur GmbH

**16.04. | 08.05.2019 | 10.30 Uhr | Treff: Spielplatz/Seeblick**

## „Auf Entdeckungstour am Strand“ Nicola Boll

Wer am Strand entlanggeht, kann viele interessante Dinge finden. Im Spülsaum finden sich Pflanzen und Tiere aus dem Meer, die dem Besucher sonst verborgen bleiben. Strand und Dünen sind extreme Lebensräume, nur Spezialisten können sich hier behaupten. Dipl.-Biologin Nicola Boll erzählt auf einer kleinen Strandwanderung Wissenswertes und Interessantes zum Thema Ostsee, Strand und Küstenwald.

Für Erwachsene und Familien, Dauer: ca. 1-1½ Std.

Kosten: 6,00 / 5,00 / 3,00 €

**20. - 22.04.2019 | Seebrückenvorplatz**

## Ostervergnügen an der Seebücke



Zu Ostern ist auf dem Seebrückenvorplatz in Graal-Müritz nicht nur der Osterhase zu treffen, sondern allerhand buntes Treiben beansprucht unsere Aufmerksamkeit. Für die Kinder steht ein 1,50 m großes Riesenei zum Bemalen bereit, am 20.4. erfreut eine Puppenbühne die Kleinsten und die Großen stimmen sich bei handgemachten karibischen Rhythmen auf Frühling und Sommer ein.

Ab 19.00 Uhr lockt das Osterfeuer an den Strand und tags drauf unterhält uns ein Zauberer und nachmittags geht es weiter mit irischer Live Musik mit Tony Ireland.

Also der Osterhase findet es gut, darum kommt er ja auch immer wieder persönlich vorbei. Ihr auch?

**21.04.2019 | 19.30 Uhr | Haus des Gastes**

## „Die schon wieder! Hildegard von Bingen“ Heike Feist und Gotthard Lange über die berühmteste Frau des Mittelalters



So geht das nicht! Das macht man nicht! Das schaffst du nie! Was nützt das schönste Ziel, wenn man nicht weiß, wie man es erreichen kann? Wenn Neid und Missgunst Anderer oder ängstliche Bedenkenträger und engstirnige Bürokraten sich einem in den Weg stellen?

Das Leben der Hildegard von Bingen war voll von Situationen,

in denen nichts mehr ging und es am logischsten gewesen wäre, klein beizugeben. Doch ging es um ihre Selbstbestimmung, um Gerechtigkeit und Überwindung lebensfeindlicher Traditionen,

war die berühmteste Frau des Mittelalters nicht zu (s)toppen. „Die schon wieder!“ dachte wohl mancher Mönch, mancher Probst und selbst der Papst, wenn die Nonne, von einem „Geht nicht!“ ermutigt, gleich noch einmal an deren Tür klopfte. Als kleines Kind in einer Kloster-Klaue eingemauert, wird sie Gründerin zweier eigener Frauenklöster, Autorin visionärer Werke und Widerpart der Mächtigsten ihrer Zeit. Ein Abend so rasant, humorvoll und intelligent wie Hildegard selbst. Hildegard von Bingen fernab von Heilkräutern und Dinkelbrot!

Eintritt: 13,00 / 11,00 €

**22.04. | 05.05. | 19.05.2019 | 09.30 Uhr | Treffpunkt: Haus des Gastes**

## „Wildkräuter vor der Haustür“ Kräuterwanderung mit Antje Katreniok

Begeben Sie sich auf eine kleine Reise in die Natur. Am Wegrand, im Wald und auf Wiesen wachsen viele Pflanzen, die wir meist übersehen. Oftmals wissen wir gar nicht, wie viel Kraft in diesen unscheinbaren Wildpflanzen steckt. Einige dieser Kräuter werden auch heute noch genutzt, um Heilungsprozesse zu unterstützen.

Vor einigen Jahren wurde wiederentdeckt, was lange Zeit in Vergessenheit geraten war: Viele dieser Pflanzen schmecken auch sehr gut. Zudem haben sie meist mehr Inhaltsstoffe, wie Vitamine, Minerale und Bitterstoffe, als unsere Kulturpflanzen. Gerade die Bitterstoffe sind für Verdauungsprozesse notwendig und leider aus unserer modernen Ernährung verschwunden. Aus diesem Grund macht es Sinn, unseren Speiseplan durch Wildpflanzen zu bereichern.

Wandern Sie mit der erfahrenen Heilpraktikerin Antje Katreniok durch die Natur. Kinder sind gerne willkommen.

Kosten: 7,00 € / Kinder kostenfrei !

**27.04.2019 | 19.30 Uhr | Haus des Gastes**

## „Herzverloren – Lieder und Gedichte über die Liebe“ Thomas Kahler, Oleksii Aleinikov



Thomas Kahler (Gesang, Gitarre) und Oleksii Aleinikov (Piano, Gitarre) führen mit Chansons und Gedichten durch einen vergnüglichen und anregenden Abend. Ihre Lieder und Texte sind heiter, beschwingt und manchmal nachdenklich. Professionell moderiert,

# Veranstaltungen der Tourismus- und Kur GmbH

gespickt mit einer gesunden Portion Humor führt der Schauspieler Thomas Kahler durch den Abend, begleitet und bereichert durch den wunderbaren Pianisten Olexii Aleinikov, und seine augenzwinkernden, pointierten Einwüfe. Das Duo stellt sich auf sein Publikum ein, interagiert mit ihm und reißt es mit.

Eintritt: 12,00 / 10,00 €

**29.04.2019 | 19.30 Uhr | Haus des Gastes**

## Multivisionsschau mit Holger Duty Natur der Ostseeküste – Wo der Wind zu Hause ist.....



Der Wind prägt die Landschaft an unserer Küste, hier sind seltene Tiere und Pflanzen zu Hause. Das gesunde Klima bietet den Menschen die in unserem Land leben und den vielen Urlaubern, einen unschätzbaren Erholungswert.

Sehen Sie mit den Augen des Naturfotografen Holger Duty unsere Ostseeküste. Lassen Sie sich von fantastischen Landschaftsaufnahmen, Fotos von schönen Pflanzen, seltenen Vögeln wie dem Seeadler, von

Bernstein, Mink und Meerkohl begeistern. Sturm, Hansesail oder wundervolle Sonnenauf- und Untergänge, die Natur der Ostseeküste übt immer eine große Faszination auf uns Menschen aus. Die mit 2 Projektoren Überblendtechnik und voll vertont vorgeführte Schau, wird auch Sie begeistern! Alle Informationen zu den Bildern werden live gesprochen.

Kosten: 6,50 / 6,00 €

**04.05.2019 | 11.00 Uhr | Strand Höhe Seebrücke**

## Auf die Schippe – Fertig – los! Der Sandburgenwettbewerb!

Zum Saisonauftakt wird wieder ab 11.00 Uhr am Strand von Graal-Müritz Höhe Seebrücke, zum großen Buddeln aufgerufen:

Auf die Schippe – Fertig – los! – Der Sandburgenwettbewerb!

Ob allein, zu zweit oder als Team – Jeder kann mitmachen. Buddel-eimer und Schaufel werden zur Verfügung gestellt, weitere Hilfsmittel sind erlaubt. Die Baumaterialien wie Wasser und Sand sind in ausreichender Menge vorhanden.

Gebaut wird von 11.00 bis 13.30 Uhr. Die schönste Sandburg oder Sandskulptur wird dann von einer Jury ermittelt. Auf die besten Teams warten attraktive Preise, auf alle Mitstreiter jede Menge Spaß. Die Siegerehrung am Strand findet um 15.00 Uhr statt.

Anmeldeformulare gibt es ab sofort im Haus des Gastes oder unter: <http://www.graal-mueritz.de/pdf/anmeldeformular-sandburgenwettbewerb.pdf>

Aber auch vor Ort (DLRG Turm) kann man sich noch ab 10.15 Uhr anmelden. Wir freuen uns auf alle Teams! Bis dahin - Schipp ahoi!

**06.05.2019 | 19.30 Uhr | Haus des Gastes**

## „Die Maler der Romantik“ Lichtbildvortrag mit Joachim Puttkammer

Das 19. Jahrhundert gilt mit der Erfindung der Dampfkraft als das Zeitalter der Wissenschaften und der Industrialisierung. Damit verbunden war die Entwicklung des Proletariats in den Städten mit oft unvorstellbarem Elend – man denke nur an die Bilder von Käthe Kollwitz oder Heinrich Zille. Auch schreckliche Kriege wüteten über Europa; man erinnere sich an die napoleonischen Truppen, die Mecklenburg ausbluten ließen und kostbares Gut zerstörten.

Dagegen setzten die Maler der Romantik ihre Kunstwerke. Aber es waren nicht nur die idyllischen Bilder von Ludwig Richter oder von Philipp Otto Runge, wir finden auch politische Hintergründe, die sich in den Werken von Caspar David Friedrich, Georg Friedrich Kersting oder sogar Carl Spitzweg finden.

