

# glüXmagazin

Kostenlose Kundenzeitschrift  
von LOTTO Thüringen



## Saftig grün

Mit dem Hausboot durch Irlands Flusslandschaft (Seite 6+7)

Mittwoch 02.04.2025 (14. VA)

# LOTTO 6aus49®

Spielerinsatz 21.218.599,20 €  
Gewinnzahlen Superzahl

5 14 19 20 25 48 6

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge:

48 25 20 5 19 14

Klasse 1 (6+SZ)	unbesetzt	1.591.394,90 €
Klasse 2 (6)	1 x	1.128.179,70 €
Klasse 3 (5+SZ)	19 x	20.584,30 €
Klasse 4 (5)	227 x	5.135,60 €
Klasse 5 (4+SZ)	1.690 x	191,30 €
Klasse 6 (4)	14.394 x	53,20 €
Klasse 7 (3+SZ)	32.075 x	20,40 €
Klasse 8 (3)	281.391 x	10,90 €
Klasse 9 (2+SZ)	249.451 x	6,00 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

05.03.2025	4	22	26	29	45	46	7
12.03.2025	2	14	26	37	38	46	2
19.03.2025	9	13	29	30	32	38	8
26.03.2025	3	12	16	19	22	41	4

# Spiel 77®

Spielerinsatz 4.874.210,00 €

9 4 0 5 4 6 8

Klasse 1 (7-st. Gewinnz.)	unbes.	346.556,30 €
Klasse 2 (6 Endz.)	1 x	77.777,00 €
Klasse 3 (5 Endz.)	22 x	7.777,00 €
Klasse 4 (4 Endz.)	207 x	777,00 €
Klasse 5 (3 Endz.)	2.031 x	77,00 €
Klasse 6 (2 Endz.)	20.634 x	17,00 €
Klasse 7 (1 Endz.)	191.916 x	5,00 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

05.03.2025	4	2	9	1	1	8	3
12.03.2025	9	9	8	7	3	6	8
19.03.2025	4	5	0	4	8	0	7
26.03.2025	8	6	8	0	3	8	4

# SUPER 6®

Spielerinsatz 2.157.921,25 €

1 3 9 5 5 1

Klasse 1 (6-stell. Gewinnz.)	1 x	100.000,00 €
Klasse 2 (5 Endz.)	10 x	6.666,00 €
Klasse 3 (4 Endz.)	110 x	666,00 €
Klasse 4 (3 Endz.)	1.270 x	66,00 €
Klasse 5 (2 Endz.)	13.323 x	6,00 €
Klasse 6 (1 Endz.)	132.209 x	2,50 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

05.03.2025	5	0	4	7	4	8
12.03.2025	7	4	0	6	1	5
19.03.2025	2	2	6	2	7	8
26.03.2025	9	2	3	7	3	6

## Gewinnzahlen Statistik 6aus49 (Mittwoch)

1	332	2	334	3	356	4	344	5	329	6	361	7	348
8	339	9	347	10	337	11	343	12	321	13	349	14	341
15	340	16	376	17	320	18	347	19	342	20	314	21	298
22	364	23	346	24	339	25	372	26	357	27	341	28	326
29	329	30	341	31	374	32	308	33	353	34	349	35	326
36	324	37	325	38	361	39	336	40	332	41	361	42	327
43	387	44	360	45	327	46	333	47	337	48	326	49	325

Wie oft gezogen? (2.784 Ziehungen seit 4.6.1986)  
Fehlt so viele Wochen (X= am 02.04.25 gezogen)

Samstag 05.04.2025 (14. VA)

# LOTTO 6aus49®

Spielerinsatz 41.162.809,20 €  
Gewinnzahlen Superzahl

10 12 21 35 40 41 9

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge:

12 41 10 40 35 21

Klasse 1 (6+SZ)	unbesetzt	4.678.605,50 €
Klasse 2 (6)	1 x	2.237.481,80 €
Klasse 3 (5+SZ)	35 x	22.161,70 €
Klasse 4 (5)	407 x	5.680,70 €
Klasse 5 (4+SZ)	2.575 x	249,00 €
Klasse 6 (4)	23.824 x	63,80 €
Klasse 7 (3+SZ)	52.248 x	24,80 €
Klasse 8 (3)	493.016 x	12,40 €
Klasse 9 (2+SZ)	429.608 x	6,00 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

08.03.2025	13	25	26	27	41	44	5
15.03.2025	6	11	30	35	36	47	0
22.03.2025	11	20	28	30	35	41	3
29.03.2025	18	25	31	39	46	47	6

# Spiel 77®

Spielerinsatz 9.999.830,00 €

2 5 0 1 5 7 9

Klasse 1 (7-st. Gewinnz.)	1 x	977.777,00 €
Klasse 2 (6 Endz.)	unbes.	77.777,00 €
Klasse 3 (5 Endz.)	40 x	7.777,00 €
Klasse 4 (4 Endz.)	348 x	777,00 €
Klasse 5 (3 Endz.)	3.592 x	77,00 €
Klasse 6 (2 Endz.)	35.397 x	17,00 €
Klasse 7 (1 Endz.)	344.057 x	5,00 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

08.03.2025	9	7	1	1	7	1	6
15.03.2025	1	0	5	9	2	0	5
22.03.2025	5	2	7	9	6	7	5
29.03.2025	5	3	5	6	3	0	7

# SUPER 6®

Spielerinsatz 4.319.060,00 €

0 1 8 2 2 7

Klasse 1 (6-stell. Gewinnz.)	1 x	100.000,00 €
Klasse 2 (5 Endz.)	32 x	6.666,00 €
Klasse 3 (4 Endz.)	404 x	666,00 €
Klasse 4 (3 Endz.)	3.699 x	66,00 €
Klasse 5 (2 Endz.)	39.283 x	6,00 €
Klasse 6 (1 Endz.)	381.830 x	2,50 €

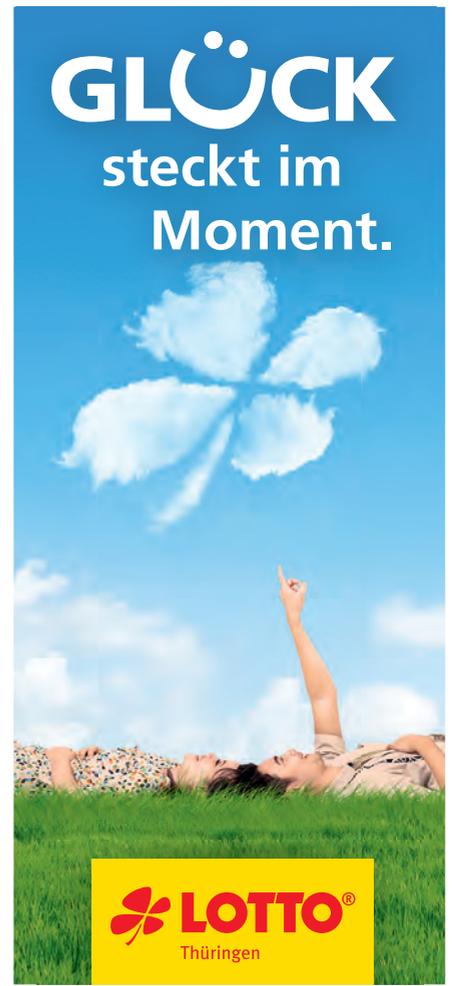
Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

08.03.2025	2	4	5	4	7	8
15.03.2025	7	9	6	9	5	9
22.03.2025	2	5	5	5	0	7
29.03.2025	1	8	7	0	5	6

## Gewinnzahlen Statistik 6aus49 (Samstag)

1	470	2	457	3	465	4	446	5	454	6	483	7	444
8	417	9	451	10	442	11	463	12	434	13	367	14	421
15	415	16	427	17	455	18	439	19	452	20	423	21	432
22	442	23	419	24	441	25	457	26	479	27	466	28	414
29	447	30	437	31	456	32	474	33	463	34	420	35	440
36	458	37	447	38	459	39	432	40	445	41	451	42	463
43	449	44	424	45	390	46	420	47	455	48	455	49	496

Wie oft gezogen? (3.626 Ziehungen seit 9.10.1955)  
Fehlt so viele Wochen (X= am 05.04.25 gezogen)



**LOTTO 6aus49:** Annahmeschluss mittwochs 18:00 Uhr und samstags 19:00 Uhr. Ziehung der Gewinnzahlen auf [www.lotto.de](http://www.lotto.de): Mittwoch, 18:25 Uhr und Samstag, 19:25 Uhr / Bekanntgabe der Gewinnzahlen: ZDF am Mittwoch, 18:54 Uhr und ARD am Samstag, 19:57 Uhr. Die Ziehung der Gewinnzahlen hängt allein vom Zufall ab. Die statistische Häufigkeit der gezogenen Zahlen hat keinen Einfluss auf die Ziehungswahrscheinlichkeit. Alle Angaben, Ergebnisse und Quoten ohne Gewähr.

## Superzahl Statistik 6aus49

**Mittwoch:** Wie oft gezogen? (1.531 Ziehungen seit 6.12.1995)  
Fehlt so viele Wochen (X= am 02.04.25 gezogen)

0	139	1	138	2	147	3	173	4	169
14	14	23	3	6	6	4	1		
5	161	6	169	7	157	8	140	9	138
7	7	X	4	4	2	2			

**Samstag:** Wie oft gezogen? (1.739 Ziehungen seit 7.12.1991)  
Fehlt so viele Wochen (X= am 05.04.25 gezogen)

0	178	1	179	2	173	3	166	4	174
3	3	35	8	4	2	2			
5	178	6	161	7	191	8	172	9	168
4	4	1	7	7	5	5			X

# Schauspieler Wilson Gonzalez Ochsenknecht über seinen neuen Lieblingskiosk

## „Alle freuen sich mit mir“

**Als liebenswerter und tollpatschiger Überlebenskünstler Fred übernimmt Wilson Gonzalez Ochsenknecht (35) in der ZDFneo-Comedyserie „Späti“ vorübergehend seinen Lieblingskiosk in Berlin und sorgt dabei für allerschweres Chaos. Im glüXmagazin spricht der Schauspieler über Ideen für eine weitere Staffel und verrät seine besonderen Glückszahlen.**

**glüXmagazin:** Sie sind Hauptdarsteller, Ideengeber und Co-Produzent von „Späti“. Wie sind Sie auf diesen Filmstoff gekommen?

