



Rezept der Woche
Fisch und Garnelen kommen in den köstlichen provenzalischen Fischtopf von OWZ-Küchenchef Michael Schiffer.

► Seite 3

Rezept zum Glück
Längst hat sich Yoga zu einem Gesundheitstrend entwickelt – und zu einem Glücklichermacher.

► Seite 4

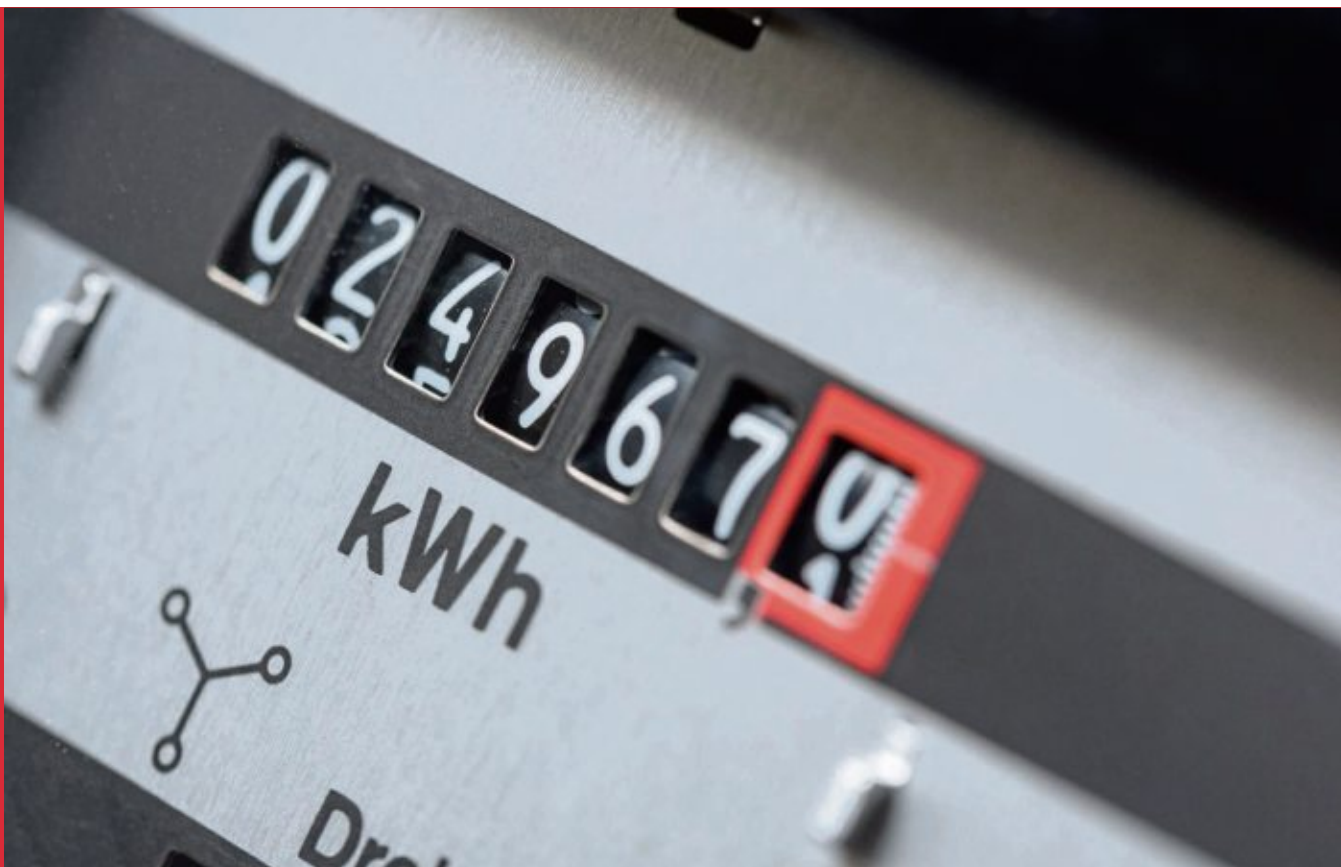


Kosten sparen

Im Haushalt gibt es viele versteckte Kostentreiber. Wer aber an den richtigen Stellen ansetzt, kann seine Haushaltskosten – wie zum Beispiel Strom und Heizung – mit überschaubarem Aufwand senken. Die besten Tipps von Experten.

► Seite 2

Symbolbild: moquai86 – stock.adobe.com



VHS Amberg startet im September

Amberg. Die Volkshochschule der Stadt Amberg startet in das Herbst- und Wintersemester 2026/2027, das offiziell am 28. September beginnt und bis zum 7. Februar dauert. Zu den Höhepunkten zählen unter anderem die Beteiligung der VHS Amberg am „Tag des offenen Denkmals“ am 13. September, an der „Nacht der Demokratie“ am 2. Oktober sowie an der Veranstaltung „ALinA“ am 4. Oktober im ACC.

Ob berufliche Weiterbildung („Office-Kompaktkurs“), Gesundheit („3D-Training“), Sprachangebote („Italienische Abende im Café Amici“), kreative Angebote wie „Jazztanz All Ages“, Reiseberichte aus Südserbien oder ein „Bairischkurs“ mit dem Vogelmayr – auch das neue Programmheft umfasst wieder bewährte Angebote ebenso wie spannende neue Kurse.

Anmeldungen sind nach der Veröffentlichung des Programmheftes Mitte September und ohne offiziellen Anmeldestart online auf vhs.amberg.de, per E-Mail an vhs@amberg.de und unter Telefon 09621/10-1238, 10-1868, 10-1391 und 10-1340 oder persönlich in der Zeughausstraße 1a, Amberg, möglich.

Unter vhs.amberg.de ist das Semesterprogramm ab dem 14. September im Internet abrufbar, wo man es auch als E-Book bequem herunterladen kann.

Hoch hinauf: Führungen auf den Martinsturm

Amberg. Nach fast 13 Jahren Pause können Besucherinnen und Besucher den Turm der Basilika St. Martin wieder bei geführten Tour besteigen. Der rund 92 Meter hohe Martinsturm prägt die Silhouette der Altstadt wie kaum ein anderes Bauwerk und bietet einen außergewöhnlichen Rundumblick über die Stadt und das Umland.

Möglich wird die Wiedereröffnung nach umfangreichen Baumaßnahmen zur Wiedernutzung des Kirchturms. Die Stadt Amberg hat das Projekt gemeinsam mit mehreren Partnern im Rahmen der Leader-Förderung umgesetzt. Ein besonderer Schwerpunkt lag dabei auf Brandschutz- und Sicherheitskonzept.



Ausblick vom Martinsturm.

Bild: Heike Kober, Stadt Amberg

Die Turmführung bietet Einblicke in die Geschichte und Architektur des Martinsturms. Der eigentliche Höhepunkt wartet ganz oben: Von dort eröffnet sich ein be-

eindruckender Blick über Amberg und die Umgebung. So besonders das Erlebnis ist, so anspruchsvoll ist auch der Aufstieg. Die Turmführung setzt eine gute körperliche Verfassung voraus. Rund 300 Stufen sind auf dem Weg nach oben zu bewältigen. Zunächst führt der Aufstieg über eine steinerne Wendeltreppe, die im oberen Bereich eine Engstelle aufweist. Bis zum Dachstuhl gibt es anschließend eine kurze Verschnaufpause mit Informationen, bevor historische Holztreppe weiter nach oben führen. Da sich die Stufen in Höhe, Tiefe und Steilheit unterscheiden, ist während des gesamten Auf- und Abstiegs besondere Aufmerksamkeit erforderlich. Auf-

grund der historischen Bausubstanz bestehen Stolper-, Rutsch- und Sturzgefahren. Festes, geschlossenes Schuhwerk ist daher unbedingt erforderlich. Für die Teilnahme sollten Besucherinnen und Besucher sicher zu Fuß, schwindelfrei und körperlich belastbar sein. Zudem ist es erforderlich, sich während des gesamten Auf- und Abstiegs konzentrieren zu können. Im Turm stehen weder Toiletten noch Getränke zum Kauf zur Verfügung. Ein vorzeitiger Abbruch der Führung ist aus Sicherheitsgründen nur gemeinsam mit der gesamten Gruppe möglich. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

Die Turmführungen finden von August bis Oktober

jeden Samstag um 11 Uhr sowie an Sonn- und Feiertagen um 14 Uhr statt. Treffpunkt ist die Tourist-Information. Die Führung einschließlich Sicherheitseinweisung dauert rund 1,5 Stunden. Tickets müssen vorab online auf tourismus.amberg.de oder in der Tourist-Information erworben werden. Restkarten vor Ort gibt es nicht. Pro Führung können maximal 15 Personen teilnehmen.

Für Gruppen können unter der Woche individuelle Führungen für bis zu 15 Personen gebucht werden. Der Pauschalpreis beträgt 115 Euro (Anfragen per E-Mail an stadterlebnis@amberg.de oder über das Buchungsfomular auf tourismus.amberg.de möglich.

GENUSSWERK

Schöberl · Dieterskirchen



Neueröffnung verpasst!?
Egal unsere Neueröffnungsangebote gelten noch bis 31.08.2026 - **jetzt zuschlagen**

Große Neueröffnung

12.08.2026

Täglich warme Theke!

