

LOKBUCH

Das Kundenmagazin der nordbahn

Legends at the Sea
in Büsum:
Konzerttickets
zu gewinnen

FLORA UND FAUNA IM NORDEN:

NEUSTART NATUR

Vom Winter-Blues zu Frühlingsgefühlen

RAN AN DEN
BAHNSTEIG

Warum es auch
mal langsam geht

PROGNOSEN
VOM FELD

Was ist dran an
Bauernregeln?

FIT IN DEN
FRÜHLING

Action für drinnen
und draußen

GANZ SCHÖN FRISCH

Im Frühling erwacht die Natur zu neuem Leben. Jetzt ist die beste Zeit, um auf Blütenwanderung zu gehen, schnuckelige Tierkinder zu besuchen oder frisch geerntetes Obst und Gemüse zu genießen.



HIER BLÜHT DIR WAS

Schon mal am Blumenmeer ein Sonnenbad genommen? Oder Selfies mit dem wilden Klappertopf gemacht? Auf einer Blütenwanderung treiben es die Pflanzen bunt und verwandeln die blasse Winterlandschaft in farbenfrohe Gemälde zum Hindurchspazieren.

Auf ins Feld- und Wiesenspektakel

Wer schon mal auf ein Rapsfeld geblickt hat, weiß: Gelber geht's nicht. Nirgendwo sonst kommt die Farbe der Sonne so großartig zur

Geltung wie auf einem weitläufigen Acker mit dieser typisch schleswig-holsteinischen Kulturpflanze. Wenn dann noch der Himmel blau macht, leuchtet der Raps so intensiv, dass man ihn schon aus der Ferne sehen kann.

Die blühenden Felder zu entdecken, ist nicht schwer, zumal ihr Duft den Weg weist. Also immer der Nase nach, durch Dithmarschen, die Schlei-Region zwischen Rendsburg und Kiel oder entlang der Ostseeküste. Je nach Witterung blüht der Raps ab Ende April und bis in den Juni hinein.

Wilde Blumen für mehr Insekten

Du magst es lieber wild und bunt? Dann auf zur nächsten Wildblumenwiese! Für den Erhalt der Insektenvielfalt werden immer mehr naturbelassene Wiesen mit heimischen Blühpflanzen geschmückt, wie der Kuhschelle, dem Klappertopf oder dem Huflattich. Ein Online-Wiesenfinder (siehe Kasten) zeigt dir, wo es blüht, summt und brummt.

So kannst du in Aukrug die Acker-Witwenblume und den Wiesenbocksbart bewundern und dich in Fockbek nahe Rendsburg über Rote Lichtnelken wundern. Auch in Bovenau bei Bredenkamp, in Schwesing bei Husum und an vielen anderen Orten in Schleswig-Holstein freuen sich Bienen, Hummeln und Co. über wunderschöne, zum Teil selten gewordene Blumen.

Lila Wunder und rosa Wolken

Wem das noch nicht wundervoll genug ist, der kann in Husum sein lila Wunder erleben. Im dortigen Schlossgarten blühen nicht weniger als vier Millionen Krokusse. Ein wahrhaft majestätischer Anblick! Los geht's am 14. März mit dem Krokusblütenfest – oftmals bis in den April hinein bietet das Blütenmeer an der Nordsee ein einzigartiges Naturschauspiel. Denn so viele der ursprünglich im Süden beheimateten Irisgewächse blühen im Norden nur in Husum.

Geradezu zart wirken dagegen die japanischen Kirschblüten an der Hamburger Außenalster. Ihnen zu Ehren wird dort jedes Jahr ein großes Volksfest veranstaltet. Wer noch nie durch rosa Blütenwolken in den Himmel geschaut hat, sollte sich das nächste Kirschblütenfeuerwerk am 29. Mai nicht entgehen lassen.

Fotos: © Lh Kiel / Bodo Quante (li.); © Nik / Unsplash (re.)

Wiesenfinder

Artenreiche Blühwiesen und Biotope in ganz Schleswig-Holstein finden:



SCHNUCKEL-ALARM

Tiere anschauen macht immer Spaß. Im Frühjahr hat der Besuch im Tiergehege oder auf der Weide einen besonderen „Oh-wie-süß-Effekt“: In diesen Monaten bekommen viele Tiere Nachwuchs.

In Dithmarschen und Nordfriesland entzücken ab April besonders niedliche Tierkinder die Spaziergänger: Lämmer. Auf ihren staksigen Beinen hopsen sie übermütig über die Deichwiesen. Menschen (und Hunde!) sollten jedoch Abstand wahren, um die scheuen Tiere nicht in Unruhe zu versetzen. Wer den Schafen näher kommen möchte, kann dies beim Tag der offenen Stalltür auf dem Hof Seeland in Idstedt oder

auf dem Almhof in Appen. Und auch in der Schäferei Rolfs im Büsumer Deichhausen freuen sich die Lämmer über Besuch.

