

LABEL 56

FASHION

RIANI FALL/WINTER 2025

ANDALUSIEN

DIE DUFTENDEN
ORANGEN SEVILLAS

OBST- UND BEERENTRÄUME

SÜSSE REZEPTE
FÜR DEN SOMMER

INTERIOR

LIEBLINGSSTÜCKE
VON HAY

YURI LEDNEV

ETWAS MAGIE. UND THERAPIE.
DEIN PHYSIOTHERAPEUT IN KOBLENZ



**BERLIN & CRAMER
BILDKOLLEKTIV**

EDITORIAL

**Liebe Leser:innen,
liebe LABEL 56-Region,**



der August ist ein seltsamer Monat. Noch ist alles hell, warm, satt – aber am Rand der Tage spürt man es schon: das erste Kippen, das leise Ziehen Richtung Herbst. Es ist die Zeit, in der Früchte übertoll am Zweig hängen, in der Abende langsam goldener werden und Gedanken wieder tiefer gehen dürfen.

Diese Ausgabe steht im Zeichen dieser Übergänge. Von der Fülle zur Klarheit. Vom Außen zum Innen. Vom Funktionieren zum Spüren.

Wir treffen Menschen, die diesen Weg gehen – ohne Maske, ohne Floskeln. Einer davon ist Yuri Lednev, Physiotherapeut, Künstler, Beobachter. In seiner Praxis in Koblenz geht es nicht nur um Muskeln, sondern um Menschen. Um Heilung, die nicht bei der Haut aufhört. Um eine Haltung, die berührt – weil sie ehrlich ist. Unser Gespräch mit ihm war mehr als ein Interview. Es war ein Innehalten. Ein Spiegel. Eine Erinnerung daran, dass Heilung oft dort beginnt, wo wir bereit sind, hinzuschauen.

Auch sonst ist dieser August voller Geschichten über das, was zählt: die süßen Seiten des Sommers, die große Geste in kleinen Dingen, Design, das den Alltag feiert – draußen wie drinnen. Und eine Reise nach Andalusien, die zeigt, wie sehr Orte unsere Seele berühren können.

Vielleicht ist genau jetzt der Moment, innezuhalten. Noch einmal tief durchzuatmen, bevor der Alltag wieder ruft. Die Reife zu genießen – und die Rückkehr zu sich selbst.

Auf einen Spätsommer, der bleibt.

Herzlichst Ihr und euer

Daniel Koenen
Herausgeber

- 6 Obstträume & Beerenglück:
**Die süßesten Rezepte
für den Hochsommer**
- 16 **Rezepte:**
Aprikosen-Crostata
Beeren-Crumble vom Grill
- 20 **Sommertage mit HAY**
Design für draußen,
drinnen und zwischendrin
- 28 **Rätselraten zwischen Reben**
Eine GPS-gestützte
Erlebniswanderung führt
durch Ingelheim und
seine Weinberge
- 32 **Titelstory:**
Zwischen Taiga und Therapie –
ein Gespräch mit Yuri Lednev
über Herkunft, Haltung und
Heilung ohne Masken.
- 44 **RIANI**
**Die Herbst- und
Winterkollektion 2025**
- 52 **Stark für die Region**
Sparkasse Koblenz engagiert sich
für vielfältige Projekte in der Heimat
- 54 **Andalusien**
**Ein Mosaik aus Geschichte
und Genuss**

32

Zwischen Taiga und Therapie



Foto: dolphy_tv / stock.adobe.com

20

**Sommertage
mit HAY**



Bild: HAY



FOTOS: BERLIN&CRAMER

IMPRESSUM

HERAUSGEBER und VERLEGER:

LABEL 56 GmbH

Geschäftsführung:

Daniel Koenen

Amtsgericht Koblenz HRB 24032

Steuernummer 22/653/03546

POSTADRESSE:

Görresstraße 2

56068 Koblenz

Tel. +49 261 50 04 05 46

Web www.label56.de

Email info@label56.de

REDAKTION:

Daniel Koenen (V.i.S.d.P.)

Florian Holleyn

Alexander Scheck

redaktion@label56.de

LABEL 56-FOTOS:

Berlin&Cramer

stock.adobe.com

Herstellerfotos

GESTALTUNG:

Alexander Scheck

grafik@label56.de

DRUCK:

DCM Druck Center Meckenheim GmbH

Werner-von-Siemens-Str. 13

53340 Meckenheim

ANZEIGENVERWALTUNG:

Daniel Koenen

anzeigen@label56.de

Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 1/2024

VERTRIEB:

Lesezirkel Rhein-Mosel

Mein LeseZirkel

Eigenvertrieb

Erscheinungsort: Koblenz und Region / Umland

Erscheinungsweise: 11 mal jährlich

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung der Autoren wieder und nicht die Meinung der Redaktion. Namentlich gekennzeichnete Beiträge werden allein von dem jeweiligen Autor verantwortet.



Foto: Boris Stroujko / stock.adobe.com

Bild: RIANI

Die Herbst- und Winterkollektion 2025



44

OBSTTRÄUME &
BEERENGLÜCK:

DIE SÜSSESTEN REZEPTE FÜR DEN HOCHSOMMER





Foto: exclusive-design / stock.adobe.com

Wenn der Sommer auf seinem Höhepunkt ist, strahlen die Auslagen der Märkte in den leuch-

tendsten Farben: saftige Beeren, pralle Kirschen, samtige Aprikosen und die ersten knackigen Äpfel locken zum Zugreifen. Wer jetzt mit offenen Augen über Felder, Gärten oder den Wochenmarkt schlendert, spürt sofort: Jetzt ist die Zeit, um die Fülle zu genießen. Für Kuchen, Desserts, Eis oder selbstgemachte Marmeladen – kaum eine Jahreszeit bringt so viel Aroma ins Glas und auf den Teller wie der Juli und August.

OBSTKUCHEN: EIN BLECH VOLLER SOMMER

Für viele beginnt der Sommer erst richtig, wenn der Duft von frischem Obstkuchen durchs Haus zieht. Ein einfaches Blech mit lockerem Rührteig, dazu ein Berg aus Erdbeeren oder Himbeeren – schon ist der Sommer in der Kaffeetasse angekommen. Besonders beliebt ist der Klassiker mit Erdbeeren auf einem luftigen Biskuitboden, der nur noch mit einem Hauch Tortenguss fixiert wird. Aber auch ein rustikaler Blechkuchen mit Johannisbeeren und knusprigen Butterstreuseln ist jetzt ein Muss. Die feine Säure der roten oder schwarzen Beeren balanciert die Süße perfekt aus.



Foto: eifstudioart / stock.adobe.com



Foto: hiro cafe / stock.adobe.com

Wer es etwas feiner mag, bäckt eine Tarte mit einem Mürbeteigboden und belegt sie reich mit frischen Brombeeren. Ein wenig Vanillecreme darunter, und schon verwandelt sich ein einfaches Kaffeekränzchen in einen kleinen Festtag. Auch Stachelbeeren sind ein echter Geheimtipp: Ihr säuerlicher Geschmack macht sie zur idealen Füllung für einen luftigen Baiser-Kuchen. Besonders schön: Wer Stachelbeeren aus dem eigenen Garten erntet, merkt schnell, wie unterschätzt sie sind.



Foto: eflstudioart / stock.adobe.com

ANZEIGE

Wurst, Fleisch und Fisch - ein Genuss vom Fachmann!



Wir bieten Fleisch- und Wurstwaren aus eigener Herstellung. Neben unserem Lieferservice als **Fleisch-großhandel** sind wir in unserem gut sortierten und übersichtlich gestalteten **Einzelhandel** mit fachkundiger Beratung für unsere Kunden da.

Julian Zimmer
Inhaber



*Wir sind
für euch da!*



Horst Heidger GmbH & Co. KG
Ihr Fleischer-Fachgeschäft

Gewerbegebiet
Arenberg-Immendorf
In den Sieben Morgen 33
56077 Arenberg

Tel: 0261 - 963330
Fax: 0261-963334
info@horst-heidger.de
www.horst-heidger.de

Unsere Öffnungszeiten:
Mo-Do: 06:00 - 15:00 Uhr
Fr: 06:00 - 17:00 Uhr
Sa: 06:00 - 13:00 Uhr

Kirschen dürfen in der warmen Jahreszeit natürlich auch nicht fehlen. Ob als Clafoutis, ein saftiger Kirschkuchen mit Schmand oder als klassischer Blechkuchen mit dicken Streuseln – Kirschen schmecken nach Sonne und Kindheitserinnerungen.



Foto: Nelea Reazanteva / stock.adobe.com



Foto: Olena Rudo / stock.adobe.com

Ab August kommen dann die ersten Sommeräpfel ins Spiel: Frühäpfel wie Klaräpfel sind perfekt für einen schnellen gedeckten Apfelkuchen. Wer mag, mischt ein paar Birnenspalten unter die Apfelfüllung, so bekommt der Kuchen eine sanft-süße Note. Pfirsiche oder Aprikosen sind wiederum ideal für lockere Galettes oder Cobblers. Mit etwas Mandelcreme darunter entfalten sie ihr volles Aroma und bringen ein Stück südliche Sonne auf den Tisch.



Foto: Natasha Breen / stock.adobe.com

ANZEIGE

SOMMERDESSERTS: FRUCHTIG, CREMIG, UNKOMPLIZIERT

Neben Obstkuchen sind sommerliche Desserts eine wunderbare Möglichkeit, die volle Reife der Früchte auszukosten – ganz ohne Ofenhitze. Beeren wie Himbeeren oder Heidelbeeren landen am liebsten im Glas, geschichtet mit cremigem Quark, Mascarpone oder griechischem Joghurt. Ein paar zerbröselte Amarettini oder Baiser-Stückchen sorgen für den Crunch. Wer Gäste beeindrucken möchte, serviert eine Pavlova: außen knusprig, innen weich, getoppt mit Sahne und einem bunten Mix aus Johannisbeeren, Brombeeren und ein paar Blaubeeren. So wird jede Kaffeetafel zum Highlight.



Foto: lilechka75 / stock.adobe.com

DEINE GESCHICHTE, UNSER DESIGN

ERFOLG GESTALTEN.

