

glüXmagazin

Kostenlose Kundenzeitschrift
von LOTTO Mecklenburg-Vorpommern

Rubbellose

Unsere Sommerhits
(Seite 3)

Reitsport

OSTSEE TROPHY 2026
(Seite 12)

Zookultur

Open-Air-Kino im Zoo Schwerin (Seite 6+7)

Mittwoch 22.07.2026 (30. VA)



Spieleinsatz 32.071.593,60 €
Gewinnzahlen
Superzahl

3 5 10 14 25 49 3

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge:

14 49 10 25 3 5

Klasse 1 (6+SZ)	unbesetzt	50.000.000,00 €
Klasse 2 (6)	1 x	1.692.378,70 €
Klasse 3 (5+SZ)	68 x	8.627,80 €
Klasse 4 (5)	566 x	3.089,70 €
Klasse 5 (4+SZ)	3.373 x	143,80 €
Klasse 6 (4)	28.159 x	40,80 €
Klasse 7 (3+SZ)	57.404 x	17,00 €
Klasse 8 (3)	482.732 x	9,60 €
Klasse 9 (2+SZ)	391.317 x	6,00 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

24.06.2026	25	36	40	43	44	49	3
01.07.2026	2	4	5	13	41	48	4
08.07.2026	15	28	30	31	37	45	5
15.07.2026	7	11	35	37	39	42	1



Spieleinsatz 5.765.700,00 €

1 4 2 7 4 0 0

Klasse 1 (7-st. Gewinnz.)	unbes.	409.941,30 €
Klasse 2 (6 Endz.)	2 x	77.777,00 €
Klasse 3 (5 Endz.)	13 x	7.777,00 €
Klasse 4 (4 Endz.)	171 x	777,00 €
Klasse 5 (3 Endz.)	1.724 x	77,00 €
Klasse 6 (2 Endz.)	18.647 x	17,00 €
Klasse 7 (1 Endz.)	164.121 x	5,00 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

24.06.2026	4	3	6	3	7	8	7
01.07.2026	5	5	1	9	2	7	3
08.07.2026	2	8	6	0	7	7	5
15.07.2026	0	6	4	0	0	5	0



Spieleinsatz 2.559.455,00 €

8 9 2 8 2 4

Klasse 1 (6-stell. Gewinnz.)	unbes.	100.000,00 €
Klasse 2 (5 Endz.)	19 x	6.666,00 €
Klasse 3 (4 Endz.)	171 x	666,00 €
Klasse 4 (3 Endz.)	1.875 x	66,00 €
Klasse 5 (2 Endz.)	19.020 x	6,00 €
Klasse 6 (1 Endz.)	181.688 x	2,50 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

24.06.2026	5	8	7	3	1	7
01.07.2026	3	8	6	5	2	3
08.07.2026	1	5	8	7	7	2
15.07.2026	4	2	9	3	8	2

Gewinnzahlen Statistik 6aus49 (Mittwoch)

1 336	2 339	3 365	4 356	5 339	6 367	7 358
8 347	9 358	10 345	11 352	12 326	13 363	14 349
15 353	16 383	17 327	18 352	19 351	20 327	21 309
22 369	23 349	24 346	25 382	26 368	27 350	28 338
29 336	30 350	31 379	32 315	33 355	34 353	35 337
36 331	37 345	38 366	39 348	40 341	41 368	42 335
43 394	44 370	45 331	46 341	47 343	48 337	49 333

Wie oft gezogen? (2.852 Ziehungen seit 4.6.1986)
Fehlt so viele Wochen (X = am 22.07.26 gezogen)

Samstag 25.07.2026 (30. VA)



Spieleinsatz 52.025.175,60 €
Gewinnzahlen
Superzahl

18 21 31 36 42 44 3

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge:

31 42 36 21 44 18

Klasse 1 (6+SZ)	unbesetzt	50.000.000,00 €
Klasse 2 (6)	1 x	2.853.806,90 €
Klasse 3 (5+SZ)	53 x	18.666,40 €
Klasse 4 (5)	604 x	4.882,30 €
Klasse 5 (4+SZ)	3.394 x	241,00 €
Klasse 6 (4)	32.949 x	58,80 €
Klasse 7 (3+SZ)	65.516 x	25,20 €
Klasse 8 (3)	601.740 x	12,90 €
Klasse 9 (2+SZ)	514.220 x	6,00 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

27.06.2026	26	32	35	39	47	49	8
04.07.2026	7	10	28	31	36	37	5
11.07.2026	1	4	6	20	41	48	3
18.07.2026	5	17	33	35	39	47	6



Spieleinsatz 10.917.380,00 €

0 5 0 9 5 8 2

Klasse 1 (7-st. Gewinnz.)	unbes.	1.186.167,00 €
Klasse 2 (6 Endz.)	5 x	77.777,00 €
Klasse 3 (5 Endz.)	36 x	7.777,00 €
Klasse 4 (4 Endz.)	413 x	777,00 €
Klasse 5 (3 Endz.)	3.766 x	77,00 €
Klasse 6 (2 Endz.)	37.020 x	17,00 €
Klasse 7 (1 Endz.)	374.047 x	5,00 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

27.06.2026	9	3	8	6	3	8
04.07.2026	2	3	9	7	0	4
11.07.2026	5	2	2	4	7	9
18.07.2026	2	3	5	2	2	9



Spieleinsatz 4.743.143,75 €

5 2 2 5 1 1

Klasse 1 (6-stell. Gewinnz.)	3 x	100.000,00 €
Klasse 2 (5 Endz.)	23 x	6.666,00 €
Klasse 3 (4 Endz.)	282 x	666,00 €
Klasse 4 (3 Endz.)	2.805 x	66,00 €
Klasse 5 (2 Endz.)	28.662 x	6,00 €
Klasse 6 (1 Endz.)	282.330 x	2,50 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

27.06.2026	6	3	5	0	4	5
04.07.2026	0	4	5	0	0	3
11.07.2026	6	6	9	0	1	0
18.07.2026	5	9	8	1	7	4

Gewinnzahlen Statistik 6aus49 (Samstag)

1 479	2 467	3 471	4 453	5 460	6 494	7 455
8 427	9 459	10 450	11 473	12 446	13 379	14 427
15 424	16 436	17 464	18 446	19 460	20 442	21 441
22 446	23 433	24 445	25 463	26 484	27 473	28 426
29 456	30 443	31 460	32 485	33 472	34 425	35 449
36 469	37 459	38 464	39 443	40 449	41 456	42 471
43 455	44 439	45 394	46 427	47 460	48 463	49 502

Wie oft gezogen? (3.694 Ziehungen seit 9.10.1955)
Fehlt so viele Wochen (X = am 25.07.26 gezogen)



Sonntag
26.07.2026 (30. VA)

Sonntags, 17:00 Uhr,
im NDR-Fernsehen.

Gewinnzahlen Spieleinsatz: 1.974.120,00 €

1	2	3	7	9	12	17	21
29	32	46	47	50	56	58	59
62	65	66	71	72	74		

Quoten

Klasse 1	1 x	1.477.319,60 €
Klasse 2	89 x	1.142,30 €
Klasse 3	7.748 x	30,60 €

Erwarteter Jackpot am 02.08.2026:
rd. 250.000 Euro

Kandidatenspiel

Im Studio spielen zwei Kandidaten. Voraussetzung ist ein registriertes BINGO!-Los der Vorwoche. Damit muss man sich unter der Hotline 01375 / 95 1000 registrieren (14 Cent pro Anruf aus allen dt. Fest- und Mobilfunknetzen). Mehr Infos finden Sie auch auf unserer Homepage www.lottomv.de unter BINGO!. Auf folgende Losnummern sind Gewinne der „Superchance“ entfallen:

Ziehung	Serien-Nr.	Los-Nr.
1	9202	44864
2	9207	18730
3	9240	57149
4	9277	32007

BINGO!: Annahmeschluss samstags 18:00 Uhr. Bekanntgabe der Gewinnzahlen sonntags ab 17:00 Uhr live im NDR-Fernsehen. Gewinnchance Klasse 1 = 1:1.299.780.

LOTTO 6aus49: Annahmeschluss mittwochs 18:00 Uhr und samstags 19:00 Uhr. Ziehung der Gewinnzahlen auf www.lotto.de: Mittwoch, 18:25 Uhr und Samstag, 19:25 Uhr / Bekanntgabe der Gewinnzahlen: ZDF am Mittwoch, 18:54 Uhr und ARD am Samstag, 19:57 Uhr. Bei jeder Ziehung entscheidet der Zufall über die gezogenen Zahlen. Die statistische Häufigkeit der gezogenen Zahlen hat keinen Einfluss auf die Ziehungswahrscheinlichkeit. Alle Angaben, Ergebnisse und Quoten ohne Gewähr.

Superzahl Statistik 6aus49

Mittwoch: Wie oft gezogen? (1.599 Ziehungen seit 6.12.1995)
Fehlt so viele Wochen (X = am 22.07.26 gezogen)

0 147	1 147	2 153	3 179	4 172
5 167	6 177	7 165	8 150	9 142
10 14	11 1	12 11	13 X	14 3

Samstag: Wie oft gezogen? (1.807 Ziehungen seit 7.12.1991)
Fehlt so viele Wochen (X = am 25.07.26 gezogen)

0 185	1 185	2 181	3 171	4 178
5 184	6 168	7 198	8 179	9 179
10 15	11 17	12 8	13 X	14 14

Der Sommer wird LOSartig!

Die Glücksmomente im Sommer können vielfältig sein: ob ein kühles Getränk am Pool genießen, am Strand liegen und Sonne tanken oder einfach im Garten relaxen. Für das kleine Glück zwischendurch bieten sich auch unsere Sommerhits aus den Rubbellosboxen an.

Unsere abwechslungsreichen Rubbellose haben jede Menge Glücks-Chancen im Gepäck. In verschiedenen Preiskategorien von 1 Euro bis 20 Euro sorgen sie mit variantenreichen Spielprinzipien und Spitzengewinnen bis zu 1 Million Euro für Spannung. Wir stellen Ihnen einige sommerliche Vertreter vor.