Zickige Lieblinge streicheln

Im Streichelgehege des Westküstenparks in St. Peter-Ording warten darüber hinaus lebhaft, junge Zicklein auf Besucher. Mit etwas Glück kann man dort auch Küken mit sehr langen Beinen und Hälsen sehen –

Storchenküken, die neugierig aus den Nestern schauen. Zu beobachten, wie die Storcheneltern ihren Nachwuchs füttern, ist ein beeindruckendes Erlebnis.

Im Tierpark Neumünster ist ebenfalls Zicken-Alarm. Es werden dort auch Jungtiere erwartet, die eher ruhig daherkommen: Elch- und Rentierkälber. Dafür sorgen die angekündigten quirligen Seehund- und Zwergotterbabys für umso mehr Trubel.

Richtig süße falsche Häschen

Außerdem gibt es in Neumünster Häschen zu bestaunen, die eigentlich keine sind: die Jungtiere des Pampashasen. Der „falsche Hase“ ähnelt zwar dem echten, gehört aber zur Familie der Meerschweinchen.

Verwechslungsgefahr besteht bei den jungen Zebras im Tierpark Gettorf nicht. Sie tragen ihre unverkennbaren Ringelstreifen bereits von Anfang an. Von Natur aus stylish sind auch die Wallabys: Die Mini-Kängurus hüpfen nie ohne ihre Tasche. In ihrem Bauchbeutel immer dabei: die Wallaby-Babys. Sie bleiben neun Monate eingekuschelt in der Felltasche ihrer Mutter, bevor sie selbst erste Hüpfversuche unternehmen. In dieser Zeit sieht man nur den Kopf der jungen Beuteltiere herauslugen.

Schnuckelige Riesen-Babys

Im wahrsten Sinne schnuckelig geht es ab April/Mai auch in den weitläufigen Kieler Tiergehegen Hasseldieksdamm und Hammer zu. Denn dort hat sich der Nachwuchs der Heidschnucken angekündigt. Schon ab März/April unterwegs: die Frischlinge der Wildschweine im Kieler Tiergehege Tannenbergl, wo bald darauf auch die Mufflons ihre Lämmer erwarten.

Voraussichtlich ab Mai/Juni werden in den Kieler Tiergehegen Suchsdorf und Uhlenkrog die Damwildkälber geboren. Und im Juni oder Juli kommen, wenn alles glatt geht, in Hasseldieksdamm die Größten der Kleinen zur Welt: die Kälber der Wisente und Bisons. Imposant und niedlich – das geht auch beides zusammen.



Lämmer zu Hause besuchen

Hof Seeland, Idstedt **RE 74** Station: Jübek

Almhof, Appen **RB 60** **RB 61** **RB 71** Station: Prisdorf

Schäferei Rolfs, Büsum Deichhausen **RB 63** Station: Büsum

**Ausflugs-
tipp**



LASS ES DIR SCHMECKEN

In den nächsten Wochen werden in unserer Region die vielleicht beliebtesten Früchte der Welt geerntet, geheimnisvolle Kräuter gepflückt und ein wahrhaft königliches Gemüse gestochen. Also hin zum nächsten Hofladen oder Selbstpflückerfeld.

Das Schlaraffenland ist oft nur ein paar nordbahn-Stationen entfernt. Zahlreiche Erdbeerhöfe bieten ab Mitte Mai die roten Früchte zum Selbstpflücken an. Etwa auf dem Erdbeerfeld Wester-Ohrstedt bei Husum, auf dem Köllner Hof östlich von Elmshorn oder auf dem Erdbeerhof Jensen in Sörup.

Von selbst fliegen die Erdbeeren dort leider nicht in den Mund, für den anschließenden Genuss muss man auf den Feldern ordentlich ackern. Als Belohnung kann man die süße Ernte danach mit nach Hause nehmen – so schmeckt sie gleich doppelt so lecker.

Königliche Stängel feiern

Auch ein Ausflug zu einem der vielen Hofläden lohnt sich im Frühling besonders. Denn zu dieser Jahreszeit wird eine äußerst beliebte Delikatesse auf den norddeutschen Feldern geerntet: Spargel.

Frisch gestochen bekommt man das „königliche Gemüse“, das wegen seiner aufwendigen Ernte einst dem Adel vorbehalten war, unter anderem auf dem Spargelhof Holm in Aukrug. Und auch auf Gut Friedrichshof in Altenholz bei Kiel sind die Stängel noch knackig, wenn sie im Einkaufskorb landen. Hier wird Seine Hoheit sogar gebührend gefeiert – beim großen Spargelfest am 31. Mai.

Bärenstarker Lauch

Kultstatus hat mittlerweile auch der Bärlauch. Das weiß blühende Gemüse erfreut sich zunehmender Beliebtheit – nicht nur wegen seines würzigen Geschmacks. Denn dem Lauch werden allerlei stärkende Wirkungen nachgesagt: Von Bluthochdruck bis Verstopfung reicht die Palette der Anwendungsgebiete des „Allium ursinum“, was so viel wie Bärenknoblauch bedeutet.