PRINT • WEB • FOTO

MACH ES DIR BEQUEM.
WIR KÜMMERN UNS
UM DEIN MARKETING.



malberg.media

Aprikosen oder Pfirsiche entfalten ihr Aroma auch als warme Komponente: Halbiert, mit etwas Honig und Thymian gegrillt, werden sie zur feinen Begleitung zu einer Vanillecreme oder einem Löffel Mascarpone. Ab August können auch erste Birnen auf den Tisch kommen – pochiert in Weißwein oder Apfelsaft, verfeinert mit einem Hauch Zimt, sind sie ein leichtes Dessert für laue Sommerabende.



Foto: tilialucida / stock.adobe.com

Für eine schnellere Variante sorgen frische Beeren, die einfach püriert und mit Naturjoghurt verrührt werden – schon steht ein leichter Nachtisch auf dem Tisch, der in weniger als zehn Minuten fertig ist.



EIS & SORBET: KALTES GLÜCK

Selbstgemachtes Eis ist der Inbegriff des Sommers. Ob als cremiges Milcheis oder fruchtiges Sorbet – die Früchte liefern alles, was es braucht. Erdbeeren oder Himbeeren sind ideal für ein samtiges Sorbet: püriert, passiert und mit etwas Puderzucker gesüßt, kommt die Masse ins Gefrierfach oder in die Eismaschine. Wer es cremiger mag, mischt Brombeeren mit Joghurt oder Quark zu einem Frozen Yogurt.



Foto: shaiith / stock.adobe.com

Besonders schön: Ein paar ganze Früchte können direkt untergehoben werden, so hat jedes Löffelchen einen kleinen Fruchtkick.

Foto: nadin333 / stock.adobe.com

ANZEIGE

MaxLevel.fit

get maximized

GUMO.FIT – DAS ENERGIE SUPPLEMENT AUS RHEINLAND-PFALZ

- Nachhaltiges Start-up, bekannt als **Katerheld**
- Ausgezeichnet als „Start-up des Jahres“ (HS Koblenz)
- Entwickelt für frische Energie nach Events, Feiern & Messen
- 100 % pflanzlich, regional produziert, nachhaltig verpackt

Vision

- Menschen in Stresssituationen natürlich unterstützen

Mission

- Fit & leistungsfähig durch **Vitamine, Elektrolyte & Mineralstoffe**
- Schnelle Regeneration – produziert in Rheinland-Pfalz



Höchste Qualität

- 100% pflanzlich
- 17 hochwertige Inhaltsstoffe

Nachhaltigkeit

- Glasverpackung
- Metalldeckel
- Recyceltes Papier mit abwaschbarem Kleber

Regionale Reinheit

- Entwicklung in Baden-Württemberg & Rheinland-Pfalz
- Produktion in Rheinland-Pfalz

GuMo.fit formally known as Katerheld

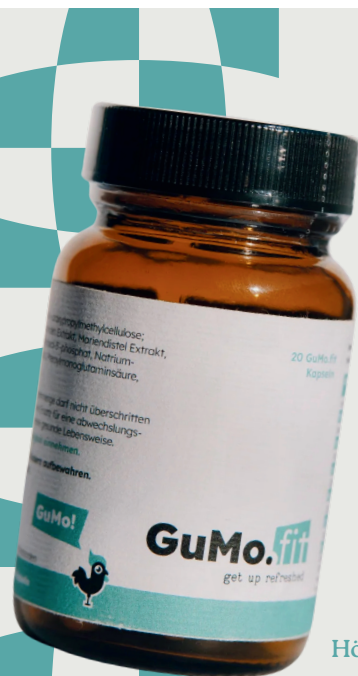




Foto: Veliavik / stock.adobe.com

Auch Pfirsiche und Aprikosen sind eine perfekte Basis für Sorbets. Ein wenig Zucker, ein Spritzer Zitronensaft (wenn du magst) und schon zieht eine leichte Brise durch die Küche. Kinder freuen sich über selbstgemachtes Stieleis: Einfach pürierte Erdbeeren oder Himbeeren mit ein wenig Honig süßen, in Förmchen füllen, Holzstäbchen rein – fertig ist die gesunde Abkühlung.

MARMELADEN & GELEES: DER SOMMER IM VORRAT

Wer den Sommer auch dann noch schmecken möchte, wenn draußen längst wieder Regen an die Scheiben klopft, kocht jetzt Marmelade oder Gelee ein. Der Klassiker schlechthin ist Johannisbeer-Gelee, das dank seines hohen Pektingehalts fast von allein fest wird. Gemischt mit Himbeeren oder Brombeeren ergibt sich ein intensiver, tiefroter Aufstrich, der jedes Frühstücksbrot veredelt.



Foto: Ssecond / stock.adobe.com



Foto: baibaz / stock.adobe.com

Stachelbeeren eignen sich ebenfalls perfekt für Marmeladen. Ein Hauch Vanille oder ein Spritzer Apfelsaft sorgt für das gewisse Etwas. Kirschen verwandeln sich im Handumdrehen in eine dunkelrote Konfitüre, die nicht nur aufs Brot,

sondern auch als Füllung in Pfannkuchen oder zu warmem Brioche wunderbar passt. Aprikosen und Pfirsiche runden das Marmeladenglück ab: Fein gehackt und mit ein wenig Zitronenabrieb verfeinert, ergeben sie eine samtige, sonnige Marmelade, die jeden grauen Wintermorgen ein bisschen heller macht.



Foto: nerudol / stock.adobe.com

Ab August wird auch Apfelgelee wieder aktuell. Wer mag, kombiniert es mit Brombeeren oder Johannisbeeren und gibt dem klassischen Apfelaufstrich so eine beerige Note. Birnen lassen sich ab Spätsommer ebenfalls wunderbar zu Konfitüre oder Chutney verarbeiten – ein herrlicher Begleiter zu Käseplatten an langen Spätsommerabenden.

12 PORTIONEN

Aprikosen-Crostata

Alle Artikel
gibt es bei
**DIRK'S
EDEKA**



Zubereitung

- 1 Die verschiedenen Mehle, 30 Gramm Zucker, Salz und Abrieb der Zitrone in einer Schüssel vermischen und anschließend das flüssige Kokosöl mit den Händen unterheben. Mineralwasser langsam dazugeben und einarbeiten, bis der Teig zu einer Kugel zusammenhält. Den Teig kurze Zeit ruhen lassen.
- 2 Backofen auf 170 Grad vorheizen. Pfanne mit Kokosöl austreichen, restlichen Zucker und Pistazien dazugeben und den Pfannenstieler mit Alufolie umwickeln. Aprikosen vierteln und mit dem Aprikosenaufstrich vermischen, dabei einen Esslöffel Aufstrich zurückbehalten. Aprikosenschnitze in die Pfanne legen. Restlichen Aufstrich mit dem Quark oder Tofu pürieren und mittig auf den Aprikosen verstreichen, Ränder aussparen.
- 3 Teig auf dem Backpapier zunächst mit den Händen platt drücken und anschließend drei Millimeter dick in der Größe der Pfanne ausrollen. Den Teigboden mithilfe des Backpapiers auf die Aprikosen stürzen und leicht andrücken. Im Backofen auf der mittleren Schiene 45 Minuten backen. 30 Minuten auskühlen lassen und anschließend auf eine Tortenplatte stürzen und noch warm mit Eis servieren.

Zutaten:

- 70 g Buchweizenmehl
- 70 g Kokosmehl
- 1 EL Sojamehl
- 40 g Kokosblütenzucker
- 1 Msp. Salz
- 1 Zitrone, unbehandelt
- 50 g Kokosöl
- 220 ml Mineralwasser, classic
- etwas Kokosöl
- 1 EL Pistazie, gehackt
- 700 g Aprikosen
- 200 g Aprikosen-Fruchtaufstrich
- 100 g Magerquark, z.B.: EDEKA Bio Speisequark Magerstufe
- 12 Kugeln Eis



EDEKA GOERZEN

Inhaber Dirk Goerzen
Am Metternicher Bahnhof 11
Koblenz-Metternich

02 61 - 29 17 98 - 97
www.edeka-koblenz.de

Willkommen bei



Montag bis Samstag
von 7:30 Uhr – 21:00 Uhr

8 PORTIONEN

Beeren-Crumble vom Grill



Zubereitung

- 1 Erdbeeren, Himbeeren, Brombeeren und Heidelbeeren putzen und waschen. Zitrone heiß abspülen, Schale abreiben und Saft auspressen. Alle Früchte mit den entkern-ten Süßkirschen in eine Schüssel geben und mit Zitronen-abrieb, Zitronensaft und Honig vermengen.
- 2 Die marinierten Früchte in die Form geben und verteilen.
- 3 Mehl, Butter, Zucker und Mandeln zu einem bröseligen Streuselteig verkneten und über die Früchte geben.
- 4 Für die Vanille-Sahne die Vanilleschoten auskratzen und zusammen mit der Schlagsahne und dem Vanillezucker cremig aufschlagen. Bis zum Servieren kaltstellen.
- 5 Beeren-Crumble bei 170 Grad, geschlossen für 40-50 Minuten im Gasgrill garen.
- 6 Den fertigen Beeren-Crumble für ein paar Minuten abkühlen lassen. Mit einem Esslöffel portionieren und mit Vanille-Sahne servieren.

