

- |           |   |    |           |   |    |
|-----------|---|----|-----------|---|----|
| <b>1</b>  | <b>Nostalgie schwebt</b><br>Im Sessellift der<br>Rietburgbahn .....                       | 8  | <b>11</b> | <b>Slow down in K-Town</b><br>Café Selen in<br>Kaiserslautern .....                     | 28 |
| <b>2</b>  | <b>Duft der Kindheit</b><br>Kuckucksbähnel ab Neustadt<br>an der Weinstraße .....         | 10 | <b>12</b> | <b>Fragen Sie Adèle</b><br>Restaurant Umoya<br>in Annweiler .....                       | 30 |
| <b>3</b>  | <b>Ausflug nach Europa</b><br>In Wissembourg<br>(Weißenburg) .....                        | 12 | <b>13</b> | <b>Betrunkener vor Glück</b><br>Kleine Kalmit über<br>Ilbesheim .....                   | 32 |
| <b>4</b>  | <b>Thai Chi in der Großstadt</b><br>Im Japanischen Garten<br>in Kaiserslautern .....      | 14 | <b>14</b> | <b>Stairway to Heaven</b><br>Weltkulturerbe<br>Speyerer Dom .....                       | 34 |
| <b>5</b>  | <b>Freiheit im Musikantenland</b><br>Burg Lichtenberg in<br>Thallichtenberg .....         | 16 | <b>15</b> | <b>Nebenprodukt der Chemie</b><br>Im BASF-Weinkeller .....                              | 36 |
| <b>6</b>  | <b>Noch besser als Brezel</b><br>Kulinarischer Rundgang<br>in Speyer .....                | 18 | <b>16</b> | <b>Landaus coole Läden</b><br>Shoppen in der<br>Landauer City .....                     | 38 |
| <b>7</b>  | <b>Rosige Zukunft</b><br>Südpark und Aussichtsturm<br>Landau .....                        | 20 | <b>17</b> | <b>Urgroßmutters Allheilmittel</b><br>Essig-Führung im<br>Doktorenhof .....             | 40 |
| <b>8</b>  | <b>Vom Sekt zum Metzger</b><br>In Wachenheim an<br>der Weinstraße .....                   | 22 | <b>18</b> | <b>Boulevard wie in Berlin</b><br>Festival des deutschen<br>Films in Ludwigshafen ..... | 42 |
| <b>9</b>  | <b>Heimatgefühl zum Anziehen</b><br>Concept-Store Weinstraßenliebe<br>in Deidesheim ..... | 24 | <b>19</b> | <b>Fitnessstudio zum Aufblasen</b><br>Stand-up-Paddling am<br>Otterstädter Rhein .....  | 44 |
| <b>10</b> | <b>Wie bei einer guten Fee</b><br>Wellness im Kloster<br>Hornbach .....                   | 26 | <b>20</b> | <b>Freiheit, Gleichheit, Hambach</b><br>Auf dem Hambacher Schloss .....                 | 46 |

4

<b>21</b>	<b>Fitness für umme</b> Alla-hopp!-Anlage in Rülzheim .....	48	<b>31</b>	<b>Vom Wald lernen</b> Haus der Nachhaltigkeit Trippstadt .....	68
<b>22</b>	<b>Haus der Geschichte</b> Im Frank-Loebschen Haus.....	50	<b>32</b>	<b>Jungfer, Braut, Bräutigam</b> Felsen-Hopping im Dahner Felsenland .....	70
<b>23</b>	<b>Landlust</b> Burrweiler Mühle.....	52	<b>33</b>	<b>Das Runde muss ins Eckige</b> Dynamikum in Pirmasens.....	72
<b>24</b>	<b>Der Oberhammer</b> In der Karlstalschlucht bei Trippstadt .....	54	<b>34</b>	<b>Ist hier der Bär los?</b> Bärenhöhle am Rodalber Felsenwanderweg.....	74
<b>25</b>	<b>Pfälzische Villa Kunterbunt</b> Rheinschänke Leimersheim .....	56	<b>35</b>	<b>Landau – hip und hot</b> Suppenbar & Café Suppe mag Brot .....	76
<b>26</b>	<b>Einstiegen und einchecken!</b> Ferienbahnhof Reichenbach bei Dahn .....	58	<b>36</b>	<b>Hauptsache Italien</b> Schloss Villa Ludwigshöhe in Edenkoben.....	78
<b>27</b>	<b>Vom Schaft bis zur Sohle</b> Deutsches Schuhmuseum in Hauenstein.....	60	<b>37</b>	<b>Alle auf Sendung, bitte!</b> Digitale Welten im Media:TURM Ludwigshafen.....	80
<b>28</b>	<b>Über Gott und den Wald</b> Auf dem Totenkopf bei St. Martin .....	62	<b>38</b>	<b>Wie Gott in Frankreich</b> Bio und Slow Food im Hofgut Ruppertsberg .....	82
<b>29</b>	<b>Der Höchste der Gefühle</b> Große Kalmit und Felsenmeer am Hüttenberg .....	64	<b>39</b>	<b>Heimliche Pfalz-Hauptstadt</b> Weinkultur in Deidesheim .....	84
<b>30</b>	<b>Des Pfälzers zweite Heimat</b> Hüttentour: St.-Anna-Berg bis Orensfelsen .....	66	<b>40</b>	<b>Erfrischung unterm Trifels</b> Historische Altstadt Annweiler .....	86

