

GEMEINSAM AKTIV SEIN

Mit Schwung in den Tag starten 0711 Morning Workout	12
Auf dem Wasser die Sonne grüßen SUP-Yoga am River House	14
Fragen für Lieblingsmenschen	17
Im Zelt übernachten Am Aichstrutsee bei Welzheim	18
Eine tierische Trekkingtour unternehmen Alpakafarm in Untertürkheim	20
Mit Pfeil und Bogen schießen FLOW – Intuitives Bogenschießen	22
Ein bisschen Liebe auf Schwäbisch	25
Einen Drachen steigen lassen Egelseer Heide	26
Gemeinsam übers Eis schlittern Eisstadion auf der Waldau	28
Lindy Hop und Charleston tanzen Crashkurs bei Happy Feet	30
Die Stäffele zu den Wasserfällen hinabsteigen Heslacher Wasserfälle	32
Mit Kamelen durch Wald und Wiesen Kamelhof in Weil im Schönbuch	34
Auf dem Neckar paddeln Kanutour mit den »Zugvögeln«	36
Panoramaplätze in Stuttgart	39
Minigolfen mit Weitblick Minigolfplatz auf der Uhlandshöhe	40
Radeln am Neckarufer Neckartalradweg bis Marbach	42
Ein Mobile aus Herbstlaub basteln	45
In lichtdurchflutetem Wald wandern Glemswald und Bärenschlössle	46
Funken über die Platte fliegen lassen Tischtennis am Bismarckturm	48
An bunten Wänden entlanghangeln Boulderhalle in Zuffenhausen	50
Hütten bauen und Stockbrot backen Etzelfarm in Stuttgart-Süd	52
In den Seilen hängen Waldklettergarten in Zuffenhausen	54

ARM IN ARM DIE STADT ERKUNDEN

Sich durch die Innenstadt rätseln GPS-Schnitzeljagd von Geo Games	58
Vogelstimmen lauschen After-Work-Birding am Max-Eyth-See	60
In den Kessel eintauchen	63
Schlendern, stöbern, feilschen Flohmarkt am Karlsplatz	64
Japanische Kirschblüten bewundern Leonberger Schlossgarten	66
Durch die Weinberge kugeln Herzogliche Kugelbahn in Kernen	68
Über einen historischen Rummelplatz schlendern Eliszi's Jahrmarkt	70
Ein Feierabendbier am Laden zischen Laden 0711	72
Durch die Markthalle flanieren und Tapas essen Markthalle Stuttgart	74
Nachhaltige Adressen	77
Alte Modeschätze entdecken Vintage Markt in Stuttgart-Süd	78
Durch alte Gärten wandeln Wangener Höhe	80
Wildkräuter entdecken und sammeln Kräutertour im Siebenmühlental ...	82
Kräuter-Kalender	85
Gemeinsam den Sommer feiern Stadtviertelfeste	86

MITEINANDER ENTSPANNEN

Ruhe finden mit Rundblick Bastion im Leibfriedschen Garten	90
Das süße Nichtstun genießen Café Moustache	92
Playlist für Lieblingsmenschen	95
Schwerelos in der Wanne liegen float stuttgart	96
Auf dem Sonnendeck entspannen Kulturschiff Fridas Pier	98
Einen Mammutbaum umarmen Spaziergang im Wernhaldenpark	100

Ein Wochenende in Baumwipfeln verbringen Baumhaus Hotel OaseWeil	102
Auszeit mal anders	105
In der ersten Reihe sitzen Remstalkino Weinstadt-Beutelsbach	106
Durch kaltes Wasser waten Kneippstation im SoleBad Cannstatt	108
Kopfüber im Seewasser abtauchen Ziegelei SeeBad	110
Über den Wolken schweben »Brunch & Fly« auf dem Sonnenhof	112