GLÜCKS-ALARM

So knallig bunt wie Cocktails an der Strandbar: Das farbenfrohe 1-Euro-Los GLÜCKS-ALARM sorgt für ordentlich Wirbel. Als Spitzengewinn bietet GLÜCKS-ALARM 3 x 10.000 Euro (Chance = 1 : 800.000) und 10 x 1.000 Euro (Chance = 1 : 240.000). Sechs Spielfelder müssen freigerubbelt werden. Enthalten drei der sechs Spielfelder den gleichen Gewinnbetrag, haben Sie diesen ein Mal gewonnen.



LUCKY

Der Name ist Programm: Das 2-Euro-Los LUCKY bietet mit 2 x 20.000 Euro (Chance = 1 : 500.000) und 10 x 1.000 Euro (Chance = 1 : 100.000) als Hauptgewinne die Aussicht auf eine Menge Glücksgefühle. Insgesamt verbergen sich mehr als 220.000 Gewinne mit einer Gesamtsumme von 1 Million Euro in der Losserie. Jedes Los ist mit insgesamt sieben Spielfeldern versehen: sechs Chancen und ein Glückssymbol. Finden Sie unter einem Chancen-Spielfeld das Glückssymbol, haben Sie den darunter stehenden Betrag gewonnen. Mehrfachgewinne sind möglich.



Heiße 7

So heiß wie die Mittagssonne: Die Heiße 7 bietet Ihnen mit jedem Los die Chance auf bis zu 20.000 Euro (Chance = 1 : 700.000). Zu diesem Hauptgewinn, der sechs Mal ausgespielt wird, gesellen sich 42 x 1.000 Euro (Chance = 1 : 100.000). Rubbeln Sie alle Spielfelder auf dem 2-Euro-Los frei – wenn Sie die Zahl 7 finden, ist der danebenstehende Betrag Ihr Gewinn. Das Glückssymbol Flamme verdoppelt den Betrag sogar. Mehrfachgewinne sind möglich.

ZAHLN DES GLÜCKS

So farbenfroh wie ein fruchtiger Eisbecher mit bunten Streuseln sind die ZAHLEN DES GLÜCKS. Das 3-Euro-Los bietet einen möglichen Spitzengewinn in Höhe von 1 x 30.000 Euro (Chance = 1 : 600.000) sowie 4 x 1.000 Euro (Chance = 1 : 150.000). Dazu gibt es viele Chancen auf mittlere und kleine Gewinne. Jedes Los ist mit fünf Spielen, die senkrechten Reihen in grün, und acht bunten Glückszahlen versehen. Stimmen alle Zahlen in einem Spiel mit den Glückszahlen überein, haben Sie den darunter stehenden Betrag ein Mal gewonnen. Mehrfachgewinne sind möglich.



Dienstag 21.07.2026 (30. VA)



Spieleinsatz 37.096.516,00 €
Gewinnzahlen Eurozahlen

4 8 10 17 37 5 7

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge: Eurozahlen:
10 37 4 8 17 5 7

Klasse 1 (5+2)	unbesetzt	59.993.265,78 €
Klasse 2 (5+1)	5 x	319.030,00 €
Klasse 3 (5+0)	4 x	224.897,60 €
Klasse 4 (4+2)	44 x	3.372,40 €
Klasse 5 (4+1)	681 x	272,30 €
Klasse 6 (3+2)	1.941 x	105,10 €
Klasse 7 (4+0)	1.469 x	101,00 €
Klasse 8 (2+2)	26.757 x	17,60 €
Klasse 9 (3+1)	32.531 x	16,20 €
Klasse 10 (3+0)	64.864 x	15,40 €
Klasse 11 (1+2)	127.948 x	9,70 €
Klasse 12 (2+1)	449.196 x	8,30 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

23.06.2026	24	27	43	48	50	4	12
30.06.2026	12	19	34	44	50	3	8
07.07.2026	6	16	24	41	46	2	3
14.07.2026	5	6	17	34	36	3	11

Gewinnzahlen Statistik 5aus50

1	22	6	2	22	7	3	21	19	4	16	x	5	13	1
6	23	1	7	20	10	8	21	x	9	26	5	10	21	x
11	28	8	12	23	3	13	14	27	14	20	21	15	10	10
16	27	2	17	27	x	18	16	19	19	3	20	33	12	12
21	25	28	22	22	6	23	27	8	24	2	25	11	35	35
26	25	5	27	21	4	28	23	10	29	20	27	30	11	11
31	20	13	32	22	13	33	23	8	34	26	1	35	26	10
36	22	1	37	29	x	38	25	7	39	26	6	40	21	7
41	22	2	42	20	5	43	4	24	44	22	3	45	26	19
46	19	2	47	25	9	48	21	4	49	24	20	50	3	20

Eurozahlen Statistik 2aus12

1	40	5	2	32	2	3	46	1	4	44	4	5	42	x
6	31	9	7	35	x	8	37	3	9	42	21	10	37	8
11	** 32	1	12	** 34	4	Wie oft gezogen? (nach 226 Ziehungen) Fehlt so viele Wochen								
* Spielbar seit 10.10.2014 ** Spielbar seit 25.03.2022														

Eurojackpot: Annahmeschluss dienstags und freitags 18:30 Uhr. Bekanntgabe der Gewinnzahlen auf www.lotto.de.

Chance Kl. 1: 1 zu rd. 140 Millionen

Samstag 25.07.2026 (30. VA)



Spieleinsatz	4.540.968,50 €
Klasse 1:.....1	= 71.457,9 x 10 €
Klasse 2:.....61	= 8.307,0 x 25 €
Klasse 3:.....038	= 907,5 x 100 €
Klasse 4:.....6337	= 82,1 x 1.000 €
Klasse 5:.....10166	= 1,0 x 10.000 €
Klasse 6:.....998145	= 1,0 x 100.000 €
.....880701	=

Gewinn 1,2 Mio. €
sofort und 20 Jahre lang
5.000 € monatlich bzw.
2,4 Mio. € sofort

GlücksSpirale: Annahmeschluss samstags 19:00 Uhr

Gewinnchance Klasse 7: 1 zu 10 Millionen

Freitag 24.07.2026 (30. VA)



Spieleinsatz 53.028.756,00 €
Gewinnzahlen Eurozahlen

4 6 8 17 22 7 10

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge: Eurozahlen:
4 8 6 17 22 10 7

Klasse 1 (5+2)	1 x	71.262.143,10 €
Klasse 2 (5+1)	3 x	760.078,80 €
Klasse 3 (5+0)	24 x	53.581,10 €
Klasse 4 (4+2)	61 x	3.477,20 €
Klasse 5 (4+1)	1.181 x	224,50 €
Klasse 6 (3+2)	2.132 x	136,80 €
Klasse 7 (4+0)	2.819 x	75,20 €
Klasse 8 (2+2)	28.019 x	24,10 €
Klasse 9 (3+1)	48.156 x	15,60 €
Klasse 10 (3+0)	107.161 x	13,30 €
Klasse 11 (1+2)	138.300 x	12,90 €
Klasse 12 (2+1)	615.275 x	8,70 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

26.06.2026	17	25	35	39	41	5	9
03.07.2026	4	9	20	25	28	1	3
10.07.2026	13	25	28	42	45	5	12
17.07.2026	6	21	31	47	48	2	9

Gewinnzahlen Statistik 5aus50

1	82	10	2	71	6	3	71	8	4	80	x	5	73	9
6	75	x	7	80	19	8	83	x	9	74	3	10	69	12
11	80	12	12	73	34	13	75	2	14	80	6	15	78	21
16	81	5	17	84	x	18	88	6	19	80	21	20	81	3
21	85	1	22	74	x	23	77	7	24	65	33	25	74	2
26	64	20	27	66	5	28	63	2	29	76	13	30	75	18
31	73	1	32	71	10	33	69	10	34	85	9	35	84	4
36	63	10	37	72	5	38	73	17	39	77	4	40	72	17
41	82	4	42	71	2	43	71	14	44	71	7	45	79	2
46	81	9	47	70	1	48	57	1	49	82	8	50	65	7

Eurozahlen Statistik 2aus12

1	136	3	2	135	1	3	153	3	4	136	30	5	167	2
6	150	8	7	154	x	8	156	37	9	120	1	10	110	x
11	** 33	6	12	** 48	2	Wie oft gezogen? (nach 749 Ziehungen) Fehlt so viele Wochen								
* Spielbar seit 10.10.2014 ** Spielbar seit 25.03.2022														

Samstag 25.07.2026 (30. VA)



Spieleinsatz	518.865,00 €
Klasse 1:.....74430	= unbes. 10.000 €
.....52599	=
Klasse 2:.....915381	= unbes. Gewinn 600.000 € bzw. 5.000 € monatlich 10 Jahre lang
Klasse 3:.....5758903	= unbes. 1.000.000 €
.....0383528	=
.....4551575	=

Gewinnchance Klasse 3: 1 zu 3.333.333

SPIEL
NICHT BIS ZUR
GLÜCKSSPIRALE
SUCHT

Spielteilnahme ab 18 Jahren. Glücksspiel kann süchtig machen. Infos unter: www.check-dein-spiel.de
Hotline des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit (BfÖG):
0800 1 372 700 (kostenlos und anonym)



Montag, 20.07.2026

2	6	14	25	26
27	28	32	40	44
45	48	49	51	52
54	64	65	67	68

plus 5

5	1	3	4	0
---	---	---	---	---

Dienstag, 21.07.2026

2	5	10	13	14
15	16	19	21	22
24	28	37	50	51
55	57	59	63	70

plus 5

2	0	2	0	5
---	---	---	---	---

Mittwoch, 22.07.2026

3	4	7	8	11
12	13	20	21	37
38	42	43	56	57
62	64	65	68	69

plus 5

5	4	6	3	0
---	---	---	---	---

Donnerstag, 23.07.2026

5	8	12	15	18
20	22	28	36	41
42	51	53	54	57
59	64	66	68	69

plus 5

5	1	5	9	6
---	---	---	---	---

Freitag, 24.07.2026

5	10	14	18	19
23	25	30	33	35
36	42	44	49	55
58	62	68	69	70

plus 5

9	8	9	8	3
---	---	---	---	---

Samstag, 25.07.2026

2	4	8	10	16
22	25	26	29	31
32	33	46	50	51
54	63	65	68	69

plus 5

1	5	0	9	6
---	---	---	---	---

Sonntag, 26.07.2026

2	6	9	10	16
18	19	23	25	28
33	34	37	42	45
46	51	62	65	69

plus 5

5	6	5	6	6
---	---	---	---	---

30. Veranstaltung (20.07.26 - 26.07.26)

KENO Spieleinsatz: 2.312.557,00 €

KENO Gewinnsumme: 1.262.030,00 €

plus 5 Spieleinsatz: 169.380,00 €

plus 5 Gewinnsumme: 66.735,00 €

Ziehungsstatistik

Wie oft gezogen? (Basis 2.2.2004, 7.880 Ziehungen)