Zutaten:

Für den Crumble:

- 250 g Erdbeeren
- 100 g Himbeeren
- 100 g Brombeeren
- 150 g Heidelbeeren
- 1 Zitrone, unbehandelt
- 150 g Süßkirschen
- 2 EL Honig
- 150 g Weizenmehl, Type 550, z.B.: EDEKA Bio Weizenmehl Type 550
- 100 g Butter
- 100 g Zucker
- 50 g Mandeln, gehackt

Für die Vanille-Sahne:

- 1 Vanilleschote
- 500 g Schlagsahne
- 1 Päckchen Vanillezucker

Utensilien:

- Ofenfeste Form



**SONNTAG,
07.09.2025**

~~~~~  
**18 UHR**



**JETZT RESERVIEREN**  
MIT EINEM  
**KLICK AUF DEN CODE**  
ODER TELEFONISCH  
UNTER **+49 261 20171-0**



## **BBQ-GRILLGENUSS IM LANDGANG** MIT MOSELBLICK VON DER FÄHRHAUS-TERRASSE

Freuen Sie sich auf einen Sommerabend, wie er schöner nicht sein könnte!

Die Terrasse des Restaurants **LANDGANG**, direkt an der Mosel wird in eine Oase für alle BBQ-Liebhaber verwandelt. Ob mit Freunden, der Familie oder Kollegen – dieser Abend ist ein Fest für die Sinne! Es erwarten Sie Fleisch, fangfrischer Fisch und Krustentiere vom Grill. Außerdem eine Vorspeise, verschiedene Beilagen und ein Dessert, die keine Wünsche offen lassen. Reservieren Sie jetzt Ihren Tisch und genießen einen unvergleichlichen Abend.





# Sommertage mit HAY

**Design für draußen,  
drinnen und zwischendrin**



Wenn der Sommer kommt, zieht auch das Leben ins Freie. Kaum eine Marke versteht es so gut, diesen Übergang zwischen drinnen und draußen in Farben, Formen und Materialien zu übersetzen wie das dänische Interior Label HAY. Mit klarer Handschrift, einem guten Schuss Humor und einem sicheren Gespür für Trends präsentiert HAY in dieser Saison drei Kollektionen, die Lust auf lange Tage, gutes Essen und das kleine bisschen Alltagsurlaub machen.

# PALISSADE CORD COLLECTION

## Klassiker mit neuem Twist

Mit der PALISSADE Serie hat HAY vor einigen Jahren den Outdoor-Bereich revolutioniert: Das Design von Ronan und Erwan Bouroullec spielt mit architektonischen Linien, feinem Stahlrohr und sanft geschwungenen Flächen, die Leichtigkeit und Stabilität vereinen. Jetzt bekommt der moderne Klassiker ein Update: Die neue PALISSADE CORD COLLECTION interpretiert den ikonischen Look mit einer raffinierten Kordelbespannung neu.



Die Stühle, Sessel und Bänke der PALISSADE CORD COLLECTION wirken dadurch fast wie handgewebt und fügen sich noch natürlicher in Gärten, Terrassen und grüne Innenhöfe ein. Das markante Stahlgestell bleibt bestehen, doch die Bespannung aus wetterfester Kordel schenkt den Möbeln einen Hauch mediterranen Charme. Wer auf der Terrasse Platz nimmt, spürt sofort, wie die flexible Schnürung sich dem Körper anpasst, ohne an Stabilität zu verlieren.

Wie bei HAY üblich, stehen auch bei der neuen Kollektion funktionale Details im Vordergrund: Die Kordel ist UV-beständig, trocknet schnell und lässt sich bei Bedarf austauschen. So wird PALISSADE CORD zu einer langlebigen Investition – und zu einem Möbelstück, das den Sommer über Jahre hinweg begleitet. Besonders schön wirkt die Serie in Kombination mit weichen Outdoor-Kissen in kräftigen Farben, die HAY passend anbietet.





# BARRO

## Keramik für farbenfrohe Sommermomente

Neben dem Outdoor-Liebling PALISSADE zieht mit BARRO auch ein Stück Sommerlaune auf den Tisch. Die von Rui Pereira entworfene Geschirrsreihe vereint traditionelle Handwerkskunst mit einer warmen, fast mediterranen Farbpalette.



„Barro“ bedeutet auf Portugiesisch Ton – und genau das steckt auch drin: Die Serie wird in Portugal aus regionaler Keramik gefertigt, was jedem Stück eine sanft lebendige Struktur verleiht.



## MODERNSTE SICHERHEITS- SYSTEME MIT SMART-HOME- FUNKTIONEN

– FÜR IHR ZUHAUSE ODER  
IHR UNTERNEHMEN

**NEU**

Seit über 117 Jahren steht KOWADI für Schutz, Verlässlichkeit und höchste Standards im Bereich Sicherheit.

Wir arbeiten mit Europas führendem Entwickler und Hersteller professioneller Sicherheitssysteme zusammen.

Bereits über 2,5 Millionen Objekte in 187 Ländern weltweit werden mit diesen Systemen geschützt – ausgezeichnet für Zuverlässigkeit, Benutzerfreundlichkeit und Innovationskraft.

**Kostenlose  
Sicherheits-  
analyse vor Ort –  
jetzt Termin  
vereinbaren!**

**0261 30 30 450**





Teller, Schalen, Becher und sogar Kerzenhalter kommen in sanften, erdigen Farben, wie warmem Ocker, kräftigem Grün oder Blautönen - Farben, die sich perfekt kombinieren lassen und jede Tafel zu einem fröhlichen Farbspiel machen. BARRO bringt dabei das auf den Tisch, was HAY so besonders macht: Alltagsgegenstände, die gleichzeitig funktional und unaufgeregt verspielt sind.

Ob für ein langes Frühstück auf dem Balkon, ein improvisiertes Picknick im Garten oder ein festliches Dinner unter freiem Himmel – BARRO passt sich jeder Situation an. Und auch drinnen verlängert die Keramik den Sommer: Selbst ein einfacher Salat oder ein schneller Kaffee wirken in den handschmeichelnden Schalen und Tassen gleich ein wenig besonderer.





AK GEBÄUDEMANAGEMENT

25 Jahre  
ERFAHRUNG

Wenn andere  
noch planen  
sind wir schon  
fertig.

Eine Frau.  
Ein Wort.

Aleksandra  
Krawietz

### Hausverwaltung

Dein Objekt, in besten Händen

Vertraue auf unsere Expertise in der Hausverwaltung, wo jedes Detail zählt. Wir kümmern uns um alle Aspekte deiner Immobilie, von der Instandhaltung bis zur Mieterbetreuung, mit dem Ziel, dir und deinen Mietern ein angenehmes und sorgenfreies Wohn- und Arbeitsumfeld zu schaffen.

**Wir sind nicht nur zertifiziert –  
wir haben das Thema von Grund auf studiert!**



30 Profis



1 Mission



Deine Immobilie



AK Gebäudemanagement GmbH • Schlossstraße 35 • 56068 Koblenz  
Telefon: 0261 97338200 • E-Mail: info@ak-gm.de

[www.ak-gm.de](http://www.ak-gm.de)



# ITALIAN ICE CUP

## Kühler Genuss mit Retro-Charme

Und natürlich darf zum perfekten Sommer ein Eis nicht fehlen. Für den passenden Auftritt sorgt HAY mit dem ITALIAN ICE CUP – einem Dessertbecher, der sofort Erinnerungen an italienische Gelaterien weckt. Der Becher in klassischer Kelchform besteht traditionell aus Edelstahl und glänzt auch bei HAY in stilvollem Silber. Das polierte Metall hält den Inhalt länger kühl und wirkt dabei herrlich zeitlos. Ob eine Kugel Zitrone, cremiges Pistazieneis oder warme Beeren im Winter: In diesem Becher wird jede Nachspeise zum Hingucker. Die abgerundete Form bietet Platz für mehrere Kugeln, Sahnehaube inklusive. Doch auch Mousse au Chocolat, Rote Grütze oder Obstsalat lassen sich in dem stilvollen Kelch aus der HAY Kitchen Market Serie elegant servieren. Der ITALIAN ICE CUP verbindet auf charmante Weise Nostalgie mit modernem Purismus – typisch HAY.



Und er zeigt, dass gutes Design nicht nur schön aussieht, sondern auch Erinnerungen weckt: an laue Abende, an Kinderlachen vor der Eisdiele, an das kleine Glück, das manchmal in einem simplen Becher Eis steckt.



[www.schornsteinfegermeister-glass.de](http://www.schornsteinfegermeister-glass.de)



#### **Schornsteinfegerarbeiten**

Kehrarbeiten an  
Schornsteinen,  
Verbindungsstücken &  
Lüftungsanlagen

Messung nach 1. BImSchV / KÜO  
Feuerstätten aller Art



#### **Energieberatung**

Ausstellung von  
Energieausweisen  
für Wohn- und  
Nichtwohngebäude

KfW/Bafa-  
Förderprogramme



#### **Brandschutzbeauftragter**

Installation  
von CO- und Rauch-  
warnmeldern

Beratung und Wartung  
der Warnmelder  
nach DIN 14676-1

Fotos: Berlin&Cramer

Foto: andraskoch02 / stock.adobe.com



**Ihr vertrauensvoller und zuverlässiger Ansprechpartner rund um die Bereiche  
Schornstein, Immissions- und Brandschutz sowie Energieberatung für Koblenz.**

---

Kontakt: **Tobias Glaß** • Westerwaldstraße 11 • 56337 Arzbach  
Mobil **0171 1249533** • Email [info@schornsteinfegermeister-glass.de](mailto:info@schornsteinfegermeister-glass.de)







# Rätselraten zwischen Reben

EINE GPS-GESTÜTZTE ERLEBNISWANDERUNG  
FÜHRT DURCH INGELHEIM UND SEINE WEINBERGE

**W**ie hoch ist der Anteil von Rotwein an der gesamten Rebfläche der Stadt Ingelheim in Rheinhessen?

Und wie lautet der lateinische Begriff für die Thronhalle Kaiser Karls in der Kaiserpfalz? Fragen wie diese gilt es, bei der GPS-Weinerlebniswanderung in Ingelheim zu beantworten. Mit ihr verbinden sich Wein, Geschichte und moderne Technik zu einer ebenso unterhaltsamen wie lehrreichen Tour.

