

RZ-Leben



Der erste Eindruck ist entscheidend

Vortragsreihe Experten erklären Wege zu mehr Erfolg - Vergünstigter Eintritt mit dem AboAusweis

Carmen Brablec ist Image-Expertin mit Leib und Seele. Sie hat es sich zur Aufgabe gemacht, ihren Klienten beizubringen, wie sie ihren ersten Eindruck perfektionieren können. An ihrem Wissen lässt sie Leser unserer Zeitung teilhaben: Brablec spricht am Montag, 15. August, im Rahmen einer Vortragsreihe in Koblenz.

Von Juni bis Mitte finden in dieser Reihe acht Abende mit unterschiedlichen Referenten im Kurfürstlichen Schloss in Koblenz oder in der Rhein-Mosel-Halle statt. Die Vorträge beginnen jeweils um 19 Uhr. Weitere Themenschwerpunkte sind unter anderem Rhetorik, Führung und Motivation. Inhaber des AboAusweises können einzelne Vorträge oder die gesamte Reihe vergünstigt besuchen.

Carmen Brablec leitet ein Institut für Karriere-Styling in Köln. Dort entwickelt sie nicht nur die optische Kompetenz ihrer Klienten



Image-Beraterin Carmen Brablec gibt bei der Vortragsreihe unserer Zeitung Tipps, wie Zuhörer ihren ersten Eindruck perfektionieren können.

weiter, sondern kümmert sich auch um die Belange einer ganzheitlichen Karriereberatung. Privatkunden aus Wirtschaft, Politik und den Medien ziehen sie als Expertin zurate, wenn die Wirkung in der Öffentlichkeit auf dem Prüfstand steht und das Image verbessert werden soll.

Von der Praxis in die Praxis ist Brablecs gelebtes Credo. Sie kann sich in die Bedürfnisse ihrer Kunden hineinversetzen und schafft so die ideale Basis für eine individuelle Betreuung: Carmen Brablec entwickelt ganzheitliche Konzepte für Kunden mit dem Ziel, deren Fähigkeiten und Kompetenzen schon beim ersten Eindruck sichtbar zu machen.

Die Teilnahme an einem einzelnen Vortrag der Reihe kostet 65,90 Euro. Bei Buchung aller acht Abende gilt ein Vorzugspreis von 429,90 Euro.

Inhaber des AboAusweises zahlen bei Buchung eines einzelnen Abends den Vorteilspreis von 56 Euro. Bei Buchung aller acht Abende zahlen AboAusweis-Inhaber nur 45,68 Euro pro Veranstaltung.

➕ Weitere Informationen und Buchung unter Telefon 02542/807 07 30 sowie im Internet unter www.sprecherhaus.de

AboAusweis-Zahlentreffer

50 Euro und ein Strauß Blumen für Sie

Bei unserem Gewinnspiel AboAusweis-Zahlentreffer verlosen wir unter unseren Abonnenten wöchentlich einen Verrechnungsscheck in Höhe von 50 Euro und einen Gutschein für Blumen im Wert von 20 Euro.



Mit der Glückszahl gewinnen. Befindet sich eine der beiden abgebildeten Glückszahlen in der Kundennummer auf der Vorderseite Ihres AboAusweises, können Sie am Spiel teilnehmen. Wenn Sie den Scheck über 50 Euro und den Gutschein für den Blumenstrauß gewinnen möchten: Rufen Sie einfach bis Dienstag, 1. März, unsere Gewinnhotline an.



Telefon: 01379/373 052

Nennen Sie bitte unbedingt die Nummer Ihres AboAusweises, Ihren Vor- und Nachnamen sowie Ihre Telefonnummer (Anbieter: Legion, 50 Cent aus dem deutschen Festnetz, gegebenenfalls abweichende Mobilfunkpreise).

Der Name unseres Gewinners wird an dieser Stelle veröffentlicht. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Gewinner der Woche

Dieser Leser der Rheinzeitung und ihrer Heimatausgaben hat in der vergangenen Woche Losglück gehabt:

AboAusweis-Zahlentreffer
Walburga Stentenbach, Wissen

Kontakt

Sie haben Fragen zu besonderen Aktionen oder Vorteilen mit dem AboAusweis? So erreichen Sie uns: Telefon: 0261/983 620 00
Internet: www.rhein-zeitung.de/aboausweis
E-Mail: aboausweis@rhein-zeitung.net

Ein Pflichttermin für alle Bauherren

Messe RheinlandBau 2011 in Koblenz - Vorteile mit dem AboAusweis

Wer renovieren, sanieren oder neu bauen will, benötigt praktische Ratschläge und Informationen. Auf der Koblenzer Fachmesse RheinlandBAU 2011 stehen dem Hilfesuchenden mehr als 200 kompetente Fachleute zur Verfügung. Die Messe findet von Donnerstag, 10., bis Sonntag, 13. März, auf dem Messegelände am Wallersheimer Kreisel täglich von 10 bis 18 Uhr statt.