Eröffnungsangebot nur bis 31. August

Liebe Kundinnen und Kunden, wir freuen uns, Sie zur Eröffnung unserer neuen Filiale in Wernberg-Köblitz, Marktplatz 7 begrüßen zu dürfen.

Lyoner..... 0,69 €/100 g
Leberkäse..... 0,69 €/100 g
Streichwurst..... 0,89 €/100 g
Aufschnitt..... 0,99 €/100 g
Qualität aus eigener Schlachtung

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ihr Team der Metzgerei Schöberl
Metzgerei | Gastronomie | Partyservice
09671 2914 | www.genusswerk-schoeberl.de
f.schoeberl@web.de
Facebook Genusswerk Schöberl
Insta @genuss.werk

Gesund statt krank!
Mangel macht krank.
Mach den Mangelcheck.

Wolfgang Endres, Pfreimd
Nährstoffexperte
Tel: 0157 56552989

Beratung Kinder:
20 € – 30 Min.

Jugendliche: 30 € – 30 Min.
Erwachsene:
Mangelcheck 125 € – 90 Min.

TRAPEZBLECHE

direkt ab Werk - sofort verfügbar
oder über uns verbundene Händler

schnell - günstig - fair

- 11 verschiedene Trapezprofile
- Lieferservice & Maßanfertigung
- Sandwichpaneelle, Kantenteile, Zahnbleche & Befestigungszubehör zu fairen Preisen
- großes Abhollager

Feilmeier AG Trapezblechwerke
Bayern - Thüringen

Tel: 09932/4008-0 Fax: -50
info@feilmeier.com www.feilmeier.com

IHR NATURSTEIN - FACHBETRIEB
IN SCHWARZENFELD



GRABANLAGEN

- Grabreparaturen
- Fensterbänke
- Innen- und Aussentreppe
- Böden
- Arbeits- und Tischplatten

WWW.MARMOR-PLANK.DE
Tel. 09435 2502

BAR ANKAUF Gold Zahngold
Sofort Bargeld für Ihr Altgold und Silber

Herr Haller
Über 15 Jahre für Sie da!

ÖFFNUNGSZEITEN: Montag bis Donnerstag 8:30 - 13:00 Uhr und 13:30 - 16:30 Uhr
Freitag durchgehend von 8:30-13:00 Uhr

BARES GELD
Wir kaufen Gold, Silber, Platin und Zinn in allen Formen, z.B. Zahngold, 333er, 585er, 750er Gold oder Silberbesteck.

JOHANN SCHUSTER EDELMETALL RECYCLING
Amberg
Schranenplatz 7
Ferd.-Winkler-Haus / schräg beim Theater
Telefon: 0 96 21 / 78 27 76 6

Goldankauf bei Argento
fair, sicher, zum Höchstpreis
Amberg, Lederergasse 3
Weiden, Wörthstraße 3

OWZ Vertrieb: Telefon 0961/85-501
www.onetz.de/owz

Von Einkauf bis Heizung: So können Oberpfälzer im Alltag sparen

Auch in der Oberpfalz machen steigende Kosten vielen Menschen zu schaffen. Aber: Wer an den richtigen Stellen ansetzt, kann seine Haushaltskosten mit überschaubarem Aufwand senken. Experten verraten wie das geht.

Von Mutiara Sudarma

Amberg-Sulzbach. Hohe Preise an Tankstellen, Einkäufe, die jede Woche teurer zu werden scheinen, dazu Rechnungen, die auch dann anfallen, wenn die Kasse knapp ist – in einigen Haushalten bleibt am Ende des Monats immer weniger oder gar kein Geld übrig, auch in der Oberpfalz. Wer die Haushaltsausgaben senken möchte, findet vor allem bei Lebensmitteln und Energie einige Stellschrauben.

Dabei geht es nicht unbedingt um großen Verzicht: Schon eine bessere Einkaufsplanung, der bewusste Umgang mit Lebensmitteln und kleine Veränderungen beim Strom- und Energieverbrauch können helfen, die laufenden Kosten zu reduzieren. Entscheidend ist, dort anzusetzen, wo im Alltag regelmäßig Geld ausgegeben wird.

Reserven werden aufgezehrt

Dass Geld immer mehr zum Problem wird, weiß auch Matthias Köstler, Schuldner- und Insolvenzberater bei der Arbeiterwohlfahrt Amberg-Sulzbach. „Teuerung bei Lebensmitteln und Energie zehrt Reserven auf“, sagt Köstler. Reserven, die bei vielen zudem nicht gerade erst durch gestiegene Lebenshaltungskosten in Mitleidenschaft geraten sind: In den letzten Jahren habe sich die finanzielle Situation für den Schuldner- und Insolvenzberater spürbar verändert.

Auch die Krisenjahre hätten die Rücklagen vieler Menschen angegriffen, „die Zahl ratsuchender Personen steigt spürbar an“, sagt der



Schon eine bessere Einkaufsplanung, der bewusste Umgang mit Lebensmitteln und kleine Veränderungen beim Strom- und Energieverbrauch können helfen, die laufenden Kosten zu reduzieren.

Symbolbild: gopixa – stock.adobe.com



Wassersparende Duschköpfe und Armaturen reduzieren den Wasser- und Energieverbrauch, ohne den Komfort spürbar einzuschränken.

Symbolbild: Luna – stock.adobe.com

Experte. Besonders in seinem Zuständigkeitsgebiet, im Landkreis Amberg-Sulzbach, seien die Menschen in Sachen Mobilität finanziell eingespannt. „Der höhere Pendlerbedarf im ländlichen Raum führt zu massiv steigenden Mobilitätskosten“, erklärt Köstler. Dazu komme eine angespannte Lage auf dem Wohnungsmarkt und hohe Energiekosten.

Zu steigenden Preisen kommen oft Konsum- und Ratenschulden. Online-Shopping und sogenannte „Buy-now-pay-later“-Angebote, bei denen die Kosten für bestimmte Käufe erst zu einem späteren Zeitpunkt bezahlt werden müssen, führen zu „unübersichtlichen Verpflichtungen“, so Köstler. Für einige kommen zu solchen Dauerbelastungen au-



Beim Heizen lassen sich Kosten senken. Bereits die Reduzierung der Raumtemperatur von 22 auf 20 Grad Celsius kann den Energieverbrauch deutlich verringern.

Symbolbild: Ingo Bartussek – stock.adobe.com

ßerdem ereignisbezogene Krisen wie Arbeitslosigkeit, Trennung oder Krankheit.

Kleinbeträge im Alltag

Geld ist schnell ausgegeben. Welche Ausgaben aber reißen auf Dauer ein viel größeres Loch in das Haushaltsbudget als gedacht? Für Köstler ganz klar: Kleinbeträge im Alltag. „Kaffee to go, Snacks oder kleine Online-Bestellungen

summieren sich“, so Köstler. Auch jährliche Fixkosten wie Versicherungen, Kfz-Steuer oder Nachzahlungen für Energie sollten im Blick behalten werden. Einsparpotenzial sieht der Experte vor allem bei Abonnements und Verträgen. „Laufende Kosten für Streaming, Fitness oder Versicherungen“ sollten überprüft werden, rät der Experte. Wer den Supermarkt

ganz bewusst mit einer Einkaufsliste betritt und zu Hause gezielt heizt und Strom spart, könne ebenfalls Kosten senken.

Gerade Strom und Heizung machten oft einen erheblichen Teil des Budgets aus, weiß Andrea Kahl, Referentin für Energieberatung bei der Verbraucherzentrale Bayern. „Bei den Stromkosten sind oft ältere Haushaltsgeräte wie Kühlschränke oder Gefriertruhen die größten Verbrauchstreiber.“

Daneben spielt auch das Nutzungsverhalten eine wichtige Rolle: Geräte im Stand-by-Betrieb verursachen unnötige Stromkosten, ebenso wie ein erhöhter Einsatz von Kühlgeräten im Sommer oder elektrischen Heizgeräten im Winter“, so die Expertin. Ein bewusster Umgang mit Elektrogeräten mache schon viel aus.

Heizkörper entlüften

Besonders beim Heizen lasse sich oft ohne großen Aufwand Kosten senken. „Bereits die Reduzierung der Raumtemperatur von 22 auf 20 Grad Celsius kann den Energieverbrauch deutlich verringern. Als Faustregel gilt: Jedes Grad weniger spart rund sechs Prozent Heizenergie. Zudem sollten Heizkörper regelmäßig entlüftet werden, damit sie effizient arbeiten können“, rät Kahne.

Auch beim Warmwasserverbrauch gibt es wirksame Sparmöglichkeiten. „Wassersparende Duschköpfe und Armaturen reduzieren den Wasser- und Energieverbrauch, ohne den Komfort spürbar einzuschränken“, sagt Kahne. Dazu sollten lange Duschzeiten nicht unterschätzt werden, rät die Expertin. „Viele Verbraucher vergessen, dass die Warmwasserbereitung einen erheblichen Teil der Energiekosten verursachen kann.“

Wer Kosten sparen will, muss also nicht unbedingt verzichten. Ein guter Überblick, bewusster Konsum, ein Haushaltsbuch oder ein Einkaufszettel können bereits helfen, die Haushaltskasse zu entlasten.