ZUSAMMEN KREATIV WERDEN

Eine Fotosafari machen Klein Venedig in Esslingen	116
Einfache Tipps für schönere Fotos	118
Zuckersüße Bonbons herstellen Sweets – Stuttgarter Bonbonmanufaktur	120
Kritzeln für den guten Zweck Doodle-Sessions von »1000 Drawings«	122
Einen Wildblumenstrauß binden Blumenwerkstatt Wildflower	124
Sag's durch die Blume	126
Das Barista-Handwerk lernen Fou Fou Bar	128
Manufakturen und Handgemachtes	131
Ringe schmieden Werkraum Hquadrat	132
Keramik selbst herstellen Im Töpferstüble	134
Kreative Workshops für das ganze Jahr	137
Die eigene Schokolade kreieren Ritter Sport in Waldenbuch	138
Gemeinsam säen und ernten Urban Gardening auf der Kulturinsel	140
Regrowing	143
Tüfteln wie die Wissenschaftler Forscherfabrik Schorndorf	144
Basteln und werkeln Offene Werkstatt »Hobbyhimmel«	148

KÖSTLICHKEITEN TEILEN

Cocktails in einer Flüsterkneipe trinken Holzmaler Speakeasy Bar	152
Erdbeeren naschen und ernten Selbstpflücke Beeren-Brodbeck	154
Erdbeer-Tiramisu im Glas	156
Sich durch Gin-Sorten probieren Ampulle	158
Winterlicher Glüh-Gin	161
Frühstücksfreuden teilen Hallo Emil	162
Romantisch picknicken Grabkapelle auf dem Württemberg	164
Ich packe meinen Picknickkorb und nehme mit	167
Biervielfalt schmecken und genießen Kraftpaul	168
Die Fünfziger Jahre aufleben lassen Ladies Diner in Esslingen	170
Pfannkuchen schlemmen Poffers Café am Kernerplatz	172
Das Fernweh stillen Restaurant Madagascar	174
Antipasti in der Mozze genießen Mozzarella Bar	176
Naturweine kosten Weinladen Off Grid	178
(W)einmalige Erlebnisse	180
Ein strudeliges Wunder erleben Poushe Strudelhaus in Vaihingen	182
Ein Stück Portugal genießen POIS – Natürlich Portugal	184
Rollen wie die Meister Sushi-Kochkurs bei BP Cooking	186
Im Falafel-Himmel schweben Yafa Falafel, Hummus & Friends	188
Eine kulinarische Weltreise	191
Eine süße Waffel zusammenstellen Blub Waffel	192
Schwäbische Spezialitäten probieren Gasthaus Zum Becher	194
Die Geschichte der Maultasche	197
Königlich grillen Grillplatz am Schloss Solitude	198

SEITE AN SEITE KULTUR ERLEBEN

Mit Queue und Kugeln spielen Sportcafé Carambolage	202
Beim Bingo sein Glück versuchen Donnerstagabend im Suessholz	204
In die Welt des Tees eintauchen The English Tearoom	206
Vor oder nach dem Art Walk im Café Galao vorbeischauen	209
Einen Kunst-Spaziergang machen Art Walk auf der Tübinger Straße	210
In Büchern versinken Ché Librería & Café	212
Den Zoo im Lichtermeer bewundern Wilhelma als Christmas Garden ...	214
Ungewöhnliche Fotokunst betrachten Galerie Kernweine Foto und Raum	216
Einem Poetry-Slam lauschen Kulturbühne Rosenau	218
Beim Impro-Theater die Lachmuskeln trainieren Kulturzentrum Merlin	222
Filmkunst im Vorstadtkino erleben Kinothek in Obertürkheim	224
Im Advent ins Mittelalter eintauchen Weihnachtsmarkt in Esslingen	226
Filme sehen auf dem Schlossplatz Internationales Trickfilm-Festival	228
Die schönsten Hinterhöfe	231
Twister, Brettspiele und mehr spielen Im Ribingurümu an der Theo	232
Das Herz tanzen lassen Internationales Straßenmusikfestival in Ludwigsburg ..	234
Tatort schauen und mitraten Maulwurf	236
Ins Universum abtauchen Carl-Zeiss-Planetarium	238
Stuttgarter Kuriositäten	240