1	2216	2	2318	3	2282	4	2186	5	2207	6	2242	7	2250
8	2267	9	2327	10	2293	11	2236	12	2255	13	2214	14	2212
15	2242	16	2246	17	2221	18	2250	19	2221	20	2293	21	2261
22	2162	23	2209	24	2257	25	2268	26	2267	27	2307	28	2250
29	2273	30	2204	31	2240	32	2295	33	2348	34	2221	35	2231
36	2289	37	2209	38	2273	39	2280	40	2248	41	2232	42	2221
43	2250	44	2282	45	2230	46	2205	47	2239	48	2243	49	2373
50	2276	51	2200	52	2268	53	2290	54	2213	55	2291	56	2247
57	2268	58	2271	59	2260	60	2257	61	2191	62	2213	63	2262
64	2332	65	2236	66	2283	67	2203	68	2236	69	2214	70	2244

Chance auf den Spitzengewinn (Keno-Typo 10) = 1:2.147.181

KENO: Annahmeschluss tägl. 18:00 Uhr, KENO-Ziehung täglich 19:10 Uhr
live im Internet: www.keno.de, Gewinnzahlen Mo. bis So. ca.
19:28 Uhr im hr Fernsehen, KENO-Hotline: 0180 5 998 010 (14 ct./min.)



vom 20. - 26. Juli

Glücksbilanz



EUROJACKPOT (Dienstag)

319.030,00 Euro (Kl. 2)
3 x Deutschland
1 x Island
1 x Niederlande
224.897,60 Euro (Kl. 1)
1 x Deutschland
1 x Estland
1 x Finnland
1 x Schweden

EUROJACKPOT (Freitag)

71.262.143,10 Euro (Kl. 1)
1 x Spanien
760.078,80 Euro (Kl. 2)
3 x Deutschland
53.581,10 Euro (Kl. 3)
12 x Deutschland
1 x Dänemark
4 x Finnland
2 x Kroatien
1 x Niederlande
1 x Norwegen
1 x Spanien
2 x Tschechien

LOTTO 6aus49 (Mittwoch)

1.692.378,70 Euro (Kl. 2)
1 x Nordrhein-Westfalen

LOTTO 6aus49 (Samstag)

2.853.806,90 Euro (Kl. 2)
1 x Hessen

Spiel 77 (Mittwoch)

77.777 Euro (Kl. 2)
1 x Bayern
1 x Nordrhein-Westfalen

Spiel 77 (Samstag)

77.777 Euro (Kl. 2)
1 x Baden-Württemberg
1 x Bayern
1 x Hamburg
1 x Niedersachsen
1 x Rheinland-Pfalz

BINGO!

1.477.319,60 Euro (Kl. 1)
1 x Niedersachsen

GlücksSpirale

100.000 Euro (Kl. 6)
1 x Thüringen

KENO

100.000 Euro (Typ 10)
1 x Rheinland-Pfalz
100.000 Euro (Typ 9)
1 x Baden-Württemberg

SUPER 6 (Samstag)

100.000 Euro (Kl. 1)
1 x Niedersachsen
2 x Nordrhein-Westfalen



Buch-Tipp

Handbuch Hauskauf



Ein gebrauchtes Haus bietet viele Chancen – mögliche Mängel und Folgekosten sind jedoch nicht immer auf den ersten Blick erkennbar. Das „Handbuch Hauskauf“ begleitet Kaufinteressierte Schritt für Schritt von der Objektsuche über die Gebäudeanalyse und Finanzierung bis zum rechtssicheren Kaufvertrag. Die Autoren Thomas Weyrauch und Ulrich Zink erklären, worauf bei einer Hausbesichtigung zu achten ist, wie sich verborgene Schwachstellen entdecken lassen und welche Kosten für Modernisierung oder Sanierung eingeplant werden sollten. Praktische Checklisten unterstützen bei der Erstbesichtigung und der systematischen Prüfung der Immobilie. Auch Vermögensanalyse, Finanzierungsplanung und mögliche Förderungen werden verständlich erläutert. Praxisbeispiele und konkrete Maßnahmenpläne machen den Ratgeber zu einer hilfreichen Orientierung für alle, die eine Bestandsimmobilie kaufen möchten.

Zu gewinnen

Das glüXmagazin verlost 3 x 1 Exemplar von „Handbuch Hauskauf“. Beantworten Sie einfach folgende Frage: **Wie heißen die beiden Autoren des Ratgebers?** Teilnahmebedingungen, Einsendeschluss und Versandadresse finden Sie auf Seite 9. Kennwort: Hauskauf.



Radio hören und mitspielen bei „6in49“

Von Montag bis Freitag bringt „Der Frühstücksclub“ mit Dania Behm, Marilyn Pagel und Nils Söhrens auf NDR 1 Radio MV seine Hörerinnen und Hörer immer zwischen 5 und 10 Uhr gut gelaunt in den Tag. Ein Highlight der Sendung ist das beliebte Quiz „6in49“ – unterstützt von LOTTO Mecklenburg-Vorpommern.

Bei diesem Spiel haben die Teilnehmenden jeden Morgen um 7.40 Uhr die Chance bis zu 300 Euro zu gewinnen. Es werden sechs Fragen gestellt, jede richtige Antwort ist 50 Euro wert. Doch viel Zeit zum Überlegen bleibt nicht, denn das Quiz dauert nur 49 Sekunden! Für jede falsche oder nicht abgegebene Antwort wandern 50 Euro in den Jackpot. Nur wer alle sechs Fragen innerhalb der Zeit richtig löst, hat die Chance mit der Jackpotfrage auch noch den Jackpot abzuräumen.



Bewerben können Sie sich über die Webseite des NDR oder über die Gewinnspielhotline **01375-808080** (14 Cent/Anruf aus allen deutschen Netzen).



Das Flüstern der Wälder

Umgeben von den Geräuschen der Natur und Tierlauten präsentiert der Zoo Schwerin am 1. August mit der Zookultur eine ganz besondere Veranstaltung. Die Besuchenden können sich auf ein Open-Air-Kino in tierischer Atmosphäre freuen – unterstützt von LOTTO Mecklenburg-Vorpommern als Partner der Kultur.

Traditionell am ersten Samstag im August erstrahlt der Zoo Schwerin für die jährliche Veranstaltung Zookultur im abendlichen Ambiente – ideal zum Schlendern, Entdecken und Entspannen. Der Zoo lädt dabei zu einem Spaziergang mit anschließendem Open-Air-Kino ein und verbindet kulturelles Schaffen durch Kunst, Fotografie oder Film mit Tieren, Artenschutz oder der Natur.

Ab 19:30 Uhr öffnen sich die Zootore für den abendlichen Spaziergang, welcher mit leckeren Snacks oder Getränken versüßt wird. Ab 21:45 Uhr beginnt dann das einzigartige Open-Air-Kino auf der Zoowiese mit einem Film aus dem Wettbewerb um den Deutschen Naturfilmpreis des Jahres. Anschließend wird der Dokumentarfilm „Das Flüstern der Wälder“ des französischen Wildtierfotografen und Regisseurs Vincent Munier gezeigt, der die Tier- und Pflanzenwelt der Vogesen in den Mittelpunkt stellt. Lauschen und beobachten – nur so kann man den Zauber der Natur erfahren.

70 Jahre Zoo Schwerin

Die Zookultur fällt dabei in ein ganz besonderes Jahr: Der Zoo Schwerin feiert 70-jähriges Jubiläum. Am 24. April 1956 als kleiner Heimtiergarten mit einer anfänglichen Größe von 15 Hektar gegründet, zählt er heute zu den größten zoologischen Einrichtungen in Mecklenburg-Vorpommern. Der ursprüngliche Tierbestand umfasste Störche, Teichvögel, Reh- und Damwild. Am 1. Oktober 1974 wurde der Tiergarten offiziell als wissenschaftlich geleiteter Zoologischer Garten anerkannt. Nahezu zeitgleich erfolgte die Erweiterung des Geländes auf seine heutige Größe von 25 Hektar. In den folgenden Jahren wuchs der Tierbestand kontinuierlich.

Während Mitte der 1950er-Jahre erstmals mehr als 100 Tiere im Schweriner Zoo lebten, beherbergte er Mitte der 1970er-Jahre bereits über 1.000 Tiere. Zu den

ältesten Bewohnern des Zoos zählen die Damhirsche, die auch heute noch von den Besuchenden beobachtet werden können. Auch Braunbären prägen die Geschichte des Zoos seit Jahrzehnten: Die ersten Tiere kamen 1958 aus dem Tierpark Bernburg sowie aus Rumänien nach Schwerin und wurden schnell zu einem festen Bestandteil des Zoos.

Das Deutsche Sattelschwein gilt als extrem gefährdete Nutztierrasse.

Vier Nubische Giraffen sind im Zoo Schwerin beheimatet. Sie können bis zu vier Meter groß werden.



Beim Open-Air-Kino wird
„Das Flüstern der Wälder“ gezeigt.

Mittlerweile umfasst der Tierbestand im Schweriner Zoo etwa 2.000 Tiere in über 150 Arten. Als Artenschutzzoo konzentriert er sich auf die Haltung und Zucht bedrohter Arten und informiert im Rote Liste Zentrum über gefährdete Tiere. Der Zoo möchte die Besuchenden für die Vielfalt der Arten begeistern und sie für deren Schutz sensibilisieren.

Tierpatenschaften

LOTTO Mecklenburg-Vorpommern ist Pate der Nubischen Giraffen sowie der Deutschen Sattelschweine und unterstützt den Zoo Schwerin seit mehr als zehn Jahren in seiner Arbeit für den Arterhalt und Tierschutz.

Im Schweriner Zoo teilen sich vier Giraffen ihre Anlage mit afrikanischen Blauhalsstra  en. Zur Gruppe gehören der Bulle Madiba, die Giraffenkuh Kahlua mit ihrem rund einem Jahr alten Sohn Mojo und dessen Tante Daisy.

