

„Treiben lassen und genießen“

Der Große Garten feiert seinen **350. GEBURTSTAG**. Tausende Menschen lustwandeln zwischen barocken Reitern, Gondelfahrten und bunten Walking-Acts.

HANNOVER. Nach und nach füllt sich der Große Garten in Herrenhausen mit Menschen – die dann direkt mit einem kleinen Regenschauer begrüßt werden. Ausgestattet mit Regenjacken und Schirmen machen sie sich an diesem Samstag auf den Weg zu den ersten Stationen, die im Großen Garten aufgebaut sind. Attraktionen sind über den gesamten Garten verteilt. Das Fest ist der Höhepunkt eines umfangreichen Programms zum 350. Gartengeburtstag, das erst im Oktober endet.

Für Sigrid Kolan und Rainer Steinwedel, beide 66, sind die barocken Reiter auf Höhe der großen Fontäne ihr Highlight des Tages. Extra aus Hildesheim angereist, freuen sie sich auf die Performance – um danach das Feuerwehrorchester Hannover zu hören.

Das Sommerfest ist an diesem Samstag beliebt bei Familien. Die fünfjährige Franziska Oheim fiebert dem Ponyreiten entgegen. Das Schöne bei Jubiläumsfest, fasst Mutter Annabel Oheim, 46, dann gut zusammen:

„Treiben lassen und genießen.“

Auch die Gondelfahrten auf der Graft kommen gut an: Sämtliche Plätze waren bereits im Vorfeld ausgebucht – einige Menschen haben aber Glück und ergattern noch einen Platz, wenn jemand anderes seinen Termin ver-



Barocke Reitershow: Das Sommerfest im Großen Garten begeistert die Besucher.



streichen lässt. Dann entscheidet Gondoliere Carlo, wer mit an Bord darf. Wer kein Glück hat, bekommt trotzdem Venedig-Flair zu sehen: Spezielle Gondeln rollen an Land und ziehen singend als musikalischer Walking-Act durch den Garten.

PICKNICK UND WEITERE VERANSTALTUNGEN

Zwischen all den bunten Attraktionen des Sommerfestes gibt es

immer wieder Orte, an denen Besucher kurz durchatmen und das Geschehen aus einer ruhigeren Perspektive genießen. Die Picknickwiesen am äußeren Rand des Gartens laden dazu ein. Genau so macht es Familie Kollmeier: Während des Geburtstags

des Großen Gartens feiern sie ihre eigene kleine Geburtstagsparty mitsamt Picknick. Bis zum 4. Oktober sind weitere Veranstaltungen geplant. Außer zwei Terminen des internationalen Feuerwerks Wettbewerbs gibt es unter anderem

Vorträge zum Thema Biodiversität. Den Abschluss bildet am 4. Oktober ein Harfenkonzert mit Evelyn Huber und der Niedersächsischen Harfenakademie. Weitere Informationen gibt es auf der Internetseite der Herrenhäuser Gärten.

Gesangsgondel: Christiane und Klaus Seyfert lassen sich von Gondoliere Alessandro durch die Gärten fahren.
Fotos: Jonas Dengler

Gesundheit

ANZEIGE

NEU

Die Zukunft des (Ein-)Schlafens

Neuer Megatrend? Schlafexperte bringt Magnesium PLUS nach Deutschland

Magnesium ist der Trend aus den USA! Was viele hierzulande nicht wissen: Probleme im Schlaf können mit Magnesiummangel in Verbindung stehen. Logisch, dass nun auch zahllose Präparate auf den deutschen Markt schwemmen. Aber Vorsicht: Der Teufel steckt im Detail. Welches Präparat mit Magnesium dank einer speziellen Formel beim Einschlafen unterstützen kann, erfahren Sie hier.

Magnesium ist an über 300 verschiedenen Vorgängen im menschlichen Körper beteiligt. Vielen ist bereits bekannt, dass Magnesium eine normale Muskelfunktion im Körper unterstützt.¹ Gerade Menschen, die im Schlaf durch Muskelkrämpfe gestört werden, sind auf eine ausreichende Magnesiumzufuhr angewiesen. Magnesium trägt auch zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei¹, indem es die Reizweiterleitung zwischen Nervenzellen fördert und an der Bildung von Neurotransmittern wie Serotonin und Melatonin beteiligt ist. Außerdem fördert Magnesium eine normale psychische Funktion.¹ Wenn der Körper unter Stress viele Stresshormone wie Cortisol ausschüttet, führt dies zu schlechterem Schlaf.



Magnesium ist nicht gleich Magnesium

Wer glaubt, ein einfaches Präparat aus dem Supermarkt könne die nächtliche Erholung nachhaltig fördern, greift meist zur falschen Formel. Denn der Körper kann nicht jede Magnesiumverbindung gleich gut verwerten. Deshalb empfehlen Experten Magnesium-Komplexe – mehrere Magnesiumverbindungen, idealerweise ergänzt um Melatonin. Ein besonders wertvoller Baustein ist z. B. Magnesiumbisglycinat.

Es enthält die Aminosäure Glycin, die als „beruhigende Aminosäure“ gilt. Zudem ist diese Verbindung besonders hochwertig.

Die Formel macht den Unterschied

Ein optimal abgestimmter Komplex aus ausgewählten Magnesiumformen ist eine wichti-

ge Grundlage. Aber das reicht nicht aus! Auf dem deutschen Markt gibt es jetzt ein spezielles, neues Power-Präparat – entwickelt von Baldriparan, dem

Nr. 1* Schlafexperten für pflanzliche Schlafhilfen in deutschen Apotheken. Mit Baldriparan Magnesium PLUS hat der Schlafexperte den Megatrend aus den USA nach Deutschland geholt. Baldriparan Magnesium PLUS kombiniert die hochwertigen Magnesiumformen Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid. **Der Clou: Das Plus an Melatonin trägt nachweislich zur Verkürzung der Einschlafzeit bei.**² So wird das Power-Magnesium zum alltagstauglichen und wissenschaftlich fundierten Einschlafbeschleuniger, der unterstützt, ohne abhängig zu machen.

Für Ihre Apotheke:
Baldriparan Magnesium PLUS
(PZN 19927389)
www.baldriparan.de



Baldriparan®
Magnesium +



Baldriparan® Magnesium PLUS ist ein Nahrungsergänzungsmittel. • ¹Magnesium unterstützt die normale Muskelfunktion und trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems und der Psyche bei. • ²Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. • *OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 01/2025 2513101_002025