**Wilson Gonzalez Ochsenknecht:** In meiner Rolle Fred stecken Geschichten von Freunden, die mit großen Träumen nach Berlin gezogen sind und lange versucht haben, Fuß zu fassen und ihren Weg zu finden. Den Späti finde ich als Spielort sehr interessant, weil die unterschiedlichsten Menschen dort ein- und ausgehen und sich immer wieder erzählenswerte Situationen ergeben.

**glüXmagazin:** Sie leben in Berlin, wo es an jeder Ecke einen Spätkauf gibt. Gehen Sie dort auch einkaufen?

**Wilson Gonzalez Ochsenknecht (lacht):** Es gibt genügend Spätis, bei denen ich ab und zu abhängen. In einigen hole ich meine Pakete ab, andere sind eher eine Mischung aus Café und Späti. In denen halte ich gerne Meetings ab. Jeder hat sein eigenes Flair.

**glüXmagazin:** Gab es während der Dreharbeiten eine Situation, die Ihnen besonders in Erinnerung geblieben ist?

**Wilson Gonzalez Ochsenknecht:** Eine Sache ist regelmäßig passiert: Menschen sind, während wir gefilmt haben, ganz selbstverständlich und unbeirrt in den Laden gekommen, um einzukaufen – trotz Kamera und Filmcrew. Der Moment, als sie an der Kasse standen und realisiert haben, dass sie an einem Filmset sind, war immer wieder witzig.

**glüXmagazin:** Als Schauspieler sind Sie in die Fußstapfen Ihres Vaters Uwe Ochsenknecht getreten. Beraten Sie sich mit ihm zu Projekten?

**Wilson Gonzalez Ochsenknecht:** Beraten nicht, aber wir sprechen darüber, woran wir jeweils arbeiten. Bei „Späti“ war es so, dass mein Vater sowie meine ganze Familie und mein Freundeskreis diese Idee über viele Jahre immer wieder gehört und verfolgt haben. Alle freuen sich mit mir, dass daraus wirklich diese Serie entstanden ist. Das bedeutet mir sehr viel.

**glüXmagazin:** Denken Sie schon über eine zweite Staffel nach, vielleicht auch mit einer Lottoannahmestelle im Späti?

**Wilson Gonzalez Ochsenknecht:** Absolut, es wäre schön, wenn es weitergeht. Die Lottoannahmestelle ist eine tolle Idee, die gehört in vielen Spätis oder Kiosken fest dazu. Was ich – ohne zu viel zu verraten – aber über die aktuellen Folgen sagen kann, ist, dass es eine Episode gibt, in der Rubbellose eine wichtige Rolle spielen.

**glüXmagazin:** Haben Sie schon einmal ein Rubbellos gekauft oder einen Lottoschein ausgefüllt?

**Wilson Gonzalez Ochsenknecht:**

Ja, beides mache ich ab und zu.

Meine Glückszahlen sind die 18, weil ich am 18. März Geburtstag habe, die 10, das war früher in den „Die wilden Kerle“-Filmen meine Trikotnummer und die 13, die ja eher eine Unglückszahl ist. Die habe ich gewählt, in der Hoffnung, dass sie vielleicht besonders viel Glück bringt, weil ich wenig Konkurrenz habe.

*Deborah Wirth freut sich auf lustige Folgen*



„Späti“ läuft ab dem 8. April dienstags um 21:45 Uhr auf ZDFneo und ist auch auf [zdf.de](http://zdf.de) zum Streamen verfügbar.

**Dienstag 01.04.2025 (14. VA)**



Spieleinsatz 30.571.748,00 €  
Gewinnzahlen Eurozahlen  
**12 17 39 41 50** **9 12**

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge: Eurozahlen:  
39 41 17 50 12 9 12

Klasse 1 (5+2)	unbesetzt	18.099.740,54 €
Klasse 2 (5+1)	1 x	1.314.585,10 €
Klasse 3 (5+0)	6 x	123.560,80 €
Klasse 4 (4+2)	12 x	10.190,50 €
Klasse 5 (4+1)	368 x	415,30 €
Klasse 6 (3+2)	846 x	198,70 €
Klasse 7 (4+0)	898 x	136,10 €
Klasse 8 (2+2)	11.830 x	32,90 €
Klasse 9 (3+1)	18.813 x	23,10 €
Klasse 10 (3+0)	43.146 x	19,10 €
Klasse 11 (1+2)	63.317 x	16,20 €
Klasse 12 (2+1)	283.120 x	10,90 €

**Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen**

04.03.2025	4	12	35	37	48	4	10
11.03.2025	15	18	22	23	44	1	11
18.03.2025	1	7	14	47	50	3	7
25.03.2025	3	11	30	35	50	4	5

**Gewinnzahlen Statistik 5aus50**

1	13	2	2	17	9	3	16	4	11	4	5	7	30
6	18	33	7	18	2	8	11	37	9	20	6	10	14
11	23	1	12	16	19	13	25	19	14	12	17	15	3
16	19	12	17	19	18	18	12	3	19	10	20	24	11
21	15	8	22	14	3	23	19	3	24	18	25	8	32
26	20	13	27	11	19	28	5	17	29	14	30	1	18
31	16	5	32	16	18	33	11	31	34	17	35	16	1
36	18	14	37	19	4	38	18	5	39	18	40	14	10
41	15	x	42	14	5	43	18	9	44	3	45	16	24
46	11	9	47	17	2	48	15	4	49	19	50	14	x

**Eurozahlen Statistik 2aus12**

1	31	2	23	3	35	4	32	5	32
6	18	7	21	8	20	9	30	10	27
11	**22	12	**25	Wie oft gezogen? (nach 158 Ziehungen) Fehlt so viele Wochen					
3	3	x	2	* Spielbar seit 10.10.2014 ** Spielbar seit 25.03.2022					

**Eurojackpot:** Annahmeschluss dienstags und freitags 19:00 Uhr. Bekanntgabe der Gewinnzahlen auf [www.lotto.de](http://www.lotto.de).  
Chance Kl. 1: 1 zu rd. 140 Millionen

**Samstag 05.04.2025 (14. VA)**



Spieleinsatz 4.030.423,50 €

Klasse 1:.....3	=	80.736,2	x	10 €
Klasse 2:.....21	=	7.692,5	x	25 €
Klasse 3:.....183	=	805,2	x	100 €
Klasse 4:.....0697	=	85,4	x	1.000 €
Klasse 5:.....57626	=	7,6	x	10.000 €
Klasse 6:.....798977	=	1,0	x	100.000 €
.....102591	=	Gewinn 2,1 Mio. €		
Klasse 7:.....2529713	=	1,0	bzw.	10.000 € monatlich
				20 Jahre lang

**GlücksSpirale:** Annahmeschluss samstags 19:00 Uhr  
Gewinnchance Klasse 7: 1 zu 10 Millionen

**Freitag 04.04.2025 (14. VA)**



Spieleinsatz 44.301.088,00 €  
Gewinnzahlen Eurozahlen  
**19 23 29 37 38** **2 8**

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge: Eurozahlen:  
19 38 29 37 23 8 2

Klasse 1 (5+2)	unbesetzt	27.475.892,14 €
Klasse 2 (5+1)	4 x	476.236,60 €
Klasse 3 (5+0)	5 x	214.860,20 €
Klasse 4 (4+2)	39 x	4.543,70 €
Klasse 5 (4+1)	697 x	317,70 €
Klasse 6 (3+2)	1.959 x	126,40 €
Klasse 7 (4+0)	1.368 x	126,40 €
Klasse 8 (2+2)	29.263 x	19,30 €
Klasse 9 (3+1)	34.160 x	18,40 €
Klasse 10 (3+0)	72.345 x	16,50 €
Klasse 11 (1+2)	150.317 x	9,90 €
Klasse 12 (2+1)	487.714 x	9,20 €

**Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen**

07.03.2025	7	11	12	32	42	1	4
14.03.2025	6	13	28	37	45	5	10
21.03.2025	8	9	12	14	16	6	12
28.03.2025	2	15	19	34	49	2	6

**Gewinnzahlen Statistik 5aus50**

1	74	2	66	3	65	4	72	5	65
6	67	7	72	8	73	9	70	10	65
11	72	4	12	65	2	13	67	73	70
16	74	2	17	74	8	18	79	19	75
21	74	5	22	67	32	23	69	24	60
26	58	6	27	57	8	28	3	29	68
31	68	11	32	70	4	33	63	34	80
36	58	6	37	62	x	38	70	39	70
41	73	19	42	64	4	43	64	44	64
46	72	10	47	64	9	48	51	49	80
									59
									7

**Eurozahlen Statistik 2aus12**

1	123	2	122	3	143	4	130	5	146
6	136	7	141	8	152	9	110	10	104
11	**24	12	**31	Wie oft gezogen? (nach 681 Ziehungen) Fehlt so viele Wochen					
6	6	2	2	* Spielbar seit 10.10.2014 ** Spielbar seit 25.03.2022					

**Eurojackpot:** Annahmeschluss dienstags und freitags 19:00 Uhr. Bekanntgabe der Gewinnzahlen auf [www.lotto.de](http://www.lotto.de).  
Chance Kl. 1: 1 zu rd. 140 Millionen