## WASSER UND WEIN IM KÜHLRUCKSACK

Sie startet in der Vinothek im Winzerkeller Ingelheim – und mit einem Glas Winzer-Secco zur Begrüßung. Gut ausgestattet mit einem Kühlrucksack, der mit Wein, Mineralwasser und kleinen Snacks gefüllt



ist, machen sich die Wanderer dann auf den Weg. Auf der rund fünf Kilometer langen Strecke laden mehrere schöne Aussichtsplätze zu einer Pause ein.

### WANDERN DURCH DIE WEINLAGEN

Unterwegs erkunden die Teilnehmer unter anderem die Kaiserpfalz in Ingelheim, die für Karl den Großen Ende des achten Jahrhunderts erbaut wurde. Dort finden sie auf der historischen

### VERSCHIEDENE RÄTSEL- UND KRIMITOUREN IN INGELHEIM

Den Kühlrucksack, den man behalten und für weitere Wanderungen nutzen kann, sollte man unterwegs allerdings nicht ganz leeren: Die digital geführte Wanderung endet an der Carolinenhöhe, einem Platz mit schöner Weitsicht über die Weinberge Rheinhessens bis ins Rheintal. Hier können die Wanderer noch einmal mit einem Schluck des guten Ingelheimer Weins



Bild: Dominik Ketz / Rheinhessen-Touristik GmbH

Beschilderung auch den gesuchten Namen für die Thronhalle. Die Tour führt außerdem durch die Ingelheimer Weinlagen. Dabei weist die kostenlose App nicht nur den Weg von einer Station zu anderen. Dort angekommen, liefert sie auch interessante Informationen zu Weinbau, Terroir und regionaler Geschichte. Quizfragen vermitteln auf unterhaltsame Weise noch mehr Wissenswertes rund um die Stadt am Rhein und ihre guten Tropfen. Und am Ende zeigt die erreichte Punktezahl den Wanderern an, wie gut sie im Vergleich zu anderen abgeschnitten haben.

auf ihre Tour anstoßen. Buchbar ist die GPS-Weinwanderung, für die man ohne Pausen etwa zweieinhalb Stunden einplanen sollte u.a. über die Rheinhessen Touristik. Der Veranstalter in Ingelheim bietet darüber hinaus weitere spannende Rätsel- und Krimitouren durch die Weinberge und die Stadt am Rhein an. So können sich Wanderer auch auf „Die Suche nach der verschwundenen Rotweinkönigin“ begeben oder bei „Findet Karlchen!“ Rätselfragen lösen und als Belohnung ein kühles Glas Wein inmitten der Natur genießen.

# KUK

**OPEN AIR KINO**  
**14.08.-24.08.**

**KOBLENZER UFER-KINO**

**11 TAGE**  
**11 FILME**

**WWW.KOBLENZERUFERKINO.DE**

**AFTERWORK**  
mit Musik und gastro-  
nomischen Angeboten  
**AB 18:00**

**FILMSTART:**

14.08.  
15.08.

**DER PINGVIN MEINES LEBENS**  
**DRACHENZÄHMEN**  
**LEICHT GEMACHT**

16.08.  
17.08.

**MAMMA MIA**  
**JUST MERCY**

18.08.  
19.08.

**MISSION IMPOSSIBLE**  
**EMILIA PÉREZ**

20.08.  
21.08.

**HELDIN**  
**DIE LEISEN UND**  
**DIE GROSSEN TÖNE**

22.08.  
23.08.

**VENA\***  
**BIKE FILM TOUR**  
**6 RICHTIGE**

24.08.

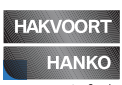


**JETZT TICKETS**  
**SICHERN!**

\*Kooperationsabend mit der Hochschule für  
Gesellschaftsgestaltung Koblenz

VIP-Partner:

**IKEA Family**



Veranstalter:





# ZWISCHEN TAIGA UND THERAPIE – EIN GESPRÄCH MIT YURI LEDNEV ÜBER HERKUNFT, HALTUNG UND HEILUNG OHNE MASKEN.

Es gibt Begegnungen, bei denen spürt man schon im ersten Moment: Hier geht es nicht um Smalltalk und nicht um Show. Yuri Lednev ist jemand, der mit Worten sparsam umgeht – und dafür umso klarer handelt. Seine Praxis im Koblenzer Stadtteil Lützel wirkt wie ein stiller Rückzugsort, fast meditativ. Keine sterile Klinik-Atmosphäre, kein überladenes Wellness-Ambiente. Alles ist reduziert – auf das, was zählt. Yuri ist Physiotherapeut, ja. Aber mehr noch: jemand, der Veränderung will. Nicht nur für den Körper, sondern für den ganzen Menschen. Geboren in einem sibirischen Dorf, kam er als siebenjähriger Junge nach Deutschland – ohne Sprachkenntnisse, ohne Wahl. Was folgte, war ein Weg voller Fremdheit, Widerstände und Umwege. Doch irgendwann kam die Wende. Er spricht selten über sich, aber wenn, dann mit Klarheit. Über seinen Glauben zum Beispiel, der ihn trägt – nicht laut, aber tief. Oder über das Malen, besser gesagt: das Kritzeln. Linien, Formen, Spuren – überall. Für ihn ist das Zeichnen keine Kunst, sondern eine Momentaufnahme seines Inneren. Ungefiltert. Echt. Heute führt er seine eigene Praxis, setzt auf Wirkung statt Wunder – und sagt Sätze wie: „Wenn dein Wohlbefinden sinkt, ist das auch mein Misserfolg.“ Was das bedeutet? Eine Haltung, die weit über die Behandlung hinausgeht. Eine Philosophie, die spürbar macht: Therapie ist Beziehung. Und manchmal auch ein stiller Spiegel für das, was in uns heil werden will. Wir haben mit ihm gesprochen – über Herkunft und Ankommen, über Kälte und Wärme, über Ehrlichkeit, Grenzen, Schmerz. Und über das, was bleibt, wenn die Symptome verschwinden.







# SICHERN SIE IHRE



# SICH TITELSTORY!





### **Auf deiner Website steht: „Ich möchte Ihnen nichts über Hobbys erzählen – aber über Wichtiges.“ Was steckt hinter diesem bewussten Fokus?**

Ich finde, dass der öffentliche Raum zu oft mit Belanglosigkeiten gefüllt wird. Wer ich bin, sollte sich nicht daran bemessen, was ich sonntags esse oder wo ich Urlaub mache. Was mich antreibt, sind die Dinge, die ich verändern kann. In Menschen, in Strukturen, im Denken. Wenn jemand zu mir kommt, geht es nicht um Smalltalk – sondern um Verantwortung. Mein Beruf ist kein Job, sondern eine Haltung. Und dieser Haltung möchte ich gerecht werden.

### **„Ihr Wohlbefinden steht an erster Stelle, weil es mit meinem Wohlbefinden verknüpft ist.“ Wie kam es zu dieser Haltung?**

Ich sehe jeden Behandlungserfolg nicht nur als Bestätigung meiner Arbeit, sondern als Spiegel meiner ethischen Grundhaltung. Wenn es Ihnen schlecht geht, habe ich etwas übersehen. Wenn Sie sich besser fühlen, habe ich etwas richtig gemacht. Diese Verbindung zwingt mich, wach zu bleiben, klar zu bleiben, und niemals in Routine zu verfallen. Das ist kein Marketing-Satz – das ist mein innerer Vertrag mit mir selbst.

### **Du sagst, dass du nicht nur behandeln möchtest, sondern spürbare Veränderung bewirken. Wie gelingt dir das konkret?**

Veränderung beginnt dort, wo ein Mensch zum ersten Mal wirklich zuhört – und sich selbst nicht mehr belügt. Ich kann jemanden dehnen, mobilisieren oder schröpfen – doch wenn der Geist nicht bereit ist, mitzuziehen, wird alles zur Symptombekämpfung. Ich arbeite mit Menschen, nicht mit Befunden. Deshalb frage ich: Wofür wollen Sie gesund werden? Wenn da keine ehrliche Antwort kommt, ist es meine Aufgabe, gemeinsam eine zu finden.

### **Was war die größte Veränderung, die du selbst je durchlebt hast?**

Mich selbst nicht mehr als Opfer der Umstände zu sehen, sondern als Gestalter meines Weges. Das hat Jahre gedauert. Und es war schmerzhaft. Aber es war der Wendepunkt.

### **Du bist heute Therapeut – jemand, der anderen Halt gibt. Gab es früher jemanden, der dir diesen Halt gegeben hat?**

Meine Mutter war mein Anker. Auch wenn wir nicht viel hatten, hatte sie immer diesen Blick: „Du schaffst das.“ Und irgendwann fing ich an, es selbst zu glauben.

### **Du bist in einem sibirischen Dorf aufgewachsen – wie erinnern sich dein Körper und deine Seele an diese Landschaft?**

Die Weite. Die Stille. Die Winter, in denen alles gefroren war – auch manchmal die Hoffnung. Aber auch das Holz der Häuser, das Knirschen unter den Stiefeln, das Gefühl, Teil von etwas Ursprünglichem zu sein.

### **Welche Rolle spielen Methoden wie Schröpfen oder Bauchdeckenmassage in deinem individuellen Behandlungskonzept?**

Diese Methoden sind für mich keine „Extras“, sondern Werkzeuge, die ich gezielt einsetze – je nach Mensch, je nach Ziel. Schröpfen kann Blockaden lösen, wo Hände allein nicht weiterkommen. Die Bauchdeckenmassage wirkt tief im vegetativen Nervensystem. Ich sehe mich als Architekt der Behandlung – jeder Mensch bringt einen anderen Plan mit, und meine Aufgabe ist es, dieses Bauwerk aus Schmerz, Hoffnung und Potenzial wieder aufzurichten zu helfen.



**Auf der Website wird „Therapie mit Plan statt Standard“ betont. Wie sieht dieser Plan üblicherweise aus?**

Es gibt kein Schema F bei mir. Jeder Plan entsteht aus drei Fragen: Wo stehen Sie? Wo wollen Sie hin? Und: Was sind Sie bereit dafür zu tun? Ich beobachte genau, stelle Fragen, höre zwischen den Zeilen. Dann entsteht ein Konzept – manchmal klar strukturiert, manchmal intuitiv. Aber immer individuell. Und immer mit dem Ziel: spürbare, nachhaltige Veränderung, nicht nur kurzfristige Linderung.