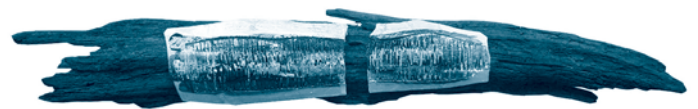
Joachim Puttkammer hat sich jahrzehntelang mit diesen Malern beschäftigt und versucht diese Hintergründe zu erklären. Dabei fällt auch auf, dass einige der bedeutendsten bildenden Künstler aus Mecklenburg-Vorpommern kommen.

Und schließlich geht es auch darum, was Kunst leisten kann und will. „Oh, die Vergangenheit ist schön!“ sagte Carl Spitzweg gegen Ende seines Lebens. Es gibt nur ein Bild von ihm, wo man eine Eisenbahn sieht. Soll man von der bösen Wirklichkeit wegsehen und nur die schönen Dinge genießen, oder soll man den Betrachtern die Realität vor Augen halten, wie das etwa Goya tat?

Eintritt: 4,50 € / 5,00 €

**08.05.2019 | 18.30 Uhr | Haus des Gastes**

## „Aus dem Wasser“ Ausstellungseröffnung mit Dr. Thomas Ludewig



Das Wirken des Wassers bearbeitet das Holz und hinterlässt strukturell veränderte Oberflächen, nur die alten Holzanteile bleiben zurück. Genau darin besteht der besondere Reiz. Keramiken die in Größe, Form und Farben mit dem toten Gebilde zu einer Einheit verschmelzen. Die Umwertung des Holzes zu Assemblagen geschieht auf ästhetischer Ebene und scheinbar wertlos gewordenen Dingen wird ein zweites Leben verliehen.

Ausstellung (08.05. - 16.06.2019) im Haus des Gastes

**Ab 9.05. immer donnerstags, 14-tägig für Mai und Juni,  
Treff : Parkeingang Aktivwald**

## AOK-Outdoor-Fitness Straßensport e.V.

Die Jungs vom “Straßensport e.V.” zeigen euch, wie ihr ganz ohne Geräte und nur mit dem eigenen Körpergewicht, gesund und effektiv Sport treiben könnt. Hier kann sich jeder unabhängig von Alter oder Leistungsstand einmal richtig an der frischen Luft austoben und bekommt erste Einblicke in die Welt des Funktionellen Fitness-



## Veranstaltungen der Tourismus- und Kur GmbH

trainings. Die Motivation in der Gruppe und die Betreuung durch einen erfahrenen Fitnesstrainer sorgen garantiert für gute Laune und die eine oder andere kleine Schweißperle. Unterstützt und initiiert wird dieses Angebot von der AOK Gesundheitskasse.

**10.05. und 27.05. | 18.30 Uhr | Treff: vor dem Aquadrom**

### AOK-Nordic-Walking mit Ines Köpke

Starten Sie mit einer erfahrenen Trainerin auf einer Nordic-Walking-Route, die aktive Entspannung und ein Bewegungserlebnis bei See- und Waldluft verspricht. Auf einer Rundtour von ca. 6 km geht es vom Aquadrom durch den Küstenschutzwald bis zum Stromgraben und zurück. Unterstützt durch die AOK Gesundheitskasse steht dieser Walking-Kurs für jedermann kostenfrei zur Verfügung. Wer über keine Walking Stöcke verfügt, kann sich diese beim Aquadrom ausleihen.

**11.05.2019 | 19.30 Uhr | Haus des Gastes**

### Nur für kurze Zeit! – Alles glocke? Kabarett mit Arnim Töpel



Mit „Nur für kurze Zeit! – Alles glocke?“ widmet sich Arnim Töpel in Text und Musik der Endlichkeit; nicht als Drohung, sondern als Chance. Vor fünfzehn Jahren beschloss der gelernte Jurist und ehemalige Radio-Talker beim Südwestfunk Baden-Baden, beruflich auf die Bühne zu gehen. Gut 2500 Auftritte hat er seitdem zwischen Flensburg und Luzern absolviert. Schon sein Debüt-Programm „Sex ist keine Lösung.“ hat ihm

den Deutschen Kleinkunstpreis eingebracht („für musikalische Klasse und sprachliche Eleganz“), die folgenden sieben haben seinen Ruf als „Ausnahmeerscheinung“, „Bluesdenker“ und „Philosoph unter den Kabarettisten“ in der deutschsprachigen Kleinkunstszene gefestigt.

Eintritt: 13,- / 11,- €

**18.05.2019 | 19.30 Uhr | Konzert-Pavillon im Park**

### „Waldmärchen“ – von Bäumen und Wäldern Lesung mit Musik – Duo con emozione

Philipp Graf zu Eulenburg hat in seinen Märchen, Geschichten, Träumen oft "Lieder" in Gedichtform geschrieben. Norbert Fietzke hat sich einigen dieser sehr liebevoll angenommen und vertont. Dabei handelt es sich um Texte, die im Jahre 1894 veröffentlicht und seitdem nicht mehr verlegt wurden und trotzdem wunderbar in unsere heutige Zeit passen. Liane Fietzke spricht und singt sämtliche Rollen. Zwischen den Texten erklingt eine Auswahl selten gespielter Stücke für Klavier z.B. von Anton Bruckner.



Das Duo ›con emozione‹, Liane Fietzke und Norbert Fietzke, bietet seit vielen Jahren dem Publikum hochkarätige Konzerte und Lesungen.

Eintritt: 12,00 / 10,00 €

**20.05.2019 | 19.30 Uhr | Haus des Gastes**

### „Schlösser, Burgen und Herrenhäuser in Mecklenburg“ Vortrag mit Wilfried Steinmüller

Mehr als 2000 Burgen, Schlösser, Guts- und Herrenhäuser sollen es im Land sein. Diese historischen Perlen sind so dicht gesät, wie in kaum einer anderen europäischen Region.

An ausgewählten Fürstenschlössern und Herrenhäusern geht es auf Erkundungsreise hinter die bauliche Fassade, auf den Spuren der Lebensgeschichte einstiger Bewohner. Erst mit diesen Geschichten bekommen selbst die schönsten Adelssitze ihr eigentliches Gesicht.

Eintritt: 6,50 / 6,00 €

**25.05.2019 | 19.30 Uhr | Konzertpavillon im Park**

### Liebesfreud und Liebesleid am preußischen Königshof Festliche Galanterie des 18. Jahrhunderts

*Madame Pompadour von Preußen* und ihr königlicher Gönner – die Liebe zwischen dem preußischen König Friedrich Wilhelm II. und einem Mädchen aus dem Volke. Der schöngestige Thronfolger Friedrichs des Großen knüpfte einst zarte Bande zur dreizehnjährigen, anmutigen Wilhelmine Enke aus Dessau und erhob sie als Gräfin in den Adelsstand.

„Friedrich Wilhelm II.“, Solocellist Mikhail Ganevskiy, Absolvent des Konservatoriums Tschaikowski in Moskau, spielt zusammen mit der Harfenistin Domenica Reetz, Absolventin der Universität der Künste in Berlin, Werke von Bach, Beethoven, Boccherini, Haydn und Mozart.

„Gräfin Lichtenau“, Schauspielerin Dorit Winterstein, plaudert über die Ereignisse am preußischen Königshof, über ihre Reise nach Italien und ihre Freundschaft zur Geliebten Lord Nelsons, der berühmten Lady Hamilton.

Lassen Sie sich entführen in die galante Zeit der Berliner Salons.

Kosten: 12,00 / 10,00 €

## Aus dem Heimatmuseum „In Memory!“

Am 24.01.2019 berichtete die Ostsee-Zeitung vom bevorstehenden Abriss des „Residenz-Hotels“ in Müritz.

Da ich davon ausgehe, dass nicht jeder Graal-Müritzer und Urlauber diese Zeitung abonniert hat, möchte ich im „Windflüchter“ an dieses Hotel – damals „Mecklenburger Hof“ – erinnern.

Bevor das Hotel „Mecklenburger Hof“ 1896 erbaut wurde, stand an dieser Stelle eine Bäckerei XXI. Ich kann mir vorstellen, dass damals – also vor 123 Jahren – die damaligen Müritzer über diesen „gewaltigen“ Hotelneubau bestimmt nicht begeistert waren. So denke ich an den Bau des „Akzent Apartmenthotel Residenz“ 2017, auch da gab es ja ordentlich Gegenwind, so dass die Wellen oft sehr hoch schlugen.

Der damalige Erbauer des „Mecklenburger Hofes“ Herr Baumeister, verkaufte das Gebäude für 120.000 RM an Herrn Rath, dieser war als Oberkellner tätig. Rath baute seeseitig einen Anbau und nannte ihn „Villa Rath“. Im Heimatmuseum befinden sich drei umfangreiche Fremdenbücher der Gemeinde „Ostseebad Müritz“ (muss dabei erwähnen, dass Graal den Titel „Ostseebad“ bis zur Vereinigung 1938 nicht erhalten hat!) In diesen Journalen habe ich herausgefunden, dass der bekannte Berliner Maler, Prof. Müller-



Kaempff, der Begründer der Ahrenshooper Künstlerkolonie, 1916, 1917 und 1925 mit seiner Frau jeweils 8 bis 10 Tage im Hotel „Mecklenburger Hof“ und Dependance Urlaub gemacht hat.