Stimmungsvoller Advent in Heidelberg

Keine deutsche Stadt hat Geist, Witz, Phantasie und Poesie so beflügelt wie Heidelberg. Die älteste Universitätsstadt Deutschlands begeistert mit ihrer Altstadt, den verwinkelten Gassen, verträumten Plätzen und dem einzigartigen Renaissancebau des Schlosses mit seinen weitläufigen Garten- und Parkanlagen.

Ihre Inklusivleistungen

- Fahrt im komfortablen Reisebus
- 2 Übernachtungen inkl. Frühstück im 4-Sterne-Hotel PLAZA Premium Heidelberg
- 1 Abendessen in einem Brauhaus
- Weihnachtsmarktführung
- Schlossticket für Hin- und Rückfahrt mit der Bergbahn zum Schloss, den Schlosshofeintritt, die Besichtigung des Großen Fasses sowie des Deutschen Apothekenmuseums etc.



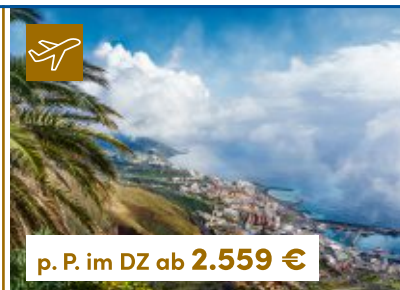
Ihr Reisetermin 06.12. – 08.12.2026

Reisepreis p. P. im DZ 479 €

Reisepreis p. P. im DZ 599 €

Reisepreis p. P. im DZ 599 €

Buchbar bis 22.10.2026 | Vorteilsrabatt 10,- €



p. P. im DZ ab 2.559 €

Die Kanarischen Inseln

08.01. – 17.01.2027

Ihre Reisehighlights

- Flug ab Berlin, Hamburg oder München nach Teneriffa und zurück
- 9 Übernachtungen inkl. Halbpension in 4-Sterne-Hotels auf Teneriffa und La Palma
- Umfangreiches Ausflugsprogramm inkl., z.B. La Orotava, Tazacorte uvm.

Buchbar bis 30.10.2026



p. P. im DZ ab 3.899 €

Entdeckungsreise Frankreich

27.09. – 07.10.2026

Ihre Reisehighlights

- Bustransfer ab/bis Amberg, Weiden, Ingolstadt, Regensburg, Coburg, Suhl, Meiningen, Hof & Bayreuth
- 3 Ü/HP in Dijon & Tours | 5 Ü/All-In an Bord der MS LOIRE PRINCESSE | 2 Ü. in Orléans & Straßburg
- Ausflüge Guérande, Nantes uvm.

Buchbar bis 06.09.2026

Leserreisen
oberpfalz
medien

Infos und Buchung: **0961 – 85 298** (Mo. bis Fr. 8 – 18 Uhr · Sa. 8 – 12 Uhr)

www.leserreisen-onetz.de | leserreisen-onetz@m-tours.de

Die M-TOURS Erlebnisreisen GmbH, Puricellstraße 32, 93049 Regensburg tritt als Veranstalter auf. Irrtümer und Druckfehler vorbehalten. Angebote solange der Vorrat reicht, inkl. MwSt. sowie exkl. kommunaler Abgaben. ☞ Vorteilsrabatt ☞ Frühbucherrabatt
Bildnachweise: v.l.n.r.: © Heidelberg Marketing GmbH, ©Tobias Schwerdt / Heidelberg Marketing GmbH © Ground Picture/Shutterstock.com, © Balate,Dorin/Shutterstock.com © Croisi Europe

M-TOURS
ERLEBNISREISEN



Provenzialischer Fischtopf

Garnelen und Fischfilet kommen in diesen Eintopf von OWZ-Küchenchef Michael Schiffer. Sein mediterranes Aroma erhält er durch Knoblauch, Rosmarin, Thymian und Safran.

Zubereitung: Die Schalotten und den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Zucchini waschen und putzen. Längs halbieren und in kleine Halbmonde schneiden. Das Öl in einem Topf erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin eine Minute bei mittlerer Hitze anbraten. Fischfond, stückige Tomaten und Zitronensaft hinzufügen und aufkochen. Die Kräuterzweige waschen und im Ganzen dazugeben. Die Zucchini und den Safran zufügen. Salzen, pfeffern und alles fünf Minuten bei mittlerer Hitze kochen. Inzwischen den Fisch waschen, trockentupfen in circa drei Zentimeter große Würfel schneiden. Die Garnelen am Rücken einritzen und den



Herrlich mediterran: der provenzialische Fischtopf nach dem Rezept von OWZ-Küchenchef Michael Schiffer.

Bild: Michael Schiffer



Michael Schiffer

... wusste schon mit zehn Jahren, dass er Koch werden möchte. 35 Jahre führte er in Bonn ein großes Restaurant. Der passionierte Jäger lebt in Parkstein.

Kontakt:
redowz@oberpfalzmedien.de

schwarzen Darmfaden entfernen. Fisch und Garnelen in den Eintopf legen und bei schwacher Hitze gar ziehen lassen. Die Kräuter entfernen, den Fischtopf mit Salz und Pfeffer und eventuell Zitronensaft nach Belieben würzen. Mit Baguette servieren. (dmsi)

Mehr Rezepte gibt es auf : www.onetz.de/essen-genießen

ZUTATEN

Provenzialischer Fischtopf

Rezept für zwei Personen.

- 2 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- 2 kleine Zucchini (je 100 Gramm)
- 1 Esslöffel Olivenöl

- 250 Milliliter Fischfond
- ½ Dose stückige Tomaten
- 2 bis 3 Esslöffel Zitronensaft
- 1 Zweig Rosmarin
- 2 bis 3 Zweige Thymian

- 1 Döschen Safranfäden
- Salz und Pfeffer
- 400 Gramm Fischfilet (See- lachs, Kabeljau oder Pengasius)
- 6 geschälte Riesengarnelen

Rezept für einen Pumpkin Pie mit Dinkel

- Zutaten für den Boden:**

 - 200 Gramm Dinkelmehl Type 630
 - 1 Teelöffel Backpulver
 - 75 Gramm Zucker
 - 1 Prise Salz
 - 125 Gramm Butter (kalt und in kleinen Stücken)
 - 1 Ei
- Für die Füllung:**

 - circa 750 Gramm Hokkaido-Kürbis (ergibt rund 600 Gramm Kürbismus)
 - 200 Milligramm Wasser
 - 175 Gramm Zucker
 - 200 Gramm Frischkäse (Doppelrahmstufe)
 - 3 Eier
 - 1 Teelöffel Zimt
 - ½ Teelöffel Ingwerpulver
 - ½ Teelöffel Muskat
 - 1 Prise Salz
- Für das Dekor:**

 - Sahne
 - Zimt
- Zubereitung:**

Für den Teig Dinkelmehl, Backpulver, Zucker und Salz in einer Rührschüssel ver-



Schon mal vormerken für den Herbst: der zimtige Kuchen mit Hokkaido-Kürbis.

Bild: SchapfenMühle

mengen. Kalte zerstückelte Butter und das Ei dazugeben. Mit einem Handrührgerät (Knethaken) so lange kneten, bis ein krümeliger Teig entstanden ist. Den Teig mit bemehlten Händen in einer Schüssel zu einem glatten Teig kneten. Diesen in Frischhaltefolie gewickelt mindestens 30 Minuten lang in den Kühlschrank legen. Für die Füllung den Hokkaido-Kürbis waschen und

zum leichteren Schneiden bei 150 Grad Celsius (Ober-/ Unterhitze) für circa 20 Minuten backen. Anschließend das Kernhaus aushöhlen und den Kürbis in circa drei Zentimeter große Stücke schneiden. Die Kürbisstücke und 200 Milligramm Wasser in einen Topf geben und circa 20 Minuten köcheln lassen. Das Wasser abgießen und die Kürbiswürfel pürieren. Den pürierten Kürbis mit Zucker,

Friskäse, drei Eiern und den Gewürzen verquirlen. Eine Kuchenform (zum Beispiel Tarte-Form mit 28 Zentimetern Durchmesser und Heheboden) fetten und mit Mehl ausstäuben. Den Backofen auf 160 Grad Celsius (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Den Teig auf einer mit Mehl bestäubten Fläche (zum Beispiel Silikon-Backmatte) ausrollen. Anschließend den Teigboden in die Kuchenform legen und andrücken. Gegebenenfalls überstehenden Teig abtrennen und in der Form verteilen. Die Füllung in die Kuchenform eingießen. Tipp: Die Form schon vorher auf das Backblech oder den Rost stellen – so lässt sie sich später leichter in den Ofen schieben, ohne etwas zu verschütten. Den Pumpkin Pie circa 60 Minuten backen. Nach dem Backen gut auskühlen lassen, bevor man ihn aus der Form hebt. Nach Belieben mit Sahne und Zimt dekorieren.

- Zubereitungszeit:** circa 40 Minuten
- Kochzeit:** circa 20 Minuten
- Backzeiten:** circa 20 Minuten und circa 60 Minuten

Tipp: Etwas mehr von der Füllung nach und ein paar Löffel unter den Pfannkuchenteig oder die Overnight Oats rühren.