Bärlauch mag es schattig, nährstoffreich und feucht, in Buchenwäldern gedeiht er besonders gut. Rund um Schwabstedt – südöstlich von Husum – ist die Heimat des größten Bärlauchvorkommens im Norden. Geerntet werden darf aber nur für den Eigenbedarf. Wer fürchtet, die langen grünen Blätter mit giftigen Pflanzen zu verwechseln, kann dort ab April im Waldcafé zur Nachtigall verschiedene Bärlauchspezialitäten kosten und das Geheimnis der Bärenstärke lüften.

Sauer macht Lust auf Kuchen

Auch wer es säuerlich mag, bekommt im Frühling Frisches geboten. Denn ab Mitte April ist Rhabarberzeit. Obwohl die imposanten Pflanzen aus der Familie der Knöterichgewächse botanisch nicht zum Obst, sondern zum Gemüse zählen, eignen sie sich bestens für die Zubereitung von Kompott, Konfitüre, Kuchen und Säften.

Vor allem in Kombination mit Erdbeeren kommt der spezielle Geschmack der gegarten, rot-grünen Stiele hervorragend zur Geltung. Rezepte gibt es viele, aber wer die großen Stauden nicht selbst bändigen will, besucht Fräulein Frieda im gleichnamigen Landhauscafé im Kontorhof in Wasbek – ihre Rhabarber-Marzipantorte ist legendär.



Fotos: © Sara (l.); © Karolina Kolodziejczak (re.), alle Unsplash

Auf zum Erdbeerenpflücken:

Erdbeerhof Petersen, Wester-Ohrstedt	RB 64	RE 74	Station: Husum
Köllner Hof, Kölln-Reisiek	RB 60	RB 61	RB 71
Erdbeerhof Jensen, Löstrup	RE 72		Station: Sörup

VORSICHT BEI DER EINFAHRT DES ZUGES!

Warum Züge manchmal sehr rasant, ein anderes Mal aber im Schnecken-tempo in den Bahnhof einfahren und zudem nicht immer an derselben Stelle halten, erklärt Ihnen unser Autor und nordbahn-Lokführer Gordon Doyen.

Moin, liebe nordbahn-Fahrgäste!

Kennen Sie das? Sie wollen einen Anschlusszug erreichen, die Zeit ist knapp, aber der Zug, mit dem Sie gerade ankommen, schleicht an den Bahnsteig. Vielleicht denken Sie: Gestern ist der Lokführer doch viel zügiger gefahren. Natürlich wollen wir Lokführerinnen und Lokführer Sie nicht ärgern, denn wie für so vieles bei der Eisenbahn gibt es auch hierfür genaue Regeln. Und die möchte ich Ihnen hier erklären – wie immer stark vereinfacht, aber hoffentlich leicht verständlich.

Stellen Sie sich einen Bahnhof vor, wie wir ihn vorn aus dem Führerstand sehen: Vor dem Bahnhof steht ein Signal, das sogenannte Einfahrsignal. Zeigt es „Fahrt“, also leuchtet es grün, dürfen wir an den Bahnsteig fahren. Dort halten wir und Sie können ein- oder aussteigen. Am Ende des Bahnsteigs steht ein weiteres Signal – das Ausfahrsignal. Auch hier gilt: Bei „Fahrt“ dürfen wir abfahren, bei „Halt“ müssen wir warten.



Bremsen, wenn's hinten Rot ist

Wenn wir bei der Fahrt an den Bahnsteig erkennen, dass auch das Ausfahrsignal grün leuchtet, können wir sehr zügig an den Bahnsteig fahren. Zeigt es aber ein rotes Licht, müssen wir den Zug innerhalb metergenau bestimmter Strecken und sekundengenau vorgeschriebener Zeiträume abbremsen, denn Zug und Signale tauschen über Kontakte an den Gleisen Informationen aus.

Rollen wir zu schnell auf das rote Signal zu oder bremsen wir zu spät bzw. zu langsam, greift das Zugsicherungssystem ein und bringt den Zug sofort zum Halten. Dadurch wird das Risiko verringert, dass ein Zug, sollte er im sehr seltenen Fall am roten Signal vorbeifahren, für andere Züge zur Gefahr wird.

Langsam an den Kopf fahren

Es gibt zudem Bahnhöfe mit Besonderheiten, zum Beispiel Kopfbahnhöfe. Das sind Stationen, an denen die Gleise an Prellböcken enden. Im nordbahn-Land sind das Kiel Hbf, Tönning, Büsum, Hamburg-Altona und die Stationen beiderseits der Schleibrücke, wo zudem der Bahnsteig auf der Südseite so kurz ist, dass mein Kollege Nils, der dort unterwegs ist, sehr langsam und konzentriert bis ganz knapp an den Prellbock heranfahren muss. Grundsätzlich gilt bei Kopfbahnhöfen immer: Einfahrt mit höchstens 30 km/h!