Auf knapp 20 000 Quadratmetern dreht sich an den vier Messetagen alles um die Themen Bauen, Wohnen und Energie. Die Angebotsvielfalt ist enorm, nahezu alle Dienstleister sind vertreten. Besucher können sich umfassend informieren und Produkte und Angebote verschiedener Anbieter vergleichen. So ist es leichter, Bauvorhaben zu planen. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, in den Werkstätten Fachleuten über die Schulter zu schauen. Besucher erhalten hier Tipps und Anregungen. Das Messeangebot wird mit Fachvorträgen im RZ-Forum abgerundet. Die Rhein-Zeitung ist mit einem Stand auf der Messe vertreten. Die ersten 100 Besucher, die den AboAusweis vorzeigen, erhalten ein kleines Geschenk.

Der Eintrittspreis für Erwachsene beträgt 6 Euro, ermäßigt 4 Euro. Auch Inhaber des AboAusweises zahlen lediglich 4 Euro. Weitere Informationen online unter www.koenitz-ausstellungen.de



➕ Der Eintrittspreis für Erwachsene beträgt 6 Euro, ermäßigt 4 Euro. Auch Inhaber des AboAusweises zahlen lediglich 4 Euro. Weitere Informationen online unter www.koenitz-ausstellungen.de

10 x 2 Eintrittskarten zu gewinnen

Inhaber des AboAusweises können 10 x 2 Karten für die RheinlandBAU 2011 gewinnen. Einfach bis 2. März anrufen, die Lösung und die AboAusweisnummer nennen. Die Hotline ist erreichbar unter Tel. 01379/37 30 54 (Anbieter: Legion, 50 Cent aus dem deutschen Fest-

netz, mobil abweichend).
Die Gewinnfrage lautet: Welche Themen sind die Schwerpunkte der RheinlandBau 2011?
Antwort A: Bauen, Wohnen und Energie
Antwort B: Backen, Kochen und Grillen

Athleten in der Grünen Hölle

Sport Fisherman's Friend Strongman Run findet auf dem Nürburgring statt - Gewinnpakete für Leser

Über Stock und Stein, durch Wasserlöcher und Schlammputzen kämpfen sich Teilnehmer des Fisherman's Friend Strongman Runs jedes Jahr aufs Neue. Dieses Mal durchqueren die Athleten am Sonntag, 17. April, die „Grüne Hölle“: Der Lauf findet erstmals am Nürburgring statt. Das Gelände im Herzen der Eifel fordert die Läufer: Sie müssen Strecken von etwa zehn Kilometern mit 14 Hindernissen in maximal dreieinhalb Stunden zweimal bewältigen.

Etwa 10 000 Teilnehmer werden bei diesem Spektakel erwartet. Damit hat sich die Teilnehmerzahl versechsfacht, seit der Lauf zum ersten Mal im Jahr 2007 auf einem Truppenübungsplatz in Münster stattfand. Der Strongman Run ist mittlerweile zur stärksten und größten Laufsportveranstaltung ihrer Art in Europa geworden. Läufer aus mehr als 40 Nationen treten in der Grünen Hölle an. Diesen Namen verdankt der Nürburgring übrigens Formel-1-Pilot Sir Jackie Stewart, den die anspruchsvolle Rennstrecke in den 1970er-Jahren erschauern ließ.

Auch die Zuschauerzahl wächst stetig: 2010 standen mehr als 40 000 Gäste an der Rennstrecke auf dem Flughafengelände in Weeze. Um diesem Publikumsansturm gerecht

zu werden, wurde der Lauf auf den Nürburgring verlegt.

Das Gelände ist am 17. April ab 8 Uhr geöffnet. Um 12 Uhr fällt der Startschuss. Auf der Strecke erwarten die Läufer Hindernisse wie die „Hot Wheels“, ein 30 Meter langer, mit Autoreifen übersäter Parcours, oder das Fischernetz. Dies ist ein kaltes Wasserloch, aus dem Läufer nur über ein Kletternetz gelangen können.

Damit Leser unserer Zeitung für das Spektakel gerüstet sind, verlosen wir 10 Gewinnpakete mit jeweils einer Wildcard, einem T-Shirt aus der aktuellen „Fisherman's Friend Strongman Run“-Kollektion sowie ein Paar Laufschuhe von

New Balance. Rufen Sie einfach bis Montag, 28. Februar, die Gewinnhotline an und nennen Lösungsworte sowie die AboAusweisnummer.