**Dein Schwerpunkt liegt laut Doctolib auf Muskelschmerzen, Bandscheibenvorfällen und CMD. Wie entsteht dein Behandlungsansatz?**

Ich analysiere den Schmerz als Ausdruck eines Ungleichgewichts. Muskelschmerzen entstehen selten isoliert – sie sind Symptom einer Kette. Deshalb arbeite ich systemisch: Ich frage nach Bewegung, Haltung, Gewohnheiten, mentaler Belastung. CMD zum Beispiel hat viel mit innerem Druck zu tun. Ich gehe diesen Dingen auf den Grund. Mein Ziel ist nicht, die Symptome zu vertreiben – sondern ihre Sprache zu verstehen.



### **Wie nutzt du physikalische Therapien wie Elektro-, Infrarot- oder Ultraschalltherapie im Zusammenspiel mit klassischen Methoden?**

Diese Verfahren sind kein Selbstzweck. Ich setze sie ein, wenn sie den Heilprozess beschleunigen oder vertiefen. Elektrotherapie etwa kann Muskeln gezielt aktivieren, Ultraschall kann entzündliche Prozesse beruhigen. Aber entscheidend ist: Die Technologie ersetzt niemals den Kontakt. Sie ergänzt ihn. Ich bleibe der Mensch, derinhört, hinschaut, hinfühlt. Der Strom kommt später.



### **Du bietest CMD Behandlungen an – was macht diese oft unterschätzte Therapie so essenziell?**

Viele Menschen leben mit Verspannungen im Kiefer, ohne zu wissen, dass sie damit ihren gesamten Körper beeinflussen. CMD kann Kopfschmerzen auslösen, Tinnitus, Nackenprobleme, Schwindel. Ich sehe den Kiefer als sensiblen Taktgeber. Wer hier Entlastung findet, spürt oft

eine ganz neue innere Freiheit. Es ist faszinierend, was ein paar Millimeter weniger Spannung bewirken können – körperlich wie seelisch.

### **Wie definierst du „Performance Massage“ – und für wen ist sie gedacht?**

Performance Massage richtet sich an Menschen, die viel leisten – körperlich oder mental. Sie kommt nicht mit Kerzenschein, sondern mit Zielstrebigkeit. Ich arbeite tief ins Gewebe, löse Blockaden, aktiviere Reserven. Es ist eine Art Reset-Knopf für Körper und Geist. Wer viel gibt, muss auch regenerieren können. Diese Massage ist kein Wellness – sie ist Vorbereitung auf die nächste Herausforderung.

### **Was unterscheidet deine Schröpfmassage von dem, was man landläufig kennt?**

Viele verbinden Schröpfen mit blauen Flecken und alten Heilpraktikerpraxen. Doch in meiner Methode steckt Präzision und Erfahrung. Ich arbeite manuell und mit Sauggeräten, immer angepasst an das Gewebe, die Problematik, das Ziel. Die Schröpfmassage dient nicht der Show, sondern dem Lösen tiefer Verklebungen. Sie ist spürbar, manchmal auch schmerzhaft – aber heilsam. Und oft der erste Schritt zur Entlastung.

### **Warum bietest du Colon- und Narbenmobilisation an – und was sagt das über deinen Therapieansatz aus?**

Weil alles im Körper miteinander verbunden ist – auch das, was wir nicht sehen. Eine schlecht verheilte Narbe kann Bewegung einschränken, innere Spannungen erzeugen. Der Darm wiederum beeinflusst unser gesamtes Nervensystem. Wer ihn mobilisiert, erreicht oft auch emotionale Entlastung. Diese Methoden zeigen, dass ich den Menschen nicht in Einzelteilen betrachte, sondern immer als Ganzes.





**Deine Praxis ist stilvoll eingerichtet.  
Welche Atmosphäre wünschst Du dir für  
deine Patient:innen?**

Ich will, dass Menschen hier ankommen und durchatmen. Kein kalter Klinikflur, kein grelles Licht, kein Plastikgeruch. Meine Räume sollen Klarheit ausstrahlen – aber auch Wärme. Ich glaube daran, dass Heilung mit Umgebung zu tun hat. Wer sich wohlfühlt, lässt schneller los. Und genau das ist oft der erste Schritt zur Besserung.

**Welche Bedeutung hat der Slogan „Wirkung statt Wunder“ für deine tägliche Arbeit?**

Ich bin kein Wunderheiler. Ich versuche auch nicht, mit drei Griffen die Welt zu retten. Ich arbeite systematisch, mit Fachwissen, mit Erfahrung – und mit Demut. Wirkung heißt für mich: messbar, spürbar, nachvollziehbar. Wenn jemand nach drei Sitzungen besser schläft, aufrechter steht, klarer denkt – dann habe ich gewirkt. Alles andere überlasse ich der Esoterik.

**Was bedeutet ein Therapietag mit vollem  
Terminplan für dich – und worauf freust du  
dich trotzdem?**

Ein voller Tag heißt für mich: viele Geschichten, viele Herausforderungen, viele Chancen. Es ist anstrengend, ja. Aber es gibt diesen einen Moment – wenn jemand aufsteht, schmerzfrei, erleichtert, überrascht – der mich durch alles

trägt. Ich liebe die Tiefe in meiner Arbeit. Und ich liebe es, am Ende des Tages zu wissen: Ich habe etwas bewegt.

**Erzähle uns von einem besonders bewegenden Moment in Ihrer bisherigen Praxisarbeit.**

Es war eine ältere Dame, die nach einem Sturz Angst vor Bewegung hatte. Sie kam mit Krücke, verunsichert, verbittert. In kleinen Schritten, mit viel Geduld, gewann sie Vertrauen zurück – in ihren Körper, in ihre Kraft. Als sie zum ersten Mal wieder ohne Stütze kam, sagte sie: „Ich fühle mich, als hätte ich mein Leben zurückbekommen.“ Das hat mich tief berührt. Nicht weil ich ein Wunder bewirkt habe – sondern weil sie sich selbst wiedergefunden hat.

**Gibt es einen Ort – real oder imaginär – an den  
du dich zurückziehst, wenn es zu viel wird?**

Ein kleiner Fluss, der in der Nähe unseres Dorfes floss. Ich gehe manchmal in Gedanken dorthin, wenn ich einen klaren Kopf brauche.

**Und wenn du dir selbst einen Rat geben  
könntest – als Junge, der damals im neuen  
Land ankam – was würdest du sagen?**

Hab keine Angst, anders zu sein. Deine Geschichte ist keine Schwäche. Sie wird mal dein größtes Werkzeug sein.



**Auf deinem Blog schreibst du: „Bewegung braucht Wissen.“ Wie vermittelst du dieses Wissen an Patient:innen?**

Ich erkläre viel – aber ohne sie zu überfordern. Ich zeige Bilder, Bewegungsmodelle, mache Zusammenhänge sichtbar. Denn wer versteht, bewegt sich anders. Ich will keine passiven Konsumenten, sondern aktive Mitgestalter ihrer Gesundheit. Wissen ist Macht – auch in der Physiotherapie. Und ich bin gerne derjenige, der diese Macht weitergibt.



**Deine Ausbildung erfolgte u. a. im Katholischen Klinikum Koblenz und bei der IHK Koblenz. Wie prägen dich diese Stationen heute?**

Diese Stationen haben mir das Fundament gegeben – medizinisches Wissen, rechtliche Sicherheit, strukturelles Denken. Aber das echte Lernen begann erst, als ich angefangen habe, Menschen wirklich zu sehen. Die Theorie hilft mir, korrekt zu handeln. Die Praxis hat mich

gelehrt, empathisch zu sein. Heute verbinde ich beides – und genau das macht meine Arbeit so wirksam.

**Atemgymnastik ist Teil deiner Arbeit – welches Bauchgefühl oder welcher Nutzen steht dahinter?**

Atmung ist Leben – und wird doch so oft übersehen. Wenn Menschen flach atmen, sind sie oft auch mental blockiert. Atemgymnastik ist für mich eine Möglichkeit, wieder in Kontakt zu kommen – mit sich selbst, mit dem Körper, mit der Welt. Ich sehe oft, wie sich Haltung, Bewegung und sogar der Schlaf verbessern, wenn die Atmung wieder fließt. Es ist eine stille, aber kraftvolle Methode.

**Wenn du dich in der Nacht mal klein fühlst – an wen denkst du dann?**

Manchmal an meinen Großvater. Er war wortkarg, aber stark. Ich stelle mir vor, wie er neben mir steht und sagt: „Du machst das gut, Junge.“

**Du bietest Kryo- und Rotlicht-Therapien an – wann setzt du diese gezielt ein?**

Kälte und Wärme sind zwei starke Werkzeuge. Kälte nutze ich bei akuten Entzündungen, um Schwellungen zu reduzieren. Wärme setze ich bei chronischen Verspannungen ein – um loszulassen, zu entspannen, zu durchbluten. Entscheidend ist das Timing. Ich beobachte sehr genau, wann der Körper was braucht. Es ist wie Musik: Nur wenn der Rhythmus stimmt, entsteht Wirkung.

**Du erwähnst Sprachkompetenz – Deutsch und Russisch. Wie hilft dir das in deiner Arbeit?**

Sprache ist Zugang. Für viele russischsprachige Patient:innen bin ich nicht nur Therapeut, sondern auch Übersetzer ihrer Sorgen. Sie können sich ausdrücken, ohne nach Worten suchen zu müssen. Gleichzeitig ist meine deutsche Ausdrucksweise klar und präzise – das schafft Vertrauen. Zwei Sprachen zu sprechen, heißt auch: zwei Kulturen zu verstehen. Und das ist gerade in der Therapie unbezahlbar.



**Du sprichst wenig über deine Gefühle, aber viel über Wirkung. Was hat dich gelehrt, Kontrolle zu behalten – und wann warst du das letzte Mal nicht kontrolliert?**

Ich glaube, Kontrolle war lange mein Schutzschild. Aber es gab diesen einen Moment – ein Gespräch mit einem sterbenskranken Patienten. Ich konnte nicht helfen. Und das hat mich innerlich zerlegt.