Quelle: Schapfenmühle

TIPPS & CO.

Was ist Yuzu?

Yuzu ist eine Zitrusfrucht und wird vor allem in Japan angebaut. Dort gilt sie als Delikatesse. Äußerlich erinnert die Frucht an eine kleine Orange. Ihr intensives Aroma verbindet Noten von Zitrone, Mandarine und Grapefruit. Deshalb eignet sie sich besonders zum Würzen. Die Schale lässt sich direkt in Gerichte reiben oder mit Chili und weiteren Zutaten zu einer Würzpaste verarbeiten. Wer in Zucker oder Honig eingelegtes Fruchtfleisch mit kochendem Wasser aufgießt, erhält ein süßes Heißgetränk. Frische Yuzu ist in Europa sehr teuer und schwer erhältlich. „Online und in Asia-Läden gibt es sie etwa als Saftkonzentrat, Würzsoße, Würzpaste oder getrocknete Schale“, sagt Andrea Danitschek, Ernährungsexpertin bei der Verbraucherzentrale Bayern. Yuzu passt nicht nur zu asiatischen Gerichten, ihr frischer Geschmack macht sie auch zu einer beliebten Zutat für sommerliche Cocktails. Wer Yuzu-Produkte ausprobieren möchte, sollte einen Blick auf die Zutatenliste werfen. Dort steht, wie hoch der Anteil an Yuzu tatsächlich ist und ob Aromastoffe verwendet wurden. Auch der Zusatz von Zucker und Zusatzstoffen lässt sich so erkennen. Für eine frische Zitrusnote in der Küche sind Zitronen, Orangen und andere Zitrusfrüchte aus europäischer Ernte häufig eine gute Alternative. Darüber hinaus sind sie preiswerter.



Yuzu gilt in Japan als Delikatesse. Bild: bbtreesubmission / 123RF.com/Verbraucherzentrale

FUSSBALL-GOLF

DIE FREIZEITANLAGE

SOCCERPARK POTTENSTEIN

Gutschein gültig bis 31.12.2026

Am Soccerpark 1 • 91278 Potenstein - Regenthal
Tel: 09243 / 70 13 979 • www.soccerpark-pottenstein.de

Gegen Vorlage dieser Anzeige erhältst du einmalig

1€ Nachlass auf unsere Preise!

(Anzeige ausschneiden und mitbringen)

Scanne den QR-Code und erhalte nähere Infos:



Yoga als Auszeit vom Alltag

Jeder, der regelmäßig die Matte ausrollt, weiß: Yoga ist viel mehr als einfach nur Sport. Die aus Indien stammende philosophische Lehre hilft nicht nur dabei, etwas für die Gesundheit zu tun, sondern auch, mehr im Hier und Jetzt zu leben.

„Wir beginnen in der Haltung des Kindes: die Knie mattenbreit, den Oberkörper auf die Matte sinken lassen, Arme nach vorne ausstrecken. Spüre nun deine Stirn aufliegen, entspanne die Schultern und erlaube deinem Körper, ganz schwer zu werden. Schenke dir ein paar tiefe, ganz bewusste Atemzüge, um anzukommen ...“ Wenn Sie auch zu den Menschen gehören, die regelmäßig die Matte ausrollen, wissen Sie wohl ganz genau, dass Yoga viel mehr ist als einfach nur eine Sportart oder Fitnessübung.

Yoga erhöht nicht nur unser Körperbewusstsein, vermindert Stress und hilft uns dabei, mehr im Hier und Jetzt zu leben. Yoga wirkt außerdem positiv auf unsere Gesundheit, erleichtert Muskelverspannungen – und macht sogar glücklich. „Was



Längst hat sich Yoga zu einem Gesundheitstrend entwickelt.

Symbolbild: topshots – stock.adobe.com

ist das denn eigentlich genau – Yoga?“, fragen Sie sich jetzt vielleicht. Bei Yoga handelt es sich um eine philosophische Lehre, die ihre Wurzeln vor rund 3500 Jahren in Indien hat. Im asiatischen Raum waren die geistig-spirituellen Yoga-Praktiken lange Zeit sogar wichtiger als die Körper-

stellungen. Bei uns in Europa – Asanas und Pranayamas nehmen allerdings nur einen kleinen Teil der Yoga-Lehre ein. Denn diese umfasst neben allgemeinen und besonderen Regeln (Yama und Niyama), Schulungen für das Zurückziehen der Sinne (Pratyahara), die Konzentration (Dharana), die Meditation (Dhyana) und das Eins-Sein (Samadhi).

Doch alles der Reihe nach. Wichtig ist nun erst einmal, Yoga für sich selbst zu entdecken. Dafür braucht es zunächst nicht einmal ein Studio, das klappert auch ganz einfach zu Hause vor dem Rechner oder Tablet. Denn es gibt inzwischen viele gute Yoga-Videos im Internet, die das Entspannen ganz einfach machen.

Also: Einfach Yoga-Matte im Wohnzimmer ausrollen und den Anweisungen des virtuellen Yoga-Lehrers folgen: „Dein Körper wird nun immer schwerer und deine Gedanken ziehen wie kleine Wolken an dir vorbei. Sie kommen und sie gehen. Nichts bleibt, alles ist in Bewegung. Und du beobachtest alles aus sicherer Entfernung. Erlaube dir, einfach loszulassen – körperlich und emotional.“ (ewa)

Mehr Rezepte zum Glück auf:
www.onetz.de/themen/gluecksrezept



Evi Wagner

... sucht für Sie regelmäßig das Glück. Inzwischen ist aus der wöchentlichen Rubrik der Autorin und freien Journalistin aus Amberg ein ganzes Buch geworden: „Glück – Rezepte für mehr Lebensfreude“ (www.battenberg-gietl.de).

Kontakt:
redowz@oberpfalzmedien.de

OWZ-STERNSTUNDEN

15. bis 21. August 2026

Widder (21. 3. bis 20. 4.)

Sie wissen, was Sie wollen. Aber Sie werden das nicht an die große Glocke hängen. Ihr Selbstwertgefühl könnte sonst darunter leiden.

Stier (21. 4. bis 20. 5.)

Solange es keine Alternativen gibt, sollten Sie sich mit den Tatsachen anfreunden. Zeigen Sie, wie anpassungsfähig Sie sein können.

Zwillinge (21. 5. bis 21. 6.)

Kritische Bemerkungen berühren Sie jetzt viel stärker als sonst und bringen Sie aus Ihrer souveränen Mitte. Überprüfen Sie häufiger Ihre Rechnungen.

Krebs (22. 6. bis 22. 7.)

Wären Sie nicht so ungeduldig, würde Ihnen manches wesentlich leichter fallen. Sie haben keine Veranlassung, an Ihren Fähigkeiten zu zweifeln.

Löwe (23. 7. bis 23. 8.)

In einer Angelegenheit sind Sie jetzt bestens motiviert. Die Zeichen sind günstig. Lassen Sie unwichtige Dinge ruhen und fassen Sie Großes ins Auge.

Jungfrau (24. 8. bis 23. 9.)

Vergessen Sie Ihre Alltagsprobleme. Alles, was die Gedanken von der Arbeit löst, ist gut für die Seele und auch für die Gesundheit.

Waage (24. 9. bis 23. 10.)

Durch Ihre Fähigkeit, sich schnell auf neue Leute und Situationen einstellen zu können, sichern Sie sich berufliche Vorteile.

Skorpion (24. 10. bis 22. 11.)

Wenn Sie vorankommen wollen, reden Sie nicht drumherum. Nur so bekommen Sie auch die entsprechenden Antworten.

Schütze (23. 11. bis 21. 12.)

Sorgen Sie dafür, dass Ihr Freizeitvergnügen nicht zu kurz kommt. Gehen Sie neue Bekanntschaften lieber zuerst etwas kritischer an.

Steinbock (22. 12. bis 20. 1.)

Man wird Ihren Einsatz in einer Sache zu schätzen wissen. Sie bekommen kräftigen Rückenwind und vermögen ein gutes Stück an Boden zu gewinnen.

Wassermann (21. 1. bis 19. 2.)

Falls Sie das Hin und Her einer Beziehung bislang verunsicherte, dürfte sich das allmählich zur beiderseitigen Zufriedenheit einpendeln.

Fische (20. 2. bis 20. 3.)

Mit Geschick geht vieles leichter. Sie wissen, wie Stolpersteine aus dem Weg geräumt oder geschickt umgangen werden können.