Ein Sommergast aus Berlin berichtete 1906 von seinem Aufenthalt in Müritz. Er schreibt u.a. „gleich gute und empfehlenswerte Hotels sind der „Mecklenburger Hof“ und das Hotel „Pusch“ (heute St. Ursula). Erstes ist jedenfalls besser, d.h. dem Strande näher gelegen, bei Trockenheit weniger dem Staube der ungepflasterten Landstraße ausgesetzt. Es ist moderner eingerichtet und mehr auf das ferne Publikum ausgerichtet.“ Er lobt das Essen und erwähnt, dass mittags Weinzwang bestand und zum Essen abends Bier getrunken wurde. (eine schöne Zeit!!)

Weiterer Besitzer des Hotels war dann der Reichsfinanzhof und es diente als Beamtenerholungsheim.

Nach 1945 wurde es auch eines der vielen Ferienobjekte der Wismut im Ort.

In den 50iger Jahren gehörte das ganze Areal der „VEB Warnow Werft Rostock“. Die Anlage bestand aus einem großen winterfesten Gebäude, in dem sich die Speiseräume, die Küche, die Ambulanz und Räume für die Leitung des Zentralen Pionierlagers „Martin-Andersen-Nexö“ befanden.

Seit 1956 fanden auf diesem Gelände die alljährlichen „Ostseewochen“ statt, meines Erachtens bis 1975. Es war ein Zeltlager der Jugend aus den anliegenden Ostseeländern.

1989 ging das Erholungsobjekt an die Treuhand über und wurde seit 1993 als „Residenz-Hotel“ geführt. Der damalige Besitzer

war Herr Richard Dittling, Besitzer einer Schweriner Baufirma mit Stammsitz in Rendsburg. 2003 hat das Ehepaar Madeleine und Steffen Weber das „Residenz-Hotel“ gekauft, was sich wohl in keinem besonders guten baulichen Zustand befand, so dass man schon 2006 die Entscheidung für einen Abriss des nicht rentablen Objektes traf. Trotzdem wurde aber 2007 kräftig in das Gebäude investiert.

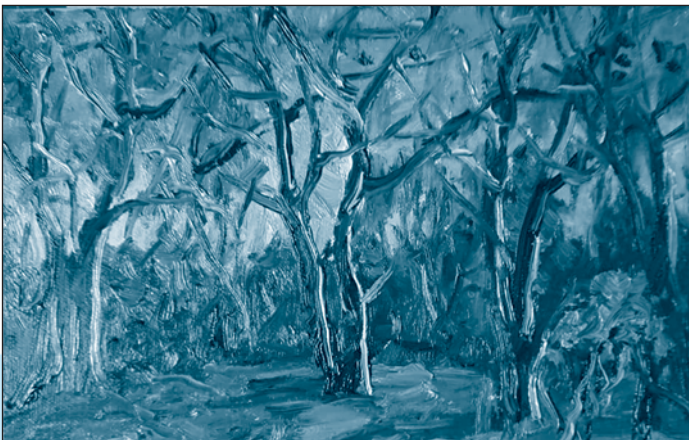
2016 hat der Thüringer Bauunternehmer Herr Peter Schirm, der ja schon einige Objekte im Ort verwirklicht hat, die Hotelanlage gekauft.

An diesem Platz sollen 101 Apartments mit Hotelrezeption, Frühstücksversorgung für die Hotelgäste sowie fünf Läden im Erdgeschoß entstehen. Die Zeit des klassischen Hotelbetriebes wird es an diesem Ort nicht mehr geben.

In der Phase des Ausräumens war ich auch in dem mittleren Bereich des Objektes auf der Suche musealer Dinge, und das mit einem eigenartigen Gefühl – wie muss es da erst der Familie Weber ergangen sein.

Joachim Weyrich  
Leiter des Heimatmuseums

PS: Foto – das Hotel in Klinkerbauweise, wie das jetzige „Hotel Störtebeker“ in der Straße zu Seebrücke



## Ausstellung im Heimatmuseum

**AVAG AVAGYAN**

Zwei Welten – Harmonie der Kontraste

2. April - 31. Mai 2019

Kurzvita

Geboren 1965 in Schake, Armenien

1982 - 1989 Studium an der Po-

lytechnischen Hochschule Tbilissi, Georgien (Dipl.Ing.)

Gasthörer und Gaststudien an den Kunstakademien in Tbilissi, Georgien und Jerewan, Armenien

1989/90 Ingenieur in einem Unternehmen Armeniens

Freischaffender Künstler



## Was mir in Graal-Müritz noch so auffiel

Liebe Leserinnen und Leser,

der Winter ist vorüber, und zum Zeitpunkt des Schreibens dieses Artikels haben die Meteorologen keine Rückkehr des frostigen Gesellen in Aussicht gestellt. Graal-Müritz bereitet sich deshalb planmäßig auf die Saison vor. Stark beteiligt daran sind der Wirtschaftshof der Gemeinde, Gewerbetreibende und viele ehrenamtlich helfende Einwohner. Tischlermeister Jens Witt ist es zum Beispiel mit seinen Helfern gelungen, die vom Sturmhochwasser im Januar beschädigte Seebrücke innerhalb weniger Tage zu reparieren. Bei etlichen Aktionen haben viele Graal-Müritzer und auch Gäste den angespülten Müll und abgebrochene Äste vom Strand und aus den Dünen gesammelt.

Es wurde in der letzten Februarwoche angekündigt, dass die Umgestaltung der Kurstraße bis Ende April abgeschlossen sein wird. Momentan sucht man eine Lösung, wie die verringerte Anzahl von Parkplätzen in der Kurstraße in den angrenzenden oder Parallelstraßen ausgeglichen werden kann.

Seit Anfang Februar sind die Abrissarbeiten des alten Hotels „Residenz zur Seebrücke“ im vollen Gange. Das 1896 erbaute, traditionsreiche Gebäude wurde zuletzt von Herrn Steffen Weber, seiner Familie und etlichen Mitarbeitern betrieben.

Rund 9000 Gäste pro Jahr herbergte die Einrichtung in letzter Zeit. Gründliche Überlegungen und Berechnungen zur Wirtschaftlichkeit des in die Jahre gekommenen Hauses mit den vielen Um- und Anbauten führten zu dem Entschluss, einen Neubau zu errichten.

Mehr über die Geschichte und die unterschiedlichsten Nutzungszwecke des alten Hauses kann man im Heimatmuseum erfahren.



*Abriss des alten Hotels Residenz*



*Umbau der Kurstraße. Rechts und links ein Radweg, in der Mitte die Fahrspur für die Einbahnstraße.*



*Die Düne vor dem Ostseecamp ähnelt einer Steilküste.*



*Auf dem Ostseecamp wird aus der Strandkorbhalle ein Indoorspielplatz*

Eine Umgestaltung ist auch auf dem Ostseecamp zu beobachten. Die alte Strandkorbhalle im „Zentrum“ des Campingplatzes wird zu einem Indoorspielplatz umgestaltet. Auf zwei Dritteln der Fläche werden typische Spielplatzgeräte aufgebaut. Auf dem anderen Drittel wird man für die Jugendlichen Tischtennisplatten, Tischfußballgeräte sowie einen kleinen Kino- und Fernsehraum finden. Ein weiteres Angebot werden die Gäste auf dem Campingplatz mit Freude und Genugtuung annehmen. Der Eigentümer und Betreiber des Ostseecamps, Herr Oliver Behrens, hat eine Anlage zum Empfang des Breitbandnetzes und mehrere WLAN-Punkte auf dem Gelände und in Strandnähe errichten lassen. Damit sind Handyempfang und Internetnutzung auf dem Campingplatz und am Strand gesichert. Das WLAN-Angebot können auch Gäste nutzen, die nicht auf dem Platz angemeldet sind. Das ist u.a. für die Sicherheit am Strand ein ganz großer Gewinn. Die WLAN-Punkte sind gut sichtbar und mit wichtigen Informationstafeln ausgestattet.

Viel Arbeit gibt es noch beim Herstellen der Strandzugänge und der Sicherung der Dünen, die zur Zeit an einigen Stellen noch Steilküsten ähneln.

Die Sturmfluten am 2. und 10. Januar 2019 hatten nicht nur in Graal-Müritz, sondern an der gesamten Ostseeküste schwere Schäden verursacht. Ein großer Teil davon ist nicht durch die betroffenen Gemeinden zu beheben. So werden z. B. die Instandsetzung der Dünen, notwendige Sandaufspülungen, Bühnenneubau und Bühnenreparatur noch weit in die Saison und darüber hinaus zu erledigen sein. Wer die Küste liebt, wird dafür Verständnis haben und die erforderlichen Maßnahmen interessiert verfolgen.