**Gibt es eine Frage, die du jedem neuen Patienten gerne stellen würdest – aber dich manchmal nicht traust?**

Ja: „Was tut dir wirklich weh?“ Nicht der Rücken, nicht das Knie. Sondern wirklich. Aber ich lerne, wie ich dorthin komme – mit Zeit, mit Vertrauen.

**In Koblenz-Lützel hast du barrierefreien Zugang und Parkplätze. Wie wichtig ist dir diese Zugänglichkeit?**

Sehr. Ich möchte keine Hindernisse aufbauen – weder räumlich noch emotional. Wer zu mir kommt, soll das Gefühl haben: Ich werde erwartet. Ich werde gesehen. Der einfache Zugang, die gute Erreichbarkeit – das sind keine Nebensächlichkeiten. Sie sind Teil des Gesamterlebnisses. Denn Therapie beginnt nicht auf der Liege, sondern mit dem Ankommen.

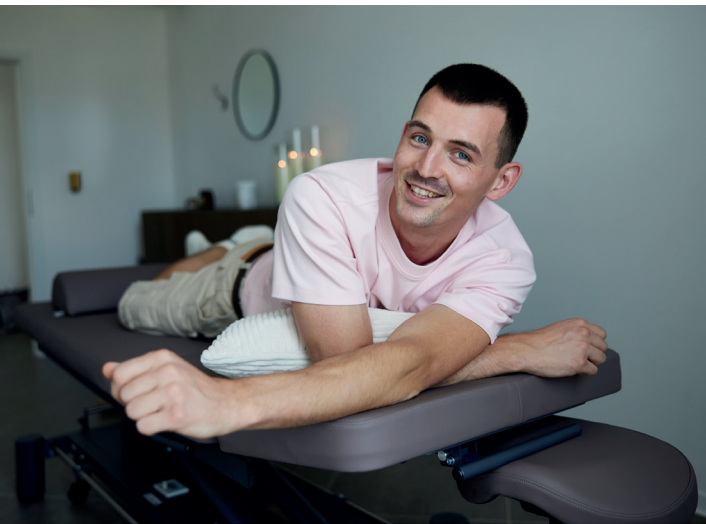
**Du betonst: „Therapie beginnt im Kopf.“ Wie verknüpfst du mentale und physische Ebenen bei deinen Patient:innen?**

Ich glaube, dass kein Muskel heilt, wenn der Kopf blockiert ist. Angst, Stress, innere Überforderung – all das schlägt sich im Körper nieder. Ich spreche mit meinen Patient:innen nicht nur über Bewegung, sondern auch über ihre Lebenssituation, ihre Gedanken, ihre Grenzen. Oft zeigt sich: Der Schmerz sitzt nicht nur im Gewebe, sondern in der Geschichte dahinter. Wenn wir das verstehen, beginnt echte Heilung.



**Wann hat ein:e Patient:in bei dir das erste Aha-Erlebnis – und wie erkennst du das?**

Es ist dieser Moment, in dem die Körpersprache sich ändert. Ein Aufrichten, ein erleichterter Atemzug, ein Lächeln, das vorher nicht da war. Manchmal nach einer Massage, manchmal nach einem Satz, den ich sage. Ich sehe es in den Augen: etwas ist angekommen, verstanden, befreit worden. Es sind diese stillen Aha-Erlebnisse, die mich daran erinnern, warum ich diesen Beruf liebe.



**Du vermeidest Masken – im Bild: „an heißen Tagen schwer atmen“. Welche Masken meinst du, im Alltag wie im Beruf?**

Ich meine die Rolle, die wir alle spielen. Der starke Mann, die perfekte Frau, der unerschütterliche Profi. Ich selbst habe solche Masken getragen – und gemerkt, wie schwer sie wiegen. In meiner Praxis will ich diese Last nicht. Ich lade Menschen ein, echt zu sein. Und ich versuche, selbst kein Kostüm zu tragen. Authentizität macht verletzlich – aber sie heilt. Und sie atmet besser.

**Deine Herkunft aus der sibirischen Taiga – welche dieser prägenden Erfahrungen finden sich heute in deiner Arbeit wieder?**

Die Klarheit. Die Stille. Die Härte des Lebens, aber auch seine Schönheit. In der Taiga lernt man früh, Verantwortung zu übernehmen – für sich und andere. Man lernt, mit wenig viel zu machen. Und man lernt zu beobachten: den Körper, die Natur, die Zeichen. All das begleitet mich noch heute. Es ist mein innerer Kompass, wenn es im Außen hektisch wird.

**Was bedeutete für dich, als Kind ohne Wahl nach Deutschland zu kommen – und was lehrte dich das?**

Es war ein Bruch. Ich verstand das Land nicht, die Sprache nicht, die Menschen nicht – und ich fühlte mich verloren. Aber es lehrte mich Anpassung, Geduld und Widerstandskraft. Ich weiß, wie es sich anfühlt, fremd zu sein. Deshalb bemühe ich mich heute, anderen das Gefühl zu geben: Du bist hier willkommen. Du musst dich nicht verstecken.

**Du brachst auf und wurdest Klassenbester – was sagt dieser Wendepunkt über dich aus?**

Dass der Mensch sich ändern kann, wenn er es wirklich will. Dass Herkunft nicht Schicksal ist. Ich war der Außenseiter, der Störer – und plötzlich auch der, der es „gepackt“ hat. Nicht weil ich besser war, sondern weil ich gelernt habe, an mich zu glauben. Heute erinnere ich mich daran, wenn ein Patient mir sagt: „Ich schaffe das nicht.“ Ich weiß, dass es gehen kann. Weil ich es erlebt habe.

**Du nennst dich „klar, empathisch und erfahren“. Wie kombinierst du diese drei Eigenschaften im Alltag?**

Klarheit bedeutet für mich: Ich spreche aus, was ich sehe – auch wenn es unbequem ist. Empathie bedeutet: Ich höre zu, ohne zu werten. Und Erfahrung bedeutet: Ich kann Situationen



einordnen und individuell reagieren. Diese drei Eigenschaften sind wie ein Dreieck, auf dem meine Arbeit ruht. Ohne eines davon würde sie wackeln.

**Was macht für dich einen „guten Menschen“ aus – nicht als Therapeut, sondern ganz privat?**

Ehrlichkeit. Und die Fähigkeit, zuzuhören, ohne zu bewerten. Ich bewundere Menschen, die nicht immer Recht haben müssen.

**Wie wirken sich deine persönlichen Lebensziele auf die Therapien aus, die du anbietest?**

Ich will wachsen. Als Mensch, als Therapeut, als Teil dieser Gesellschaft. Ich will beitragen, nicht nur behandeln. Das bedeutet: Ich bilde mich fort, hinterfrage mich selbst, nehme Feedback ernst. Ich möchte nicht in zehn Jahren dieselbe Version von mir sein wie heute. Und ich wünsche mir, dass auch meine Patient:innen diese Entwicklung spüren – und vielleicht sogar mitgehen.

**Welche Werte gibst du an dein Team und deine Patient:innen weiter – jenseits von Training und Therapie?**

Respekt. Ehrlichkeit. Verbindlichkeit. Ich glaube daran, dass gute Arbeit auf guten Beziehungen basiert. Wer sich sicher fühlt, kann sich öffnen. Wer sich gesehen fühlt, kann sich verändern. Ich wünsche mir, dass Menschen meine Praxis nicht nur mit einem gelockerten Muskel verlassen – sondern auch mit einem gestärkten Gefühl für sich selbst.

**Was war der schönste Satz, den dir je ein Patient gesagt hat?**

„Sie haben nicht nur meinen Rücken befreit, sondern auch mein Herz.“ Ich weiß nicht, ob das medizinisch korrekt ist – aber es war ehrlich.

**Was bedeutet für dich „Zuhause“ – heute, als erwachsener Mann in Koblenz?**

Zuhause ist kein Ort mehr – es ist ein Gefühl. Wenn ich atmen kann, ohne mich zu erklären. Wenn jemand meine Sprache spricht, auch wenn wir schweigen.

**Und der schwerste Moment in deiner Praxis?**

Als ich spürte, dass jemand kam, um Nähe zu finden – und ich nur Therapie geben konnte. Da wurde mir bewusst, wie viel Einsamkeit hinter manchen Schmerzen steckt.

**Zum Abschluss: Welche Botschaft möchtest du jedem Menschen mitgeben, der zum ersten Mal deine Praxis betritt?**

Seien Sie mutig. Trauen Sie sich, ehrlich zu sich selbst zu sein. Geben Sie sich die Chance, nicht nur behandelt zu werden – sondern sich wirklich zu verändern. Ich begleite Sie dabei. Aber die Entscheidung liegt bei Ihnen. Und wenn Sie sie treffen, verspreche ich: Es wird sich etwas bewegen.



RR  
RR

RIANI



# DIE HERBST- UND WINTERKOLLEKTION 2025



## CELESTIAL WONDERLAND

### Träumen unter Sternen

Mit „Celestial Wonderland“ entführt RIANI in eine magische Welt, in der Mode himmlisch funkelt. Zarte Stoffe, fließende Schnitte und schimmernde Details lassen jedes Outfit wie von Sternenstaub berührt wirken. Verträumte Prints, sanfte Pastelltöne und feine Applikationen schaffen Looks, die Leichtigkeit und Eleganz verschmelzen lassen. Ob für den großen Auftritt am Abend oder als zarter Akzent im Alltag – diese Edition verleiht jedem Moment einen Hauch kosmischen Zaubers.







# WILD CHERRIES

## Urban Vibes

Mit „Wild Cherries“ bringt RIANI urbanen Esprit auf die Straße. Kraftvolle Rottöne, tiefes Schwarz und verspielte Kirschen-Prints setzen ein Statement: lässig, edgy und voller Energie. Die Looks fügen sich nahtlos in den Puls der Stadt ein – selbstbewusst, modern und immer ein bisschen verspielt.

Namensgeber der Edition ist die Morello-Kirsche, deren intensives Rot für pure Leidenschaft steht. Kleider, Blazer, Röcke oder Cardigans in diesem tiefen Ton ziehen alle Blicke auf sich und verkörpern Stärke und Selbstbewusstsein.

Ein Highlight ist das Satin-Set in Morello: Fließender Stoff, sanfter Glanz und eine Silhouette, die Eleganz und Lässigkeit perfekt vereint. Ob tagsüber oder abends, als Hingucker im Alltag oder glamourös gestylt – mit diesen Looks beweist RIANI einmal mehr, wie femininer Stil und urbaner Charakter verschmelzen.





# Entfalten Sie Ihr Potenzial

## Steuerberater/Steuerfachwirt/Steuerfachangestellter/ Bilanzbuchhalter (m/w/d)

Kommen Sie in unser Team. Wir bieten Ihnen eine spannende Möglichkeit zur persönlichen und beruflichen Entfaltung.

### Das bringen Sie ein:

- Abgeschlossene Ausbildung oder Studium in einem der oben genannten Bereiche
- Fundierte Kenntnisse im Steuerrecht und/oder der Bilanzbuchhaltung
- Selbstständige und strukturierte Arbeitsweise