NOTFALLNUMMERN

Polizei/Notruf	110
Feuerwehr	112
Notarzt/Rettungsdienst	112
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116 117
Giftnotruf	089/19240
Zahnärztlicher Notfalldienst	0941/5987923 0941/9440 (Uni)
Telefonseelsorge	
Nordoberpfalz	0800/1110111
Kinder-/Jugendtelefon	0800/5458668
Donum Vitae	0800/0066737
Weißer Ring	0800/343434

Notruf für Eltern	0800/1110550
Notruf für Frauen und Mädchen (SkF)	09621/22200
Frauenhaus Burglengenfeld	09471/7131
Frauenhaus Weiden	0961/3893170
Frauenhaus Amberg	09621/487272
Kartensperr-Notruf	116116
ADAC-Pannenhilfe	
Festnetz:	0180/2222222
Handy:	222222
ACE (Autoclub Europa)	
Pannenhilfe	0711/530343536

OWZ-REDAKTION & VERTEILUNG

OWZ-Zentralredaktion:
Telefon: 0961/85-480
Fax: 0961/85-555-323
E-Mail: redowz@oberpfalzmedien.de

OWZ-Verteilung:
Telefon: 0961/85-501
Anzeigen-Service:
Telefon: 0961/85-502
09621/306-130

IMPRESSUM

OWZ

Oberpfälzer Wochenzeitung

Die Ausgabe OWZ Nord und OWZ Süd erscheint mit einer aktuellen Gesamtauflage von 154.982 Exemplaren.

Verlag:
OWZ
Oberpfälzer Wochenzeitungs-Verlag GmbH
Hausadresse: Weigelstraße 16, 92637 Weiden
Briefadresse: Postfach 1340, 92603 Weiden

Geschäftsleitung:
Thomas Maul

Zentrale Redaktionsleitung:
Kai Gohlke (verantw.)
Sandra Schmidt (stellv.)
E-Mail: redowz@oberpfalzmedien.de

Technische Gesamtherstellung:
Oberpfalz Medien GmbH
Weigelstraße 16, 92637 Weiden

Erscheinungsweise:
wöchentlich Freitag/Samstag

Redaktionsschluss: Mittwoch, 17 Uhr

Anzeigenschluss: Mittwoch, 16 Uhr

Anzeigenpreise: lt. Preisliste Nr. 61, 1. Januar 2026

Anzeigenannahme:
Oberpfalz Medien GmbH
Weigelstraße 16, 92637 Weiden
Telefon 0961/85-502
E-Mail: anzeigen@oberpfalzmedien.de

Für den Anzeigeninhalt ist der Auftraggeber selbst verantwortlich. Darüber hinaus kann für die Richtigkeit telefonisch übermittelter Anzeigen keine Haftung übernommen werden. Die Verteilung erfolgt kostenlos an ungehindert zugängliche Haushalte im Verbreitungsgebiet. Mit Namen gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Mit der Annahme zur Veröffentlichung überträgt der Autor dem Verlag das ausschließliche Verlagsrecht für die Zeit bis zum Ablauf des Urheberrechts. Diese Rechteübertragung bezieht sich auf das Recht des Verlages, das Werk zu gewerblichen Zwecken zu vervielfältigen, zu verbreiten, öffentlich zugänglich zu machen und/oder in elektronische oder andere Datenbanken aufzunehmen. Für unverlangt eingesendete Fotos, Unterlagen und Manuskripte übernimmt der Verlag keine Gewähr.

Falls Sie diese Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis „bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen.

Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-Briefkasten.de

Als Beitrag zum Umweltschutz ist unsere Wochenzeitung aus Recyclingpapier hergestellt.



E-PAPER + TABLET

Für Abonnenten zum Vorteilspreis

- **Lenovo** Tab WiFi 64GB für 0 € Zuzahlung
- **Samsung** Gal Tab A11 WiFi 128GB für einmalig 100 € Zuzahlung
- **Apple** IPAD 10.9 WI-FI 64GB für einmalig 200 € Zuzahlung



Jetzt Angebot sichern:

QR-Code scannen oder bequem bestellen unter www.onetz.de/tablet oder telefonisch ☎ 0961/85-501

*für 24 Monate. Zusätzlich E-Paper 3 €/Monat für Voll-Abonnenten bzw. 19,99 €/Monat für Teilabonnenten der gedruckten Zeitung, 34,99 €/Monat für reine E-Paper-Abonnenten. Weitere Informationen und Preise online oder telefonisch.

Kooperationspartner:



HERSTELLER-PRÄMIEN!

Gemeinsam mit unseren renommierten Küchenlieferanten haben wir ein exklusives Vorteilsbudget ausgehandelt und das Beste daran: **Diese Vorteile geben wir vollständig an Sie weiter.**

NUR FÜR KURZE ZEIT!

BIS ZU

4000,-

DIREKTABZUG*

**VORTEILE NUTZEN UND
BEIM KÜCHENKAUF SPAREN!**

* Gültig bei Neukauf, nicht auf bereits getätigte Einkäufe. Ausgenommen Werbeware, bereits reduzierte Ware sowie Online-Angebote. Nicht mit anderen Vorteilsaktionen kombinierbar.
** Ab einem Einkaufswert von 500,- möglich. In der Regel genügt die Vorlage von Personalausweis und EC-Karte. Partner ist die Creditplus Bank AG, Augustenstraße 7, 70178 Stuttgart.

**KAUFEN UND DIREKT
SPAREN!**

Ab 5000,- € Einkaufswert

**750,-
DIREKTABZUG**

Ab 10000,- € Einkaufswert

**1500,-
DIREKTABZUG**

Ab 15000,- € Einkaufswert

**3000,-
DIREKTABZUG**

Ab 20000,- € Einkaufswert

**4000,-
DIREKTABZUG**

**FINANZIEREN
LEICHT GEMACHT!*****



**FLEXIBLE
MONATSRATEN
GANZ NACH IHREN
WÜNSCHEN!**

**BITTE SPRECHEN SIE UNSERE
FACHBERATER/INNEN GERNE AN.**



Hochwertige Technik inklusive
Airforce Schräghaube F20390BK (EEK A)*¹
Laurus Induktions-Kochfeld LCA600
Laurus Backofen LEB10BK (EEK A)*¹
Laurus Kühl-/Gefrierkombi LKG122E (EEK E)*²

INDIVIDUELL planbar



Laurus Kühl-/Gefrierkombi
LKG122E (EEK E)*²

PREISBEISPIEL:

Herstellerpreis **6649,-**
abzgl. Prämie **750,-**

**Aktions-
Lieferpreis 5899,-**



**DURCH-
GANGSTÜR IN
FRONTOPTIK**

Hochwertige Technik inklusive
Bora Induktions-Kochfeld mit Muldenlüfter GP4U
Junker Backofen JF1300061 (EEK A)*¹
Junker Kühl-/Gefrierkombi JC86CCSE0 (EEK E)*²



INDIVIDUELL planbar

Junker Kühl-/Gefrierkombi
JC86CCSE0 (EEK E)*²

PREISBEISPIEL:

Herstellerpreis **10499,-**
abzgl. Prämie **1500,-**

**Aktions-
Lieferpreis 8999,-**

CULINEO KÜCHE IM PROGRAMM C615, Front und Korpus im Farbton sand, Arbeitsplatten und Ansetztisch Granit Bronze geflammt Nachbildung. Best. aus großer Insel mit Kurzhängern und Ansetztisch. Mit hochwertigen Elektrogeräten und Einbauspüle. Maße ca. 370x335 + 180 cm. Ohne Deko.

CULINEO KÜCHE IM PROGRAMM C615, Front und Korpus seidengrau, Arbeitsplatte, Aufsatztheke und Nischenregale Eiche Como Nachbildung. Best. aus großer Insel mit Aufsatztheke und Hochschrankenelement mit Durchgangstür zum Hauswirtschaftsraum. Mit hochwertigen Elektrogeräten und Einbauspüle. Maße ca. 270 + 320 cm. Ohne Deko.

**Vereinbaren Sie gerne einen
persönlichen Planungstermin unter**

096 21 - 47 80
oder online auf www.frauendorfer.de



**inter
living**

Ruoffstraße 20
92224 Amberg

Frauendorfer
Möbel und Küchen

www.frauendorfer.de

Tel. 096 21/47 80
info@frauendorfer.de

Für Sie geöffnet:
Mo.-Mi. 9.30-18.30 Uhr

Do.+Fr. 9.30-19.00 Uhr
Sa. 9.30-17.00 Uhr



Auto & Motor

Audi



AUDI A1 TFSI Ambition, 122 PS, 183.500 km, EZ 12/2013, TÜV 02/2028, KD NEU, 8fach bereift, NAVI etc., VB 5.555 €, ☎ 0151 700 51 49

BMW



BMW X1, x drive 1,8 D, 143 PS, Schaltung, Bj. 29.6.2012, bronze, TÜV bis 2028, guter Zustand, kein Reparaturstau, kein Unfall, 5350,- €. ☎ 0160/7830122, Fotos per Whatsapp

Ford



Ford ECOSPORT Titanium, 1,0 l, Bj. 2018, 125 PS, Autom., 1. Hd., 31.000 km TÜV 07/27, Rückfahrk., NAVI 8", Frontscheibe + Lederlenkrad beheizbar, VB 13.900 Euro. ☎ 0151/40134670 WEN

Mazda



MX 5 Cabrio Liebhaberfahrzeug, 25 Jahre alt, schwarz, 40.000 km, gepflegt, günstig zu verk. ☎ 09681/91514

Opel



Opel Corsa-C 1.2, 16 V, 55 KW, Irmscher Ausf., EZ 08.2002, 187.500 km, TÜV/AU neu, techn./optisch sehr guter Zustand, Glasschiebedach, Klima, Alu, mit WR u. EPH, VB 4.400 €. ☎ 0151/65130352