**Samstag 05.04.2025 (14. VA)**



Spieleinsatz 414.999,00 €

Klasse 1:.....58653	=	unbes.	10.000 €
.....12759	=		
Klasse 2:.....055965	=	unbes.	Gewinn 600.000 €
			bzw. 5.000 € monatlich
			10 Jahre lang
Klasse 3:.....9569875	=	unbes.	1.000.000 €
.....6052805	=		
.....9913733	=		
Gewinnchance Klasse 3: 1 zu 3.333.333			

**SPIEL** Spielteilnahme ab 18 Jahren. Glücksspiel kann süchtig machen. Infos unter: [www.check-dein-spiel.de](http://www.check-dein-spiel.de)  
**NICHT BIS ZUR** Hotline des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit (BIÖG):  
**SUCHT** 0800 1 372 700 (kostenlos und anonym)



Montag, 31.03.2025

3	4	18	29	30
33	34	36	37	41
42	46	51	52	53
55	63	64	67	68

**plus 5** 4 5 0 8 7

Dienstag, 01.04.2025

3	4	5	8	9
14	16	17	20	31
32	36	37	44	47
50	54	59	63	70

**plus 5** 9 8 8 0 9

Mittwoch, 02.04.2025

4	5	9	11	12
16	18	20	21	36
41	42	46	47	49
50	54	55	61	67

**plus 5** 8 1 7 3 9

Donnerstag, 03.04.2025

1	4	8	10	13
16	19	22	25	26
32	39	41	42	45
48	50	51	56	70

**plus 5** 8 6 3 9 0

Freitag, 04.04.2025

5	6	7	9	15
16	17	18	19	27
34	35	48	52	54
58	59	60	64	65

**plus 5** 4 9 3 7 3

Samstag, 05.04.2025

5	6	9	14	19
20	27	28	29	33
35	38	40	41	45
46	50	56	60	70

**plus 5** 7 5 1 3 1

Sonntag, 06.04.2025

1	4	5	7	22
24	28	31	32	35
37	38	41	42	49
51	54	55	61	63

**plus 5** 2 6 7 1 0

**14. Veranstaltung (31.03.25 - 06.04.25)**

KENO Spieleinsatz: 2.685.049,00 €  
KENO Gewinnsumme: 1.189.239,00 €  
plus 5 Spieleinsatz: 194.696,25 €  
plus 5 Gewinnsumme: 90.391,00 €

**Ziehungsstatistik**

Wie oft gezogen? (Basis 2.2.2004, 7.404 Ziehungen)

1	2080	2	2187	3	2153	4	2045	5	2072	6	2103	7	2121
8	2135	9	2185	10	2155	11	2096	12	2095	13	2081	14	2080
15	2108	16	2105	17	2084	18	2108	19	2063	20	2175	21	2119
22	2034	23	2073	24	2116	25	2124	26	2130	27	2164	28	2123
29	2153	30	2055	31	2107	32	2160	33	2204	34	2077	35	2092
36	2153	37	2067	38	2145	39	2159	40	2119	41	2103	42	2082
43	2116	44	2138	45	2092	46	2069	47	2103	48	2090	49	2218
50	2147	51	2084	52	2118	53	2152	54	2076	55	2153	56	2108
57	2132	58	2131	59	2139	60	2133	61	2048	62	2068	63	2130
64	2193	65	2113	66	2161	67	2063	68	2106	69	2086	70	2123

Chance auf den Spitzengewinn (Keno-Typ 10) = 1:2.147.181

**KENO:** Annahmeschluss täglich 19:00 Uhr, KENO-Ziehung täglich 19:10 Uhr live im Internet: [www.keno.de](http://www.keno.de), Gewinnzahlen im MDR-VideoText Seite 599.

# GLÜCKSBILANZ

vom 31. März - 6. April



## Eurojackpot am Dienstag

1.314.585,10 Euro (Kl. 2)

1 x Polen

123.560,80 Euro (Kl. 3)

1 x Rheinland-Pfalz

1 x Finnland

2 x Norwegen

1 x Schweden

1 x Slowakei

## Eurojackpot am Freitag

476.236,60 Euro (Kl. 2)

1 x Bayern

2 x Nordrhein-Westfalen

1 x Finnland

214.860,20 Euro (Kl. 3)

1 x Dänemark

2 x Norwegen

1 x Slowakei

1 x Spanien

## TOTO Ergebnissette

144.655,00 Euro (Kl. 1)

1 x Bremen

1 x Niedersachsen

## LOTTO 6aus49 am Mittwoch

1.128.179,70 Euro (Kl. 2)

1 x Nordrhein-Westfalen

## LOTTO 6aus49 am Samstag

2.237.481,80 Euro (Kl. 2)

1 x Berlin

## Spiel 77 am Mittwoch

77.777 Euro (Kl. 2)

1 x Thüringen

## Spiel 77 am Samstag

977.777 Euro (Kl. 1)

1 x Nordrhein-Westfalen

## SUPER 6 am Mittwoch

100.000 Euro (Kl. 1)

1 x Hessen

## SUPER 6 am Samstag

100.000 Euro (Kl. 1)

1 x Baden-Württemberg

## GlücksSpirale

2.100.000 Euro (Kl. 7)

1 x Schleswig-Holstein

100.000 Euro (Kl. 6)

1 x Sachsen-Anhalt



## Film-Tipp

# Marianengraben



Paula durchlebt eine tiefe Trauerphase, nachdem ihr kleiner Bruder Tim in Triest im Meer ertrunken ist. Von Schuldgefühlen geplagt, scheint ihr Lebenswille erloschen. Als sie auf den alten Griesgram Helmut trifft, der die Urne seiner Ex-Frau nach Italien fahren will, sieht sie endlich wieder einen Hoffnungsschimmer: Nach Triest fahren, an den Strand, an dem ihr Bruder gestorben ist. Nur dort wird sie sich ihm endlich wieder nahe fühlen können. Während der abenteuerlichen Reise entwickelt sich mit Helmut eine unerwartete Freundschaft – und eine neue Lebensfreude erwacht. Basierend auf dem gleichnamigen Bestsellerroman von Jasmin Schreiber erzählt Regisseurin Eileen Byrne in ihrem bemerkenswerten Spielfilmdebüt eine zu Herzen gehende Geschichte über Verlust, Trauer und die Kraft, am Leben zu bleiben. In einer einfühlsamen Darbietung spielen Edgar Selge und Luna Wedler das ungleiche, aber herzerwärmende Duo.

## Zu gewinnen

Das glüXmagazin verlost 5 x 1 DVD von „Marianengraben“. Beantworten Sie einfach diese Frage: **Welche Stadt ist der Schauplatz von Paulas Trauer und Reise?** Teilnahmebedingungen, Einsendeschluss und Versandadresse finden Sie auf Seite 9. Kennwort: Marianengraben.



TV-Tipp: Sonntag, 13. April 2025, 20:15 Uhr, auf VOX

# Mälzer und Mraz liefern ab!

Frischer Wind aus dem Süden! Nachdem in zehn Ausgaben des Lieferservice-Duells kein eindeutiger Gewinner hervorging, steigen nun auch Köche außerhalb Hamburgs in den Wettbewerb. Der erste Herausforderer für Tim Mälzer ist Lukas Mraz – jung, unkonventionell und mit zwei Michelin-Sternen ausgezeichnet. Der Wiener ist bei VOX kein Unbekannter und bereits „Kitchen Impossible“ erprobt. Gemeinsam eröffnen Tim Mälzer und Lukas Mraz erneut den Pop-Up-Lieferservice an der Hamburger Außenalster. In jeder Runde kochen sie anhand anonymer Hinweise Gerichte, die anschließend persönlich an die Bestellenden geliefert werden. Doch wer diese sind, erfahren Tim und Lukas erst, wenn sie vor deren Haustür stehen. Ihre Kreationen werden mit bis zu fünf Sternen bewertet – auch halbe Sterne sind möglich. Der Koch, der am Ende mehr Sterne gesammelt hat, gewinnt das Duell und darf dem Verlierer die „Quittung des Tages“ überreichen.



Foto: RTL / Hendrik Lüders



## Mit dem Hausboot durch Irlands grüne Mitte

# Freiheit auf dem Wasser

Ein Urlaub auf dem Wasser vereint Ruhe, Freiheit und die Möglichkeit, Irland aus einer ganz besonderen Perspektive zu entdecken. Der Fluss Shannon, der sich über rund 370 Kilometer von den Quellen in den Cuilcagh Mountains bis zum Atlantik erstreckt, bietet eine einzigartige Kulisse aus Natur, Geschichte und irischer Lebensart.

Sanfte Wellen umspielen den Bug, während die Landschaft in sattem Grün vorbeizieht. In gemächlichem Tempo gleitet das Hausboot über den Shannon, Irlands längsten Fluss. Bei einer Geschwindigkeit von maximal zehn Stundenkilometern bleibt genug Zeit, die Natur in Ruhe zu genießen. Schwäne ziehen elegant vorbei, Kühe grasen entspannt am Ufer, und das Zwitschern der Vögel begleitet das sanfte Dahingleiten.

Für diese Reiseform ist kein Bootsführerschein erforderlich. Die modernen Hausboote sind leicht zu steuern und ermöglichen es auch Neulingen, die Wasserwege sicher zu erkunden. Ob kleinere Modelle für Paare oder geräumigere Boote für größere Gruppen – für alle gibt es das passende schwimmende Domizil. Komfortable Ausstattungen wie Außensteuerstände, Terrassen und private Nasszellen sorgen für ein angenehmes Bordleben.



*In malerischen Häfen legen die Hausboote an, etwa im Richmond Harbor von Cloondara.*

### Im eigenen Tempo

Ein Urlaub auf dem Hausboot bedeutet, das Tempo selbst zu bestimmen. Ob eine mehrstündige Fahrt oder ein entspannter Tag an Bord – die Route lässt sich individuell anpassen. Entlang des Shannon laden zahlreiche malerische Häfen zu einer Pause ein.