Ihr natürliches Verbreitungsgebiet erstreckt sich in Ostafrika von Kenia bis Uganda. Leider ist die Art durch Wilderei und Dürreperioden stark gefährdet. Aufgrund neuer wissenschaftlicher Erkenntnisse durch genetische Untersuchungen werden die ehemals als Rothschildgiraffen bezeichneten Tiere mittlerweile zu den Nubischen Giraffen gezählt, welche ebenfalls zu den vier Unterarten der Nördlichen Giraffen gehören. Mit einer Population von noch rund 7.000 Exemplaren zählen die Nördlichen Giraffen zu den am stärksten bedrohten Gro  s  ugetieren der Welt.

Hellgar und Ortwin, so heißen die zwei Sattelschweine im Schweriner Zoo. Das deutsche Sattelschwein gehört zu den extrem gefährdeten Nutztierassen. In den 1940er Jahren wurde es vorwiegend aufgrund seiner Robustheit, Genügsamkeit und hoher Ferkelanzahl gezüchtet. Bereits in den 1950er Jahren gerieten die Sattelschweine zunehmend in den Hintergrund und wurde allmählich durch leistungsstärkere Hochleistungsrassen ersetzt. Umso schöner ist es, dass der Zoo Schwerin mit viel Hingabe auf diese alte und liebenswerte Haustierrasse aufmerksam macht.



Weitere Informationen zu den Tieren und den Veranstaltungen im Zoo Schwerin erhalten Sie unter www.zoo-schwerin.de.

Preisrätsel der Woche



Speer der Zulus			Verehrungsform	Vorname des Autors Hamsun		Fremdwortteil: Wasser	englisch: Meer	heldenhaft		Männernamen	türk. Großgrundherr	giftige Baum-schlangen	griechischer Buchstabe	nach innen		tropischer Fruchtbaum
Trabrennwagen						Teil eines Kontinents										
					5	Durchzeichnungskopien		italienische Nudelsorte								kleines, offenes Sportauto
nord-europ. Inselstaat			höchster Berg im Kaukasus		Aussicht, Rundumblick				4					Arznei gegen Husten		Fremdwortteil: entsprechend
Essen, Gericht		italienischer Name des Ätna					Spielkartenfarbe				Zeitgeschmack		ital. Abschiedsgruß			
			Pokal, Turnierpreis					ein Buch der Bibel		US-Popsängerin						
			2		Stern in der „Leier“		Schallreflexionen						synthetische Faser		Abk.: außer Dienst	
Teil des Wortes	„Drahtesel“ fahren	serb. Schriftsteller, † (Ivo)		brit. Hunderrasse (...terrier)		3			zeternd, laut meckern		Fluss durch Aberdeen			6		Fremdwortteil: Glas
gewalt-sam stehlen							Südeuropäer	Müll								
				Lauter von Hunden		dt. Bau-meister, † 1917				niederl. Namens-teil			1		alkoho-lische Getränke	
be-geisterte Anhänger			Stromquelle								Schauspieler		ge-hoben: ohne			
Laubbaum					Wappentier			Begründer der Wasserkur †		beweglich						altgriech. Naturgott
Vorname der Palmer					eine Farbe			Vorname von US-Filmstar Costner					arab. Zupf-instrument		int. Kfz-K. Griechen-land	
			letzter König der Albaner		mit zwei-jähriger Lebens-dauer					nein sagen		alter Name der mongol. Hptst.				
südafrik. Partei (Mandela)	Abk.: ohne Jahr	Schriftreihe				7		haltbares Tierprodukt		modifi-zieren						
Form des Sauerstoffs					beim ersten Versuch (auf ...)		8									
englisches Tanzlied (16. Jh.)					kleiner Teich											

Impressum

Herausgeber:
Verwaltungsgesellschaft Lotto und Toto
in Mecklenburg-Vorpommern mbH,
Erich-Schlesinger-Str. 36, 18059 Rostock,
Tel. 0381 40555-802
Internet: www.lottomv.de
E-Mail-Adresse: gluexmagazin@lottomv.de
Redaktionsleitung: Clemens Buch, Viktoria Kesper
Redaktion: Daniela Kiepsel, Julian Czerwiec, Katharina Kutzbach, Kerstin Ferchland
Layout: Lukas Würge, Yvonne Heinrichs,
Jan Meißner, Jennifer Grebing
Herstellung, Druck:
OSTSEEDRUCK GmbH
Koppelpweg 2, 18107 Rostock, Tel. 0381 77657-0
Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Bildmaterial und
Unterlagen wird keine Haftung übernommen. Veröffentlichung
der Systeme sowie alle Zahlenangaben ohne Gewähr. Nach-
druck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung der Redaktion.
Foto: Zoologischer Garten Schwerin

Grabin-schrift (Abk.)			kleinste Teile der Wortbe-deutung
tun, handeln	an der Oberflä-che von etwas	eh. engl. Münz-einheit (Abk.)	
		englisch, span.: mich, mir	
Laut der Rinder		japa-nische Münze	

P F B G K G W
 A F R I K A M E E R S C H A U M
 V L I E S E E K L I G U C U
 A V E L C I D S A S C H E
 S T E L Z E N B E G N A D E T
 T A L R B U L L T O R R Z
 L T A R A N T E L M H E E
 D U E R R M E G S H A G E R E
 S E N D E N R A S S E L R E
 B T S P E N N E H S I N N
 E R O D I N G K R O E N E N
 A N G E R E B E I N B I G S
 I B R U E L L E N T O T
 A G A S S I L S A I B E I R A
 E L I A S S S P U K F I L
 C L O G S T A E T T E
 B E L E N D L A
 V K R K
 M O D E R N
 K U R A
 A B C C
 S T R E I K

Lösung aus
gluXmagazin
Nr. 30/2026

STEIGUNG

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

Bitte tragen Sie hier die Lösungsbuchstaben ein.

1. Preis: Je ein Classic Kettle Grill von Weber

Der Weber Classic Kettle bringt echtes Grillvergnügen auf die Terrasse oder in den Garten. Der elegante Kugelgrill mit einem Durchmesser von 47 Zentimetern basiert auf dem Design des ersten Weber-Grills aus dem Jahr 1952 und verbindet den klassischen Look mit praktischen Funktionen. Holzkohleschienen, integrierte Besteckhalter und ein modernes Reinigungssystem sorgen für eine komfortable Handhabung. So steht einem geselligen Grillabend mit Familie und Freundeskreis nichts mehr im Wege.

www.weber.com



2.-4. Preis: Je ein Kochbuch „Bestes für die Party“



Dieses Kochbuch bietet mehr als 60 Lieblingsrezepte vom Land – von Suppen und Salaten über Fingerfood, Brote und Dips bis hin zu Hauptgerichten und Desserts. Für das Grillfest, die Motoparty oder die Familienfeier zeigt es, wie Kochen für Gäste unkompliziert, lecker und entspannt gelingen kann. Die Rezepte eignen sich für die verschiedensten Anlässe, lassen sich gut vorbereiten und kommen mit wenigen, gängigen Zutaten aus. Alle Gerichte stammen von Landfrauen sowie Hobbyköchinnen und -köchen und sind vielfach erprobt – gedacht für alle, die ihre

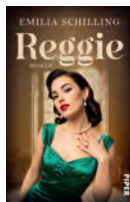
Gäste unkompliziert verwöhnen möchten.

www.lv-buch.de

5.-9. Preis: Je ein Roman „Reggie“

Anfang der 1960er-Jahre ist die Villa Francese in Rom Treffpunkt der High Society. Im Mittelpunkt steht Yvonne Wolf, charismatische Ehefrau eines deutschen Dirigenten. Sie wird von ihrer Tochter Reggie bewundert – bis diese beginnt, aus deren Schatten zu treten.

www.piper.de



10.-12. Preis: Je ein Set „CreArt Canvas“ von Ravensburger

„CreArt Canvas“ – Malen nach Zahlen von Ravensburger bietet zahlreiche Motive für Erwachsene. Jedes Komplett-Set enthält bis zu 50 fertig angemischte Acrylfarben, hochwertige Holzpinsel und eine Motivvorlage auf Leinwand mit den nummerierten Feldern.

www.ravensburger.de



Sudoku

Anleitung:

Füllen Sie die leeren Felder so aus, dass in jedem 3 x 3-Kästchen, jeder Zeile und jeder Spalte alle Zahlen von 1 bis 9 stehen.

Anfänger

7	2	8	6		3			
	1				8	6	9	7
6			1		4			2
8	3	7		4			2	
	9	1		6	7			
				8		9	7	1
9		2				3	4	5
			7	3	5	2		
3		5	4	2				

Profi

7	1	9	2					
8	3		7					
							2	9
			9		5	4	3	1
4		5			1		6	
				6	2			
		1				2		
	6			4	3			
	8					5	7	

Lösung KW 30/2026

Anfänger

4	3	5	1	2	9	6	8	7
6	2	1	8	4	7	3	5	9
9	8	7	6	5	3	4	1	2
3	4	9	2	1	8	7	6	5
5	7	8	4	3	6	9	2	1
2	1	6	7	9	5	8	4	3
7	9	4	5	6	2	1	3	8
8	6	2	3	7	1	5	9	4
1	5	3	9	8	4	2	7	6

Profi

3	5	1	4	7	2	6	9	8
6	7	2	8	3	9	5	1	4
8	9	4	1	5	6	7	3	2
9	6	5	2	1	3	4	8	7
2	1	7	5	4	8	9	6	3
4	3	8	6	9	7	2	5	1
5	8	9	3	2	4	1	7	6
7	2	6	9	8	1	3	4	5
1	4	3	7	6	5	8	2	9

Teilnahmebedingungen Gewinnspiele per Postkarte oder E-Mail

Teilnahme per Post:

Für die Teilnahme am Kreuzworträtsel senden Sie eine ausreichend frankierte Postkarte mit dem Lösungswort, für die Teilnahme an allen anderen Gewinnspielen senden Sie eine Postkarte mit dem Kennwort und ggf. der Antwort auf die Gewinnspielfrage an:

glüXmagazin, Postfach 30 07 65, 56029 Koblenz
Bitte geben Sie in jedem Fall Ihren Namen und Ihre vollständige Adresse auf der Postkarte an.

Teilnahme per E-Mail:

Senden Sie Ihre Teilnahme an
gewinnspiel@gluexmagazin.com.

- Beim **Kreuzworträtsel** gehört das **Lösungswort** in den Betreff.
- Bei allen **anderen Gewinnspielen** gehört das jeweilige **Kennwort** in den Betreff.