- Teamfähigkeit und Kommunikationsstärke

Wenn Sie sich weiterentwickeln, Beruf und Lebensqualität vereinen möchten, bieten wir Ihnen die Möglichkeiten dazu.

### Das können Sie von uns erwarten:

- **Persönliche Entfaltung** – Nutzen Sie vielfältige Möglichkeiten zur Weiterentwicklung in unserer Steuerkanzlei
- **Kollegiales Team** – Erleben Sie ein unterstützendes, freundliches Arbeitsklima und Teamgeist
- **Fort- und Weiterbildungen** – Bleiben Sie immer auf dem neuesten Stand. Wir ermöglichen kontinuierliche Fortbildungen und Schulungen
- **Nachhaltigkeit** – Laden Sie Ihr E-Auto während der Arbeitszeit bequem auf
- **Gutes Arbeitsklima** – Arbeiten Sie in modernen Räumlichkeiten in einer wertschätzenden Unternehmenskultur
- **Verdienst und Gratifikation** – attraktiv

**Neugierig? Iris Steinacker-Creutzfeldt beantwortet gerne Ihre Fragen und stellt Ihnen unsere Kanzlei vor.**

**Telefon: 02 61 / 9 74 21 0**  
stb@sc-berater.de, [www.sc-berater.de](http://www.sc-berater.de)  
Gustav-Nachtigal-Str. 1+3, 56076 Koblenz





# MYSTICAL HEIGHTS

## Walk On The Wild Side

Die neue RIANI Edition bringt frischen Wind in urbane Looks: It-Pieces und Must-haves, die Business, City Trip und Dinner gleichermaßen stilvoll begleiten. Nach einer Phase klarer Linien und reduziertem Minimalismus heißt es jetzt: aufregend, ungezähmt und voller Kontraste! Sportive Utility-Details, inspiriert von Baseball und Rugby, treffen auf feminine Leichtigkeit und sorgen für einen spannenden Stilbruch.





Unverzichtbar dabei: die Farbe Grau. Als Statement-Farbe dieser Saison ist sie zeitlos, wandelbar und die perfekte Basis – ob für puristische Looks oder markante Akzente. So wird Grau zum urbanen Highlight, das Coolness und Eleganz mühelos verbindet.

# FUTURE DUSK

## Modern Glam mit Futuristischem Twist

Die „Future Dusk“ Kollektion spielt mit Gegensätzen und bricht mit Konventionen: metallische Akzente, cleane Silhouetten und innovative Materialien treffen auf klassische Schnitte und fließende Stoffe.



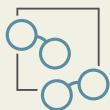


Kühle Farben zwischen Mitternachtsblau, Silbergrau und Tiefschwarz verleihen den Looks einen geheimnisvollen, urbanen Glamour.



Ob als Statement-Piece bei Nacht oder als markanter Stilbruch am Tag – „Future Dusk“ zeigt, wie modern RIANI die Zukunft der Mode denkt: selbstbewusst, experimentell und immer einen Schritt voraus.





WAGNER  
AUGEN  
OPTIK

WIR HABEN FÜR  
JEDEN SPORT DIE  
RICHTIGE BRILLE –  
**AUCH IN IHRER  
SEHSTÄRKE!**

Koblenz | Am Plan 30  
Telefon: 0261 91 56 60  
[wagner-augenoptik.de](http://wagner-augenoptik.de)



evil eye



# Stark für die Region

SPARKASSE KOBLENZ ENGAGIERT SICH FÜR VIELFÄLTIGE PROJEKTE IN DER HEIMAT

**O**b Bildung, Inklusion oder Brauchtum – das gesellschaftliche Engagement der Sparkasse Koblenz ist so vielfältig wie die Region selbst. Seit jeher unterstützen wir Projekte, die den sozialen Zusammenhalt stärken, kulturelle Identität bewahren und neue Chancen eröffnen. Drei Beispiele zeigen exemplarisch, wie wir gemeinsam mit Vereinen unserer Region Positives bewirken.

## **LESEN BEWEGT – DER SCHÜLER-BÜCHERBUS KOBLENZ**

Bildung ist der Schlüssel zu gesellschaftlicher Teilhabe. Doch nicht jedes Kind hat zu Hause Zugang zu Büchern. Der Schüler-Bücherbus der Stadtbibliothek Koblenz schließt genau diese Lücke – mobil, modern und direkt vor Ort. An verschiedenen Grundschulen im Koblenzer Stadtgebiet macht der Bus regelmäßig Halt und bringt Bücher, Leseförderung und Freude am Entdecken mit. Ein Angebot, das insbesondere in sozial benachteiligten Stadtteilen große Wirkung entfaltet. Für uns als Sparkasse ist klar: Lesekompetenz darf keine Frage der Herkunft sein. Deshalb haben wir das Projekt von Anfang an begleitet und finanziell unterstützt.

## **INKLUSION AUF DEM SPIELFELD – SG 2000 MÜLHEIM-KÄRLICH**

„Fußball für alle? Machen wir!“ – unter diesem Motto ermöglicht die SG 2000 Mülheim-Kärlich seit 2022 Menschen mit und ohne Beeinträchtigung das gemeinsame Kicken. Ein Projekt, das nicht nur Integration, sondern echte Teilhabe lebt. Ob bei inklusiven Trainingseinheiten oder

beim Deutschen-Eck-Cup: hier steht nicht nur der Ball, sondern auch das Miteinander im Mittelpunkt. Als Sparkasse Koblenz unterstützen wir dieses Engagement voller Überzeugung. Denn gelebte Inklusion zeigt: Barrieren entstehen in Köpfen und genau dort lassen sie sich abbauen.

## **TRADITION TRIFFT GEMEINSCHAFT – DAS WEIN- UND BURGENFEST KOBERN-GONDORF**

Seit Jahrzehnten feiern Menschen aus der Region beim Wein- und Burgenfest die Vielfalt ihrer Heimat. Mit der Sparkassen-Weinwanderung entlang des Tatzelwurmwegs wurde das Fest um eine besondere Attraktion erweitert: Natur, Bewegung und Genuss vereint. Mit unserer langjährigen Unterstützung möchten wir gezielt das Engagement des Vereins der Weinfreunde Koborn-Gondorf unterstützen, die sich ehrenamtlich für das heimische Brauchtum, die traditionsreiche Weinkultur und generationenübergreifende Begegnungen einsetzen. Denn Heimat ist da, wo Menschen sich begegnen – und dafür schaffen wir Raum.

## **GEMEINSAM MEHR BEWEGEN**

Unsere Region lebt von Menschen, die anpacken, verbinden und gestalten. Mit unserem gesellschaftlichen Engagement leisten wir als Sparkasse Koblenz einen aktiven Beitrag dazu, dass diese Projekte nicht nur entstehen, sondern langfristig wachsen können. Denn wir glauben: Eine starke Gemeinschaft beginnt dort, wo jeder Mensch zählt.

---

Mehr zu unseren unterstützten Projekten finden Sie unter: [www.sparkassekoblenz.de/starkmacher](http://www.sparkassekoblenz.de/starkmacher)



# Fußball für alle? Machen wir!

Mit Unterstützung der Sparkasse  
sorgt die SG 2000 Mülheim-  
Kärlich dafür, dass beim Fußball  
alle mitmachen können.



Gemeinsam machen  
wir uns stark  
für unsere Region.

[sparkasse-koblenz.de/starkmacher](https://sparkasse-koblenz.de/starkmacher)



Sparkasse  
Koblenz







# ANDALUSIEN

EIN MOSAIK  
AUS GESCHICHTE  
UND GENUSS





Foto:mpix-foto / stock.adobe.com

**E**s gibt Orte, die so viel Seele haben, dass sie einem lange nach der Rückkehr noch im Kopf bleiben – Andalusien gehört zweifellos dazu. Spaniens sonniger Süden lockt mit maurischem Erbe, weißen Dörfern wie getupften Pinselstrichen in einer kargen Berglandschaft, Flamenco-Rhythmen, die nachts durch enge Gassen wehen, und Tapas, die so viel mehr sind als nur kleine Häppchen. Wer Andalusien bereist, wird Zeuge eines Lebensgefühls, das so farbenfroh ist wie die Kacheln der Patio-Häuser in Sevilla.



Foto: IB Studio / stock.adobe.com

Was, wenn es  
*wirklich* besser  
werden würde?







Foto: Delphostock / stock.adobe.com

## DER DUFT VON ORANGEN IN SEVILLA

Beginnen wir in Sevilla. Keine Stadt vereint das andalusische Lebensgefühl besser als diese. Wenn man am frühen Morgen durch die Altstadt schlendert, riecht die Luft nach Orangenblüten.

Fast 50.000 Orangenbäume säumen die Alleen und Innenhöfe, der Duft ist wie ein leises Versprechen, dass hier alles ein wenig intensiver schmeckt und riecht. Die Kathedrale, das Grab von Christoph Kolumbus, die Giralda – all das ist monumental.

Foto: LucVi / stock.adobe.com



Foto: Dartagnan1980 / stock.adobe.com

Doch Sevilla lebt nicht nur in seinen Bauwerken. Es lebt in den Stimmen, die in einer Bodega auf dem Platz Santa Cruz bei einem Glas Manzanilla lautstark diskutieren, in den Tänzerinnen, die in Tablaos ihren Flamenco mit einer Leidenschaft tanzen, die selbst den müdesten Gast elektrisiert.

## CORDOBA – SCHATTEN, STILLE, STAUNEN

Ein Stück weiter östlich liegt Cordoba. Im Sommer flimmert die Hitze über den Pflastersteinen, die weißen Mauern der Häuser werfen blendendes Licht zurück. Doch hinter dicken Mauern verbirgt sich eine Welt aus Kühle, Schatten und plätschernden Brunnen.

Foto: DavidShaun / stock.adobe.com



Cordoba war einst das Zentrum des Kalifats von Al-Andalus, ein Ort, an dem Wissenschaft und Kunst blühten. Die Mezquita, die Moschee-Kathedrale, ist das Sinnbild dieses kulturellen Erbes: ein Wald aus Säulen, der einen ehrfürchtig verstummen lässt. Wer sich treiben lässt, verliert sich in den engen Gassen der Judería, der alten jüdischen Altstadt. In den Innenhöfen blühen Geranien

in Töpfen, an den Fenstern trocknet Schinken, an den Türen hängen Azulejos, handbemalte Keramiktafeln, die von Heiligen oder Hausgeschichten erzählen.