Auch kulinarisch hat die Region einiges zu bieten. In den gemütlichen Pubs entlang des Flusses lässt sich der Abend bei Live-Musik genießen. Spezialitäten wie Irish Stew, ein traditioneller Eintopf mit Lamm, Kartoffeln und Gemüse, frangfrischer Lachs



*Vorbei an saftigen Wiesen und grasenden Kühen geht es in gemütlicher Fahrt.*

*Clonmacnoise war ein bedeutendes religiöses und kulturelles Zentrum. Heute ist die Klosterruine eine der meistbesuchten Attraktionen Irlands.*



und der Klassiker Fish and Chips stehen auf vielen Speisekarten. Wer lieber selbst kocht, findet auf den lokalen Märkten eine Vielfalt an regionalen Zutaten – ideal für ein Essen an Deck mit Blick auf den Fluss.

## Kulturelle Schätze

Außer der idyllischen Natur gibt es entlang des Shannon zahlreiche kulturelle Schätze zu entdecken. Ein Highlight ist das historische Clonmacnoise, eine der berühmtesten Klosterruinen Irlands. Die Überreste der frühmittelalterlichen Siedlung erzählen von einer Zeit, in der dieser Ort ein bedeutendes religiöses und kulturelles Zentrum war. Besucherinnen und Besucher können die imposante Kathedrale, mehrere kleinere Kirchen sowie kunstvolle Hochkreuze bestaunen.

Auch das charmante Städtchen Dromod lädt zum Verweilen ein. Hier lohnt sich ein Besuch des Caravan- und Railway-Museums, das Einblicke in die Geschichte der irischen Eisenbahnen und des Reisens bietet.

Ein besonders geschichtsträchtiger Ort ist Strokestown. Die Historie der Stadt wurde rund 200 Jahre lang von der Großgrundbesitzerfamilie Mahon bestimmt. Ihr eindrucksvolles Herrenhaus, das Strokestown House, zeugt noch heute von dieser Zeit. Während der Großen Hungersnot Mitte der 1840er-Jahre haben die Landbesitzer Tausende hungernde Pächterinnen und Pächter vertrieben – eine Tragödie, die am 2. November 1845 in der

*Petri Heil: Fangfrischer Fisch steht auf vielen Speisekarten in den Lokalen entlang des Shannon.*

Ermordung von Major Denis Mahon durch Einheimische gipfelte. Das Herrenhaus wurde 1982 von der Familie aufgegeben und beherbergt heute das Nationale Museum zur Hungersnot, das an diese dunkle Episode der irischen Geschichte erinnert.

## Irische Gelassenheit

Wer mit dem Hausboot unterwegs ist, taucht tief in die entspannte Lebensweise Irlands ein. Die Menschen entlang des Flusses begegnen Reisenden mit Herzlichkeit, grüßen freundlich und stehen gerne mit Rat und Tat zur Seite. Die ruhige Fahrt auf dem Wasser und die einzigartige Atmosphäre machen eine Reise auf dem Shannon zu einer unvergleichlichen Erfahrung – eine Mischung aus Naturerlebnis, Abenteuer und irischer Gastfreundschaft.

*Sabine Zoller ließ sich auf dem Shannon treiben*





## 1. Preis: Eine Dampfbügelstation „CareStyle 1“ von Braun

Die Dampfbügelstation „CareStyle 1“ von Braun bietet schnellere und einfachere Bügel-ergebnisse als ein herkömmliches Bügeleisen. Die neue Super Ceramic-Beschichtung sorgt für ein gleichmäßiges Gleiten und ist 60 Prozent widerstandsfähiger als die vorherige Keramikplatte. Der Präzisionsthermostatkopf ermöglicht vier unterschiedliche Temperatureinstellungen. Zudem stellt der große 1,5-Liter-Wassertank mehr als eine Stunde ununterbrochenes Bügeln sicher, um die besten Ergebnisse zu erzielen.

[www.braunhousehold.com](http://www.braunhousehold.com)



## 2.-4. Preis: Je eine DVD-Doppelbox: „Der König der Löwen“ & „Mufasa: Der König der Löwen“



In „Mufasa: Der König der Löwen“ begeben sich zwei Freunde auf eine spannende Reise voller Tapferkeit und Abenteuer. Auf ihrem Weg zum Erwachsenwerden müssen sie viele Hindernisse überwinden und ihren Platz im ewigen Kreislauf des Lebens finden. „Mufasa: Der König der Löwen“ ist die Vorgeschichte des ikonischen Disney-Klassikers, in der der oscarprämierte Regisseur Barry Jenkins die unerwartete Geschichte von Mufasas Aufstieg zum geliebten König des geweihten Landes erzählt. Wir verlosen die DVD-Doppelbox von „Der König der Löwen“ & „Mufasa: Der König der Löwen“.

[www.leoninedistribution.com](http://www.leoninedistribution.com)

## 5.-7. Preis: Je ein Roman „Der Küstenpfad“

Vier Frauen und drei Männer, die sich über ein Online-Portal kennengelernt haben, wollen über den Küstenpfad von Wolgast nach Wismar wandern. Was idyllisch beginnt, verwandelt sich in einen Albtraum, als einer der Wanderer ermordet aufgefunden wird.

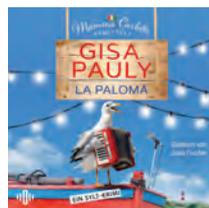
[www.penguinrandomhouse.de](http://www.penguinrandomhouse.de)



## 8.-10. Preis: Je ein Hörbuch „LA PALOMA“

Hobby-Detektivin Mamma Carlotta weilt wieder einmal bei den Enkeln auf Sylt. Dorthin kehrt auch die ehemalige Operettensängerin Lydia Warenholz nach vielen Jahren zurück, um ihre Karriere neu zu starten. Aber am Tag nach ihrem großen Konzert wird sie mausetot aufgefunden!

[www.hoerbuch-hamburg.de](http://www.hoerbuch-hamburg.de)



# Sudoku

## Anleitung:

Füllen Sie die leeren Felder so aus, dass in jedem 3 x 3-Kästchen, jeder Zeile und jeder Spalte alle Zahlen von 1 bis 9 stehen.

## Anfänger

7	9		1			5		
6			7		5	1		3
5	1		4					8
9		5				3	1	6
2		1		8	6			
				5	1	7	8	2
	2	9	5	4	7			
4						2	5	7
	5			2	3			9

## Profi

7								
					1	7		2
4			9		6			
	9				2		7	8
		2	5	8				
5	3							6
	6	1				4	8	5
9		3				4	1	
			6	1				

## Lösung KW 14/2025

### Anfänger

2	3	7	5	9	8	6	1	4
6	9	8	7	4	1	3	2	5
4	1	5	2	3	6	9	7	8
9	8	1	3	2	4	7	5	6
7	2	4	6	8	5	1	3	9
5	6	3	1	7	9	8	4	2
1	5	2	9	6	3	4	8	7
8	7	6	4	1	2	5	9	3
3	4	9	8	5	7	2	6	1

### Profi

4	6	5	8	2	3	9	1	7
2	7	1	6	4	9	8	5	3
8	3	9	5	1	7	2	4	6
5	1	6	7	3	2	4	9	8
9	2	8	4	6	1	3	7	5
7	4	3	9	5	8	6	2	1
6	9	4	3	7	5	1	8	2
3	5	2	1	8	4	7	6	9
1	8	7	2	9	6	5	3	4

## Teilnahmebedingungen Kreuzworträtsel:

Senden Sie die Lösung per Postkarte an: **glüXmagazin, Postfach 30 07 65, 56029 Koblenz**. Sie können die Lösung auch per E-Mail an [gewinnspiel@gluexmagazin.com](mailto:gewinnspiel@gluexmagazin.com) senden. Bitte tragen Sie das **Lösungswort in den Betreff** der E-Mail ein und schreiben in die Nachricht Ihren Vor- und Nachnamen sowie Ihre vollständige Anschrift. Einsendeschluss ist der **14.04.2025**. Es zählt das Datum des Poststempels bzw. bis 23:59 Uhr muss Ihre E-Mail eingegangen sein. Sollten mehr richtige Lösungen eingehen, als Preise vorhanden sind, entscheidet das Los. Gewinne können weder umgetauscht noch ausbezahlt werden (Rechtsweg ausgeschlossen. Teilnahme ab 18 Jahren). Mitarbeitende der Lotto-Gesellschaften in

der glüXmagazin-Kooperation und deren Angehörige sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Nur ausreichend frankierte Einsendungen nehmen am Gewinnspiel teil. Personenbezogene Daten werden ausschließlich zur Durchführung des Gewinnspiels verarbeitet und nicht an Dritte weitergegeben.

### Auslosung Kreuzworträtsel, Nr. 13/2025:

Ein Pizzaofen von G3Ferrari geht an eine Gewinnerin aus Neubukow.

Alle Gewinnerinnen und Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.

## Allgemeine Teilnahmebedingungen:

Für alle weiteren Gewinnspiele in diesem glüXmagazin gilt die nachfolgende Regelung: Schreiben Sie das entsprechende Kennwort sowie die Lösung auf eine Postkarte und schicken Sie diese ausreichend frankiert an die folgende Adresse: **glüXmagazin, Postfach 30 07 65, 56029 Koblenz**. Per E-Mail an [gewinnspiel@gluexmagazin.com](mailto:gewinnspiel@gluexmagazin.com) können Sie ebenfalls teilnehmen: Bitte tragen Sie das entsprechende **Kennwort in den Betreff** der E-Mail ein und schreiben in die Nachricht die Antwort auf die Gewinnspielfrage, Ihren Vor- und Nachnamen sowie Ihre Anschrift. Einsendeschluss ist der **14.04.2025**. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Teilnahme ist nur Personen über 18 Jahren gestattet. Von der Teilnahme ausgeschlossen sind Lotto-Mitarbeitende und deren Angehörige.