In die E-Mail schreiben Sie – sofern erforderlich – die Antwort auf die Gewinnspielfrage sowie Ihren Namen und Ihre Anschrift.

Einsendeschluss: 03.08.2026

(Poststempel bzw. E-Mail-Eingang bis 23:59 Uhr).

Unter allen richtigen Einsendungen entscheidet das Los, sofern mehr Teilnahmen eingehen, als Preise vorhanden sind. Eine Barauszahlung oder ein Umtausch der Gewinne ist ausgeschlossen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

sen. Teilnahme ab 18 Jahren. Mitarbeitende der Lotto-Gesellschaften in der glüXmagazin-Kooperation sowie deren Angehörige sind ausgeschlossen. Personenbezogene Daten werden ausschließlich zur Durchführung des Gewinnspiels verwendet und nicht an Dritte weitergegeben, sofern keine gesetzliche Verpflichtung besteht.

Auslosung Kreuzworträtsel, Nr. 29/2026:

Ein Staubsauger „VCC 3170 L“ von Grundig geht an einen Gewinner aus Munderkingen.

Alle Gewinnerinnen und Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.

Veranstaltung vom 1./2. August 2026

TOTO 13er Ergebnistipp

Jackpot rund 200.000 Euro

Chance auf den Höchstgewinn: 1:1.594.323

	Spiel	Gastgeber/Gast	Tendenz	Vorrunde	Letzte 2 Jahre	Gastgeber	Gast
1. Liga Österreich	1	SA WSG Tirol - Sturm Graz	3:2-5	-	0:3 1:0	-----	-----
	2	SA FC RB Salzburg - TSV Hartberg	7:2-1	-	4:0 0:0	-----	-----
	3	SO Wolfsberger AC - FK Austria Wien	4:3-3	-	0:1 2:1	-----	-----
	4	SO SC Austria Lustenau - SV Ried	* 4:3-3	-	1:1 -	-----	-----
	5	SO SK Rapid Wien - SCR Altach	5:3-2	-	5:0 0:0	-----	-----
1. Liga Schweiz	6	SA FC Zürich (9) - Servette FC (10)	3:3-4	-	1:3 2:1	----N	----n
	7	SA FC Basel 1893 (5) - FC Lausanne-Sport (7)	** 5:3-2	-	1:1 0:0	----S	----u
	8	SA FC Thun (2) - BSC Young Boys (1)	6:3-1	-	- 4:1	----S	----s
	9	SO FC Vaduz (8) - FC St. Gallen 1879 (4)	2:3-5	-	- -	----N	----s
	10	SO FC Sion (11) - FC Luzern (12)	5:3-2	-	4:2 0:0	----N	----n
1. Liga Schottland	11	SO Grasshopper Club Zürich (6) - FC Lugano (3)	1:3-6	-	1:1 1:0	----U	----s
	12	SO FC St. Johnstone - FC Kilmarnock	4:3-3	-	1:0 -	-----	-----
	13	SO Hibernian Edinburgh - FC Motherwell	* 4:3-3	-	3:1 1:1	-----	-----
	14	SA FC Falkirk - FC St. Mirren	5:2-3	-	- 1:2	-----	-----
	15	SA FC Aberdeen - Heart of Midlothian	2:3-5	-	0:0 1:0	-----	-----
1. Liga Norwegen	16	SA Fredrikstad FK (12) - Sandefjord Fotball (11)	** 3:4-3	1:1	1:0 3:1	sUsN	uNuN
	17	SA IK Start Kristiansand (16) - Viking FK Stavanger (2)	1:3-6	3:6	- -	sNnS	SNsSU
	18	SO KFUM Kameratene (14) - Kristiansund BK (15)	* 3:4-3	-	1:2 1:1	sunN	nNNun
	19	SO Molde FK (5) - Sarpsborg 08 FF (6)	4:3-3	1:2	2:4 0:2	NsUnS	sSsUs
	20	SO Aalesunds FK (13) - Tromsø IL (3)	2:2-6	1:1	- -	UuNu	NuUsS
1. Liga Schweden	21	SA BK Häcken (4) - Kalmar FF (11)	4:4-2	-	3:1 -	UsnNS	NsNus
	22	SO IFK Göteborg (13) - Degerfors IF (14)	4:3-3	-	- 3:0	SnNsN	unNNn
	23	SO IF Brommapojkarna (12) - Malmö FF (8)	3:3-4	-	2:2 2:3	UunNu	sSsUn
	24	SO AIK Solna (7) - Örgryte IS (15)	5:3-2	-	- -	SnSSs	uNsuN
	25	SA Turun PS (8) - IFK Mariehamn (12)	* 6:2-2	1:1	- -	sNsnN	nNNnu
1. Liga Finnland	26	SA FC Lahti (7) - FF Jaro (10)	5:3-2	1:0	- -	UssN	uNsus
	27	SA IF Gnistan (4) - Kuopion PS (1)	2:4-4	0:1	0:0 1:2	uNsSS	SsSSs
	28	SO Vaasan PS (5) - FC Inter Turku (2)	* 3:3-4	0:0	3:1 0:2	UssNN	UuSUn
	29	SO AC Oulu (6) - Ilves Tampere (9)	4:4-2	0:1	0:1 0:4	NuNuU	NuNSs
	30	SA SV Westfalia Rhynern - SF Siegen 1899	2:3-5	-	1:2 -	-----	-----
Regionalliga West	31	SA SV Bergisch Gladbach 09 - SG Wattenscheid 09	3:4-3	-	- -	-----	-----
	32	SA VfL Bochum II - Borussia Dortmund II	2:2-6	-	- 1:2	-----	-----
	33	SA 1. FC Köln II - SC Wiedenbrück	6:2-2	-	1:0 3:0	-----	-----
	34	SA Sportfreunde Lotte - FC Gütersloh	2:3-5	-	3:2 2:2	-----	-----
	35	SA Borussia Mönchengladbach II - SV Rodinghausen	* 6:3-1	-	1:1 1:1	-----	-----
Regionalliga Nord	36	SA VfB 03 Hilden - 1. FC Bocholt	2:3-5	-	- -	-----	-----
	37	SA VfB Lübeck - SC Weiche Flensburg 08	3:4-3	-	1:2 0:1	-----	-----
	38	SA Hannoverscher SC - BSV Kickers Emden	* 2:3-5	-	- 3:3	-----	-----
	39	SA SSV Jeddalah - FSV Schöningen	7:2-1	-	- 3:0	-----	-----
	40	SA Bremer SV - Hannover 96 II	3:4-3	-	- 2:1	-----	-----
RL Bayern	41	SO Eintracht Norderstedt - SV Atlas Delmenhorst	5:3-2	-	- -	-----	-----
	42	SO SV Todesfelde - FC St. Pauli II	2:3-5	-	2:4 -	-----	-----
	43	SA 1. FC Schweinfurt 05 (18) - TSV 1860 München (11)	* 2:3-5	-	- 1:1	----N	-----
	44	SA FC Memmingen (6) - SpVgg Ansbach (19)	3:4-3	-	- 2:2	----S	----n
	45	SA SpVgg Greuther Fürth II (12) - SpVgg Bayreuth (3)	2:4-4	-	3:1 3:0	----N	----s

Wichtig für den TOTO-Wettbewerb vom 1./2. August 2026

Annahmeschluss Samstag, 1. August 2026
TOTO 6aus45 Auswahltipp 13:00 Uhr/ TOTO 13er Ergebnistipp 16:30 Uhr*

Spiele 1-13 = 13er Ergebnistipp
Spiele 1-45 = 6aus45 Auswahltipp
Spiele 1-45 = Meisterschaftsspiele
Spiele 1-5 = 1. Liga Österreich
Spiele 6-11 = 1. Liga Schweiz
Spiele 12-15 = 1. Liga Schottland
Spiele 16-20 = 1. Liga Norwegen
Spiele 21-24 = 1. Liga Schweden
Spiele 25-29 = 1. Liga Finnland
Spiele 30-36 = Regionalliga West

Spiele 37-42 = Regionalliga Nord
Spiele 43-45 = Regionalliga Bayern

* = remisverdächtig ** = stark remisverdächtig * = geänderter Annahmeschluss
Form: s/S = Sieg, u/U = Unentschieden, n/N = Niederlage, kleine Buchstaben = Heimspiel, große Buchstaben = Auswärtsspiel, (F) = Frauen. Wertung nach der regulären Spielzeit (Verlängerungen werden nicht berücksichtigt). Zahlen in Klammern = Tabellenstand. Älteste Ergebnisse/Form von links nach rechts.

Fußball-Glück mit TOTO

Alle Infos in Ihrer LOTTO-Annahmestelle oder auf lottomv.de

Jede Woche neue Chancen.

LOTTO
Mecklenburg-Vorpommern

Spielteilnahme unter 18 Jahren ist gesetzlich verboten!
Glücksspiel kann süchtig machen. Infos unter www.check-dein-spiel.de,
Büro-Hotline: 0800 137 27 00

David gegen Goliath

Zum Auftakt der österreichischen Bundesliga treffen mit RB Salzburg und dem TSV Hartberg zwei Teams der Kontraste aufeinander (TOTO-Spiel Nr. 2). Mit fast 120 Millionen Euro Marktwert verfügt Salzburg über den teuersten Liga-Kader, der kleine Klub aus der Oststeiermark bringt rund 9,2 Millionen Euro auf die Waage. Das Ungleichgewicht spiegelt auch die Bilanz wider: Die Bullen unterlagen in den bisherigen Pflichtspielen gegen Hartberg nur ein Mal. Nun sollen weitere Punkte folgen. Der neue Chefcoach Danny Röhl (37, Foto), der bereits mit Ex-Bundestrainer Hansi Flick (61) die DFB-Elf trainierte, hat ein klares Ziel vor Augen: den Meistertitel wieder nach Salzburg zu holen.