Eine weitere sehr spezielle Situation ist die Fahrt an einen Bahnsteig, an dem bereits ein anderer Zug steht. Dies erleben Sie bei nahezu jeder Einfahrt in den Hamburger Hauptbahnhof, denn dort wurden die

Bahnsteige sozusagen geteilt – ein Zug kann von Süden an den Bahnsteig fahren, ein anderer (zum Beispiel die nordbahn) fährt von Norden an denselben Bahnsteig. Um jedes Risiko einer Kollision zu verhindern, gilt in diesem Fall immer eine Höchstgeschwindigkeit von 20 km/h – und das kann einem, wenn man im weitläufigen Hamburger Hbf seinen Anschluss erreichen will, wirklich sehr, sehr langsam erscheinen.

Aber anders als im Auto, wo sicherlich schon jede und jeder von uns mal ein wenig zu schnell fährt, ist das bei der Eisenbahn absolut tabu. Einerseits, weil die Sicherheit immer an erster Stelle steht, aber andererseits auch, weil jede unserer Handlungen im Führerstand aufgezeichnet wird, ähnlich wie bei der Blackbox in Flugzeugen.

Und je nach Länge halten

Für viele Fragezeichen und manchmal auch für Unmut sorgt der Umstand, dass unsere Züge nicht immer an derselben Stelle am Bahnsteig halten. Aber warum nicht? An manchen Bahnsteigen sind die Haltepositionen je nach Länge eines Zuges zwingend vorgeschrieben. Diese Stelle markiert eine weiße Tafel mit einem „H“ darauf, oft mit einer Längenangabe. Achten Sie mal darauf, vielleicht sehen Sie so ein „H“ am Bahnsteig!



Eine gute Fahrt wünscht Ihnen

Ihr Lokführer Gordon

Foto Zug: © Steve Schneider

Legends at the Sea

WATT A FEELING

Alle Jahre wieder: Die Veranstaltungsreihe „Legends at the Sea“ zählt seit langem zu den schönsten Events am Büsser Strand. Diesmal steht das Wochenende im Zeichen deutscher Texte: Am Freitag gibt sich die Neue-Deutsche-Welle-Queen Nena die Ehre, am Samstag stellt dann Johannes Oerding auf der Watt-Tribüne seine größten Hits und neuesten Songs vor. Zwei Abende voller Emotionen, Atmosphäre und unvergesslicher Momente. Und du kannst kostenlos dabei sein: Wir verlosen Tickets – alle Infos dazu findest du ab April im nordbahn-Blog.

**Tickets
zu
gewinnen**

So kannst du gewinnen:

Ab Anfang April findest du alle Details zur Verlosung von Freikarten für dein Wunschkonzert – Nena oder Johannes Oerding – auf nordbahn.de/blog. Wir drücken die Daumen!

**Live am Freitag: Nena**

Am ersten Abend wird die deutsche Poplegende Nena ihr Publikum vor der spektakulären Kulisse des Weltnaturerbes Wattenmeer mit alten und neuen Titeln begeistern. Seit mehr als 40 Jahren schreibt sie Musikgeschichte. Klassiker wie „Nur geträumt“, „99 Luftballons“ und „Irgendwie, irgendwo, irgendwann“ katapultierten sie in den Achtzigerjahren an die Spitze der deutschen Charts.

Mit 25 Millionen verkauften Tonträgern weltweit zählt die gebürtige Hagenerin heute zu den erfolgreichsten deutschen Künstlerinnen aller Zeiten. Dank ihrer energiegeladenen Bühnenpräsenz, der unverwechselbaren Stimme und ihrer Verbundenheit mit dem Publikum verwandelt Nena jedes ihrer Konzerte in ein emotionales Rock'n'Roll-Erlebnis – und das wird ihr auch in Büssum gelingen.

Samstag: Johannes Oerding

Der zweite Abend gehört Johannes Oerding, dessen warme Stimme und ehrliche Texte perfekt an die Nordsee passen. Seinen Durchbruch feierte der bodenständige Sänger und Songwriter 2009 mit seinem Debütalbum „Erste Wahl“. Seine Fangemeinde wuchs schnell, es folgten ausverkaufte Tourneen. Alle seine Alben wurden mindestens mit Gold ausgezeichnet, viele erreichten sogar Mehrfach-Platin.

Nach Büssum bringt er Lieder mit, die berühren und im Licht des Meeres eine besondere Tiefe entwickeln werden. Neben seinen zahlreichen Hits wie „Alles brennt“, „Kreise“ und „An guten Tagen“ kommen die Fans auch in den Genuss seiner neuen Songs vom Album „Hotel“, das am 27. März erscheint – ein neues Kapitel seiner bemerkenswerten Karriere.

**29. und 30. Mai 2026**

Watt-Tribüne am Hauptstrand
Südstrand, Büssum

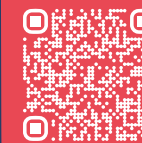
Einlass: jeweils ab 18 Uhr

RB 63 Station: Büssum

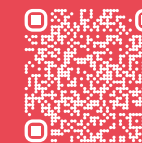
Von dort 1 km in Richtung Strand
gehen bis zur Watt-Tribüne

Tickets

Der Vorverkauf für Freitag und Samstag, 29./30.05.2026 läuft bereits. Über myticket.de und an allen bekannten Vorverkaufsstellen kannst du dir dein Ticket sichern.