ANZEIGE

## Autofahrer Gruppe Koblenz & Umgebung



QR-Code scannen und  
Gruppe beitreten!



Bei Fragen rund ums Auto nie wieder  
im Regen stehen!  
Hier helfen wir uns gegenseitig bei allen  
Autofragen!

Schon mehr  
als **5.500**  
Mitglieder  
aus der  
Region!



Gruppe auf Facebook suchen und beitreten:  
Autofahrer Koblenz/Neuwied/Andernach/Mülheim Kärlch und Umgebung

**Tritt jetzt der kostenfreien Gruppe  
auf Facebook bei und stelle deine Fragen!**





Foto: Taiga / stock.adobe.com

## GRANADA – EIN TRAUM AUS TAUSENDUNDEINER NACHT

Und dann Granada. Wer Granada sagt, sagt Alhambra. Die berühmte Festung thront wie ein Märchenschloss über der Stadt. Von ihren Palastgärten blickt man auf die verschneiten Gipfel der Sierra Nevada, während um einen herum Mosaik, filigrane Stuckarbeiten und geflieste Innenhöfe Geschichten aus einer vergangenen Zeit flüstern. Es lohnt sich, früh aufzustehen – der Sonnenaufgang in der Alhambra taucht die Mauern in ein warmes Rot, die Gärten sind noch menschenleer, und man versteht, warum Dichter seit Jahrhunderten von diesem Ort schwärmen. Granada ist aber mehr als seine Alhambra. Abends zieht man durch das Albaicín, das alte arabische Viertel, dessen Gassen



Foto: aterrom / stock.adobe.com

wie ein Labyrinth anmuten. Hier hat jeder Winkel einen Ausblick auf die Festung, in den Tapas-Bars schenkt man großzügig nach, die Gespräche klingen bis spät in die Nacht.



Foto: diegolicheh / stock.adobe.com

# Kopf kino

branding & social media

DA IST **NICHTS.**

Bis jemand etwas draus macht.



Kopf kino. Branding, das man spürt.  
[www.agenturkopf kino.de](http://www.agenturkopf kino.de) | +49 151 29006489



## WEISSE DÖRFER UND ENDLOSE OLIVENHAINE

Andalusien ist aber nicht nur Stadt. Wer die Region wirklich spüren will, verlässt die Hauptstraßen.

Zwischen Ronda und Arcos de la Frontera zieht

sich die Route der weißen Dörfer – Pueblos Blancos – über sanfte Hügel und durch wilde Schluchten. Ronda selbst ist ein Spektakel: Die Stadt sitzt dramatisch auf einem Felsen, der von einer 100 Meter tiefen Schlucht zerteilt wird. Die Puente Nuevo, die Neue Brücke, spannt sich kühn darüber. Wer früh am Morgen über sie geht, hört nur das Rauschen des Flusses weit unten und die Schritte der ersten Bewohner, die ihre Läden öffnen.

Foto: Kotangens / stock.adobe.com



Die weißen Dörfer wirken wie Bühnenbilder. Grazalema, Zahara de la Sierra oder Vejer de la Frontera: überall blütenweiße Fassaden, rote Ziegeldächer, schmiedeeiserne Balkone, die von Bougainvilleen überwuchert werden. Und dahinter: endlose Olivenhaine. Andalusien ist der größte Olivenölproduzent der Welt – auf den Märkten duftet es nach frisch gepresstem Öl, Oliven, Käse, Jamón Ibérico. Ein einfacher Imbiss, Brot mit Öl, ein Glas Rotwein – mehr braucht es hier oft nicht zum Glück.



Foto: diego grandj / stock.adobe.com

## **COSTA DE LA LUZ – LICHT, WIND UND ATLANTIK**

Wer vom Inland genug hat,  
fährt an die Costa de la Luz,  
die Küste des Lichts. Tarifa  
ist Europas südlichster

Punkt, nur 14 Kilometer  
von Marokko entfernt. Hier  
treffen Atlantik und Mittelmeer aufeinander, der Wind macht Tarifa zum  
Mekka für Kitesurfer. Strände wie Bolonia oder Zahara de los Atunes  
sind wild und weit, hinter den Dünen grasen Kühe, in den Chiringuitos,  
den Strandbars, gibt es frisch gegrillten Thunfisch.

Foto: keBu.Medien / stock.adobe.com



ANZEIGE



**Wir haben für alle  
die richtige Zeitschrift!**

Lassen Sie sich von einer kostenlosen  
Leseprobe überzeugen!

ÜBER 100 TITEL  
BIS ZU 50% GÜNTIGER

INDIVIDUELLE LESEFREUDE –  
AUCH PRIVAT

TITEL JEDERZEIT  
AUSTAUSCHBAR

KOSTENLOSE LIEFERUNG

MONATLICH KÜNDBAR



Lesezirkel-Service  
Zeitschriftenvertrieb GmbH  
Laubach 5  
56068 Koblenz  
T +49 261 9730070  
F +49 261 9730072  
info@lesezirkel-service.de  
www lesezirkel-service.de



Die Costa de la Luz ist nicht mondän wie Marbella an der Costa del Sol. Sie ist ungezähmter, ursprünglicher – ein Ort für alle, die Freiheit in salziger Luft suchen.



Foto: Alice\_D / stock.adobe.com

## ANDALUSIEN BLEIBT IM HERZEN

Am Ende einer Reise durch Andalusien sitzt man irgendwo in einer Bar, in einer lauen Nacht, ein Glas Sherry in der Hand, eine Schale Oliven auf dem Tisch. Vielleicht spielt jemand Gitarre. Vielleicht tanzt jemand. Vielleicht tut



Foto: SCStock / stock.adobe.com

man auch einfach nichts – man schaut, man lauscht, man atmet. Und genau das ist das Geheimnis dieses Landstrichs: Man kann ihn nicht durch Eile begreifen, sondern nur durch Hingabe.

KOWADI, die Sicherheitsmarke der KSM GmbH, schützt, was zählt – mit klarem Fokus auf Qualität, Technik und Verlässlichkeit. Ob Objektschutz, Revierdienst, Empfang oder kritische Infrastruktur: Wir sichern Menschen, Orte und Werte.

Dabei zählen für uns nicht nur Professionalität und Einsatzbereitschaft, sondern auch ein faires Miteinander. Klare Kommunikation, planbare Schichten und ehrliche Wertschätzung sind für uns keine Extras – sondern Standard. Denn wir glauben an starke Teams, die gemeinsam wachsen wollen.

# Assistenz der Geschäftsführung

(m/w/d) Vollzeit | Koblenz



## Deine Aufgaben:

- Organisation und Koordination des Termin-, Reise- und Büroalltags der Geschäftsführung
- Vor- und Nachbereitung sowie Dokumentation von Besprechungen und internen Abläufen
- Unterstützung bei der Erstellung von Angeboten und Dienstleistungsverträgen, Präsentationen und interner Korrespondenz
- Administrative Aufgaben im Tagesgeschäft
- Schnittstelle zu internen Abteilungen, externen Partnern und Dienstleistern
- Bearbeitung vertraulicher Vorgänge mit höchster Sorgfalt und Diskretion

## Dein Profil:

- Abgeschlossene kaufmännische Ausbildung oder vergleichbare Qualifikation mit organisatorischem Schwerpunkt
- Erste Berufserfahrung in der Assistenz oder Büroorganisation von Vorteil – motivierte Berufseinsteiger mit entsprechender Ausbildung sind ebenfalls willkommen
- Organisationsstärke, Zuverlässigkeit und vorausschauendes Denken
- Sehr gute Kenntnisse in MS Office sowie professioneller Umgang mit digitalen Tools
- Stilsichere Kommunikation, Vertrauenswürdigkeit und Diskretion
- Freundliches sowie verbindliches Auftreten und ausgeprägter Servicegedanke

## Das kannst Du von uns erwarten

- Einen krisensicheren Arbeitsplatz und flexible Arbeitszeitmodelle
- Unbefristetes Arbeitsverhältnis mit attraktiver Bezahlung
- Betrieblich geförderte Weiterbildung
- Kostenloser Parkplatz
- Mitarbeiter-Rabatt im örtlichen Fitnessstudio
- Preisnachlässe auf Produkte/ Dienstleistungen des Unternehmens





ANZEIGE

Zeitschriften  
**50%  
günstiger**

geh mal  
offline

info@meinlesezinkel.de

**LZ**

**Mein  
LeseZinkel**  
persönlich • preiswert • zuverlässig

Wer Andalusien einmal gespürt hat, wird wiederkommen. Nicht, weil man alles gesehen hat – sondern weil man nie genug davon bekommt, wie sich Geschichte, Genuss, Natur und Lebensfreude hier in jeder Gasse, jedem Hof und jedem Sonnenuntergang verbinden. Manche Orte werden zu Postkarten im Kopf. Andalusien wird zu einer Geschichte, die man immer wieder neu erzählen möchte.

Foto: Horváth Botond / stock.adobe.com

GLEICH BEWERBEN!



KONZEPTUM sucht für den Standort in Koblenz ab sofort

# Senior IT-System- administrator (w/m/d)



**DEINE KARRIERE IN DER SOFTWAREBRANCHE!  
ALLE AKTUELLEN STELLENANGEBOTE HIER:  
[KONZEPTUM.DE/KARRIERE](https://www.konzeptum.de/karriere)**

**#MMM**  
**MITEINANDER MÖGLICH MACHEN**



Mercedes-Benz

# MACHT JEDE STRASSE ZUM LAUFSTEG.

Der neue vollelektrische CLA mit seiner auffälligen Designlinie ist ein echtes Laufsteg-Model. Und smart noch dazu. Die neue MB.OS-Software mit künstlicher Intelligenz und vielen intuitiven Assistenzsystemen macht ihn zum intelligentesten Mercedes-Benz aller Zeiten.

Eine Klasse für sich.

---

Am 23. August 2025 bei uns live erleben

---



**KESTENHOLZ**

**Kestenholz Automobil GmbH**

**[www.kestenholzgruppe.com](http://www.kestenholzgruppe.com)**

**Center Koblenz**

Beatusstraße 20  
56073 Koblenz  
☎ +49 261 491420

**Center Simmern**

August-Horch-Straße 20  
55469 Simmern  
☎ +49 6761 8540

**Center Cochem**

Industriering 16  
56812 Cochem  
☎ +49 2671 97770

**Center Enkirch**

Carl-Benz-Straße 25  
56850 Enkirch  
☎ +49 6541 8130