Regionalliga Nord 25/26	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. SV Meppen	34	103:35	83	13 2 2	13 3 1
2. SV Drochtersen/Assel	34	83:48	70	14 0 3	8 4 5
3. VfB Oldenburg	34	87:45	69	10 3 4	11 3 3
4. SSV Jeddeloh II	34	81:50	64	10 3 4	9 4 4
5. Phönix Lübeck	34	53:43	56	10 2 5	6 6 5
6. Hannover 96 II (A)	34	63:49	53	8 3 6	8 2 7
7. Bremer SV	34	52:41	52	8 5 4	6 5 6
8. Kickers Emden	34	64:54	51	7 3 7	7 6 4
9. SC Weiche Flensburg 08	34	69:63	49	7 4 6	7 3 7
10. Hamburger SV II	34	57:50	47	6 6 5	7 2 8
11. VfB Lübeck	34	54:61	45	7 5 5	5 4 8
12. Werder Bremen II	34	57:71	40	7 5 5	3 5 9
13. HSC Hannover (N)	34	49:84	37	5 4 8	5 3 9
14. FSV Schöningen 2011 (N)	34	56:84	34	5 1 11	5 3 9
15. Eintracht Norderstedt	34	51:79	30	5 2 10	2 7 8
16. FC St. Pauli II	34	38:72	25	1 10 6	3 3 11
17. TuS BW Lohne	34	38:78	23	3 5 9	2 3 12
18. Altona 93 (N)	34	44:92	23	4 4 9	2 1 14

Oberliga Hamburg 25/26	Sp	T	P	Heim	Ausw
2. Eimsbütteler TV	34	101:44	78	11 4 2	13 2 2

Oberliga Niedersachsen 25/26	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. SV Atlas Delmenhorst	30	69:29	66	8 4 3	12 2 1

Oberliga Schleswig-Holstein 25/26	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. SV Todesfelde	30	80:24	77	12 2 1	14 0 1
Punktabzug: SV Todesfelde (3)					

Regionalliga West 25/26	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. Fortuna Köln	34	71:30	70	11 6 0	9 4 4
2. RW Oberhausen	34	60:40	66	9 5 3	10 4 3
3. FC Schalke 04 II	34	77:50	61	9 2 6	9 5 3
4. FC Gütersloh	34	55:40	59	9 5 3	7 6 4
5. Borussia Dortmund II (A)	34	66:50	58	8 6 3	8 4 5
6. Bor. Mönchengladbach II	34	61:46	58	7 4 6	10 3 4
7. SF Siegen (N)	34	62:43	54	8 5 4	6 7 4
8. SC Paderborn 07 II	34	52:38	46	9 3 5	3 7 7
9. Bonner SC (N)	34	38:42	46	4 6 7	8 4 5
10. 1. FC Köln II	34	55:63	45	8 2 7	5 4 8
11. Sportfr. Lotte	34	45:55	45	5 7 5	6 5 6
12. Fortuna Düsseldorf II	34	47:58	40	5 5 7	6 2 9
13. 1. FC Bocholt	34	49:57	39	5 4 8	5 5 7
14. VfL Bochum II (N)	34	50:62	39	4 6 7	5 6 6
15. SV Rodinghausen	34	46:63	29	4 4 9	3 10 3
16. SC Wiedenbrück	34	39:65	29	6 5 6	1 3 13
17. Wuppertaler SV	34	36:70	26	2 5 10	3 6 8
18. SSVg Velbert (N)	34	35:72	25	1 3 13	5 4 8
Zwangsabstieg: Fortuna Düsseldorf II					

Oberliga Mittelrhein 25/26	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. SV Bergisch Gladbach 09	30	85:28	67	11 3 1	9 4 2

Oberliga Niederrhein 25/26	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. VfB 03 Hilden	34	90:48	69	10 1 6	12 2 3

Oberliga Westfalen 25/26	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. SV Westfalia Rhyrn	36	96:38	82	12 5 1	13 2 3
2. SG Wattenscheid 09	36	78:28	80	10 6 2	13 5 0

Regionalliga Bayern	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. TSV Aubstadt	1	5:1	3	1 0 0	0 0 0
2. Wacker Burghausen	1	4:0	3	0 0 0	1 0 0
3. FV Illertissen	1	3:0	3	0 0 0	1 0 0
3. SpVgg Bayreuth	1	3:0	3	1 0 0	0 0 0
5. DJK Vilzing	1	3:1	3	1 0 0	0 0 0
6. FC Memmingen	1	1:0	3	0 0 0	1 0 0
6. SC Eltersdorf (N)	1	1:0	3	0 0 0	1 0 0
6. SpVgg Unterhaching	1	1:0	3	1 0 0	0 0 0
9. TSV Augsburg	1	1:1	1	0 1 0	0 0 0
9. TSV Buchbach	1	1:1	1	0 0 0	0 1 0
11. TSV 1860 München (A)	0	0:0	0	0 0 0	0 0 0
12. TSV Landsberg (N)	1	0:1	0	0 0 1	0 0 0
12. Bayern München II	1	0:1	0	0 0 1	0 0 0
12. Gr. Fürth II	1	0:1	0	0 0 0	0 0 1
15. 1. FC Nürnberg II	1	1:3	0	0 0 0	0 0 1
16. VfB Eichstätt	1	0:3	0	0 0 1	0 0 0
16. FC Augsburg II	1	0:3	0	0 0 0	0 0 1
18. Schweinfurt 05 (A)	1	1:5	0	0 0 0	0 0 1
19. SpVgg Ansbach	1	0:4	0	0 0 1	0 0 0

3. Liga 25/26	Sp	T	P	Heim	Ausw
8. TSV 1860 München	38	54:53	56	9 7 3	6 4 9
20. Schweinfurt 05 (N)	38	38:87	21	4 4 11	1 2 16
Zwangsabstieg: TSV 1860 München					

Regionalliga Bayern 25/26	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. 1. FC Nürnberg II	34	68:35	77	13 1 3	11 4 2
2. Würzburger Kickers	34	74:25	75	12 4 1	10 5 2
3. SpVgg Unterhaching (A)	34	72:30	70	12 1 4	10 3 4
4. FV Illertissen	34	72:46	64	9 4 4	10 3 4
5. DJK Vilzing	34	49:44	51	9 2 6	6 4 7
6. TSV Aubstadt	34	49:45	49	7 5 5	6 5 6
7. VfB Eichstätt (N)	34	48:37	48	6 8 3	6 4 7
8. Wacker Burghausen	34	46:50	47	9 5 3	4 3 10
9. SpVgg Ansbach	34	54:65	46	8 3 6	5 4 8
10. TSV Buchbach	34	54:69	46	7 4 6	6 3 8
11. Bayern München II	34	61:52	45	9 4 4	5 2 10
12. FC Memmingen (N)	34	43:47	42	3 8 6	7 4 6
13. SpVgg Bayreuth	34	36:53	38	7 3 7	2 8 7
14. FC Augsburg II	34	37:48	34	3 5 9	6 2 9
15. TSV Augsburg	34	39:60	34	4 4 9	5 3 9
16. Gr. Fürth II	34	47:60	28	3 6 8	3 4 10
17. Viktoria Aschaffenburg	34	31:71	26	2 4 11	4 4 9
18. SpVgg Hankofen-Hailing	34	31:74	23	4 1 12	1 7 9
Punktabzug: Bayern München II (3)					

Bayernliga Nord 25/26	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. SC Eltersdorf	32	53:30	65	11 0 5	10 2 4

Bayernliga Süd 25/26	Sp	T	P	Heim	Ausw
2. TSV Landsberg	32	79:43	65	10 6 0	8 5 3

Schweiz 1. Liga - HR	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. Young Boys Bern	1	4:2	3	1 0 0	0 0 0
2. FC Thun (M)	1	3:1	3	0 0 0	1 0 0
3. FC Lugano	1	2:1	3	1 0 0	0 0 0
4. FC St. Gallen (P)	1	2:1	3	1 0 0	0 0 0
5. FC Basel	1	1:0	3	0 0 0	1 0 0
6. Grasshoppers Zürich	1	1:1	1	0 0 0	0 1 0
7. FC Lausanne-Sport	1	1:1	1	0 1 0	0 0 0
8. FC Vaduz (N)	1	1:2	0	0 0 0	0 0 1
9. FC Zürich	1	1:2	0	0 0 0	0 0 1
10. Servette FC Genf	1	0:1	0	0 0 1	0 0 0
11. FC Sion	1	2:4	0	0 0 0	0 0 1
12. FC Luzern	1	1:3	0	0 0 1	0 0 0

Schweiz 1. Liga - MR 25/26	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. FC Thun (N)	38	80:52	75	12 2 5	12 1 6
2. FC St. Gallen	38	72:47	70	10 3 6	10 7 2
3. FC Lugano	38	59:42	67	12 3 4	7 7 5
4. FC Sion	38	63:40	63	9 7 3	7 8 4
5. FC Basel (M, P)	38	55:58	56	8 6 5	8 2 9
6. Young Boys Bern	38	80:69	55	9 5 5	6 5 8

Bemerkung: Die Punkte aus der Hauptrunde wurden mitgenommen.

Schweiz 1. Liga - AR 25/26	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. FC Luzern	38	76:66	53	5 7 7	9 4 6
2. Servette FC Genf	38	71:63	53	7 7 5	6 7 6
3. FC Lausanne-Sport	38	53:67	42	6 5 8	5 4 10
4. FC Zürich	38	49:72	38	7 1 11	4 4 11
5. Grasshoppers Zürich	38	48:74	33	4 5 10	4 4 11
6. FC Winterthur	38	44:100	23	3 5 11	2 3 14

Bemerkung: Die Punkte aus der Hauptrunde wurden mitgenommen.

