



Zu gewinnen gibt es eine zehntägige Flugreise für zwei Personen in die Türkei.
Foto: Humboldt ReiseWelt

Abstimmen und eine tolle Reise gewinnen!

Voting der Weihnachts-Werkstatt läuft noch bis zum 10. Januar

HANNOVER. Jetzt aber schnell! Nur noch bis zum kommenden Mittwoch, 10. Januar, läuft die Abstimmung zur Weihnachts-Werkstatt, des großen Mitmach- und Gewinnspiel der Hannoverischen Allgemeinen Zeitung und der Neuen Presse. Und bis dahin gibt es für alle Teilnehmer am Online-Voting, bei dem die schönsten Weihnachts-Kunstwerke der Leserinnen und Leser gesucht werden, auch noch die Chance, eine Flugreise in die Türkei für zwei Personen im Wert von 1599 Euro zu gewinnen, die uns unser Partner Humboldt ReiseWelt zur Verfügung gestellt hat.

Textilarbeiten und Bildern werden in diesem Jahr auch wieder die schönsten Kunstwerke von Kindern bis 12 Jahren in einer eigenen Abstimmung gewählt. Mit etwas Glück gehören auch Sie vielleicht bald zu den ersten Gewinnern des neuen Jahres. Dann würde es für Sie für zehn Tage mit einer Begleitperson nach Izmir, in die Perle der Ägäis, gehen. Wir wünschen viel Erfolg!



Das Mitmachen ist ganz einfach: Scannen Sie den hier abgebildeten QR-Code mit Ihrem Handy ein – und geben Sie die Stimmen für Ihre ganz persönlichen Favoriten in den vier Kategorien ab. Neben den schönsten weihnachtlichen Basteleien,

Der Herzschlag des Lebens

FEUERWERK DER TURNKUNST: „Heartbeat“ begeistert 8000 Menschen in Hannover

HANNOVER. Nur eine kurze Frage: „Worauf soll ich besonders achten?“, fragte der Reporter die Regisseurin kurz vor Beginn des Feuerwerks der Turnkunst in der ZAG-Arena. Heidi Aguilar, die auch im drittletzten Jahr ihrer Regietätigkeit beim Heimspiel in den Katakomben hin- und hertigerte, sagte nur zwei kurze Sätze: „Wie immer auf alles. Achte aber besonders auf unsere Kunstturnerinnen.“

Tatsächlich bekamen Alina Heinemann und Jessica Schlegel am Schwebebalken und mit Anna Wienecke, Hannovers Sportlerin des Jahres 2010, am Stufenbarren tosenden Applaus von den 8000 Zuschauern, weil sie Akrobatik und Anmut, Präzision und Emotion in Perfektion zeigten. Für Heinemann war die gelungene Show ein „magischer Moment“. Der 21-jährige Turnfloch von 1,59 Meter Größe und 50,5 Kilo Gewicht hatte extra Prüfungen ihres Studiums der Materialwissenschaften und Werkstofftechnik verlegen lassen, bis zu sechsmal die Woche im Leistungszentrum in Badensiedt hart trainiert, um fit zu sein für die kräftezehrende Vier-Wo-



Was für eine Show: Die Catwall Acrobats katapultieren sich über einen Plexiglas-Kubus. Bild links: Die Gruppe Acrophobia vom MTV Ilten machte in der ZAG-Arena den Anfang. Rechts: Ludivine Furnon aus Frankreich an der Dance Pole. Fotos: Florian Petrow

chen-Tournee durch die größten Hallen Deutschlands. Nun gab es für die Spitzturnerin von Bundesligist KTG Hannover nur noch „abklatschen, umarmen

und ran an die Geräte.“ Heinemanns Eltern werden erst in Braunschweig im Publikum sitzen, „aber in Hannover sind viele Freunde und Trainer dabei, das ist auch was ganz Besonderes.“

Dreimal spielt „Heartbeat“ in Hannover, dreimal heißt es: „Willkommen in New York. Willkommen in den 80er-Jahren. Willkommen zu einer fesselnden, glitzernden, facettenreichen Show mit 21 Programmpunkten in zweieinhalb Stunden.“

„Wir haben mit Heartbeat eine hoffnungsvolle, fröhliche Story konzipiert, die Licht und Zuversicht in die Herzen der Menschen bringen soll“, sagte Feuerwerk-Chef Wolfram Wehr-

Reinhold. Dem Applaus und der Begeisterung nach ist das beim ersten Abend vollends gelungen. Begeistert, wie locker die Gymnastinnen des MTV Ilten als Lokalgruppe über die Turnbahnen flitzten. Beeindruckend, wie Ludivine Furnon die Dance Pole im Griff hatte. Betörend die Musik der sechsköpfigen Liveband um Rick Jurthe. Bewegend die Turnkunst-Showteam, das sich als Sassy Queens und Brooklyn Rebels battelt, ohne dass aus Rivalität Feindschaft wird.