Die Gewinnfrage lautet: Fisherman's StrongmanRun 2011 ist?
Antwort A: Europas spektakulärster Hindernislauf
Antwort B: weltweit schönste Wellness-Oas

➕ Die Gewinnhotline ist erreichbar unter Telefon 01379/37 30 55 (Anbieter: Legion, Kosten: 50 Cent pro Minute aus dem deutschen Festnetz, mobil abweichend). Anmeldungen zum Lauf auf dem Nürburgring können online erfolgen unter www.fishermansfriend.de/strongmanrun



Massenstart beim Fisherman's Friend Strongman Run. 10 000 Läufer werden beim Wettkampf erwartet, der erstmals auf dem Nürburgring stattfindet.

Wo Riesenbagger nach Braunkohle graben

RZ-Exkursion Fahrt zu Abbaugeländen im Rheinland

Bei dem Stichwort Braunkohle scheiden sich die Geister: Einerseits sichert sie mehr als ein Viertel unserer Stromversorgung. Andererseits ist Braunkohle ein fossiler Energieträger, und mit seiner Verbrennung sind Schadstoffe verbunden. Imposant sind sie aber auf jeden Fall, die Kraftwerke und die Förderanlagen in Hambach, Garzweiler oder Inden: Zwischen Aachen und Köln erstreckt sich eins

der ergiebigen Braunkohlereviere in Deutschland. Das können Leser unserer Zeitung am Dienstag, 12. April, auf einer RZ-Exkursion entdecken. Folgende Stationen stehen auf dem Programm:

- Schloss Paffendorf ist unter anderem Sitz des Braunkohle-Informationszentrums. Hier erhalten Teilnehmer einen ersten Überblick über diese Form der Energieerzeugung.

- Fahrt durch den Tagebaubetrieb Garzweiler. Teilnehmer passieren die Riesenbagger, verfolgen die Förderung und Verladung der Kohle.
- Ein Experte der RWE Power führt durch das Kraftwerk Niederaußem bei Bergheim. Dort erfahren Teilnehmer mehr über Schadstoffreduzierung und Wiederauf forschung des Tagebaugeländes.
- Besuch im Tagebau Hambach. Dies ist besonders spannend für Fotofreunde, die Perspektive über das viele Kilometer lange Tagebaugelände ist einzigartig.
- Die Mittagspause verbringt die Gruppe im Kart-Center von Michael Schumacher. Nach dem Imbiss können Teilnehmer einen Blick auf die Kartbahn werfen.

Die Teilnahme an der Tour „Riesenbagger“ kostet 49 Euro pro Person. Inbegriffen sind Hin- und



Riesenbagger sind im Braunkohlebergbau übliche Arbeitsgeräte.

Rückfahrt im Bus, Führungen, Reiseleitung und Organisation. Speisen und Getränke zahlt jeder selbst. Teilnahme ab 15 Jahren.

➕ Anmeldungen ab sofort unter Telefon 06123/701 918.

Prächtige Schlösser und Städte kennenlernen

Leserreise Fahrt nach Mecklenburg-Vorpommern

Die Schlösser und Residenzstädte Mecklenburg-Vorpommerns lernen Teilnehmer einer neuen RZ-Leserreise kennen. Sie findet vom 21. bis 28. Mai mit Reiseleitung statt. Inhaber des AboAusweises können die Reise vergünstigt buchen.

Die Teilnehmer reisen mit dem Bus. Auf dem Programm stehen unter anderem Besuche in den Residenzstädten Ludwigslust, Neustrelitz, Güstrow und als Höhepunkt Schwerin. Die Gruppe besichtigt die Schlösser Ludwigslust und Schwerin. Zudem stehen Ausflüge in die Müritz sowie zur Bernsteinmanufaktur in Ribnitz-Damgarten an. Schwerin lernt die Gruppe während eines Stadtrundgangs kennen.

Der Reisepreis beträgt pro Person 995 Euro im Doppelzimmer (Zuschlag Einzelzimmer: 175 Euro). Inhaber des AboAusweises erhalten 5 Prozent Rabatt auf den Grundpreis.

Folgende Leistungen sind inbegriffen: Hin- und Rückfahrt ab/bis Koblenz im Reisebus, sieben Hotelübernachtungen, tägliches Frühstück, fünf Abendessen, Reiseleitung, alle Ausflüge wie beschrieben inklusive Eintritt und Führung, Stadtrundgang, Informationsmaterial und Reisesicherungsschein.

➕ Weitere Informationen und Buchung unter Telefon 0261/100 04 30 oder -31.

Exkursion mit Treuerabatt

Langjährige Abonnenten profitieren bei dieser Exkursion besonders:

- Wer seit 1 bis 4 Jahren Abonnent ist, erhält 10 Prozent Bonus.
- Wer seit 5 bis 14 Jahren unsere

Zeitung bezieht, erhält 15 Prozent Bonus.

- Wer seit 15 Jahren und mehr Abonnent ist, darf sich über einen Bonus von 20 Prozent freuen.