# Teuer erkauft

## 13er Ergebniswette / 6aus45 Auswahlwette

	Spiel	Gastgeber/Gast	Tendenz	Vorrunde	Letzte 2 Jahre		Gastgeber	Gast		
1. Bundesliga	1	SA FC Bayern München (1) - Borussia Dortmund (8)	7-2-1	1:1	4:2	0:2	SnUsS	SnNsS		
	2	SA Bayer 04 Leverkusen (2) - 1. FC Union Berlin (13)	7-2-1	2:1	5:0	4:0	SnSsS	nSuSs		
	3	SA TSG 1899 Hoffenheim (14) - 1. FSV Mainz 05 (4)	3-3-4	0:2	4:1	1:1	SuNuN	SSuNu		
	4	SA Borussia Mönchengladbach (6) - SC Freiburg (7)	**	4-3-3	1:3	0:0	0:3	SnSsU	UuUnn	
	5	SA VfL Bochum 1848 (17) - FC Augsburg (11)		4-3-3	0:1	3:2	1:1	nSnNn	uSsUn	
	6	SA Holstein Kiel (18) - FC St. Pauli (15)	*	3-3-4	1:3	3:4	3:4	SuNuU	nUsNu	
	7	SO VfB Stuttgart (9) - SV Werder Bremen (10)		6-2-2	2:2	0:2	2:0	nUnNS	nSnSs	
	8	SO Eintracht Frankfurt (3) - 1. FC Heidenheim 1846 (16)		6-2-2	4:0	-	2:0	nrSsN	nUsSn	
2. Bundesliga	9	SA 1. FC Kaiserslautern (4) - 1. FC Nürnberg (9)		4-3-3	0:0	0:0	3:1	suNsN	nSsNn	
	10	SO SC Paderborn 07 (5) - Fortuna Düsseldorf (7)	*	4-3-3	1:1	4:1	4:3	sUsN	nNsNs	
	11	SO Preußen Münster (15) - Karlsruher SC (10)		2-3-5	1:1	-	-	NnSuN	sNuNs	
	12	SO SSV Jahn Regensburg (18) - FC Schalke 04 (11)		2-2-6	0:2	-	-	NuNsN	sSuNs	
FR	13	SA AS Monaco (3) - Olympique Marseille (2)	*	5-2-3	1:2	2:3	3:2	sUSsN	snNns	
	14	SO Newcastle United (7) - Manchester United (13)		5-3-2	2:0	2:0	1:0	NsNsS	suSnu	
1. Liga England	15	SA Manchester City (5) - Crystal Palace (11)		4-4-2	2:2	4:2	2:2	SnuSj	SssJss	
	16	SA Brighton & Hove Albion (9) - Leicester City (19)		7-2-1	2:2	5:2	-	ssUnN	nNnNn	
	17	SA Nottingham Forest (3) - FC Everton (15)		6-3-1	2:0	2:2	0:1	usSsN	UuuNu	
	18	SA FC Southampton (20) - Aston Villa (6)		1-1-8	0:1	0:1	-	NnnuN	sNSSs	
	19	SA FC Arsenal (2) - FC Brentford (12)		6-2-2	3:1	1:1	2:1	UussU	unSNu	
	20	SO FC Chelsea (4) - Ipswich Town (18)		8-1-1	0:2	-	-	ssNsU	NNnSn	
	21	SO Wolverhampton Wanderers (17) - Tottenham Hotspur (14)	*	2-4-4	2:2	1:0	2:1	nuSsS	nuNNs	
1. Liga Italien	22	SA FC Venedig (19) - AC Monza (20)	**	5-3-2	2:2	-	-	UuuU	nNuNn	
	23	SA Juventus Turin (5) - US Lecce (17)		7-2-1	1:1	2:1	1:0	snNsU	NnNnu	
	24	SO Atalanta Bergamo (3) - FC Bologna (4)		5-3-2	1:1	0:2	1:2	uSnNn	ssSsS	
	25	SO Hellas Verona (14) - CFC Genua 1893 (12)	*	3-3-4	2:0	-	1:2	NnSuU	uUsNs	
	26	SO AC Florenz (8) - Parma Calcio (16)		6-2-2	1:1	-	-	sNssU	NuUuu	
	27	SA Real Sociedad San Sebastian (8) - RCD Mallorca (10)		5-3-2	0:1	1:0	1:0	NnUsS	uUsNn	
1. Liga Spanien	28	SA FC Getafe (11) - UD Las Palmas (19)		5-3-2	2:1	-	3:3	NsSsS	UNuUn	
	29	SA Celta Vigo (7) - Espanyol Barcelona (16)		6-2-2	1:3	2:2	-	UsSuS	SuNuS	
	30	SA CD Leganes (18) - FC Barcelona (1)		1-2-7	1:0	-	-	NsNnN	sSssu	
	31	SO CA Osasuna (14) - Girona FC (13)	*	4-3-3	0:4	2:1	2:4	NunNU	uUuNn	
	32	SO Deportivo Alaves (17) - Real Madrid (2)		2-2-6	2:3	-	0:1	UsUnS	NsSsn	
1. Liga Frankreich	33	SA Toulouse FC (11) - Lille OSC (7)		3-3-4	1:2	0:2	3:1	SuNnN	NsNsN	
	34	SA RC Strasbourg Alsace (4) - OGC Nizza (6)		3-3-4	1:2	2:0	1:3	SsSsS	SnuNn	
	35	SO AS Saint-Etienne (17) - Stade Brestois (8)		3-3-4	0:4	-	-	unUnN	NsuSs	
	36	SO Angers SCO (14) - Montpellier Herault SC (18)		4-3-3	3:1	2:1	-	nNnnN	NnNnN	
	37	SO Le Havre AC (15) - Stade Rennais FC (12)	*	2-3-5	0:1	-	0:1	SuNsS	SnNsN	
	38	SA FC Ingolstadt 04 (5) - Hannover 96 II (19)		6-3-1	4:0	-	-	NnSsU	NUsUn	
	39	SA SpVgg Unterhaching (20) - VfB Stuttgart II (17)		2-2-6	2:3	-	-	UnNnN	snSsN	
	40	SA Rot-Weiss Essen (13) - FC Erzgebirge Aue (9)	*	3-4-3	1:2	2:1	1:1	sNuNs	sNnNs	
	3. Liga	41	SA Hansa Rostock (8) - SC Verl (6)		3-4-3	0:1	-	-	ssNuN	sSnsS
		42	SA SG Dynamo Dresden (1) - VfL Osnabrück (14)		6-2-2	3:0	3:2	-	SuUsS	nSnSu
43		SA Alemannia Aachen (12) - SV Sandhausen (18)		4-4-2	0:4	-	-	nSsSn	uNnNn	
44		SO Waldhof Mannheim (15) - TSV 1860 München (11)		3-4-3	0:3	3:1	1:0	NsSuU	sUsNs	
45		SO Borussia Dortmund II (16) - Energie Cottbus (2)		2-2-6	3:3	-	-	NuUuU	NuSsN	

\* = remisverdächtig \*\* = stark remisverdächtig

Borussia Dortmund schießt sich aus der Krise. Mit dem 4:1-Auswärtserfolg in Freiburg bleiben die Westfalen weiter im Rennen um die Europapokal-Plätze. Es war der zweite Sieg in Serie für das Team um Kapitän Emre Can. Am kommenden Spieltag müssen die Westfalen auswärts beim FC Bayern München ran (TOTO-Spiel Nr. 1). Der Rekordmeister hatte im bayerischen Duell gegen den FC Augsburg einen Arbeitssieg gefeiert. Die drei Punkte waren teuer erkauft. Nationalspieler Jamal Musiala (Foto) zog sich einen Muskelbündelriss zu und droht, mehrere Wochen auszufallen. Der kreative Kopf dürfte für die Münchner bei den kommenden Aufgaben schwer zu ersetzen sein.



Foto: picture alliance/dpa/Reuterfoto

## TOTO-Ergebnisse vom 05./06.04.2025

	Ergebnis	Tipp
1	SV Werder Bremen - Eintracht Frankfurt	2:0 1
2	RB Leipzig - TSG 1899 Hoffenheim	3:1 1
3	1. FC Heidenheim 1846 - Bayer 04 Leverkusen	0:1 2
4	SC Freiburg - Borussia Dortmund	1:4 2
5	1. FSV Mainz 05 - Holstein Kiel	<b>1:1</b> 0
6	VfL Bochum 1848 - VfB Stuttgart	0:4 2
7	FC St. Pauli - Borussia Mönchengladbach	<b>1:1</b> 0
8	1. FC Union Berlin - VfL Wolfsburg	1:0 1
9	1. FC Köln - Hertha BSC	0:1 2
10	FC Schalke 04 - SSV Ulm 1846	2:1 1
11	SV Elversberg - SSV Jahn Regensburg	6:0 1
12	1. FC Magdeburg - 1. FC Kaiserslautern	2:0 1
13	Manchester United - Manchester City	0:0 0

14	1:1*	21	3:1	28	1:2	35	0:2	42	1:1
15	2:1	22	1:3	29	1:1	36	0:1	43	0:1
16	1:2	23	<b>2:2</b>	30	1:3	37	0:1	44	<b>3:3</b>
17	<b>2:2</b>	24	1:1	31	1:2	38	3:1	45	1:3
18	2:1	25	0:0	32	2:1	39	2:1		
19	0:0	26	1:1	33	2:1	40	<b>2:2</b>		
20	3:2	27	0:1	34	1:0	41	5:1		

grün = Gewinnspiele Auswahlwette 6aus45, \* = Zusatzspiel, E = Ersatzauslosung

### Wichtig für den TOTO-Wettbewerb vom 12./13.04.2025

Spiele 1-13 = 13er Ergebniswette  
 Spiele 1-45 = 6aus45 Auswahlwette  
 Spiele 1-45 = Meisterschaftsspiele  
 Spiele 1-8 = 1. Bundesliga  
 Spiele 9-12 = 2. Bundesliga  
 Spiel 13-33-37 = 1. Liga Frankreich  
 Spiele 14-21 = 1. Liga England  
 Spiele 22-26 = 1. Liga Italien  
 Spiele 27-32 = 1. Liga Spanien  
 Spiele 38-45 = 3. Liga

Form: s/S = Sieg, u/U = Unentschieden, n/N = Niederlage, kleine Buchstaben = Heimspiel, große Buchstaben = Auswärtsspiel, (F) = Frauen. Wertung nach der regulären Spielzeit (Verlängerungen werden nicht berücksichtigt). Zahlen in Klammern = Tabellenstand. Älteste Ergebnisse/Form von links nach rechts.