Klaus Graf



## Uns plattdütsch Eck

„Na, wedder up Wossidlo dal?“ ,  
So reep ein Fru uns tau, as wi dörch dei Klosterwischen in Ribnitz wannerten. Dag vörher harr sei uns nämlich hulpen, Richard Wossidlo sien Graff up’n Friedhoff tau finnen. Nah unsen Ümtog von Graal-Müritz nah Ribnitz wullten wie em doch „bisäuken“. Einen Henwies harren wi nich seihn, also söchten wi un fragten ok anner Friedhoffgängers. „Ja, dei liggt hier woll. Oewer wo, weit ick ok nich.“, „Also as Jung hew ick mal eins mit unsen Schaulchor an sien Graff sungen. Man wo wier dat?“... Middewiel harren sick ‘n poor Lüe bi’t Säuken infunnen. „Ick hew em“, säd lut ein Fru un schwenkte ehr Geitkann. Wi hen un dei annern fründlichen Säukers ok. Un dor stünn wi nu bi em, bi em, dei allens oewer Meckelbörg sammelt hett. Wi schweegen un halten eins deip Luft. Ick keek up dei lütt Grupp un fragte, „kennen Sei wat von em?“, Koppshüdeln. Müchten Sei villicht wat hüren von dat, wat hei upschräben hett? Ick spräk ok gaaanz sinnig, dormit dat Sei allens verstahn koenen. Hüren ‘s man nipp tau:

„Wie das Küssen aufgekommen ist  
Dat is glik in ‘n Anfang wäst, as uns‘ Herrgott de Welt un de Minschen erschaffen hett. Dor hebben Adam un Eva mal Middagsdich hollen. Adam hett wakt, un Eva is ‘n bäten indrusselt. As se dor so liggen, kümmt ‘ne Imm antoflegen, dee sett’t sik grad up Eva ehren Mund un nippelt dor an. Adam süht da tun denkt: „Wat söcht dat Diert blot up mien‘ Fru ehren Mund? – Dat willst doch ok eens versöken.“ He weet dat nu nich anners antofangen: As de Imm wegflagen is, kümmt he bi un drückt sien Lippen up Eva ehr. Bi dat Nippeln hett oewer de Imm ehren Honnig up Eva ehr Lippen verloren, un dat smeckt jo nu hellschen söt. Dorbi hett Adam sik dat Smüstern anwennt. Un so hebben de Minschen de lütt Imm dat to danken, dat dat Küssen up de Welt kamen is.“<sup>1)</sup>

Vör denn‘ groten Findling mit sien Läbensdaten, 26. Januar 1859 – 04. Mai 1939, dei ‘n bäten unläserlich wieren stünnen wi nu. Alle hoegten sick nu. Ein jung Poor tuschte glik ‘n Säuten. „Also, heut abend hol ich mir aber mein altes Lesebuch raus un läs noch ‘n büschen was von ihm.“...

Dat ok wi mal wedder wat von em läsen – giwt ja dat grote „Wossidlo-Lesebuch“<sup>1)</sup> – is je in dit Jubiläumsjohr tau wünschen un tau hoffen!

Dortau koenen wi uns ok ein Koffipaus bi „Wossidlo’n“ günden. Dat ‘s ein Bauk- un Koffiladen in Ribnitz inne Langstrat. (In Graal-Müritz finnt Ji sogor ‘ne lütt fein Depandance, man blot nich mit Koffi un Kauken). Ein Bisäuk bi „Wossidlo’n“ in Ribnitz lohnt sick ümmer. Männigmal kriggst dor ok ‘ne Modenschau tau seihn, ok Läsungen giwt dat, klor ok plattdütsche, orrer niege Bäuker warden vörstellt, Kakkbäuker natürlich mit sülwstkakke Proben. Sülwst backt un dat jedein Dag frisch is ok dei Kauken. Un allens Moegliche an Koffi, in Tass‘ orrer Pott, ward anbaden. Hoeglich inricht‘, bi macklich Wäder kannst ok buten sitten gahn, frisch Bläumings un ‘ne lütt Kerz up jeden Disch un dortau upmarksame un fründliche Bedeinung finnst alltiet hier bi „Wossidlo’n“.

Na, nieglich worden? Ick segg: „Wist Gaud’s an Lief un Seel di günden, gah bi „Wossidlo’n“ Haben binnen.“

Hollt Juch fuchtig.

Juch *Anna-Margarete Zedemla*

Das große Wossidlo-Lesebuch, Herstellung: Hinstorff Verlag GmbH, Rostock, 2009, Seite 56/57, ISBN 978-3-356-01287-3

## Unser Ausflugs-Tipp

### Strandritte und Ponyspaß bei den Bernsteinreitern

Erleben Sie mit den Bernsteinreitern traumhafte Strandritte und spannende Ponyabenteuer.



Romantisch im Schritt am Strand entlang oder im feurigen Galopp durch die seichte Wellenbrandung reiten ... das ist nicht nur Reiterfreude, das ist aktive Entspannung! Genießen Sie die einmalige Natur unserer Küstenlandschaft und erleben Sie das wunderbare Gefühl von Freiheit auf dem Rücken unserer Pferde...

Fast täglich gibt es bei den Bernsteinreitern in Hirschburg Ausritte durch die Ostseelandschaft. Vom 01. Oktober bis 01. Mai können Sie unsere einmalig schönen Strandritte erleben. Dabei können Sie wählen, ob Sie lieber einen gemütlichen Schritt-Trab-Ausritt genießen oder einen flotteren Schritt-Trab-Galopp-Ausritt wünschen. Und wer ein weiteres pferdiges Abenteuer sucht, für den gibt es bei den Bernsteinreitern ultimativen Ponyspaß für die ganze Familie. Ob beim selbstgeführten Ponyreiten oder von der Ponykutsche aus haben Gäste täglich ohne Anmeldung zwischen 09.00 Uhr und 17.00 Uhr die Möglichkeit, das ShettyLand – die Herberge der Bernsteinreiter-Shetlandponys – zu erkunden. Nach einer kurzen Einweisung durch die Mitarbeiter zur Handhabung von Kutsche und Leinen geht es auf eine bis zu einstündige Rundtour über den Reiterhof mit Ferienpark. Bis zu vier Personen (2 Kinder und 2 Erwachsene) haben auf einer Kutsche Platz und im fröhlich, munteren Ponygetrappel wird der Familienausflug eine spaßige Tour für Alle. Hier dürfen auch die Kinder mal „Fahrer“ sein. Eine Ponykutschfahrt mit den routinierten Fahrponys Paule, Pia, Hugo und vielen Weiteren ist eine tolle Sache. Und wer mag, der kann sich im Anschluss noch auf den Ponyrücken schwingen und beim selbstgeführten Ponyreiten erste reiterliche Erfahrungen machen.

Mehr Infos gibt es unter [www.bernsteinreiter.de](http://www.bernsteinreiter.de)

# Sprechstunden der Ärzte und Therapeuten in Graal-Müritz

## Allgemeinmediziner

**Ekkehard Steiner-McCall, Kastanienallee 7, Tel: 79460**

**Facharzt für Allgemeinmedizin**

Montag	7.30-12.30 und 15.00-18.00 Uhr
Dienstag	7.30-13.00 Uhr
Mittwoch	7.30-12.30 und 15.00-18.00 Uhr
Donnerstag	7.30-12.30 Uhr
Freitag	7.30-12.30 und 15.00-18.00 Uhr

**Astrid-Jeanette Blaufuß, Kastanienallee 7, Tel: 79465**

**Fachärztin für Innere Medizin in hausärztlicher Tätigkeit**

Montag, Mittwoch, Freitag	8.00-13.00 Uhr
Dienstag, Donnerstag	8.00-13.00 und 16.00-18.00 Uhr

**Dr. Hubert Mücke, August-Bebel-Straße 4a, Tel: 79522**

**Facharzt für Innere Medizin in hausärztlicher Tätigkeit**

Montag	8.00-12.00 Uhr
Dienstag/Mittwoch/Donnerstag	8.00-12.00 und 16.00-18.00 Uhr
Freitag	8.00-12.00 u. nach Vereinbarung

**Dr. Dirk Kühn, Kurstraße 5, Tel: 79192**

**Praktischer Arzt, Kurarzt**

Montag-Freitag	8.00-12.00 Uhr
Montag/Dienstag/Donnerstag	15.00-18.00 Uhr

## Fachärzte für Hautkrankheiten und Allergologie

**Dr. med. Kirstin Maslen, Rostocker Straße 1, Tel: 13703**

**Dr. med. Frank Pavlovsky, Rostocker Straße 1, Tel: 13703**

**Eingang über Haupteingang Reha-Klinik**

Montag	8.00-12.00 und 13.00-15.30 Uhr (nach Absprache)
Dienstag	14.00-18.00 Uhr
Mittwoch	Hausbesuche
Donnerstag	Hausbesuche
Freitag	8.00-12.00 Uhr <b>Nur nach Terminabsprache!</b>

## Notdienst 112

**Wochentags**

**Ruf-Nr. Leitstelle Bad Doberan 038203 / 62428**

Montag	19.00 bis 07.00 Uhr
Dienstag	19.00 bis 07.00 Uhr
Mittwoch	13.00 bis 07.00 Uhr
Donnerstag	19.00 bis 07.00 Uhr
Freitag	15.00 bis 07.00 Uhr

**Wochenende**

**Ruf-Nr. Leitstelle Rostock 0381 / 44411 oder 0381 / 19222**

Sonnabend	07.00 bis 07.00 Uhr
Sonntag	07.00 bis 07.00 Uhr

Zu den angegebenen Zeiten wird die entsprechende Leitstelle den Anruf an den Diensthabenden weiterleiten, gegebenenfalls auch sofort den Notarzt anfordern. Außerhalb der Notdienstzeiten wenden sich die Patienten direkt an ihren Hausarzt oder dessen Vertreter.