Schweiz 2. Liga 25/26	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. FC Vaduz	36	75:41	81	15 2 1	12 3 3

Finnland 1. Liga - HR	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. Kuopion PS (M)	17	32:16	36	6 3 0	4 3 1
2. Inter Turku (N)	17	24:14	31	4 4 1	4 3 1
3. HJK Helsinki (P)	17	28:20	28	5 2 2	3 2 3
4. IF Gnistan	17	27:21	28	5 1 2	3 3 3
5. Vaasa PS	17	24:16	27	5 3 0	2 3 4
6. AC Oulu	17	21:21	27	5 1 1	3 2 5
7. FC Lahti (N)	17	20:16	22	4 3 2	2 1 5
8. Turun PS	17	20:20	22	6 1 2	0 3 5
9. Ilves Tampere	17	29:30	22	5 1 2	1 3 5
10. FF Jaro Pietarsaari	17	17:33	15	3 4 2	0 2 6
11. SJK Seinäjoki	17	19:27	14	2 2 4	1 3 5
12. IFK Mariehamn	17	9:36	5	0 4 5	0 1 7

Norwegen 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. FK Bodø/Glimt	15	37:11	35	6 0 1	5 2 1
2. Viking Stavanger (M)	14	34:14	34	6 0 0	5 1 2
3. Tromsø IL	15	26:15	31	6 2 1	3 2 1
4. Lillestrøm SK (P,N)	14	22:14	25	4 0 3	4 1 2
5. Molde FK	14	25:19	23	5 0 2	2 2 3
6. Sarpsborg 08 FF	14	15:16	21	4 2 1	2 1 4
7. Valerenga IF	14	22:24	20	4 1 2	2 1 4
8. Brann Bergen	15	30:25	19	3 0 4	3 1 4
9. Hamarkameratene	14	20:26	18	5 0 2	0 3 4
10. Rosenborg Trondheim	13	15:18	15	3 2 2	1 1 4
11. Sandefjord Fotball	14	13:20	15	2 3 2	2 0 5
12. Fredrikstad FK	13	15:23	14	3 1 2	1 1 5
13. Aalesund FK (N)	14	19:29	13	1 5 2	1 2 3
14. KFUM Oslo	14	15:25	12	3 1 4	0 2 4
15. Kristiansund BK	14	12:23	12	2 2 3	1 1 5
16. Kristiansand (N)	15	16:34	10	1 3 2	1 1 7

Schweden 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. IK Sirius FK	14	40:17	38	6 1 0	6 1 0
2. Hammarby IF	15	33:15	27	6 1 1	2 2 3
3. Djurgårdens IF	13	27:15	23	3 1 3	4 1 1
4. BK Häcken (P)	13	27:22	23	3 2 1	3 3 1
5. Västerås SK FK (N)	14	24:23	22	2 3 2	4 1 2
6. IF Elfsborg	15	20:18	21	3 3 2	2 3 2
7. AIK Solna	13	18:18	21	3 0 3	3 3 1
8. Malmö FF	14	28:24	20	3 0 4	3 2 2
9. GAIS Göteborg	15	19:15	20	4 3 1	1 2 4
10. Mjällby AIF (M)	14	20:19	17	2 1 3	2 4 2
11. Kalmar FF (N)	14	18:20	17	5 2 1	0 0 6
12. Brommapojkarna	14	19:22	17	1 3 2	3 2 3
13. IFK Göteborg	14	17:33	13	1 2 3	2 2 4
14. Degerfors IF	14	12:24	10	1 2 5	1 2 3
15. Örgryte IS (N)	14	14:33	10	1 4 2	1 0 6
16. Halmstads BK	14	11:29	7	1 2 4	0 2 5

Schottland 2. Liga 25/26	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. FC St. Johnstone (A)	36	67:25	77	11 6 1	11 5 2

Schottland 1. Liga - MR 25/26	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. Celtic Glasgow (M)	38	73:41	82	15 1 3	11 3 5
2. Heart of Midlothian	38	67:34	80	15 4 0	9 4 6
3. Glasgow Rangers	38	76:43	72	11 5 3	9 7 3
4. FC Motherwell	38	59:36	61	10 6 3	6 7 6
5. Hibernian Edinburgh	38	58:44	57	8 6 5	7 6 6
6. FC Falkirk (N)	38	50:62	49	7 5 8	7 2 9

Bemerkung: Die Punkte aus der Hauptrunde wurden mitgenommen.

Schottland 1. Liga - AR 25/26	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. Dundee United	38	49:60	45	7 7 5	3 8 8
2. FC Dundee	38	42:61	42	9 4 6	2 5 12
3. FC Aberdeen (P)	38	40:55	40	7 5 7	4 2 13
4. FC Kilmarnock	38	50:68	40	7 4 8	3 6 10
5. FC St. Mirren	38	30:55	34	5 6 8	3 4 12
6. FC Livingston (N)	38	40:75	21	1 8 9	1 7 12

OSTSEE TROPHY 2026

Sommer, Sonne, Reitsport: Vom 4. bis zum 9. August verwandelt sich die Anlage auf dem Hofgut Redentiner Mühle im Landkreis Nordwestmecklenburg für die OSTSEE TROPHY 2026 in einen Treffpunkt für hochdekorierte Profis, ambitionierte Nachwuchstalente und Reitsportbegeisterte. Als Partner des Sports unterstützt LOTTO Mecklenburg-Vorpommern das Springreitevent.

Eingebettet in die schöne Landschaft zwischen der Hansestadt Wismar und der Insel Poel bietet die moderne Reitanlage beste Voraussetzungen für hochklassigen Reitsport und besondere Turnieratmosphäre. Bereits in den Jahren 2020, 2021 und 2025 war Hof Redentin Gastgeber der OSTSEE TROPHY – das Turnier gehört dabei zu einer festen Größe im Turnierkalender im Norden Deutschlands, der Eintritt ist an allen Veranstaltungstagen frei.

Hochklassiges Feld

Den sportlichen Auftakt bildet am 4. August der nationale Springpferdetag, bei dem talentierte Nachwuchssportler im Mittelpunkt stehen. Vom 6. bis 9. August folgen die internationalen CSI-Prüfungen sowie zahlreiche nationale Wettbewerbe. Das Programm richtet sich dabei an alle Leistungsstufen – von ambitionierten Amateuren bis hin zu internationalen Profis. So haben zahlreiche Spitzenreiterinnen und -reiter ihre Teilnahme angekündigt. Mit dabei sind unter anderem André Thieme, Europameister 2021, Sieger des Großen Preises von Aachen und vierfacher Gewinner des Deutschen Springderbys in Hamburg, Marvin Jüngel, Sieger des Deutschen Springderbys 2023, Thomas Kleis, Derby-Sieger

von 2009, sowie der schwedische Olympiasilbermedaillengewinner und Europameister Rolf-Göran Bengtsson. Sie alle garantieren Springsport auf höchstem Niveau.

Spitzensport trifft Hoffest

Zu den besonderen Höhepunkten zählt am Samstagabend das beliebte Jump & Drive, bei dem Reiterinnen und Reiter sowie Kutschenfahrerinnen und -fahrer in einem unterhaltsamen Staffeltwettbewerb gegeneinander antreten. Den krönenden sportlichen Abschluss bildet am Sonntagnachmittag der Große Preis der OSTSEE TROPHY, dessen Siegerin oder Sieger sich über ein Preisgeld von 35.000 Euro freuen darf.

Neben den sportlichen Wettbewerben erwartet die Besuchenden ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm, eine Flaniermeile und musikalische Unterhaltung. Die Mecklenburger Meute präsentiert beispielsweise eindrucksvolle Schaubilder, die Voltigierer des Reitvereins Hof Bohm e. V. zeigen ihr Können, die amtierende Rapskönigin der Insel Poel wird zu Gast sein, am Freitag- und Samstagabend verwandelt ein DJ das Gelände in eine Tanzfläche und auch für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Mit internationalen Prüfungen, hochkarätigen Teilnehmenden, einem attraktiven Rahmenprogramm und kostenlosem Eintritt verbindet die OSTSEE TROPHY 2026 internationalen Springsport mit gemütlicher Atmosphäre und norddeutscher Gastfreundschaft beim Hoffest. Damit dürfte das Event auch in seiner vierten Auflage zu einem Sommerhighlight in Nordwestmecklenburg zählen.

Top-Reiterinnen und -Reiter nehmen an dem Turnier teil – darunter André Thieme, Europameister 2021.



Weitere Informationen gibt es unter hofgut-redentiner-muehle.de.



Rezept der Woche

Hähnchen-Saltimbocca mit Birnen, gebratenen Trauben und Knoblauch

Zutaten (für 4 Portionen)

2	Birnen	100 g	Parmaschinken
5 Stängel	Salbei		(8 dünne Scheiben)
3 EL	Olivenöl	350 g	große Weintrauben
1 EL	Butter		Salz
1	Knoblauchknolle		schwarzer Pfeffer
4	Hähnchenbrustfilets		
	(à ca. 150 g)		

So wird's gemacht

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Birnen waschen, vierteln und entkernen. Den Salbei waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen, dabei 8-12 Blätter beiseitelegen. Die übrigen Salbeiblätter zusammen mit den Birnen auf einem Backblech verteilen. Mit 1 EL Olivenöl beträufeln, die Butter in Flöckchen darauf geben und die Knoblauchknolle in einzelne, ungeschälte Zehen teilen. Alles auf dem Blech verteilen und etwa 10 Minuten im Ofen vorgaren, dabei gelegentlich wenden. Die Hähnchenbrustfilets abbrausen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Jedes Filet mit 2-3 Salbeiblättern belegen und mit je zwei Scheiben Parmaschinken umwickeln. Das restliche Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Filets von beiden Seiten jeweils etwa 2 Minuten kräftig anbraten. Die Weintrauben waschen, trocken tupfen und je nach Größe einzeln oder in kleinen Rispen abzupfen. Die angebratenen Hähnchenfilets zusammen mit den Trauben und den restlichen Salbeiblättern mit auf das Backblech

legen und alles zusammen für weitere 15 Minuten im Ofen fertig garen. Das Hähnchen-Saltimbocca zusammen mit den gebratenen Birnen, Trauben und dem weichen Knoblauch anrichten und servieren.

Beilage: Dazu passen frische Bandnudeln mit Kräutern, Rosmarinkartoffeln oder ein cremiges Kartoffelpüree.



Ihr Wochen-Horoskop



Steinbock 22.12.–20.01.

Treiben Sie mehr Sport, dann brauchen Sie sich um das allgemeine Wohlbefinden nicht zu sorgen.

Wassermann 21.01.–19.02.

Auf der verbalen Ebene klappt die partnerschaftliche Verständigung in dieser Woche wohl am besten.



Fische 20.02.–20.03.

Falls es in Ihrem Team zu Spannungen kommt, sollten Sie sich nicht auf Streitgespräche einlassen.

Widder 21.03.–20.04.

Gesundheit und Fitness sind in diesen Tagen kein Thema. Sie kommen bestens über die Runden.



Stier 21.04.–20.05.

Ihr Nervenkostüm ist in Ordnung. Sie sind guter Dinge, sodass alles leichter von der Hand geht.

Zwillinge 21.05.–21.06.

Halten Sie Maß mit weltlichen Genüssen. Dann kommen Sie fit und vital durch die neue Woche.



Krebs 22.06.–22.07.

Aus kosmischer Sicht könnte sich diese Arbeitswoche etwas stressig gestalten, da viel auf Sie einstürzt.