Opel Agila B, Silber, Bj. 2009, 63 KW, 1. Hd., Klima, Alu, TÜV neu, gepflegt, 139.700 km, scheckheftgepflegt, 2.620 Euro. ☎ 0170/2171277

Renault



Renault Twingo, EZ 11/2011, 128.500 Km 8-fach bereift, guter Zustand, TÜV 8/2028, VB 1950,- €, ☎ 09639/919795

Volkswagen



VW Golf VI Style 1.2 TSI Unfallfrei, Scheckheft, EZ 05/2012, 105 PS, 63.440 km, sehr gepf. Garagenwagen, 2. Hd., Silber met. TÜV/AU bis 04/2027, SR Alu, WR Stahl, SHZ, Navi, EPH vorne/hinten, SH vorne, 7.900 € VB. Bei Interesse ☎ 0151/29111909

Auszubildender sucht VW POLO ab 95 PS. Suche guterhaltenen VW Polo Benzin, unfallfrei, Scheckheft gepflegt. ☎ 09631797980

VW Tiguan Lounge 1.4 BMT, Baujahr 2016, 70000 km, weiß, Klima, Navi, Stoffbezüge, Schaltgetriebe, VB 13.000,- €. ☎ 0151/40428555

VW Multivan T5, EZ 2014, 246.000 km, Scheckheft gepflegt, viele Neuteile, Info unter ☎ 0151/23125106

Oldtimer

Achtung Bastler! Opel Rallye Kadett Coupé, Bj. 77, Karosserie schlecht, viele Teile, Scirocco, Typ 1 GTI-Look, Bj. 1980, Renault Twingo, 3trg. m. Glasschiebed., in Teile. ☎ 0152/14888679

Günstige Gebrauchte



Inserieren Sie in unserer Rubrik „Günstige Gebrauchte“ und verkaufen Sie hier Ihren Gebrauchtwagen.

Gleich schalten unter:
www.onetz.de/anzeigen
anzeigen@oberpfalzmedien.de
Tel.: 0961 85 - 502

Bereifung

Reifen ab 18 Zoll

Winterräder für BMW X3 Pirelli Sottozero 3, 225/60/18/104H, Profiltiefe V4,00/H6,00, Felgen BMW original/Alu. ☎ 0171/4225608

Autokaufgesuche

Autoverwertung Wollenzhofen GmbH kauft Autos zum Ausschachten und Schrottfahrzeuge.
Wir zahlen Bestpreise für Audi, BMW, Opel, VW, Mercedes und viele andere! Sofortige Barzahlung.
Günstige Gebrauchtteile zu verkaufen.
Tel. 09626-929806, Mobil 0171-2615437 (WhatsApp)

Kaufe Schrottautos!
Firma, Tel. 0171/4522135

Wohnmobile/Caravan



Challenger Special Edition 290, Automatik, Standhgz., Markise, PV-Anlage, 125 kW/170 PS Diesel, Zahnriemen/Service neu, 30000 km, Bj. 2018, TÜV 07/28, VB 56 690,- € ☎ 0162/6773235

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen
☎ 03944-36160, www.wm-aw.de

Wohnwagen

Wohnwagen Fendt Saphir 470, Bj. 2007, gepflegt, geringe Gebrauchsspuren, TÜV 08/27, Mover, 2x Alu-Gas, französisches Bett, für 10.000 € zu verk. ☎ 0171 731 43 13

Motorräder

Fränkische Firma kauft Motorräder & Mopeds neu & alt!
0911-5485000 / 0170-5485000

Suzuki GSX 600 F, EZ: 04/89, 70 tkm., Preis: VB. ☎ 09662/8844

Mofas/Mopeds/Roller

Motorroller Kymco Yager GT 125 ccm, Diamantschwarz mit Spoilerscheibe u. Topcase 33 Ltr., Bj. 2014, mit original 9700 km, TÜV neu, nur Schönwetter-Hobbyfahrzeug. Preis VB. ☎ 09671/9231044 ab 17.00 Uhr

Daelim Roller Daelim SL 125 U Ottelo FI, 2 J. TÜV, Bj. 2009, 14000 km 13 PS, VB 650,- ☎ 0152.34164205

Sym Roller, 125 ccm, 14.300 km, nur Sommer-Fahrzeug, läuft super, 300,- €. ☎ 0157/74140852

Räder/Bikes

Damenfahrrad, 28", sehr gut erhalten, rostfrei, hinten und vorne neue Reifen, 3 Gänge, Rücktrittsbremse, 75 €, zu verkaufen. ☎ 0961/40188030

E-Bikes

Sehr gutes Touren-E-Bike Haibike Trekking 4-High, Aluminium, Modelljahr 24, Rahmengr. 48, Laufgrad 27 Zoll, Akku Yamaha 720 WH, 12-Gang, m. gefederten Sattel u. Sattelstange, wenig gefahren, fast neu, NP 3500 €, VB 2000 €. ☎ 0171 313 19 07

2 City-E-Bikes Prophete, sehr guter Zust., wenig gefahren, 250 Watt, 350,- €/St. verk. ☎ 0160/94180850

Baumaschinen

Zarges Bauaufzug, 20 Meter, VB; ☎ 0179/4876142



GLOBAL WIRKEN

Von den Regenwäldern Südamerikas über den Nordost-Atlantik bis zum östlichen Himalaja – die Global 200 Regionen bergen die biologisch wertvollsten Lebensräume der Erde. Helfen Sie als „Global Protector“, diese zu erhalten!

WWF Deutschland
claudia.bierhoff@wwf.de
Tel. 030 311 777-578

ANKAUF/VERKAUF

Bekleidung



Ihre Artikel jetzt mit einem Bild hervorheben!
Bildpreis nur 11,00 €*
Schicken Sie uns Ihren Text und Ihr Bild direkt per Mail an:
anzeigen@oberpfalzmedien.de

*Preis versteht sich inkl. MwSt.
Nur gültig für Privatkunden

Brennstoffe

Brennholz, Birke, 1m gespalten, trocken, bei Wernberg zu verk.; ☎ 0160/6702738

Einrichtung/Haushalt



Sofa Dreisitzer, modern, Clean, fast neu, Silbergrau, 170,- €. ☎ 0152/53540195



Duschtempel, kpl. Dusche Tinos Troni-Technik, 135 x 80 cm, orig.-verp., VB 450,- €. ☎ 09642/1533

Amberg, verkaufe L-Couch, Stoff königsblau, 2,70 x 2,10 x 0,68 T, für 550,- €; Essgruppe: 4 Stühle, weiß, Kunstleder, Tisch hochglanz weiß, 1,35 x 85, für 170,- €; Couchtisch und Beistelltisch, rechteckig, in Glas marmoriert, für 80,- €, außerdem Kleinformel.
☎ 09621/1770449 od. 0151/72678932

Gartengeräte/-bedarf

GLATZ Sonnenschirm, 100% UV-Schutz, 3 x 4m, stabiler, fahrbarer Ständer, hellgrau, sehr gut erhalten, NP 3.000 € für 1.200 €, für Selbstabholer zu verk., ☎ 0160 84 52 093

Pflanzringe grau/braun 50x40x30 gebraucht, VB. ☎ 0163 23 28 040 oder 09635 924 860

Rasenmäher Scheppach, fast neu, für 110 € zu verk. ☎ 09654 922 842

Kaufgesuche

Achtung! Kaufe Bücher und Schallplatten jegl. Art. Reichmann ☎ 0163/9116190

30% SOMMERRABATT AUF IHRE ANZEIGE

Gültig für private Kleinanzeigen und für unsere Rubrik „Grüße an die Liebsten“. Einlösbar nur für einen Anzeigenauftrag. Kann nicht mit anderen Rabattaktionen kombiniert werden.

Aktionsende: 19.09.2026

Oberpfalz Medien GmbH
Telefon 0961/85-502
E-Mail: anzeigen@oberpfalzmedien.de

KLEINES GESCHENK AM SCHALTER IN WEIDEN & AMBERG

MIT EUCH. GEMEINSAM. FÜR MORGEN.