Tickets für
Nena



Tickets für
Johannes Oerding

EXPERTEN AM ZUG

Was machen eigentlich die Mechatroniker bei der nordbahn? Ein Besuch in der Betriebswerkstatt in Hamburg-Tiefstack

Schon von Weitem weist das große nordbahn-Logo den Weg zur Betriebswerkstatt. Auf dem Gelände des ehemaligen Rangierbahnhofs Tiefstack steht eine große Fahrzeughalle, an die sich ein kleinerer Bürotrakt anschließt. Im Vorfeld liegen weitere Abstellgleise, eine Triebwagen-Waschanlage und die Ver- und Entsorgungsanlage für die Toiletten.

Beim Eintreten in die sauber aufgeräumte Fahrzeughalle ist zunächst kein Mensch zu sehen. Links und rechts stehen zwei Züge auf den Instandhaltungsgleisen. Gedämpfte Geräusche dringen nach außen – hier wird gearbeitet. Seit sechs Uhr ist die Frühschicht bereits am Werk, in Zweier-Teams erledigen die acht Mechatroniker ihre Aufgaben am Zug. Zu ihren wichtigsten Arbeiten zählen die „korrektive und präventive Instandhaltung“ – also das Beheben von Mängeln und Schäden sowie die regelmäßige Wartung der Schienenfahrzeuge.

Spannende Fehlersuche

Hier in Tiefstack sind die Teams für den Elektrotriebwagen Stadler Flirt 3 und die Doppelstock-Triebzüge des Typs Stadler KISS zuständig. Nach dem Instandhaltungshandbuch arbeiten sie innerhalb festgelegter Intervalle alle vorgegebenen Checks ab. Bei der korrektiven Fehlersuche kommt es



dagegen immer wieder zu Überraschungen: Die Bandbreite reicht von kleinsten Reparaturarbeiten über eingeschlagene Wandpaneele bis zu schwerer Instandhaltung wie einem Drehgestellaustausch – für Abwechslung ist also gesorgt.

Den meisten Mitarbeitern gefällt die Vielfältigkeit ihres Jobs. Zu den weniger beliebten Aufgaben zählt die Wartung und Instandhaltung der Sanitärebereiche – „aber das gehört eben zum Transportmittel Eisenbahn dazu“, sagt Werkstattleiter Uwe Schachtschneider beim Rundgang über das Gelände. Um neun Uhr treffen sich alle Mitarbeiter zur Kaffeerunde im Aufenthaltsbereich. Nach einem Schnack verschwinden sie für die nächsten Stunden wieder in der riesigen Halle, wo sie ihren Aufgaben konzentriert nachgehen.

Ein eingespieltes Team

Was motiviert sie? „Wenn abends der Zug wieder einsatzfähig aus der Werkstatt gefahren werden kann“, sagt Schachtschneider. Und die fast familiäre Stimmung: „Wir organisieren immer mal wieder interne Werkstatt-Events, als Dankeschön an die Mitarbeiter. Wakeboard-Fahren, Wasserski,



Paintball, Barkassenfahrten, dazu die Sommer- und Weihnachtsfeste von der nordbahn. Damit das Private untereinander nicht zu kurz kommt.“

Du bist Mechatronikerin/Mechatroniker und hast Lust, unser Team zu verstärken?

Komm einfach vorbei! Bei einem Rundgang durch unsere moderne Instandhaltungswerkstatt kannst du dir selbst ein Bild von deinem zukünftigen Job machen – und die Kollegen gleich persönlich treffen.

Um 13:30 trifft die Spätschicht ein, nach der Übergabe ziehen die Mitarbeiter der Frühschicht eine Stunde später in ihren verdienten Feierabend. Das Wochenende ist für alle frei – außer für den mobilen Bereitschaftsdienst. Der muss bei technischen Störungen auf der Strecke rund um die Uhr ausrücken – aber solche Notfälle kommen nur selten vor.

Fotos: nordbahn © Kai Thomas (li.); © nordbahn (re.)

Fit in den Frühling JETZT ABER RAUS HIER

Wagemutige Aufsteiger, schlagfertige Spieler und motivierte Frischluftfans können jetzt endlich wieder draußen Spaß haben – unter und in den Bäumen: beim Minigolf, Klettern oder Fitnessstraining im Park.



Wer nach dem Winter in Schwung kommen will, ist beim Minigolf genau richtig. Hier kann man ohne große Anstrengung lässig den Schläger schwingen. Ob über Doppelwelle, auf Zickzackkurs, durch den Käse oder direkt in den Sandkasten: Das unterhaltsame Spiel auf den 18 Bahnen macht einfach Spaß.