Löwe 23.07.–23.08.

Fitness und Wohlbefinden kommen nicht unbedingt von allein. Sie sollten etwas dafür tun.



Jungfrau 24.08.–23.09.

Powern Sie im Beruf nicht einfach drauflos. Überlegen Sie erst, wo Ihre Ziele und Vorteile liegen.

Waage 24.09.–23.10.

Zeigen Sie Einsatz im Job und beeindrucken Sie Vorgesetzte mit handfesten Leistungen.



Skorpion 24.10.–22.11.

Bewahren Sie trotz Stress die Ruhe. Arbeiten Sie weiter konzentriert und möglichst systematisch.

Schütze 23.11.–21.12.

Größere Veränderungen mögen Sie zwar reizen, doch Sie sollten keinesfalls überstürzt handeln.



Zum Glück gibt es Freundschaften

Sie sind immer für uns da, trösten und helfen, gehen selbst nachts um drei ans Telefon, wenn der Schuh drückt: Freundinnen und Freunde sorgen für Glücksgefühle. Höchste Zeit also, ihren Wert gebührend zu feiern.

Familie können wir uns nicht aussuchen – den Freundeskreis dagegen schon. In diesem Spruch steckt viel Wahres. Schließlich sind enge Freundinnen und Freunde für viele die wichtigsten Vertrauenspersonen im Leben. Mit ihnen teilen wir schöne, lustige und auch traurige Momente, tauschen uns aus und sind füreinander da. Wohlgemerkt sind damit nicht Hunderte sogenannter Freundinnen und Freunde aus den sozialen Medien gemeint, die man kaum kennt. Sondern die Handvoll echter Herzensmenschen, auf die jederzeit Verlass ist.

Auch für die Gesundheit wichtig

Wie wichtig echte und vertrauensvolle Freundschaften für unser Lebensglück sind, wird von der Wissenschaft in zahlreichen Studien bestätigt. Das Fazit: Wer echte Freundinnen und Freunde hat, lebt glücklicher und womöglich sogar gesünder und länger. Freundschaft ist demnach weit mehr als ein emotionales Band, sie ist eine kleine soziale Superkraft. Zu diesem Resultat kommt zum Beispiel eine Forschungsarbeit der University of Michigan (USA) mit 280.000 Teilnehmenden. Personen mit einem guten Freundeskreis sind demnach physisch und emotional gesünder als Menschen ohne enge soziale Bindungen.

Auch ein Forschungsteam der Universität Oxford hat herausgefunden, dass Freundschaften für unsere körperliche Gesundheit bedeutsam sind – darüber hinaus auch unser geistiges Wohlbefinden.

Gemeinsame Momente mit den Lieblingsemenschen zu teilen, tut uns einfach gut. Und sie halten Freundschaften lebendig.

Ein Hoch auf unseren Freundeskreis:
Seit 2011 wird der „Internationale Tag
der Freundschaft“ offiziell gefeiert.

finden fördern. Demnach zeigen Menschen mit einem engen Freundesnetzwerk eine höhere Schmerztoleranz. Die Erklärung dafür: Das Gehirn schüttet mehr Endorphine aus, wenn wir uns gut verbunden fühlen.

Internationaler Tag der Freundschaft

All diese Herzensmenschen haben einen Ehrentag verdient. Daher haben die Vereinten Nationen den 30. Juli im Jahr 2011 offiziell zum „Internationalen Tag der Freundschaft“ erklärt. Ursprünglich geht die Idee auf eine Initiative aus Paraguay zurück, die den Gedenktag schon 1958 ins Leben rief. Dabei geht es nicht nur um die Freundschaft zwischen Menschen, sondern auch um freundschaftliche Beziehungen zwischen einzelnen Ländern und Kulturen.

Verantwortung – und ein gutes Investment

Was aber macht wahre Freundschaft aus? „Ein Freund, ein guter Freund, das ist das Schönste, was es gibt auf der Welt. Ein Freund bleibt immer Freund und wenn die ganze Welt zusammenfällt...“, sang einst Heinz Rühmann und hatte damit Recht, dass sich gerade in Krisenzeiten und Stresssituationen ihr wahrer Wert zeigt. Was ebenso gilt: Freundschaften sind ein Geben und Nehmen, beruhen neben emotionaler Nähe auch auf der Bereitschaft, füreinander Verantwortung zu übernehmen.

Dass Freundschaften nicht nur im Privatleben positiv wirken, auch dafür gibt es inzwischen Belege: Eine aktuelle Umfrage ergab etwa, dass vier von fünf Beschäftigten durch freundschaftliche Beziehungen am Arbeitsplatz motivierter und produktiver sind. „Work Buddies“ machen das Arbeitsleben leichter und erfolgreicher.

Viele gute Gründe also, den „Internationalen Tag der Freundschaft“ in dieser Woche zu feiern – genauso wie unsere wichtigsten Freundinnen und Freunde. Denn,

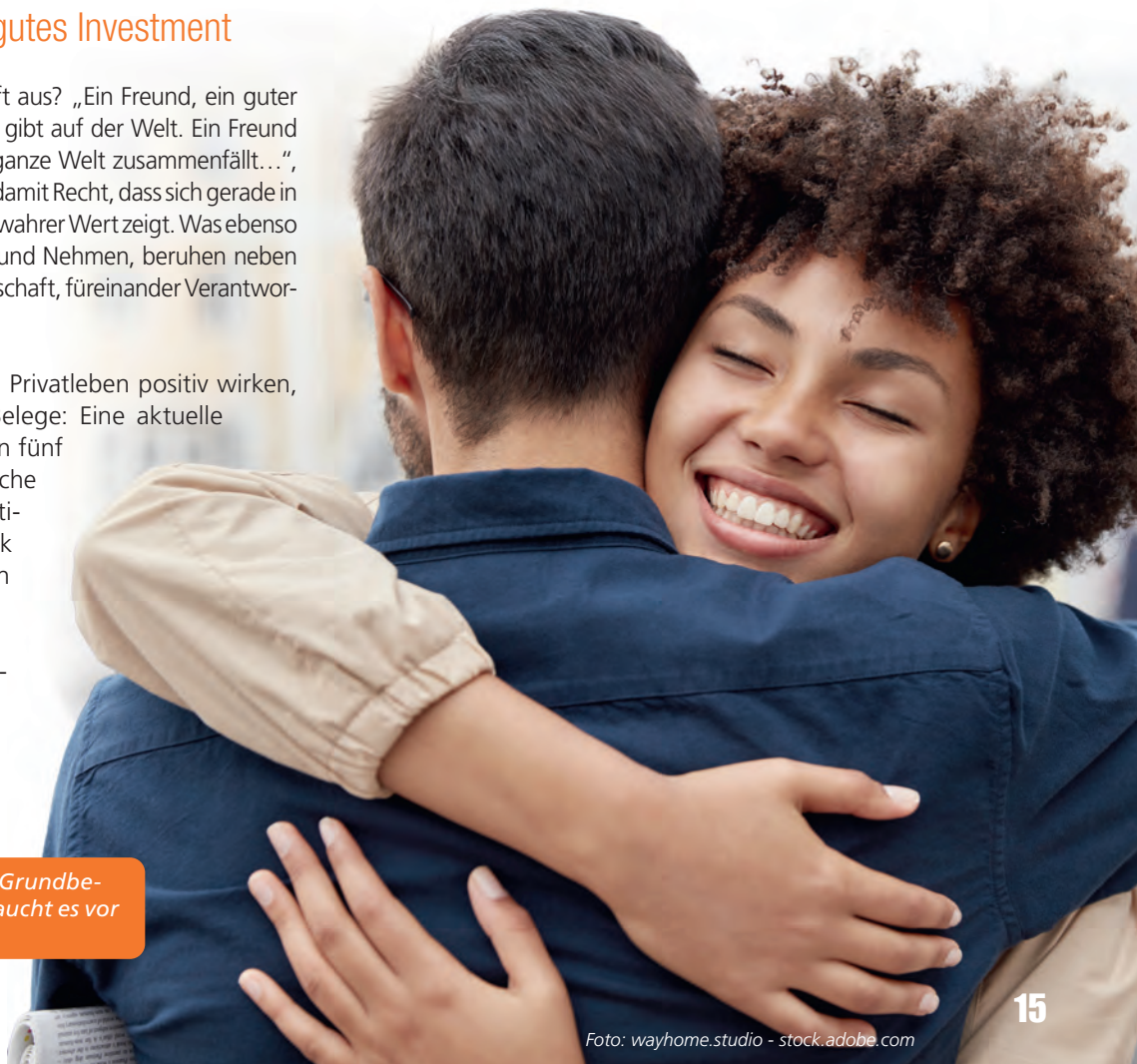
Der Wunsch nach Bindung ist ein Grundbedürfnis. Für eine Freundschaft braucht es vor allem eines: ein Gefühl der Nähe.

auch hierfür gibt es wissenschaftliche Rückendeckung, Freundschaften brauchen Pflege, gemeinsame Erlebnisse oder einfach regelmäßige Gespräche.

Geteilte Träume



Geteilte Freude ist doppelte Freude – gilt auch fürs Lottospielen. Egal ob mit der Familie, im Freundeskreis oder mit Kolleginnen und Kollegen – als Tippgemeinschaft kann gemeinsam aufs Glück gesetzt werden. Der Vorteil liegt klar auf der Hand: Die Spieleinsätze werden geteilt. So können zusammen mehr Tipps und auch größere Systeme gespielt werden, wodurch die Gewinnchancen steigen.



BINGO!

JACKPOT

WIR SEHEN UNS
jeden Sonntag um 17 Uhr
live im NDR-Fernsehen

Ziehung am 02.08.2026 ca.

250.000

Gewinnwahrscheinlichkeit 1 : 1.299.780

Euro

Superpreis der Woche:

Segelkreuzfahrt Karibik
„Traum unter weißen Segeln“
im Wert von ca.
19.850 Euro



   [lottomv.de](https://www.lottomv.de)

Der Natur verbunden.

Jede Woche neue Chancen.

 **LOTTO**
Mecklenburg-Vorpommern

Spielteilnahme unter 18 Jahren ist gesetzlich verboten! Glücksspiel kann süchtig machen.
Infos unter www.check-dein-spiel.de, BIÖG-Hotline: 0800 137 27 00

Lizenzierte Glücksspielanbieter
nach § 9 Abs. 8 GlüStV 2021