Wurstspritze, Fleischwolf, Ladenwolf, Tischkutter usw. sucht ☎ 0177/2833615

Suche Getriebemotor ca. 5 kW, 60 U/Min. ☎ 0961/7047 od. ☎ 0171/5565356

Suche saubere Plastikkanister mit Schraubverschluss, 10 bis 30 Liter. ☎ 09657/215

Schmuck/Uhren

Bringen Sie Farbe ins Spiel! Farbiger Hintergrund für nur 7,50 €*
Einfach telefonisch oder schriftlich unter: 0961/ 85-502
anzeigen@oberpfalzmedien.de
*Preis versteht sich inkl. MwSt.
Nur gültig für Privatkunden

Sport/Freizeit/Hobby

Dickenhobel u. Abrichtermaschine m. Absaugung, Messerbreite 21 cm, Hobelhöhe 11 cm, mit Untergestell auf Rollen, neuw., Fa. Atika, f. VB 350,- € zu verk. ☎ 09658/780

Tickets



Bilder sagen mehr als Worte! Ein Bild für nur 11,00 €*
Schicken Sie uns Ihren Text und Ihr Bild direkt per Mail an:
anzeigen@oberpfalzmedien.de
*Preis versteht sich inkl. MwSt.
Nur gültig für Privatkunden

Verkäufe

Aquarienzubehör, WTW ph Gerät, neu 1200,-€ jetzt 250,-, vieles zu verschenken, auch Becken, Pumpen, Filter, Teichfilter, neu 1600,- jetzt 150,-, großer fahr. Vogelkäfig, Vogelkäfig neu 49,-€ weiß, jetzt 20,-€, Kinderfahrrad 18" 20,-€, Kettler Schieberoller, rot, neu 150,-€ jetzt 50,-€, Windjammer- Verkleidung f. Motorrad Yamaha XJ 900, kompl. m. Scheinwerfer u. Blinker, Farbe schwarz, m. Typenschild, neu 1200,-€ jetzt 150,-, Trimm-Dich-Rad, voll funktionell., neu 150,-€ jetzt 75,-€, ☎ 0152/14888679

Beistelltisch, Acryl, und 4 Kisten Flohmarktartikel zu verk. ☎ 09621/13953

Elektromobil "E-Mover" zu verkaufen. E-Mover (Marke Greenstreet), max. 25 km/h, weiß, inkl. Ladegerät, neuwertiger Zustand, nur wenige KM gefahren. Zur Abholung in Albstadt/ WN. 1.200 € VB. ☎ 09602 5615

Verkaufe kleine Glastiere und Dosen an Sammler. ☎ 09602/4265

Diverse Bierkrüge mit Zinndeckel günstig abzugeben. ☎ 0157/52638590

Lescha Gartenhäcksler, Super ZAK, 100,-, 2 Elektroventilatoren, Düwi, 220 V, 40 cm ø, à 15,-, Weber Holzkohlegrill, Go-Anywhere, neu, Nr. 1131004, 40,-, Grüne Welle El.-Vertikutierer EL 1300, 50,-, el. Schreibmaschine, Silver Red, 30,-, Mefro Schneemüll, Nr. 035400, 80 cm breit, 50,-, Tonkraut-Fass, 100 l, 50,-, 3 Wein-Glasballon, 30 und 50 l, ab 25,-, Trachten-Lederhose, kurz, mit Träger, Gr. 48, wenig getr., 60,-. ☎ 09662/1822

Herrenschuhe, alle neu, nicht getragen! Trecking-Schuhe CMP, Gr. 45, Black-Blue Gecko – 50 €. Trecking-Schuhe CMP, Gr. 45, schwarz mit rot, 50 €. Giesswein Woll-Sneaker, Gr. 44, grau – 35 €. ☎ 09664/8957

Gelegenheit: Verk. neues hochwertiges Palmberg- Chef - Bürosset u. a. elektr. höhenverstellbarer Schreibtisch, VB 950,- €, 6 hochwertige Polsterstühle, neu, mit Besprechungstisch, 980,- €. ☎ 0171/5361853

Elektr. höhenverstellb. Therapieliege, Kopfteil verstellbar, 100,- €, 2 Balkontüren, zweiflügelig, mit Sprossen, jeweils mit Fliegengitter, 2 m/2,12 m h. x 1,49 m, je 120,- €. ☎ 09631/708002

Büro-Schreibtisch, Farbe grau, 1,60 m l., 80 cm br., 70 cm h., m. Rollcontainer u. Aktenregal, 70,- €, 4tlg. Kofferset, Hartschale, Samsonite, Farbe grau, 40,- €. ☎ 0151/25497685

Elektro Geräte: Schleifmaschine, Quirl, Bügeleisen, Bohrmaschine, E-Heizung, Bleikristall Nachtmann: Vasen, Tortenplatten, Gläser, Obstschalen, etc. preisgünstig zu verk. ☎ 0160/93969921

Bauernleinen- und Damast-Konvolut, Tisch-/Bettwäsche, Spitzendeckchen, Sets, teils handgearb./neu verpackt. Für Liebhaber. ☎ 0176/34313015

Gärfass, 100 L u. 120 L, je 50 €. Vollholzisch, 150 x 60 x 80, 50 €. Ca. 2 Zentner Kohle kostenlos. ☎ 09608/454

Verkaufe Weinballons und Kunststoff-Fässer in verschiedene Größen. ☎ 0179/1187243

Hochwertige Wohn- und Schlafzimmersmöbel, Bilder, Geschirr und Anderes. ☎ 0961/28920 (AB)

Starkstromgebläse für Hallen, Stallungen, etc., zu verkaufen. ☎ 09657/215

Was wäre Ihr letztes Geschenk an die Welt?



(030) 29 77 24 36
www.mein-erbe-tut-gutes.de



oberpfalz junior-club

Ideenreich

Lebendig

Bunt



JETZT KOSTENLOS MITMACHEN UND JEDEN MONAT TOLLE PREISE GEWINNEN!

www.oberpfalz-junior-club.de





BEKANNT-MACHUNGEN

Dienstleistungen

Biete Gartenarbeit rund um's Haus!

Heckenschnitt, Rasenmähen, Pflanzenpfl., Unkrautentf., Zaunarbeiten, Steinreinigung u.v.m.

 **0175/ 40 71 71 9**

Freie Termine: Gartenarbeiten von A-Z ab 12,- €/h. Stein- + Dachreinigung sowie Pflasterarbeiten. ☎ 0176/24012704

Handwerker

Bauunternehmen, Meisterbetrieb, übernimmt Neubau-, Umbau-, Renovierungs-, Maler-, Fliesenleger- u. Bodenbelagsarbeiten, auch kleine Aufträge, sehr preisgünstig. ☎ 0151/57004087



PLATZ-ANGST?

Sichern Sie sich Ihre Karten preisgünstig im Vorverkauf!

Oberpfalz Medien GmbH
Tel. 0961/85-553





LANDWIRTSCHAFT

Landmaschinen



2/ Fahrbalkenmäher, davon 1 x defekt zu verk., mit Zusatzgeräten (Räum schild, Balkenmäher, Schneeketten). ☎ 0160/6702738

Düngerstreuer Fassungsvermögen 1 t, neuwertig, **Knoche Saatbeetkombi nation,** AB 3,30 und **Knoche Tiefen grubber,** gut erhalten, zu verk. ☎ 0160/5052924

Suche Fendt Farmer 102S/ 103S/ 104S ab Baujahr 1976, bevorzugt mit Allrad. ☎ 0157 864 37 642

Suche 5t-Miststreuer, sehr gut erhalten. ☎ 0151/20001807

Suche Traktor, Pflug, Ballenpresse, 45 bis 140 PS. ☎ 0156 79565044



Helfen Sie mit einer Insekten-Patenschaft!



NABU.de/insekten-pate
E-Mail: paten@NABU.de

Beflügelter Junggeselle sucht zarte Partnerin für romantische Flatterwochen.
Tel.: 030.284984-1574

4 Schar Beetpflug zu verkaufen. ☎ 01517/25368

Immobilien

1 ha Ackerland in Penting bei Neunburg v. W. zu verpachten. Angebote Zuschr. Nr. AZ49907A an Amberger Ztg., Mühlgasse 2, 92224 Amberg oder onetz.de/chiffre

Tiermarkt

Junge deutsche Riesen, reinrassig, zu verkaufen. ☎ 0160/5052924

Männliche Fleckviehfresser zu verkaufen. ☎ 0152/01990426

Landw. An- und Verkauf

Grünaufwuchs 2 Hektar in der Gemarkung Schlicht, Gemeinde Vilseck zu verschenken. Erster Schnitt Tel.01712203029

20 ha Mais, bio-zertifiziert, ab Feld zu verk. ☎ 0151/41228122

Silomais zu verkaufen, Gemeinde Schwarzbach ☎ 0176/96994824



PARTNER & FREIZEIT

Freundschaften

Unkompliziert Endsechzigerin sucht Freundin für gemeinsame Unternehmungen. Zuschr. Nr. W49913A an Amberger Ztg., Mühlgasse 2, 92224 Amberg oder onetz.de/chiffre

Affäre

Er 60, NR, NT, durchtrainiert sportlich sucht Dame für erotische Dauerfreundschaft+, von zart bis hart (BDSM) von schlank bis vollschlank, bin besuchbar, absolute Diskretion wird zugesichert. Zuschr. Nr. W49911A an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Bekanntschaften

Sie, 72 J., aus dem LKR TIR, sucht Freund/in für Freizeit u. Unternehmungen. Zuschr. Nr. AZ49918Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Weibl., Ende 50, Lkr. TIR, su. Bekanntschaft, weibl., für gem. Unternehmungen und Reisen. Zuschr. Nr. W49916Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Er sucht Freundschaften aller ART (weiblich oder Paare) mit viel Spaß ohne Grenzen, alles ist möglich, unverbindlich und vertraulich, keiner weiß was. ☎ 0151/74218753 (keine SMS)

Er sucht Sie

Mann, Mitte 30, 1,80m, anfangs zurückhaltender, humorvoll, schlank, akadem. und attraktiv. Ich suche bewusst auf dem Oldschool Weg eine Frau mit der ich gemeinsam durchs Leben gehen kann und wahre Werte zählen. Bodenständigkeit, ein liebevoller Umgang und Ehrlichkeit sind mir wichtig. Ich freue mich auf dich. Zuschr. Nr. W49889Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