Zum Minigolf nach Sibirien

In Bad Segeberg spielt man unter Bäumen ganz in der Nähe des Sees. Die Anlage mit Kiosk bietet mehr als nur Vergnügen, denn laut Betreiber der Anlage verbessert regelmäßiges Minigolfspielen Feinmotorik und Ausdauer. Und das gilt wohl auch für das Minigolfen in Sibirien: Der Platz in der gleichnamigen Straße in Elmshorn ist seit vielen Jahren eine beliebte Spielstätte. Genauso wie der Minigolfplatz in Heide: Hier schwingt man den Schläger mitten im Stadtpark, zwischen ebenso schwungvoll geschnittenen Hecken.

Wer es abenteuerlicher will, wagt eine Partie Adventure Golf in Büsum: ein wilder Mix aus Minigolf und Golf, auf maritim gestaltetem Grün und nach Regeln, die

ganz anders als erwartet sind. Auf dem Adventure-Golfplatz in Dannewerk rollt der Ball zwischen Runensteinen und Schiffswracks ins Loch – auf den Spuren der Wikinger. Zu toppen ist das eigentlich nur beim SwinGolf auf Hof Basten in Itzehoe. Dort schwingt man einen weichen Ball mit dreiseitigem Schläger – oder tritt beim Fußballgolf selbst gegen den Ball.

Abenteuer im (Regen)Wald

Schwingen kann man auch von Baum zu Baum, etwa im Hochseilgarten Altenhof (Foto re.) bei Eckernförde. Dort wandeln Mutige über Hängebrücken oder klettern in die höchsten Baumwipfel. Verschiedene Parcours bieten auch weniger tollkühnen Abenteurern ein Naturerlebnis mit Nervenkitzel. Und zu Ostern gibt es Schokoeier in den Bäumen aufzuspüren.

Echtes Tarzan-Feeling kommt im OutEx-Kletterwald in Hanerau-Hademarschen auf. Wer den Wald spielerisch mit Freunden erkunden möchte, lädt zum Junggesellenabschied oder Kindergeburtstag in den Bäumen. Richtig hoch hinaus geht's im Hochseilgarten High Spirits in Kiel:



Fotos: © Viktor / stock.adobe.com (li.); © Hochseilgarten Altenhof (re.)

Direkt am Falckensteiner Strand, mit Blick auf die Kieler Förde, können Hindernisse in Höhen von bis 25 Metern überwunden werden. Wer braucht da noch Berge?

Klimmzug im Outdoor-Gym

Sogar Fitnessgeräte finden sich draußen in der Natur – auf einem der zahlreichen Trimm-dich-Pfade, wie im Segeberger Forst und im Naturpark Aukrug. Auch in der Flensburger Marienhölzung steht ein

Fitness-Trail mit 1.400 Meter langem Rundkurs für Freiluftsportler bereit. Großer Beliebtheit erfreuen sich seit einiger Zeit Calisthenics-Anlagen: Bei dem angesagten Workout an Reck, Barren und Sprosswänden setzen die meist männlichen Besucher allein auf ihr Körpergewicht – und zeigen sich dabei gern in den sozialen Medien. Deine nächste Möglichkeit zum Outdoor-Turnen findest du z. B. hier: **trimm-dich-pfad.com**

Fit in den Frühling

INDOOR-ACTION FÜR INSIDER

Lust auf Sport und Spiel, aber das Wetter passt nicht?
Springen und spielen kannst du auch drinnen – es muss
nicht immer Sofa sein.

Manche Sportarten und Spiele sind immer in. Insider wissen das zu schätzen – vor allem im April, wenn das Wetter unbeständig ist (siehe Seite 20). Denn wer beim Hüpfen nicht vom Regenguss überrascht werden will oder ungestört eine ruhige Kugel schieben möchte, kann sich auf Indoor-Spielplätzen bei jedem Wetter austoben.

Glücklich beim Trampolinspringen

Hüpfen macht Laune: Das wissen nicht nur die Kids. Denn beim Abheben in den Schwebestand werden Glückshormone ausgeschüttet. Allerdings erfordert es

auch Mut, auf dem federnden Sprungtuch zu hupsen – und man sollte es langsam angehen lassen, um Stürzen vorzubeugen. Wegen der Wirkung auf Herz und Kreislauf ist es unter Umständen auch geboten, vorher einen Arzt zu konsultieren. Im Sprungraum in Kiel kann man auf mehr als 4.000 Quadratmetern Luftsprünge wagen. Der Trampolinpark bietet diverse Attraktionen für alle, die gern fliegen. Hier wird sogar Völkerball in der Luft gespielt. Auch in Neumünster lädt ein Trampolinpark zum Hopsen ein: Bei Space Jump lassen sich die Besucher auf mehr als 90 Trampolinen in die Luft katapultieren.

Fotos: © Ameer (li.); © Ievgen Skrypko (re.), alle stock.adobe.com



Im Airpark Jump Valley in Husum wird hingegen eher bodennah gehopst – in einer riesigen Hüpflandschaft mit Trampolinen.