## Wettrunde vom 05./06.04.2025 (14. VA)



Jackpot in Klasse 1:  
rund 100.000 Euro

Spieleinsatz 803.134,00 €  
Gewinnreihe

<b>1 1 2 2 0 2 0 1 2 1 1 1 0</b>
Klasse 1 (13 Richtige) 2 x 144.655,00 €
Klasse 2 (12 Richtige) 80 x 1.204,70 €
Klasse 3 (11 Richtige) 1.293 x 74,50 €
Klasse 4 (10 Richtige) 10.741 x 11,20 €

Chance auf den Höchstgewinn: 1:1.594.323



Jackpot in Klasse 1:  
rund 100.000 Euro

Spieleinsatz 147.347,85 €  
Gewinnspiele Zusatzspiel

<b>5 7 17 23 40 44 14</b>
Klasse 1 (6) unbesetzt 80.972,40 €
Klasse 2 (5+ZS) unbesetzt 10.121,40 €
Klasse 3 (5) 8 x 690,60 €
Klasse 4 (4) 225 x 49,10 €
Klasse 5 (3+ZS) 330 x 16,70 €
Klasse 6 (3) 3.889 x 4,70 €

Chance auf den Höchstgewinn: 1:8.145.060

1. Bundesliga	Sp	T	P	Heim	Ausw				
1. Bayern München	28	81:27	68	12	1	9	4	1	
2. Bayer Leverkusen (M,P)	28	63:34	62	9	3	2	9	5	0
3. Eintracht Frankfurt	28	55:42	48	8	3	3	6	3	5
4. FSV Mainz 05	28	46:32	46	6	5	3	7	2	5
5. RB Leipzig	28	44:35	45	8	4	2	4	5	5
6. Bor. Mönchengladbach	28	45:41	44	7	2	5	6	3	5
7. SC Freiburg	28	38:44	42	8	2	4	4	4	6
8. Borussia Dortmund	28	52:43	41	8	3	3	4	2	8
9. VfB Stuttgart	28	51:44	40	6	2	6	5	5	4
10. Werder Bremen	28	45:53	39	4	4	6	7	2	5
11. FC Augsburg	28	31:39	39	6	4	4	4	5	5
12. VfL Wolfsburg	28	49:42	38	3	6	5	7	2	5
13. 1. FC Union Berlin	28	26:40	33	5	4	5	4	2	8
14. TSG 1899 Hoffenheim	28	34:52	27	3	5	6	3	4	7
15. FC St. Pauli (N)	28	23:34	26	3	4	7	4	1	9
16. 1. FC Heidenheim	28	32:53	22	3	1	10	3	3	8
17. VfL Bochum	28	28:59	20	3	3	8	2	2	10
18. Holstein Kiel (N)	28	39:68	18	3	2	9	1	4	9

1. Bundesliga Formtab. (6 Sp.)	Sp	S	U	N	T	Diff.	P
1. Bayer Leverkusen	6	5	0	1	14:7	7	15
2. Bayern München	6	4	1	1	16:8	8	13
3. Borussia Dortmund	6	4	0	2	15:5	10	12
4. FSV Mainz 05	6	3	2	1	11:8	3	11
5. FC Augsburg	6	3	2	1	7:4	3	11
6. Bor. Mönchengladbach	6	3	1	2	10:9	1	10
7. 1. FC Union Berlin	6	3	1	2	6:10	-4	10
8. Werder Bremen	6	3	0	3	10:11	-1	9
9. RB Leipzig	6	2	2	2	8:6	2	8
10. 1. FC Heidenheim	6	2	2	2	7:8	-1	8
11. SC Freiburg	6	1	3	2	9:8	1	6
12. TSG 1899 Hoffenheim	6	1	3	2	5:7	-2	6
13. Eintracht Frankfurt	6	2	0	4	6:13	-7	6
14. VfB Stuttgart	6	1	2	3	11:11	0	5
15. VfL Wolfsburg	6	1	2	3	4:6	-2	5
16. FC St. Pauli	6	1	2	3	5:9	-4	5
17. Holstein Kiel	6	1	2	3	5:11	-6	5
18. VfL Bochum	6	1	1	4	6:14	-8	4

2. Bundesliga	Sp	T	P	Heim	Ausw				
1. Hamburger SV	28	61:32	52	7	7	0	7	3	4
2. 1. FC Köln (A)	28	42:33	50	7	3	4	8	2	4
3. 1. FC Magdeburg	28	55:41	46	3	7	4	9	3	2
4. 1. FC Kaiserslautern	28	49:43	46	7	5	2	6	2	6
5. SC Paderborn 07	28	47:37	45	7	2	5	5	7	2
6. SV Elversberg	28	51:32	44	8	2	5	4	6	3
7. Fortuna Düsseldorf	28	45:41	44	6	4	5	6	4	3
8. Hannover 96	28	34:27	43	7	6	1	4	4	6
9. 1. FC Nürnberg	28	47:44	41	8	2	4	4	3	7
10. Karlsruher SC	28	46:49	40	7	3	4	4	4	6
11. FC Schalke 04	28	48:50	37	6	2	6	4	5	5
12. Hertha BSC	28	42:44	35	3	2	8	7	3	5
13. Darmstadt 98 (A)	28	47:45	34	6	4	4	3	3	8
14. SpVgg Greuther Fürth	28	40:52	34	5	4	5	4	3	7
15. Preußen Münster (N)	28	28:36	27	3	5	6	3	4	7
16. Eintracht Braunschweig	28	28:52	27	5	4	5	1	5	8
17. SSV Ulm 1846 (N)	28	28:35	23	3	4	6	1	7	7
18. Jahn Regensburg (N)	28	16:61	19	5	3	6	0	1	13

3. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw				
1. Dynamo Dresden	31	59:33	59	9	5	1	8	3	5
2. Energie Cottbus (N)	31	55:39	55	9	4	2	7	3	6
3. Arminia Bielefeld	31	47:32	53	8	4	3	7	4	5
4. 1. FC Saarbrücken	31	44:34	52	8	4	3	6	6	4
5. FC Ingolstadt 04	31	61:49	49	9	5	2	4	5	6
6. SC Verl	31	48:42	49	6	7	3	7	3	5
7. Viktoria Köln	31	49:42	47	10	1	5	4	4	7
8. Hansa Rostock (A)	30	41:37	45	9	5	2	4	1	9
9. Erzgebirge Aue	31	43:49	43	8	3	5	5	1	9
10. SV Wehen Wiesbaden (A)	31	44:48	42	6	3	6	5	6	5
11. TSV 1860 München	31	46:53	42	5	3	7	7	3	6
12. Alemannia Aachen (N)	31	33:34	40	5	8	3	4	5	6
13. Rot-Weiss Essen	31	41:46	40	7	5	4	4	2	9
14. VfL Osnabrück (A)	31	41:47	39	6	4	5	4	5	7
15. SV Waldhof Mannheim	31	37:36	38	7	5	3	2	6	8
16. Borussia Dortmund II	31	44:46	37	6	5	5	3	5	7
17. VfB Stuttgart II (N)	31	41:52	37	9	1	5	1	6	9
18. SV Sandhausen	31	44:52	32	6	2	8	2	6	7
19. Hannover 96 II (N)	31	40:62	27	4	2	9	3	4	9
20. SpVgg Unterhaching	30	34:59	19	3	6	6	0	4	11

3. Liga Formtab. (6 Sp.)	Sp	S	U	N	T	Diff.	P
1. Dynamo Dresden	6	4	2	0	10:3	7	14
2. TSV 1860 München	6	4	1	1	11:4	7	13
3. Arminia Bielefeld	6	4	1	1	12:6	6	13
4. SC Verl	6	4	0	2	11:10	1	12
5. SV Waldhof Mannheim	6	3	2	1	8:6	2	11
6. Hansa Rostock	6	3	1	2	9:5	4	10
7. FC Ingolstadt 04	6	3	1	2	12:11	1	10
8. VfL Osnabrück	6	3	1	2	6:5	1	10
9. Rot-Weiss Essen	6	3	1	2	5:6	-1	10
10. Alemannia Aachen	6	3	0	3	8:5	3	9

11. VfB Stuttgart II	6	3	0	3	9:10	-1	9
12. Erzgebirge Aue	6	3	0	3	7:8	-1	9
13. 1. FC Saarbrücken	6	2	2	2	6:8	-2	8
14. Viktoria Köln	6	2	1	3	8:9	-1	7
15. Energie Cottbus	6	2	1	3	7:11	-4	7
16. Hannover 96 II	6	1	2	3	11:14	-3	5
17. SV Wehen Wiesbaden	6	1	2	3	5:9	-4	5
18. Borussia Dortmund II	6	0	4	2	4:6	-2	4
19. SV Sandhausen	6	0	1	5	7:13	-6	1
20. SpVgg Unterhaching	6	0	1	5	5:12	-7	1