## Zahnärzte

**Dr. Carmen Volmerg, Kurstraße 5, Tel: 7290**

**Fachzahnarzt für Allgemeine Stomatologie**

Montag/Dienstag/Donnerstag	8.00-12.00 und 15.00-18.00 Uhr
Mittwoch	8.00-13.00 Uhr
Freitag	8.00-12.00 Uhr

**Dr. Astrid Scheumann-Mücke, August-Bebel-Str. 4a, Tel: 79522**

Montag	7.00-12.00 und 14.00-18.00 Uhr
Dienstag	7.00-12.00 Uhr
Mittwoch	7.00-12.00 und 14.00-18.00 Uhr
Donnerstag	7.00-15.00 Uhr
Freitag	7.00-10.00 Uhr und nach Vereinbarung

**Dr. Nadine Dreßler, Birkenallee 17, Tel: 79915**

Montag	8.00-12.00 und 14.30-19.00 Uhr
Dienstag	8.00-12.00 u. nach Vereinbarung
Mittwoch	8.00-12.00 und 14.30-18.00 Uhr
Donnerstag	8.00-12.00 Uhr
Freitag	8.00-12.00 Uhr

**Zahnärzte-Notdienst: Tel.: 038203 / 62505 oder  
Tel.: 038203 / 62428**

## Praxen für Physiotherapie

**Diana Beulig-Tietz, Lange Straße 1, Tel: 14694**

**Eileen Blümbach, Lindenweg 9, Tel: 78806**

**Grit Wüstenberg, Kastanienallee 7d, Tel. 79468**

**Britta Zoellner-Engel, Strandstraße 22, Tel. 74121**  
(in der ASB Kurklinik Meeresbrise)

**Aquadrom-Physiotherapie, Buchenkampweg 9, Tel. 87930**

**“Life”- Anne Simmert, Ribnitzer Straße 3, Tel. 143117**

**Podologie Schilke, Ribnitzer Straße 3, Tel. 143117**

## Praxen für Logopädie

**Sally Bürger, Rostocker Straße 1, Tel: 83480**

Termine und Hausbesuche nach Vereinbarung!

**Katja Lindgreen-Winter, An der Büdnerei Nr. 3, Tel: 14522**

Montag bis Freitag 8.00-18.00 Uhr  
Termine nach Vereinbarung; Hausbesuche möglich. Auf Anfrage auch Fußreflexzonenmassage.

**Handy: 0178 - 87 98 381; Email: lindgreenkatja@aol.com**

**Vorwahl Graal-Müritz: 038206**

**Tierärzte-Notdienst 16.00 - 06.00 Uhr T: 0381 / 25 27**

**Zentraler Notruf deutschlandweit 116 117**



## Apotheken Bereitschaftsdienst

Montag - Freitag **18.00 - 8.00 Uhr**; Samstag **12.00 - 8.00 Uhr**;  
Sonn- und Feiertage **8.00 - 8.00 Uhr** des Folgetages

<b>Mo</b>	<b>APR</b>	<b>01 B</b>	<b>08 F</b>	<b>15 A</b>	<b>22 H</b>	<b>29 E</b>	<b>MAI</b>	<b>06 D</b>	<b>13 C</b>	<b>20 G</b>	<b>27 B</b>
<b>Die</b>		<b>02 G</b>	<b>09 B</b>	<b>16 F</b>	<b>23 A</b>	<b>30 H</b>		<b>07 E</b>	<b>14 D</b>	<b>21 C</b>	<b>28 G</b>
<b>Mi</b>		<b>03 C</b>	<b>10 G</b>	<b>17 B</b>	<b>24 F</b>		<b>01 A</b>	<b>08 H</b>	<b>15 E</b>	<b>22 D</b>	<b>29 C</b>
<b>Do</b>		<b>04 D</b>	<b>11 C</b>	<b>18 G</b>	<b>25 B</b>		<b>02 F</b>	<b>09 A</b>	<b>16 H</b>	<b>23 E</b>	<b>30 D</b>
<b>Fr</b>		<b>05 E</b>	<b>12 D</b>	<b>19 C</b>	<b>26 G</b>		<b>03 B</b>	<b>10 F</b>	<b>17 A</b>	<b>24 H</b>	<b>31 E</b>
<b>Sa</b>		<b>06 H</b>	<b>13 E</b>	<b>20 D</b>	<b>27 C</b>		<b>04 G</b>	<b>11 B</b>	<b>18 F</b>	<b>25 A</b>	
<b>So</b>		<b>07 A</b>	<b>14 H</b>	<b>21 E</b>	<b>28 D</b>		<b>05 C</b>	<b>12 G</b>	<b>19 B</b>	<b>26 F</b>	

**RIBNITZ-DAMGARTEN:** **A** Apotheke „Am Bahnhof“, Ulmenallee, Ärztehaus, Tel. 03821-708400, **B** Apotheke „Am Bodden“, Lange Straße 80, Tel. 03821-812913; **C** Forellen-Apotheke, Am Markt 7/8, Tel. 03821-895165, **D** Linden-Apotheke, Schillstraße 3, Tel. 03821-62090, **E** Recknitz-Apotheke, Lange Straße 13, Tel. 03821-3890; **RÖVERSHAGEN:** **F** Heide-Apotheke, Birkenstrat 25, Tel. 038202-432271; **GRAAL-MÜRITZ:** **G** Kur-Apotheke, Kurstraße 18, Tel. 038206-78102, **H** Ostsee-Apotheke, Kastanienallee 9, Tel. 038206-79477

## Apotheken Öffnungszeiten

## Kur-Apotheke

Kurstraße 18, Tel: 78102  
Mo bis Fr 8.00-18.00 Uhr  
Sa 8.00-12.00 Uhr

## Ostsee-Apotheke

Kastanienallee 9, Tel: 79477  
Mo bis Fr 8.00-18.00 Uhr  
Sa 8.00-12.00 Uhr

## OstseeSparkasse Rostock

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle Graal-Müritz, Kurstraße 20  
Montag 9.00 – 12.30 Uhr  
Dienstag u. Donnerstag 9.00 – 12.30 Uhr und 14.00 – 18.00 Uhr  
Mittwoch 9.00 – 12.30 Uhr  
Freitag 9.00 – 12.30 Uhr

## Volks- und Raiffeisenbank Rostock

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle Graal-Müritz, Kurstraße 3  
Montag 9.00 – 13.00 Uhr und 14.00 – 16.00 Uhr  
Dienstag u. Donnerstag 9.00 – 13.00 Uhr und 14.00 – 18.00 Uhr  
Mittwoch u. Freitag 9.00 – 12.00 Uhr  
Freitag 9.00 – 12.30 Uhr

## Gemeindeverwaltung Graal-Müritz

Ribnitzer Straße 21, Tel. 038206/81111  
Sprechzeiten: Di 9.00 - 11.30 Uhr u. 13:00 - 18.00 Uhr  
Do 9.00 - 12.00 Uhr u. 14:00 - 17.00 Uhr

Der diensthabende Amtsleiter der Gemeindeverwaltung Graal-Müritz ist am Wochenende zu erreichen unter  
**Tel.: 0171 / 7433763**



## Das Polizeirevier Sanitz

ist unter der **Tel.-Nr.: 038209/440 (24h)** zu erreichen. Die Polizeidienststelle Graal-Müritz ist unter der **Tel.-Nr.: 038206/74862** zu erreichen. Bei Nichtbesetzung der Dienststelle erfolgt automatisch die Rufweberschaltung nach Sanitz.