Kegel, Kugel und Freunde treffen

Billard, Bowling und Darts haben seit Jahrzehnten ihre Fans. Vielleicht liegt's an der guten Stimmung, die bei den geselligen Spielen leicht aufkommt. Denn

ganz gleich, wie oft man mit der Kugel die Kegel, mit dem Queue die Kugel oder mit dem Pfeil das Brett trifft – Freunde oder Bekannte trifft man hier noch öfter. Bei Stör Billard + Bowling in Itzehoe kann man gemeinsam einen lustigen Abend verbringen – und sogar die Nacht beim Cosmic Bowling auf fluoreszierenden Bahnen. Ein Billardtisch der besonderen Art steht im Bowlingcenter Rock'n'Bowl in Elmshorn: Er ist so groß, dass die Spieler darauf umherlaufen. Das nennt sich Poolball – eine Mischung aus Billard und Fußball. Daneben gibt es ein breites Spieleangebot in Normalgröße: von Bowling und Darts über Tischfußball bis Airhockey.

Alles ein Kinderspiel

Auch die Kleinen wollen großen Spaß – und stellen besondere Anforderungen an Spielplätze. Ratz & Rübe erfüllt ihre Wünsche auf vielfältige Weise: Der Indoor-spielplatz in Husum bietet zahlreiche Attraktionen wie Bälledusche, Pixelfloor und Lasertunnel. Und wer sich noch nie gefühlt hat wie im Hamster-rad, kann das in einem riesigen Exemplar nachholen. Kinderträume werden auch in Neumünster

wahr – in Hollis Kinderparadies. Dort wartet ein riesiger Wal auf Klettermaxe, und Formel-1-Aspiranten flitzen in Gokarts oder Bumpcars umher. Bei Pelotero in Wesselburen ist die ganze Familie zum Toben eingeladen – auf der Drachenmaulrutsche, dem Wabbelberg oder der Raketenschaukel. Hier wird jeder Tag zum Kindergeburtstag.

BAUERNREGELN – WAS IST DRAN?

In Zeiten von Wettersatelliten und -Apps scheinen Bauernregeln zur Wettervorhersage ausgedient zu haben. Dabei steckt in den jahrhundertalten, gereimten Weisheiten oft ein wahrer Kern.

Bevor die Meteorologie, also die Wissenschaft von der Physik der Erdatmosphäre, aufkam, fragte man die Bauern, wie das Wetter wird. Und die reimten sich dann etwas zusammen. Etwa: Scheint am Siebenschläfer die Sonne, gibt es sieben Wochen Wonne. Oder: Der April macht, was er will. Aber stimmt das denn?

Wahre Wetterpoesie

Die professionellen „Wetterfrösche“ bestätigen einige der alten Bauernregeln – ein bisschen. Manche haben sogar eine recht hohe Trefferquote, so wie die vom Siebenschläfertag, dem 27. Juni. Laut Statistik des Deutschen Wetterdienstes

(DWD) hält sich das Ende Juni vorherrschende Wetter mit einer Wahrscheinlichkeit von 60 bis 80 Prozent wochenlang – im Norden liegt sie etwas niedriger. Verlassen kann man sich auf die Regel zwar nicht, aber sie zeigt eine um diese Zeit ausgeprägte Tendenz zu stabilen Wetterlagen.

Es sei auch nicht ein einzelner Tag entscheidend, so die Wissenschaftler, zumal sich das Datum seit der Einführung des gregorianischen Kalenders im 16. Jahrhundert um zehn Tage verschoben hat. Ursächlich für die oftmals stabile Wetterlage ist der Jetstream über dem Ostatlantik – ein Starkwindband in

den höheren Atmosphärenschichten. Es stabilisiert sich um diese Zeit und kann dadurch längerfristig Tiefdruckgebiete ablenken sowie für Hochdruckgebiete sorgen. Oder umgekehrt. Durch sein maritimes Klima ist Norddeutschland jedoch deutlich weniger vom Jetstream beeinflusst.

„Pflanze nie vor der kalten Sophie“

Auch die Bauernregel von den letzten Frostnächten Mitte Mai lässt sich belegen. So bestätigen Wetterforscher, dass an den Eisheiligen vom 11. bis 15. Mai der vorhergesagte Kälteeinbruch tatsächlich ein häufig vorkommendes Witterungsphänomen sei.

An der gefürchteten Schafskälte vom 10. bis 12. Juni ist ebenfalls etwas dran: Laut Wetterexperten des DWD würden die Temperaturen Mitte Juni aufgrund einströmender Polarluft mit 80-prozentiger Wahrscheinlichkeit fallen.

Eine wissenschaftliche Erklärung dafür, dass „Der April macht, was er will“, liefern die Meteorologen der Website wetter.de: Die Sonne steht bereits so hoch wie im August, aber Land und Meer erwärmen sich unterschiedlich schnell. Daher ist je nach Luftströmung ein sehr unterschiedliches Spektrum an mehrmals täglich wechselnden Wetterlagen möglich. Auf warmes und sonniges Wetter können Graupelschauer und Nachtfrost folgen.

In vielen Bauernregeln steckt also ein Fünkchen Wahrheit – und wenn sie in diesem Frühling nicht eintreffen sollten, dann vielleicht wieder im nächsten Jahr.