England 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw				
1. FC Liverpool (L)	31	72:30	73	12	2	1	10	5	1
2. FC Arsenal	31	56:26	62	10	4	1	7	7	2
3. Nottingham Forest	31	51:37	57	9	4	2	8	2	6
4. FC Chelsea	31	54:37	53	9	4	2	6	4	6
5. Manchester City (M)	31	57:40	52	9	3	3	6	4	6
6. Aston Villa	31	46:46	51	8	7	1	6	2	7
7. Newcastle United	29	49:39	50	8	2	4	7	3	5
8. FC Fulham	31	47:42	48	7	5	4	6	4	5
9. Brighton & Hove Albion	31	49:47	47	6	6	3	6	5	5
10. AFC Bournemouth	31	51:40	45	6	3	6	6	6	4
11. Crystal Palace	30	39:35	43	5	5	6	6	5	3
12. FC Brentford	31	51:47	42	7	4	5	5	2	8
13. Manchester United (P)	31	37:41	38	6	3	7	4	5	6
14. Tottenham Hotspur	31	58:45	37	6	3	7	5	1	9
15. FC Everton	31	33:38	35	4	8	4	3	6	6
16. West Ham United	31	35:52	35	5	3	8	4	5	6
17. Wolverhampton Wanderers	31	43:59	32	4	2	9	5	3	8
18. Ipswich Town (N)	31	31:65	20	1	4	11	3	4	8
19. Leicester City (N)	30	25:67	17	2	3	10	2	2	11
20. FC Southampton (N)	31	23:74	10	1	2	12	1	2	13

Frankreich 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw				
1. Paris Saint-Germain (M,P)	28	80:26	74	12	2	0	11	3	0
2. Olympique Marseille	28	57:38	52	7	4	3	9	0	5
3. AS Monaco	28	54:35	50	10	2	2	5	3	6
4. Racing Straßburg	28	46:35	49	8	4	1	6	3	6
5. Olympique Lyon	28	54:38	48	9	2	3	5	4	5
6. OGC Nizza	28	52:35	47	8	4	2	5	4	5
7. OSC Lille	28	42:30	47	9	3	2	4	5	5
8. Stade Brest	28	44:43	43	8	3	3	5	1	8
9. RC Lens	28	32:30	42	6	2	6	6	4	4
10. AJ Auxerre (N)	28	39:39	38	7	5	2	3	3	8
11. FC Toulouse	28	37:36	34	4	4	6	5	3	6
12. Stade Rennes	28	38:38	32	7	1	7	3	1	9
13. FC Nantes	28	33:47	30	4	4	5	3	5	7
14. SCO Angers (N)	28	26:46	27	3	2	9	4	4	6
15. AC Le Havre	28	31:57	27	3	1	10	5	2	7
16. Stade Reims	28	29:42	26	3	4	8	3	4	6
17. AS St. Étienne (N)	28	28:64	23	5	2	6	1	3	11
18. Montpellier HSC	28	21:64	15	3	3	9	1	0	12

Italien 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw				
1. Inter Mailand (M)	31	69:30	68	11	3	1	9	5	2
2. SSC Neapel	30	47:24	64	11	2	2	8	5	2
3. Atalanta Bergamo	31	63:30	58	7	4	4	10	3	3
4. FC Bologna	30	50:34	56	9	5	1	6	6	3
5. Juventus Turin (P)	31	47:29	56	8	7	1	6	7	2
6. Lazio Rom	31	52:42	55	7	6	2	9	1	6
7. AS Rom	31	46:31	53	10	2	4	5	6	4
8. AC Florenz	31	49:32	52	10	3	3	5	4	6
9. AC Mailand	31	47:37	48	7	7	2	6	2	7
10. FC Turin	31	36:36	40	5	6	4	4	7	5
11. Udinese Calcio	31	36:42	40	7	2	6	4	5	7
12. CFC Genua	31	29:38	38	5	7	4	4	7	4
13. AC Como (N)	31	39:48	33	5	5	5	3	4	9
14. Hellas Verona	31	30:59	31	4	2	9	5	2	9
15. Cagliari Calcio	31	31:44	30	5	4	7	2	5	8
16. Parma Calcio (N)	31	37:51	27	4	5	7	1	7	7
17. US Lecce	31	22:50	26	3	6	7	3	2	10
18. FC Empoli	31	24:47	24	1	6	8	3	6	7
19. FC Venedig (N)	31	24:44	21	3	5	7	0	7	9
20. AC Monza	31	25:55	15	1	5	10	1	4	10

Spanien 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw				
1. FC Barcelona	30	83:29	67	11	1	3	10	3	2
2. Real Madrid (M)	30	63:31	63	12	1	2	7	5	3
3. Atlético Madrid	30	49:24	60	10	4	1	7	5</	

# Briegels TOTO-Tipp



Foto: Imago

„Die Walz von der Pfalz“ spielte in der Fußball-Bundesliga für den 1. FC Kaiserslautern und in Italien für Hellas Verona und Sampdoria Genua. Für uns tippt er die Begegnungen der Woche.

## Analyse zu Spiel 1:



FC Bayern München  
–  
Borussia Dortmund



Mein Tipp: 3:2 | 1

Verletzungssorgen beim Rekordmeister – und das ausgerechnet in der entscheidenden Phase der Saison. Trotz dieser Herausforderungen konnte der FC Bayern zuletzt mit einem 3:1-Sieg gegen den FC Augsburg wichtige Punkte im Titelrennen sichern. Dortmund hingegen präsentierte sich in den vergangenen beiden Partien stabiler, doch wie schnell diese Form wieder kippen kann, haben die Schwarzgelben in dieser Saison bereits mehrfach unter Beweis gestellt. Ein Duell also, in dem viel von der Tagesform abhängt.

Nr.	Begegnung	Tipp
1	FC Bayern München – Borussia Dortmund	1
2	Bayer 04 Leverkusen – 1. FC Union Berlin	1
3	TSG 1899 Hoffenheim – 1. FSV Mainz 05	2
4	Borussia M'gladbach – SC Freiburg	1
5	VfL Bochum 1848 – FC Augsburg	1

## Analyse zu Spiel 4:



Borussia M'gladbach  
–  
SC Freiburg



Mein Tipp: 3:1 | 1

Borussia Mönchengladbach kam zuletzt nicht über ein 1:1 gegen den FC St. Pauli hinaus, während der SC Freiburg eine deutliche 1:4-Niederlage gegen Borussia Dortmund hinnehmen musste. Für beide Teams zählt nun jeder Punkt im Kampf um die internationalen Plätze – ein Unentschieden wäre zu wenig, denn die Konkurrenz sitzt ihnen dicht im Nacken. Umso wichtiger wird es sein, in diesem direkten Duell ein klares Zeichen zu setzen und die eigenen Ambitionen zu untermauern.

Nr.	Begegnung	Tipp
6	Holstein Kiel – FC St. Pauli	0
7	VfB Stuttgart – SV Werder Bremen	1
8	Eintracht Frankfurt – 1. FC Heidenheim 1846	1
9	1. FC Kaiserslautern – 1. FC Nürnberg	1
10	SC Paderborn 07 – Fortuna Düsseldorf	1

## Analyse zu Spiel 7:



VfB Stuttgart  
–  
SV Werder Bremen



Mein Tipp: 3:1 | 1

Der VfB Stuttgart hat eine erfolgreiche Woche hinter sich: Nach dem Einzug ins DFB-Pokalfinale gewannen die Schwaben auch in der Bundesliga deutlich mit 4:0 beim VfL Bochum. Auch Werder Bremen kann zufrieden sein: Mit einem 2:0-Heimsieg gegen Eintracht Frankfurt wahrte das Team die Chance auf einen Europapokal-Platz. Nun treffen die Tabellenachbarn direkt aufeinander, und beide Mannschaften haben die Gelegenheit, Boden auf die oberen Tabellenränge gutzumachen.

Nr.	Begegnung	Tipp
11	Preußen Münster – Karlsruher SC	0
12	SSV Jahn Regensburg – FC Schalke 04	2
13	AS Monaco – Olympique Marseille	1

Der verbindliche Annahmeschluss für die TOTO 13er Ergebniswette ist am Samstag, 12. April 2025, um 15:00 Uhr.

# Rezept der Woche

## Ostertorte mit Schokoladeneiern

### Zutaten (für 10 Stücke)

#### Für die Böden:

80 g	Zartbitterschokolade
2 EL	Kakaopulver
1 Prise	Salz
1 TL	Backpulver
300 g	Mehl + etwas für die Formen
3	Eier
2 EL	Vanillezucker
150 g	Zucker
200 g	weiche Butter + etwas für die Formen
3-4 EL	Milch

#### Zum Füllen und Verzieren:

4 EL	Orangensaft
150 g	Butter (zimmerwarm)
1 EL	Speisestärke
1 EL	Zitronensaft
50 g	Zucker
250 g	frische Erdbeeren
	Zuckerperlen
	Zuckerblüten
	Schokoladen-Ostereier

### So wird's gemacht

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Zwei Springformen (circa 20 cm Durchmesser) mit Butter einfetten und mit Mehl ausstreuen. Die Schokolade hacken und über einem Wasserbad schmelzen lassen. Für die Böden die Butter mit Zucker und Vanillezucker cremig rühren. Die Eier nacheinander unterrühren. Das Mehl mit Backpulver, Salz und Kakao mischen, über die Masse sieben und unterheben. Die flüssige Schokolade mit der Milch einrühren. Den Teig gleichmäßig auf die vorbereiteten Springformen verteilen, glattstreichen und im heißen Ofen circa 35 Minuten backen (Stäbchenprobe machen). Herausnehmen, kurz abkühlen lassen, aus den Formen stürzen und vollständig auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Für die Buttercreme-Füllung die Erdbeeren waschen, putzen und pürieren. Das Püree durch ein feines Sieb streichen und mit Zucker, Zitronensaft und Spei-

sestärke in einen Topf geben. Unter Rühren aufkochen, bis die Masse eindickt. Anschließend auf Zimmertemperatur abkühlen lassen. Die Butter weiß-cremig aufschlagen und nach und nach die Erdbeermasse unterrühren. Falls nötig, kurz kaltstellen. Einen Kuchenboden mit Orangensaft beträufeln und mit der Buttercreme bestreichen. Den zweiten Boden daraufsetzen und die Torte rundherum mit der restlichen Creme einstreichen. Mindestens eine Stunde kaltstellen. Vor dem Servieren mit Schokoladen-Ostereiern, Zuckerblüten und Zuckerperlen dekorieren.