**Taxi · Flughafentransfer · Rund- und Krankenfahrten**  
**Stefan Acksteiner T: 0152 / 24 24 62 14**

## Öffnungszeiten



**Tourismus- und Kur GmbH**  
**im "Haus des Gastes",**  
Graal-Müritz, Rostocker Str. 3  
**Tel.: 038206 / 7030**

Mo - Fr 09:00-18:00 Uhr  
Sa 09:00-12:00 Uhr  
So geschlossen

**ab 02.05.**

Mo - Fr 09:00-19:00 Uhr  
Sa 09:00-18:00 Uhr  
So 10:00-16:00 Uhr

## Bäderbibliothek

Fritz-Reuter-Straße 17

**Tel.: 038206 / 77241**

Mo / Do 09:00-11:30 Uhr  
13:00-16:30 Uhr

Di 09:00-11:30 Uhr  
13:00-19:00 Uhr

Mi geschlossen  
Fr 09:00-12:00 Uhr

**ZIMMERVERMITTLUNG**  
**im "Haus des Gastes",**  
Graal-Müritz, Rostocker Str. 3  
**Tel.: 038206 / 70311 o. 70334**

Mo - Fr 09:00-18:00 Uhr  
Sa geschlossen  
So geschlossen

**ab 02.05.**

Mo - Fr 09:00-18:00 Uhr  
Sa 09:00-18:00 Uhr  
So 10:00-16:00 Uhr

## Heimatemuseum / Galerie

Parkstr. 21, **Tel.: 038206 / 74556**

Mo geschlossen  
Di / Do 09:00-12:00 Uhr  
15:00-18:00 Uhr

Mi 09:00-13:00 Uhr  
Fr 15:00-19:00 Uhr

Sa 15:00-18:00 Uhr  
2. So. i. Mo. 15:00-18:00 Uhr

## Ev. Lukaskirche

## Graal-Müritz

Jeden Sonntag und jeden Feiertag **10:00 Uhr Gottesdienst.**  
Sie sind herzlich eingeladen.

## Kirche St. Ursula

Die Kirche ist am Tag geöffnet.  
Sie sind zur Besichtigung oder Eucharistiefeier eingeladen.  
Sonntag **9:00 Uhr Heilige Messe.**

## INFO für Angler!

In der Touristinformation im „Haus des Gastes“ erhalten Sie Tages-, Wochen- und Jahresanglerlaubnisse zum Fischfang in den Küstengewässern des Landes M/V. Die Angelerlaubnisse sind nur gültig in Verbindung mit dem Fischereischein! Sie können über die Webseite: [erlaubnis.angeln-mv.de](http://erlaubnis.angeln-mv.de) ebenfalls eine Angelerlaubnis für Küstengewässer erwerben (Zahlung mit Kreditkarte)

Den befristeten Fischereischein (**Touristen-Fischereischein**) erhalten Sie ebenfalls im Haus des Gastes und im Rathaus, Ordnungsamt. Weitere Informationen dazu auf [angeln-in-mv.de](http://angeln-in-mv.de).

Für das Angeln auf der Seebrücke brauchen Sie eine Brückennutzungskarte (1,00 €). Diese können Sie aus dem Automaten auf dem Seebrückenvorplatz ziehen.

Vom 15.05. bis 15.09. des Jahres ist das Angeln auf der Seebrücke in der Zeit von 21.00 Uhr bis 07.00 Uhr gestattet – außerhalb dieser Zeitspanne von 18.00 Uhr bis 07.00 Uhr.

## Impressum

## Windflüchter

Informationsblatt der Tourismus- und Kur GmbH  
des Ostseeheilbades Graal-Müritz

Auflage: 4.000 Exemplare, gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier  
Herausgeber: Tourismus- und Kur GmbH, Rostocker Str. 3, 18181 Ostseeheilbad Graal-Müritz,  
Tel.: 038206 / 7030, Fax 038206 / 70320, [www.graal-mueritz.de](http://www.graal-mueritz.de)  
email: [touristinformation.tuk@graal-mueritz.de](mailto:touristinformation.tuk@graal-mueritz.de)

Gestalt./Anz.: kw Agentur für Kommunikation und Werbung, Lange Str. 17, 18055 Rostock  
Telefon: 0381 / 375 99 66, Fax 0381 / 375 99 68, e-mail: [kw-agentur@t-online.de](mailto:kw-agentur@t-online.de)  
Druck: adiant druck, Neu Roggentiner Straße 4, 18184 Roggentin

Die nächste Ausgabe des *Windflüchter* erscheint am **01.06.2019.**  
Abgabetermin für redaktionelle Beiträge und Anzeigen ist der **07.05.2019.**

+++ Ratgeber Dr. Koch +++

## Intervallfasten gegen Bluthochdruck

Heutzutage erfreut sich das Fasten einer verstärkten Beliebtheit. In Deutschland fasten jährlich etwa zwei bis drei Millionen Menschen für einen kurzen Zeitraum von fünf bis sieben Tagen oder im Rahmen des Intervallfastens auch viel länger. Das Intervallfasten stellt unter all den Fastenformen eine relativ neue Methode dar, die erst in den letzten Jahren zunehmend an Bekanntheit gewonnen hat. Das Intervallfasten ist auch unter dem Begriff intermittierendes Fasten bekannt. Die Bezeichnung leitet sich aus dem lateinischen „intermittere“ ab, was so viel heißt wie „unterbrechen“ oder „aussetzen“. Es ist ein Essrhythmus, bei dem sich normale Essens- mit Fastenphasen abwechseln. Dieses Prinzip des Fastens verspricht ein geringeres Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes mellitus, eine schnellere Regenerationsfähigkeit des Körpers nach psychischem und physischem Stress, verbesserte Blutwerte und einen senkenden Einfluss auf erhöhte Blutdruckwerte. Beim Intervallfasten geht es nicht darum, was man isst, sondern wann man isst. Acht Stunden nach Herzenslust essen und trinken, danach 16 Stunden ganz diszipliniert und bewusst darben oder verzichten und keine Nahrung zu sich nehmen – das ist das sogenannte Intervallfasten. Es liegt zurzeit im Trend einer gesunden Ernährung.

Der Name verrät es bereits: Auf eine Zeit der Nahrungsaufnah-

me folgen Stunden des Fastens. Anders als bei traditionellen Fastenkuren, wie etwa dem Heilfasten nach Buchinger, sind die Perioden ohne Essen relativ kurz. Gefastet wird nicht fünf Tage bis mehrere Wochen, sondern je nach Methode zwischen vier bis 24 Stunden – sozusagen Fasten in Teilzeiten.

Beim Intervallfasten verzichtet man in der Regel regelmäßig für eine bestimmte Anzahl von Stunden pro Tag auf Nahrung. Die Flüssigkeitszufuhr erfolgt in Form von Mineral- oder Leitungswasser und ungesüßten Tees oder Kaffee. In der Phase der Nahrungsaufnahme kann die Nahrungszufuhr eingeschränkt oder nach Belieben ("ad libitum") erfolgen. Die Ernährung sollte vollwertig und abwechslungsreich gestaltet werden, wobei die Mahlzeiten nicht hyperkalorisch sein dürfen.

Wird die Energiezufuhr reduziert, um vorwiegend Gewicht zu vermindern, sollte besonders auf eine ausreichende und qualitativ hochwertige Zufuhr von Makro- und Mikronährstoffen geachtet werden. Dadurch wird der Körper dazu angeregt, seine eigenen Energiereserven zu nutzen. Forscher empfehlen zur allgemeinen Verbesserung der Gesundheit, alle drei bis sechs Monate ein Intervallfasten durchzuführen. Man kann es aber durchaus für eine lebenslange Ernährungsweise beibehalten.

Intermittierendes Fasten ist sehr gut im Alltag umsetzbar, da es variantenreich und somit indivi-

duell anpassbar ist.

Das Intervallfasten bietet die Möglichkeit, seine täglichen Essens- und Konsumgewohnheiten zu überdenken und nachhaltig zu ändern. Dadurch bekommt man wieder ein Gefühl dafür, wann der Körper wirklich Hunger hat und wann nicht.

Neben dem Ändern von Lebensgewohnheiten bietet das Intervallfasten eine gute Möglichkeit zur Gewichtsreduzierung bei Übergewicht und damit zur Senkung bzw. Vermeidung von Risikofaktoren für verschiedene Herz-Kreislaufkrankheiten.

Studien zeigen, dass regelmäßiges durchgeführtes Fasten mit einer verlängerten Lebenserwartung und verschiedenen gesundheitsfördernden Effekten assoziiert ist. In Tierversuchen konnte eine lebenszeitverlängernde Wirkung von bis zu 40 Prozent beobachtet werden. Der Organismus wird durch den regelmäßigen Nahrungsentzug entlastet und scheint sogar widerstandsfähiger zu werden.

Die Essenspausen entlasten den Organismus und die Verdauungsorgane. Der Blutdruck sinkt, der Zuckerspiegel fällt und die Entzündungswerte im Blut gehen zurück. Die Lebensmittel können zusätzlich besser verdaut und Nährstoffe besser aufgenommen werden. Dies hat wiederum eine positive Wirkung auf das Immunsystem.

Ein schöner Nebeneffekt: Da der Körper sich auf das intermittierende Fasten einstellt, schüttet er vermehrt Wachstumshormone

aus. Diese beschleunigen das Muskelwachstum, was bedeutet: Man verliert nicht nur lästiges Fett, sondern baut gleichzeitig auch noch mehr Muskeln auf.