Foto: © NOAA / Unsplash

KURZTIPPS FÜR KURZTRIPS

Kurzweilig, auf kurzem Wege zu erreichen und auch etwas für Kurzenschlossene

folkBALTICA

NEUE HORIZONTE

Musikalische Expeditionen durch den Norden Europas verspricht die diesjährige folkBALTICA. Seit 2005 findet das innovative Folkmusikfestival in der deutsch-dänischen Grenzregion statt; in diesem Mai stehen die 28 Konzerte unter dem Motto „Horizonte“. Neben bekannten Größen der Folkmusik ist das Herzstück wieder das eigene Jugendensemble, das sich, wie der folkBALTICA-Chor, aus deutschen und dänischen Mitgliedern zusammensetzt.



2. bis 10. Mai in Schleswig-Holstein und Sønderjylland, Programm: folkbaltica.de

Textilkunst in Neumünster

BLICK INS LEBEN

Die Künstlerin Gertrud Schaper lädt zum genauen Hinsehen ein – in Gesichter, in Augen, in die Seele eines Menschen. Ihre Textilkunst entsteht aus Stoffapplikationen und Collagen; sie überlagert bunte Stoffe mit durchscheinenden Materialien und ergänzt ihre Kompositionen durch freie Stickerei. Das verleiht ihren Werken eine besondere Tiefe. Zu sehen sind sie im Museum Tuch + Technik in Neumünster.

20. März bis 27. September, tuchundtechnik.de

RB 63 RB 82 Station: Neumünster

SUPERHELDEN MIT SECHS BEINEN

Viele Menschen denken bei Insekten zuerst „Igitt!“ oder haben Angst, gestochen zu werden. Aber wenn du sie besser kennlernst, merkst du: Die kleinen Krabbler sind echte Alleskönner, ohne die unser Leben ziemlich ungemütlich wäre.

Keine Angst vor Stichen

Die meisten Insekten wollen uns nichts Böses. Eine Biene sticht nur, wenn sie sich bedroht fühlt. Danach bleibt ihr Stachel oft in der Haut stecken, was für sie tödlich endet. Wenn du also ruhig bleibst und nicht wild um dich schlägst, lassen dich Wespen und Bienen meistens in Ruhe. Nur vor sehr wenigen Insekten wie Mücken oder Zecken solltest du dich in Acht nehmen.

Insekten sind also klein, aber oho: Sie sorgen dafür, dass unsere Welt bunt bleibt und wir genug zu essen haben. Nächstes Mal, wenn du ein Krabbeltier siehst, beobachte es ein bisschen – es hat wahrscheinlich gerade einen sehr wichtigen Job zu erledigen.

Welches dieser Tiere ist kein Insekt?

- a) Marienkäfer
- b) Borkenkäfer
- c) VW-Käfer

Lösung c ist richtig

Insekten sind die wichtigsten Helfer der Natur. Ohne sie gäbe es kaum Obst oder Gemüse. Bienen, Schwebfliegen und Schmetterlinge fliegen von Blüte zu Blüte und bestäuben sie. Erst dadurch wachsen Äpfel, Erdbeeren und sogar der Kakao für deine Schokolade. Außerdem sind sie die „Müllabfuhr“ der Welt: Käfer, Asseln und Larven fressen totes Laub oder Holz und verwandeln es in fruchtbare Erde. Ohne diese kleinen Recycler würden wir im Biomüll versinken.

Kein Grund zum Ekeln

Dass wir uns manchmal ekeln, liegt daran, dass Insekten so anders aussehen als wir – sie haben sechs Beine, ihre Skelette außen am Körper und oft riesige Facettenaugen. Doch eigentlich sind sie faszinierende Wunderwesen. Schau dir mal einen Marienkäfer oder eine Fliege aus der Nähe an: Sie sind sauberer, als man denkt, und halten unsere Umwelt im Gleichgewicht.

Fotos: © Pato Soto (li. o.); © Gertrud Schaper (li. u.); © Peter F. Wolf, Unsplash (re.)



Impressum:

Herausgeber: NBE nordbahn Eisenbahngesellschaft mbH & Co. KG; Grüner Deich 15, 20097 Hamburg, www.nordbahn.de, presse@nordbahn.de | Redaktion: Kathrin Freist (V.i.S.d.P.), Esther Stein, Dagmar Brandt, nordbahn | Konzept & Gestaltung: kaithomasdesign.de | Druck: wir-machen-druck.de | Angaben zu Märkten, Festivals und Veranstaltungen ohne Gewähr (Änderungen vorbehalten) | Auflage: 7.500 Exemplare

Beruflich falsch abgebogen? Bei uns kriegst du die Kurve.

Mach die Verkehrswende zu deinem Job.
Mehr Infos unter nordbahn.de/karriere

nordbahn 

Offen für Feedback

Für Rückfragen oder Anmerkungen
zum aktuellen Lokbuch steht dir unser
Kundendialog gern zur Verfügung.

moin@nordbahn.de

www.nordbahn.de