- |           |   |     |           |  |     |
|-----------|---|-----|-----------|--|-----|
| <b>41</b> | <b>Warten, bis die Zeit reif ist</b><br>Wochenmarkt am Rathausplatz Landau .....    | 88  | <b>51</b> | <b>Einfaches Glück</b><br>Barfußpfad in Ludwigswinkel.....                             | 108 |
| <b>42</b> | <b>Tischlein, deck dich</b><br>Teufelstisch und Café Zürn in Hinterweidenthal ..... | 90  | <b>52</b> | <b>Zum Lachen in den Keller</b><br>Mundarttheater Hemshofschahtel in Ludwigshafen..... | 110 |
| <b>43</b> | <b>Jeder ist ein D-Zug</b><br>Südpfalz-Draisinenbahn.....                           | 92  | <b>53</b> | <b>Luxus wie im Orient-Express</b><br>Zum Bahnhof 1894 in Rohrbach .....               | 112 |
| <b>44</b> | <b>Dorfschönheit</b><br>Alter Kastanienhof in Rhodt unter Rietburg.....             | 94  | <b>54</b> | <b>Öle für Körper &amp; Seele</b><br>Seifenmanufaktur Steinweiler.....                 | 114 |
| <b>45</b> | <b>Das Rundum-Wohlfühl-Paket</b><br>Bei Julius in der Pfalz in Hainfeld.....        | 96  | <b>55</b> | <b>Familiensonntag</b><br>Miniwanderung zum Hohe Loog Haus .....                       | 116 |
| <b>46</b> | <b>Aussichtsreich</b><br>Am Eckkopfturm bei Deidesheim .....                        | 98  | <b>56</b> | <b>Kein Tiere Märchen</b><br>Am Isenachweiher nahe Bad Dürkheim .....                  | 118 |
| <b>47</b> | <b>Pinseln und putzen</b><br>Besen- und Bürstenfabrik in Ramberg .....              | 100 | <b>57</b> | <b>Hochgenuss von Hof zu Hof</b><br>Johanneshof im Berzelhof Speyer .....              | 120 |
| <b>48</b> | <b>Augen auf zur Diva</b><br>Burg Trifels in Annweiler .....                        | 102 | <b>58</b> | <b>Wer Ritter sein will ...</b><br>Auf der Wachtenburg .....                           | 122 |
| <b>49</b> | <b>Gespannt überm Weiher</b><br>Wellness und Kletterpark in der Saarpfalz .....     | 104 | <b>59</b> | <b>Badezimmer der Natur</b><br>Historische Walddusche in Gleisweiler.....              | 124 |
| <b>50</b> | <b>Pathos am Berg</b><br>Adlerbogen am Donnersberg in Dannenfels .....              | 106 | <b>60</b> | <b>Unbekanntes Terrain</b><br>Zwischen Rockenhausen und Reipoltskirchen.....           | 126 |

- |           |  |     |           |  |     |
|-----------|--|-----|-----------|--|-----|
| <b>61</b> | <b>Bis die Sonne untergeht</b><br>Auf der Madenburg<br>in Eschbach .....               | 128 | <b>71</b> | <b>Biologiestunde auf dem Rhein</b><br>Nachtfahrten in<br>Germersheim .....                  | 148 |
| <b>62</b> | <b>Der längste Weintresen</b><br>Auf der Deutschen<br>Weinstraße .....                 | 130 | <b>72</b> | <b>Samstags nach Spanien</b><br>Markthalle 5 in Rülzheim .....                               | 150 |
| <b>63</b> | <b>Wo Zicken glücklich machen</b><br>In der Landauer Meckerei .....                    | 132 | <b>73</b> | <b>Lieblingsfarbe Bunt</b><br>Im Chamäleon in Speyer.....                                    | 152 |
| <b>64</b> | <b>Zu Luft und zu Wasser</b><br>Kloster Rosenthal und<br>Eiswoog .....                 | 134 | <b>74</b> | <b>Freches Schwein, lecker Rind</b><br>Auf dem Bärenbrunnerhof .....                         | 154 |
| <b>65</b> | <b>Wie im Spielzeugland</b><br>In Freinsheim.....                                      | 136 | <b>75</b> | <b>Kneipp statt Kneipe</b><br>Südpfalz-Therme in<br>Bad Bergzabern.....                      | 156 |
| <b>66</b> | <b>Keine ausgetretenen Pfade</b><br>Durch die Edenkobener<br>Pädel.....                | 138 | <b>76</b> | <b>Der erste Schnitt</b><br>Makerspace in Ludwigshafen .....                                 | 158 |
| <b>67</b> | <b>Mit Wein – nie allein</b><br>Kult-Weinstube Eselsburg<br>in Neustadt-Mußbach .....  | 140 | <b>77</b> | <b>Wasserspiel oder Worsch?</b><br>In Bad Dürkheim .....                                     | 160 |
| <b>68</b> | <b>Zutaten zum Glücklichsein</b><br>Pfälznuheln aus<br>Großfischlingen .....           | 142 | <b>78</b> | <b>Himmel überm Rebenmeer</b><br>Zeter Berghaus in<br>Neustadt-Diedesfeld .....              | 162 |
| <b>69</b> | <b>Schatz am Silbersee</b><br>Vogelkunde und Wassersport<br>in Bobenheim-Roxheim ..... | 144 | <b>79</b> | <b>Wer geht mit wem spazieren?</b><br>Alpaka- und Eselwanderungen<br>im Elmsteiner Tal ..... | 164 |
| <b>70</b> | <b>Verliebt in einen Sauerteig</b><br>Die Brotpuristen in Speyer.....                  | 146 | <b>80</b> | <b>Dem Fritz sei Museum</b><br>Im FCK-Museum auf dem<br>Betzenberg.....                      | 166 |