### Die 16/8-Methode = Intervallfasten 16/8

Die definitiv bekannteste und am häufigsten genutzte Methode des intermittierenden Fastens ist das 16:8-Intervallfasten. Bei dieser Methode spricht man auch vom Vormittagsfasten oder Nachmittagsfasten, je nachdem wie die Fastenphase von 16 Stunden und die Essensphase von acht Stunden liegen. In dem Zeitfenster von 8 Stunden sollten alle drei Mahlzeiten stattfinden. Der Vorteil dieser Methode ist, dass es zwei Möglichkeiten gibt, je nachdem auf welche Mahlzeit man am ehesten verzichten kann bzw. möchte.

Das Vormittagsfasten, bei dem also das Frühstück ausgelassen wird, soll vor allem dazu dienen, dem Körper genügend Zeit zu geben, die nächtlichen Stoffwechselprozesse abschließen zu können.

Wichtig ist zudem, dass die 16 Stunden hier die minimale Fastendauer darstellen, die eingehalten werden muss, um einen gesundheitlichen Effekt zu erzielen. Während dieser 16 Stunden sollten keine Kalorien zugeführt werden. Eine regelmäßige Flüssigkeitsaufnahme ist unerlässlich – ausreichend Wasser oder ungesüßter Tee empfehlen sich hier.

Dr. med. Lutz Koch

+++ Es ist wieder LESEZEIT in der Bibliothek +++

Zum Welttag des Buches werden wir Kindern eine ganz besondere Lesestunde bereiten. Lasst Euch überraschen!

**Dienstag, 23. April 2019**, 16 bis ca. 17 Uhr, Bäderbibliothek (für Kinder von ca. 5 – 10 Jahre) Teilnahme kostenlos!

### Autorenlesung mit Joachim Ballwanz

**am Mittwoch, 22. Mai**, 18 Uhr  
Der Damgartener Autor Joachim Ballwanz wird heitere Geschichten und Anekdoten aus seinen Büchern „Pommern im Herzen 1 + 2“ lesen. Er schreibt

parallel auf Hoch- und Plattdeutsch. Beides wird an diesem Abend zu hören sein. Ribnitz-Damgarten und Umgebung sind die Handlungsorte seiner Geschichten, es kommen aber auch prominente Persönlichkeiten darin vor. (Eintritt: 4 €)

Bitte veränderte Öffnungszeiten der Bäderbibliothek

vom **27.05.** bis **07.06** beachten:  
Mo / Do 09.00 – 11.00 Uhr  
und 15.00 – 16.30 Uhr  
Di 09.00 – 11.00 Uhr  
und 16.00 – 18.00 Uhr  
Mi / Fr geschlossen



# Rhododendronparkfest

## 31.05.-02.06.2019



Festlich geschmückt, nämlich mit tausenden Azaleen- und Rhododendronblüten lädt der Rhododendronpark Ende Mai zum Parkfest ein.

„Blütenmeer und Bühnenzauber“ lautet das Motto wieder und beides lockt die Besucher. Eine Königin unterstreicht das festliche Flair und führt die Besucher durch ihr Terrain. Begleitend dazu gibt es an drei Tagen ein passendes Bühnenprogramm. Die Besucher können sich in diesem Jahr u.a. freuen auf die Santiano Cover

Band, auf eine Rod Steward Revival Show, auf die kleine Meerjungfrau, das Wossidlo Tanz Ensemble u.v.m.

Farbenfrohe Walk-Acts, Comedy-Artistik und Parkführungen runden das bunte Treiben ab.

Außerdem laden eine Kunsthandwerkermeile, Gartengestalter, ein Parkcafé und viele andere Händler zum Verweilen ein.

Ein Fest für alle Sinne und die ganze Familie.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch zum Rhododendronparkfest 2019!

(Alle detaillierten Informationen zu dem Programm auf der Bühne entnehmen Sie bitte unserer Internetseite [www.graal-mueritz.de/rhododendronpark.php](http://www.graal-mueritz.de/rhododendronpark.php) bzw. den Flyern zum Parkfest).

# Helferaufruf



Liebe Graal-Müritzer, Sportbegeisterte und Freunde unseres Lauf-events »Dünenläufer«,

die Tourismus- und Kur GmbH Graal-Müritz (Veranstalter) möchte mit dem Laufevent »Dünenläufer«

zahlreichen Läuferinnen und Läufern im Oktober die Gelegenheit bieten, unsere einzigartige Naturregion zu erleben. Damit der nächste »Dünenläufer« am 5. Oktober 2019 wieder ein Erfolg wird, bitten wir euch, unsere Läufergäste in Graal-Müritz herzlich willkommen zu heißen.

Eine große Sport- bzw. Laufveranstaltung ist immer eine besondere Herausforderung und ohne Hilfe ist ein solches Ereignis nicht zu realisieren. Deshalb benötigen wir zahlreiche freiwillige Helfer, die uns tatkräftig und engagiert unterstützen.

Insofern unser Aufruf an Euch:

Seid beim »Dünenläufer 2019« auch als Helfer dabei!

Wer nun Lust hat, sich beim »Dünenläufer« einzubringen und mitzuwirken, ob nun als Streckenposten, Radbegleiter, Helfer an einer Verpegungsstation o.ä., meldet sich bitte per E-Mail bei: [marketing.tuk@graal-mueritz.de](mailto:marketing.tuk@graal-mueritz.de) (André Pristaff).

Jeder Helfer bekommt: • Verpflegung • ein schickes Dünenläufer-Helfer-Shirt

Was erwartet Euch noch: Das Gefühl, eine gute Sache unterstützt zu haben. Die Dankbarkeit des Veranstalters und vieler, vieler Dünenläufer.

**AQUADROM**  
Gesundheit | Sport | Wellness  
im Ostseebad Graal-Müritz

01. - 30. April 2019  
**Rhassoul für 2 Personen**  
Orientalisches Körperreinigungsbad mit einer Heilkreidepackung versetzt mit Algen reinigt und entschlackt die Haut · Dauer: 45 min  
12. April von 20.00 - 01.00 Uhr  
**Mitternachtssauna „Maritime Saunanacht“**  
32,00 € anstatt 39,00 €

02. - 31. Mai 2019  
**Caracalla-Bad**  
Fördert die Durchblutung, löst Verspannungen und vitalisiert das Körpergefühl · Dauer: 20 min  
10. Mai von 20.00 - 01.00 Uhr  
**Mitternachtssauna „Komm lieber Mai und mache ...“**  
18,00 € anstatt 22,00 €

**Täglich geöffnet**  
auch an Sonn- und Feiertagen  
Öffnungszeiten unter  
[www.aquadrom.net](http://www.aquadrom.net)

Wir wünschen Ihnen Frohe Ostern

Aquadrom Graal-Müritz | Buchenkampweg 9 | 18181 Graal-Müritz | Tel. 038206 - 8 79 00  
Unsere Datenschutzhinweise finden Sie unter: [www.aquadrom.net/datenschutzhinweise](http://www.aquadrom.net/datenschutzhinweise)  
Betreiber: Aquadrom Graal-Müritz GmbH & Co. Freizeit KG  
Sitz und AG Hamburg HRA 118905 | USt-ID: DE190420822 [www.aquadrom.net](http://www.aquadrom.net)

## Ihre FeWo-Vermietung

Sie wollen Ihre Eigentumswohnung/-Haus auch als **FERIENWOHNUNG/-Haus** vermieten?

Nutzen Sie unseren besonderen **SERVICE** und unseren **Bekanntheitsgrad** für Ihre **Wohnung/Haus!**

- ganzjährige **professionelle Vermietung** mit eigener online-Buchungsplattform
- Rezeption und **Ansprechpartner im Ort**
- fachkundige **Reinigung** und Pflege der Unterkünfte
- eigener **Hausmeisterservice** für Kleinreparaturen
- transparente **monatliche Abrechnung** mit Online-Zugriff durch Eigentümer
- kompletter Wäsche- und Handtuchservice durch uns
- kostenfreier **Farbkatalog** mit Ferienwohnungen und Häusern
- kostenlose Verfügbarkeit der freien Zeiträume für die Eigentümer

**strandsommer** GbR

18181 Graal-Müritz | Lange Straße 31 | Haus rechts neben dem EDEKA

Rufen Sie uns an! **038206 - 74722**  
[www.strandsommer.de](http://www.strandsommer.de)





**IFA  
GRAAL-MÜRITZ**  
HOTEL, SPA & TAGUNGEN  
GRAAL-MÜRITZ - OSTSEE - DEUTSCHLAND  
★★★★  
SUPERIOR

**ZWISCHEN WALD & WELLEN**

**OSTERBRUNCH**  
Genießen Sie ein entspanntes Osterfest und lassen Sie sich von uns kulinarisch verwöhnen!  
**Ostersonntag 21. April 2019, 11.45 - 14.00 Uhr**  
36,00 € pro Person (Vorankündigung erforderlich)

**WELLNESS & GENUSS**  
**Unser Geschenktyp zu Ostern:**  
Gönnen Sie sich einen erholsamen Wellness-Tag!

- 1 x Schlemmerfrühstück vom reichhaltigen Buffet inkl. 1 Glas Sekt
- Ganztätiger Eintritt in unser Schwimmbad (25x10m), die 3 Saunen und den Fitnessbereich
- 1 Wohlfühlmassage mit pflegenden Aromaölen
- Bademantel und 2 Badetücher zu Ihrer Benutzung 65,00 € pro Person

**RESTAURANT ORANGERIE**  
Montag: **MECKLENBURGER BUFFET**  
Mittwoch: **SCANDINAVISCHES BUFFET** oder **FRANZÖSISCHES BUFFET** (wöchentlich wechselnd)  
Freitag: **FISCHBUFFET**  
Samstag: **ITALIENISCHES BUFFET** (ab 18.00 Uhr, 32,- € p. P.)