„Am Anfang fand ich ihn zu klamaukig, aber am Ende hat er die Halle im Griff gehabt“, urteilte Lutz Wöstendiek aus der Oststadt über Beat-Box-Comedian Robert Wicke aus der Oststadt.

kes. Wenn Sie sich für den 27. Januar (14 und 19 Uhr), noch Karten kaufen möchten, haben wir tolle Nachrichten für Sie: Als besonderes Geschenk für Sie als unsere Leserinnen und Leser erhalten Sie bei der Kartenbestellung 25 Prozent Rabatt. Die Tickets finden Sie in unserem Ticketshop. Geben Sie dort im Feld Abovorteil einfach den Promo-Code „AboVorteil23“ ein. Klicken Sie dann auf „Code freischalten“. Nun können Sie sich Ihre reduzierten Tickets aussuchen. Falls Sie eine Abo-Vorteils-Karte haben, können Sie unter <https://tickets.haz.de/abovorteil/> auf „Tickets mit Abo-Vorteil klicken und hier Ihre Vertragsnummer eingeben. So bekommen Sie den Rabatt und können sich die Karten dann kaufen. Unsere Ticketshops finden Sie



Doris Schnieder aus Einbeck hatte andere Favoriten: „Die Catwall Acrobats sind die Könige.“ Die fünf Kanadier und ihre Trampwall-Show waren die Krönung dieses Silvester-Feuerwer-

auch im am Aegidientorplatz 2 und der Langen Laube 10 in Hannover, am Marktplatz 5 in Langenhagen, Am Wallhof 1 in Neustadt, und in der Marktstraße 16 in Burgdorf.

Medizin

ANZEIGE

Thema Nervenschmerzen

Cellulite, Falten, schlaffe Haut?



Dieses Arzneimittel hilft von innen!

Oft stehen wir Frauen vor einem scheinbar unlösbaren Problem: Wie werde ich die schlaffe Haut, die lästigen Dellen und Falten los? Diese unschönen Erscheinungen entstehen durch ein schwaches Bindegewebe, also von innen. Wissenschaftlern ist es gelungen, ein Arzneimittel mit einem dualen Wirkstoffkomplex zu entwickeln (Revoten Tabletten, rezeptfrei, Apotheke), der von innen wirkt! Die zwei enthaltenen natürlichen Arzneistoffe dienen laut den Ergebnissen der Arzneiprüfungen und der Pharmakologie als Anregungs- sowie Heilmittel für die nachlassenden Stoffwechselläufe im Bindegewebe. So können unschöne Anzeichen von Bindegewebsschwäche wie schlaffe Haut und Cellulite natürlich von innen bekämpft werden.



Abbildung Betroffenen nachempfunden. REVOTEN. Wirkstoffe: Acidum silicicum Trit. D4, Calcium carbonicum Hahnemannii Trit. D4. Die Anwendungsgebiete entsprechen den homöopathischen Arzneimittelbildern. Dazu gehört: Bindegewebsschwäche. www.revoten.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • Remitan GmbH, 82166 Gräfelfing

ISCHIAS?

So bändigen Sie den Schmerz im Nerv

Zieht es schmerzhaft vom Rücken bis ins Bein, steckt umgangssprachlich häufig der „Ischias“ dahinter: Durch eine Reizung oder Quetschung des Ischias-Nervs können starke Nervenschmerzen entstehen, die oft kaum auszuhalten sind. Mit Restaxil (Apotheke, rezeptfrei) ist es Experten gelungen, ein vielversprechendes Arzneimittel speziell bei Nervenschmerzen zu entwickeln.

Langes Sitzen am Schreibtisch oder im Auto, schweres Heben, falsches Bücken – und schon ist er da! Ein stechender, brennender Schmerz im unteren Rücken, der über den Po bis zum Fuß ausstrahlen kann. Die einen klagen zudem über Taubheitsgefühle oder ein Kribbeln an den betroffenen Stellen. Andere wiederum fühlen sich sogar wie vom „Strom durchflossen“. Hinter den Schmerzen rund ums Gesäß steckt meist der Ischias-Nerv,

der so dick wie unser Daumen ist und sich vom Rücken bis zum Knie verzweigt. Wird Druck auf den Ischias-Nerv ausgeübt, z. B. durch falsche Bewegungen oder Verspannungen, kann dieser gequetscht oder gereizt werden: Er sendet Schmerzsignale an unser Gehirn. Auch eine verrutschte Bandscheibe, die auf den Nerv drückt, kann die Ursache sein. Zeit zu handeln!