Foto: Cookbutler.com

## Ihr Wochen-Horoskop



**Steinbock** 22.12.–20.01.

Es bieten sich in dieser Woche vielversprechende berufliche Chancen. Nutzen Sie diese.



**Wassermann** 21.01.–19.02.

Aktivitäten an der frischen Luft machen Ihnen viel Spaß. So können Sie vom Alltagsstress abschalten.



**Fische** 20.02.–20.03.

Lassen Sie die Arbeit ruhen, denn es stehen Tage des Genießens und der Harmonie an.



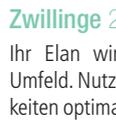
**Widder** 21.03.–20.04.

Die Liebessterne stehen günstig. Überraschen Sie Ihren Liebingsmenschen mit einem romantischen Dinner.



**Stier** 21.04.–20.05.

Lassen Sie sich in Finanzdingen nicht beeinflussen. Prüfen Sie die vorliegenden Angebote genau.



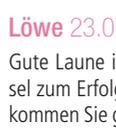
**Zwillinge** 21.05.–21.06.

Ihr Elan wirkt ansteckend auf Ihr Umfeld. Nutzen Sie jetzt Ihre Möglichkeiten optimal aus.



**Krebs** 22.06.–22.07.

Einigkeit macht stark, auch am Arbeitsplatz und privat. Es geht Ihnen zurzeit blendend.



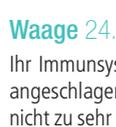
**Löwe** 23.07.–23.08.

Gute Laune ist der ultimative Schlüssel zum Erfolg. Im beruflichen Umfeld kommen Sie gut zurecht.



**Jungfrau** 24.08.–23.09.

Kompromisse sind für Sie momentan nicht drin. Derzeit gilt das Motto „entweder ... oder“.



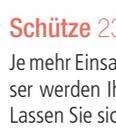
**Waage** 24.09.–23.10.

Ihr Immunsystem ist zurzeit ziemlich angeschlagen. Setzen Sie sich selbst nicht zu sehr unter Druck.



**Skorpion** 24.10.–22.11.

Sie können momentan Kontakte knüpfen, die Ihnen in Zukunft weiterhelfen könnten. Vertrauen Sie darauf.



**Schütze** 23.11.–21.12.

Je mehr Einsatz Sie bringen, umso besser werden Ihre Ergebnisse ausfallen. Lassen Sie sich nicht ablenken.

**Das wird ein Fest – mit der richtigen Wahl fürs Osternest!**

# Zurück in der Annahmestelle: Die Osterbox

**Der Frühling hat Einzug in Thüringen gehalten und mit ihm die blumig-bunte Box, die Losliebhabern das nahende Osterfest versüßen möchte und das garantiert zuckerfrei. Die Osterbox könnte die Antwort auf die alljährliche Frage sein, mit welcher kleinen Aufmerksamkeit man seine Lieben oder aber sich selbst zum Fest erfreuen kann.**

Süßigkeiten im Osternest, die dürfen nicht fehlen aber neben Schokoladenhase, Gelee-Ei und Co. gibt es eine pffiffige Alternative, die ebenfalls Glücksmomente verheißen kann. Das Gute ist, dass Sie nach der Osterbox nicht lange suchen müssen – in der Annahmestelle Ihres Vertrauens ist sie aktuell erhältlich.

## Was ist die Osterbox?

Die Osterbox bietet Platz für 8 Rubbellose. Suchen Sie sich Ihre Lieblinge aus der Losbox aus und bestücken Sie die Box so, wie es Ihnen gefällt. Ein Muster, wie die Box bestückt werden kann, finden Sie in der Annahmestelle aushängend. Die Box selbst ist kostenfrei, die Lose zur Bestückung der Box natürlich nicht.

## Welche Rubbellose kann man auswählen?

Das Sortiment an Rubbellosen von LOTTO Thüringen ist vielfältig und bunt. Im Bereich der 1 Euro Rubbellose kann man die stylischen PINKE PINKE Glücksschweinchen auswählen. Hier warten Gewinne bis 10.000 Euro (Chance auf den Hauptgewinn 1 : 1,25 Mio.) auf die Loskäufer mit der „extra Portion Schwein“. Auch die Lose der Verrückten 7 und die der neuen Frühlings-Losserie BLÜTENSchatz können für die Box ausgewählt werden. Im Bereich der 2 Euro Rubbellose war-

ten die Silberne 7 und die Serie SternenGlück auf ihren Einsatz in der Osterbox. Natürlich gibt es auch hochpreisige Rubbellose in den Losboxen im Freistaat, die in die Osterbox integrierbar sind. Der charismatische Robin Rubin und die Goldene 7 sind es im Bereich der 5 Euro Rubbellose und die Platin 7\* sowie Grünes Herz\*\* sind es im Bereich der Premium-Lose zum Preis von je 10 Euro. Mit dem Kauf eines 10 Euro Loses hat man die Chance, bis zu 500.000 Euro zu gewinnen (Chance auf einen der Hauptgewinne 1 : 2 Mio.\* bzw. 1 : 500.000\*\*). Neu ist, dass in diesem Jahr auch das 20 Euro Rubbellos Diamant 7 Platz in der Osterbox findet.

## Wie und ab wann kann man die Osterbox nutzen?

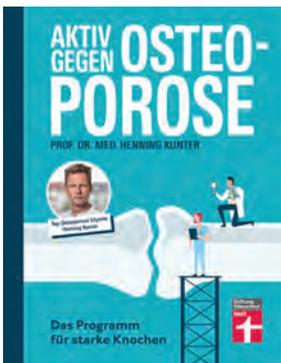
Verkürzen Sie sich die Wartezeit bis zum Osterfest und rubbeln Sie in der sogenannten Karwoche von Montag, den 14.04.2025 bis Montag, den 21.04.2025 täglich ein Los frei. Natürlich eignet sich die Osterbox auch ideal, um Sie zum Osterfest zu verschenken. Blumig anmutend, flexibel bestückbar und ganz individuell – mit der Osterbox vergeht Frühjahrsmüdigkeit ganz schnell.

**Viel Freude mit der Osterbox wünscht LOTTO Thüringen!**



# Knochengesundheit und Herzschutz im Fokus

**Bewegung, Ernährung und die richtige Therapie – wer gesund bleiben oder Beschwerden lindern möchte, findet in den aktuellen Ratgebern der Stiftung Warentest wertvolle Unterstützung. Diesmal stellen wir zwei Bücher vor, die sich mit Osteoporose und Herzgesundheit befassen.**



## Aktiv gegen Osteoporose

Etwa sechs Millionen Menschen in Deutschland sind von Osteoporose betroffen. Knochenschwund führt dazu, dass die Knochen schneller brechen, oft begleitet von Rückenschmerzen, Größenverlust und eingeschränkter Beweglichkeit. Doch

wer aktiv bleibt, kann die Krankheit bremsen! Top-Osteoporose-Experte Prof. Dr. med. Henning Kunter zeigt in seinem Ratgeber, wie gezieltes Training, eine knochengesunde Ernährung und einfache Maßnahmen das Sturzrisiko senken. Mit bebilderten Übungen, praktischen Tipps und fundierten Informationen unterstützt dieses Buch Betroffene dabei, ihr Leben sicher und aktiv zu gestalten.

## Ernährung für das Herz

Bluthochdruck, Arteriosklerose oder Herzrhythmusstörungen – eine bewusste Ernährung kann das Herz stärken und vor Erkrankungen schützen. Der renommierte Kardiologe Prof. Dr. med. Gerhard Hindricks und Ernährungsmediziner Prof. Dr. med. Ingolf Schiefke vermitteln praxisnahes Wissen zur herzgesunden Ernährung. Check-

listen, Einkaufsratgeber und 60 alltagstaugliche Rezepte helfen dabei, das Wohlbefinden zu steigern. Mit wissenschaftlich fundierten Tipps und Testergebnissen der Stiftung Warentest bietet dieser Ratgeber eine wertvolle Orientierung für eine herzgesunde Lebensweise.



*Mit bewusster Ernährung und den richtigen Übungen kann man sein Erkrankungsrisiko senken.*





LOTTO  
Thüringen

# Osterbox

Das Gelbe vom Ei.

**VERRÜCKTE 7**  
5.000 € Hauptgewinn

**SILBERNE 7**  
17.000 € Hauptgewinn

**STERNENGLÖCK**  
2€  
GEWINNE BIS ZU 20.000 €

**GRÜNES HERZ**  
500.000 € HAUPTGEWINN

**BLÜTEN Schutz**  
Gewinne bis zu 10.000 €

**Platin 7**  
GEWINNE BIS ZU 500.000 €

**PINKE PRINCE**  
10.000 € Hauptgewinn

**ROBIN RUBIN**  
5€  
50.000 € HAUPTGEWINN

Das wird ein Fest!

# Die Osterbox

Mit Platz für 8 Rubbellose

Spiele. Gewinne. Beim Original.

LOTTO®  
Thüringen

Amtlich in Deutschland gelistet. Ab 18 – Glücksspiel kann süchtig machen.  
Infos unter 0800 137 27 00 · check-dein-spiel.de · buwei.de