**KAMINBAR**  
**LIVE MUSIK** Freitag ab 20.30 Uhr  
**TANZABEND** Samstag ab 20.30 Uhr  
**TANZTEE** Sonn- und Feiertag ab 14.30 Uhr (Eintritt frei)  
Waldstraße 1, 18181 Graal-Müritz  
T. +49 (0) 38206-73.0 F. +49 (0) 38206-73.4444  
ifa-graal-mueritz-hotel.com  
graal-mueritz@ifahotels.com

## Die Kleine Kneipe

Das Restaurant

Wir sind für Sie da:  
Montag bis Freitag ab 9.00 Uhr;  
Sonntag von 10.00 bis 14.00 Uhr



Unser kleines Restaurant im maritimen Flair bietet **hauseigene Küche, heimische Fischgerichte, traditionelle Speisen** sowie individuelle Spezialitäten.

Auch Gäste, die nur auf ein kühles Bier oder ein Glas Wein reinschauen, sind herzlich willkommen.

**Wir würden uns freuen, Sie als Gäste begrüßen zu dürfen.** Platzreservierungen nehmen wir gern entgegen.

Sie wollen Ihre Gäste zu Hause bewirten? Wir liefern unsere hauseigenen Spezialitäten ganz nach Ihren Wünschen.

Christine Czerny, Lindenweg, 18181 Graal-Müritz, Tel. 038206-77530

# PESCADO

Restaurant - Café - Bar



Zur Seebrücke 34 A . 18181 Graal Müritz . T: 038206 3700 01  
info@restaurant-pescado.de . www.restaurant-pescado.de

## Herzlich willkommen im PESCADO – dem Fischrestaurant in Graal-Müritz!

Genuss erleben, sich verwöhnen lassen und in gemütlich modernem Ambiente entspannen. Wir möchten Sie dazu einladen, eine gute Zeit zu haben.

### Hanseatisch \* Saisonal \* Mediterran

Mit frischen Ideen und genialen Variationen des zum Teil Altbekannten wollen wir Sie überraschen und abwechslungsreiche kulinarische Erlebnisse schaffen.

### Neue Karte mit spannenden Highlights

Sushi Inside Out Ostsee Roll

\*

US Hanging Tender Beef

\*

Ganze gebratene Seezunge

\*

Ibérico Karree

\*

Steinbutt für 2

**Täglich frischer Kuchen, hausgemachte Torten und verführerische Eisbecher mit regionalem Eis.**

Wir haben täglich für Sie geöffnet:

**Frühstücksbuffet (nur mit Vorankündigung) 8:00 - 10:30 Uhr**  
**Warme Küche / Café / Bar 12:00 - 22:00 Uhr**

Alle Gerichte und aktuelle Öffnungszeiten auf unserer Homepage.



www.bernsteinreiter.de

0174-8530842

täglich **PONYREITEN/  
PONYKUTSCHFAHRTEN**  
ohne Anmeldung!



**Ausritte zur Ostsee, Reitunterricht u.v.m.**  
Bernsteinreiter  
Erlebnisreiterhof & Ferienpark  
Neuklockenhäger Weg 1a  
18311 Ribnitz-Damgarten

## Erleben Sie die Lagunen der Ostsee



**MS "Ostseebad Wustrow"** Linienfahrten zwischen Wustrow und Born mit Fahrradtransport  
September und Oktober: Kranichtouren

**MS "Boddenkieker"** Linienfahrt zwischen Ribnitz, Wustrow und Dierhagen mit Fahrradtransport



**Fahrgastbetrieb Kruse und Voß GmbH**

Hafenstraße 7 \* 18347 Wustrow  
Telefon 03 82 20 / 5 88 \* Funktelefon 0172 / 3 89 60 90  
www.boddenschiffahrt.de \* info@boddenschiffahrt.de



**Entspannt  
einkaufen.  
Kostenfrei  
parken.**

**HANSE  
CENTER**  
BENTWISCH

**Alles Gute  
ist hier  
beisammen**

## CAFÉ & COCKTAILBAR PINK LADY



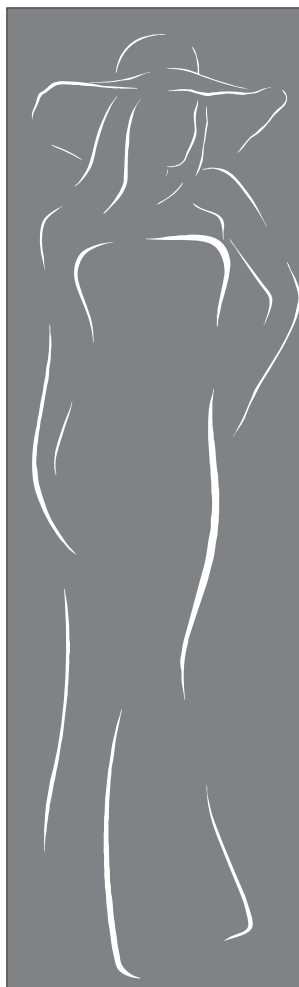
Zur Seebrücke 40  
18181 Graal-Müritz  
Tel: 038206 / 746475



Genießen Sie in angenehmer Atmosphäre und mit Blick aufs Meer unsere vielfältigen Angebote: Alkoholfreie Cocktails – Cocktails – Weine – Seccos Champagner – Biere – Kaffee – Kuchen – Eis – Snacks

*Buchen Sie uns für Ihre Firmenveranstaltung, Hochzeit oder Privatparty!*

info@bar-pinklady.de



*Pink Lady*  
modeboutique

Willkommen in der Welt der Mode!

Ausgefallene, schicke Tages- und Abendgarderobe für die Damen bis Gr. 50 in sehr guter Qualität  
Ausgewählte Accessoires: Taschen, Schuhe, Gürtel, farbige Schals  
...mit kleiner Café-Lounge

**Wir sind Montag bis Sonntag von 10 - 18 Uhr für Sie da!**

Ihr *Pink Lady*-Team

Zur Seebrücke 35  
18181 Graal-Müritz  
modeboutique-pinklady.de



## Warnemünde <sup>zum</sup> Entdecken & Erleben

vom 31.03.2019 bis 03.11.2019 jeden Sonntag

<b>Abfahrt Graal-Müritz</b>	Seebrücke	<b>10.00 Uhr</b>
<b>Ankunft Warnemünde</b>	Alter Strom (Zentrum)	<b>11.30 Uhr</b>
<b>3 Stunden Landgang in Warnemünde</b>		
<b>Abfahrt Warnemünde</b>	Alter Strom (Zentrum)	<b>14.30 Uhr</b>
<b>Ankunft Graal-Müritz</b>	Seebrücke	<b>16.00 Uhr</b>

Erwachsene	22,50 €	Kinder (3-13 Jahre)	14,50 €
Familienkarte	62,50 €	Fahrräder & Hunde	4,00 €

(2 Erwachsene mit bis zu 3 Kindern)

### EINWEG-Fahrten

Erwachsene	13,50 €	Kinder (3-13 Jahre)	9,00 €
Familienkarte (2 Erwachsene mit bis zu 3 Kindern)			39,50 €

## Ostsee-Mini-Kreuzfahrten

vom 31.03.2019 bis 03.11.2019 jeden Sonntag

**2-stündige Rundfahrten auf der Ostsee in Richtung Fischland/Darß, Seebrücke Wustrow**

<b>Abfahrt Graal-Müritz</b>	Seebrücke	<b>16.00 Uhr</b>
<b>Ankunft Graal-Müritz</b>	Seebrücke	<b>18.00 Uhr</b>

Erwachsene 15,50 € Kinder (3-13 J.) 9,50 € Hunde 4,00 €  
Familienkarte 42,50 € (2 Erwachsene mit bis zu 3 Kindern)



Erkunden Sie mit uns den internationalen **Ostseeküsten-Radwanderweg**. Steigen Sie ein - ob einfache Fahrt oder hin und zurück - machen Sie eine Pause bei uns an Bord.



Liebe Fahrgäste, ob frangrischer Ostseehering, gebratene Warnemünder Kutter-Scholle oder kleine Leckereien - in unserem **Bordrestaurant** wird alles frisch zubereitet.



In unserem **Bordshop** finden Sie maritime Souvenirs, Süßigkeiten und Spirituosen (über 500 exklusive Whisky- und Rumsorten).