Nervenschmerzen im Ischias gezielt behandeln

Aus medizinischer Sicht ist es wichtig, für eine erfolgreiche Behandlung direkt an den Nervenschmerzen anzusetzen. Überraschend: Bei Nervenschmerzen zeigen viele Schmerzmittel nur wenig Wirkung, denn sie bekämpfen meist Entzündungen. Anders die Schmerztabletten Restaxil, die speziell zur Behandlung von Nervenschmerzen, wie z. B. bei einer Ischialgie, entwickelt wurden. So wird etwa der Arzneistoff **Iris versicolor** in Restaxil laut Arzneimittelbild vor allem bei Ischialgien mit



„Ich nutze das Produkt wegen meiner Ischiasschmerzen. Meine Nervenschmerzen haben spürbar nachgelassen.“ (Gustav L.)

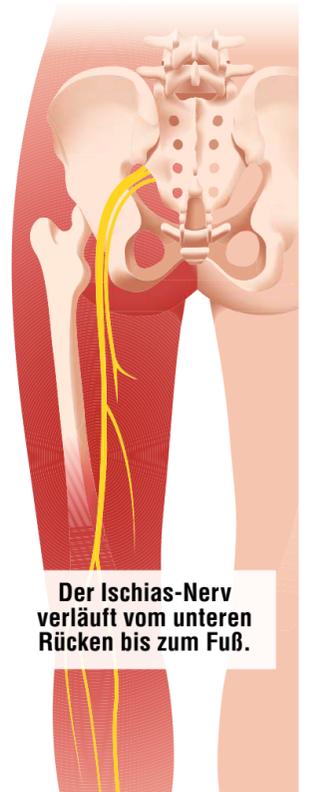
ziehenden, reißenden und brennenden Schmerzen im Hüftnerve bis zum Fuß eingesetzt. Nicht weniger eindrucksvoll wirkt **Cimicifuga racemosa**: Der Arzneistoff kommt erfolgreich bei ausstrahlenden Schmerzen im Rücken sowie bei Neuralgie im Becken zum Einsatz. Dabei bekämpft er Druck und Schmerz längs des Ischias-Nervs.

5-fach-Wirkkomplex, gut verträglich

Für Restaxil haben Wissenschaftler **Iris versicolor** und **Cimicifuga racemosa** in spezieller Dosierung mit drei weiteren

bewährten Arzneistoffen kombiniert. Gemeinsam bilden sie den besonderen 5-fach-Wirkkomplex von Restaxil!

Das Beste: Die Schmerztabletten sind nicht nur wirksam, sondern zugleich gut verträglich und somit auch für die Einnahme bei chronischen Schmerzen geeignet. Nehmen Sie Ihre Schmerzen nicht länger in Kauf und fragen Sie in der Apotheke gezielt nach Restaxil!



Der Ischias-Nerv verläuft vom unteren Rücken bis zum Fuß.

- ✓ Rezeptfreie Arzneitropfen speziell bei Nervenschmerzen wie z. B. einer Ischialgie
- ✓ Bekämpft ziehende, ausstrahlende und stechende Schmerzen¹
- ✓ Lindert Begleitsymptome von Nervenschmerzen wie z. B. Taubheitsgefühle oder Brennen²
- ✓ Keine bekannten Neben- oder Wechselwirkungen

Für Ihre Apotheke: **Restaxil** (PZN 12895108)



www.restaxil.de

¹Cimicifuga racemosa kann laut Arzneimittelbild ziehende, ausstrahlende und stechende Schmerzen lindern. Spigelia anthelmia kann laut Arzneimittelbild ausstrahlende Schmerzen lindern. • ²Cimicifuga racemosa kann laut Arzneimittelbild Taubheitsgefühle lindern, Iris versicolor kann laut Arzneimittelbild Brennen lindern. • Abbildungen Betroffenen nachempfunden. RESTAXIL. Wirkstoffe: Gelsemium sempervirens D11. D2, Spigelia anthelmia D11. D2, Iris versicolor D11. D2, Cyclamen purpurascens D11. D3, Cimicifuga racemosa D11. D2. Homöopathisches Arzneimittel bei Neuralgien (Nervenschmerzen). www.restaxil.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • Restaxil GmbH, 82166 Gräfelfing