Humorvoller Alexander 30 J., 1,89gr. mit sportl. Figur bin ein sehr fröhlicher, zuverlässiger Mann ich Reise gerne, kann gut Kochen und vieles mehr. Suche eine Frau zum Verlieben und Lachen in einer harmonischen Partnerschaft. Trau Dich und melde Dich einfach. Für eine glückliche Zukunft. **ü.Pv Anruf 015259704747**

Heben Sie Ihre Anzeige hervor! Roter Rahmen für nur 7,50 €* Einfach telefonisch oder schriftlich unter: **0961/ 85-502 anzeigen@oberpfalzmedien.de**
*Preis versteht sich inkl. MwSt. Nur gültig für Privatkunden

Sommer am Wasser. 60 jähriger symp. Mann sucht nette Naturistin für schöne zusammene Zeit auf Decke. Alter egal. Zeit läuft. Zuschr. Nr. W49926Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Ich bin Mitte 60, humorvoll und suche eine Frau ab 60 Jah. für einen zweiten Lebensabschnitt, die auch mal zu mir ziehen will. Wohne im Landkreis AM-Sulzb. ☎ 0176/24103885

Sympathischer Er, 56 J., 1,87 groß, schlank, blond, sucht nette Sie bis 57 J., nur ernste Anfragen. ☎ 0170/6642243 oder SMS

Mann, Ü 50, su. Frau für Freundschaft und Erotik, Raum TIR/Marktrewitz/Weiden. ☎ 0171/7339387

Sie sucht Ihn

Susanne, 69 Jahre jung, hier aus d. Gegend, mit traumhafter Figur, bin eine gute Hausfrau u. Köchin mit zwei fleißigen Händen und einem großen Herz, suche pv auf diesem Weg einen liebevollen Mann (Alter egal), bei getrenntem oder zusammen Wohnen. Ich würde Sie gerne besuchen oder zu mir einladen, wenn Sie anrufen. ☎ **0151 – 62913877**

Hübsche Krankenschwester Julia 41J. mit lockigem, langem Haar und schlanker Figur. Ich sehne mich nach Liebe und Zweisamkeit. Bin sehr fleißig und zuverlässig. Ich freue mich schon sehr darauf Dich kennenzulernen, ich erwarte Dich mit einem Lächeln. Bitte melde Dich. **ü.Ag.VMA Tel/sms 01607998576**

Mein Name ist Ilona 68 J. mit schöner Figur und guter Laune. Bin leider Witwe und mir fällt das allein sein so schwer. Ich wünsche mir von Herzen einen zuverlässigen, liebevollen Mann an meiner Seite. Versuchen wir es, freu mich schon sehr auf unser erstes Treffen. Bitte melde Dich **ü.Ag.VMA Anruf 01704432364**

Ich, Hildegard, 77 J., immer noch sehr hübsch, bin e. sorgfältige, fleißige Hausfrau und habe so manchen Schicksalsschlag wegstecken müssen. Als Witwe bin ich jetzt ganz allein und würde gerne ein Zuhause in Ihrem Herzen finden. Ich fahre sicher Auto u. könnte auch zu Ihnen kommen pv ☎ **0151 – 62913878**

Landwirtschaftswitwe, 63 J., ich mag es gemütlich, liebe Garten, bin gerne in der Natur, mag Schlager u. schätze christliche Werte. Ich bin treu u. ehrlich u. eine gesunde, hübsche Frau. suche bodenständigen Mann bis 75 J., ich kann auch umziehen pv ☎ **0157 – 75069425**

Liebevolle Emma 32 J. mit schlanker Figur, bin sehr lebensfroh und liebe die Natur. Sehne mich nach Liebe und Zärtlichkeit. Freue mich so sehr, wenn du Dich gleich meldest. **ü.Pv Tel/sms: 015127186363**

Witwe 70, sucht einen Mann für gemeinsame Unternehmungen, gerne auch jünger. Weitere Wünsche vor Ort bei einem Date. Zuschr. Nr. W49917Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre



2 - 5 Zeilen für 25,75 €* Jede weitere Zeile 3,50 €

Geben Sie jetzt Ihre Partnerschaftsanzeige auf.

Gültig für folgende Rubriken, z.B.

- » Er sucht Sie
- » Sie sucht Ihn
- » Bekanntschaften

*inkl. MwSt.

Oberpfalz Medien GmbH
Telefon: 0961/ 85 - 502
anzeigen@oberpfalzmedien.de



Gesundheit

ANZEIGE

Kleine Tropfen, große Hilfe

Zielgerichtete Dosierung bei sexueller Schwäche

Ob frisch verliebt, vor dem ersten Date oder seit vielen Jahren verbunden – manchmal macht der Körper nicht mit, wenn es drauf ankommt. Deseo Arznetropfen bieten wirksame Hilfe bei sexueller Schwäche – individuell dosierbar, je nach Situation und persönlichem Empfinden.

Es gibt Momente, in denen man sich nach Intimität sehnt – doch Erektionsprobleme oder fehlendes Verlangen machen oft einen Strich durch die Rechnung. Mal ist es der Druck, funktionieren zu müssen, mal fehlt nach einer langen Belastungsphase schlicht die Energie. Deseo, zugelassen zur Behandlung von sexueller Schwäche, kann in solchen Phasen unterstützen. Die Tropfenform erlaubt – im Gegensatz zu Tabletten – eine individuelle Dosierung, angepasst an das persönliche Befinden und die jeweilige Situation.

Natürliche Hilfe bei sexueller Schwäche

Um die Leidenschaft und das sexuelle Verlangen zu steigern, enthält Deseo den natürlichen Arzneistoff Turnera diffusa, der seit Langem als Aphrodisiakum verwendet wird. Laut Arzneimittel-



bild setzt dieser im Urogenitalsystem an und wird insbesondere bei sexueller Schwäche angewendet.

Voller Genuss – ohne bekannte Nebenwirkungen

Die Einnahme erfolgt unabhängig vom Geschlechtsakt und lässt Raum für Spontaneität. Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln oder Nebenwirkungen sind nicht bekannt. Deseo ist zudem rezeptfrei erhältlich – diskret in jeder Apotheke oder

online, ohne unangenehmen Arztbesuch.

Für Ihre Apotheke:

Deseo
(PZN 04884881)



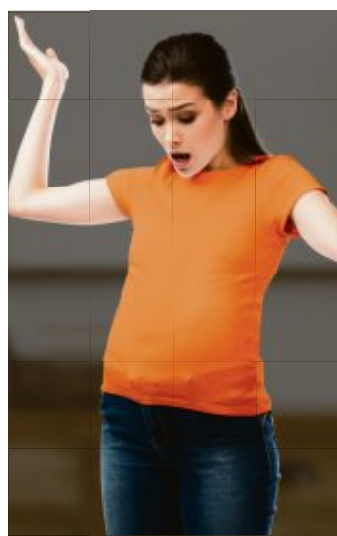
www.deseo.net

Schluss mit Blähbauch!

Unser Tipp für eine aktive Verdauung ohne Kompromisse

Unser Darm ist ein wahres Wunderwerk: Bis zum 75. Lebensjahr verarbeitet er mehr als 30 Tonnen Nahrung und ermöglicht so die Aufnahme lebenswichtiger Bestandteile wie Vitamine, Enzyme und Spurenelemente. Trotz seiner Leistungsfähigkeit ist der Darm jedoch auch hochsensibel. Bei Stress, einer ballaststoffarmen Ernährung oder mit zunehmendem Alter nimmt die Darmaktivität ab und der Transport der Nahrung im Darm gerät ins Stocken. Zusätzlich stauen sich oftmals Gase im Darm an, die sich in einem Blähbauch äußern. Doch Forscher haben mit Kijimea Regularis PLUS jetzt ein Produkt entwickelt, das Hoffnung schenkt.

Die Verdauung auf clevere Weise aktivieren
Kijimea Regularis PLUS enthält Methylcellulose und Psyllium, welches die normale Funktion des Darms unterstützt, hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten¹. Denn es quillt im Darm auf



und dehnt die Darmmuskulatur so sanft. Dadurch erhält sie den Impuls, sich wieder zu bewegen. So kommt der Darm aus eigener Kraft in Schwung und die Verstopfung löst sich² – planbar und zuverlässig. In der Folge können auch die Gase im Darm reduziert werden, wodurch der Blähbauch zurückgeht.

Anwender sind überzeugt
Das innovative Prinzip hinter Kijimea Regularis PLUS rief

bereits zahllose begeisterte Kundenreaktionen hervor. Heiko H. lobt, es handle sich dabei um „das beste Produkt, das ich bis jetzt hatte.“ Regina S. schwärmt: „Ich bin so überzeugt davon, dass ich meine Freunde auch begeistern konnte. Daher verschenke ich jetzt die kleinen Sets. Auch meinen Mann konnte ich begeistern und wir trinken es jetzt zusammen, jeden Tag.“ Und auch Samira V. bestätigt: „Ich bin froh, Kijimea Regularis PLUS gefunden zu haben.“

Kijimea Regularis PLUS kann rezeptfrei in Apotheken vor Ort oder online erworben werden (PZN 18788684), ist aber auch direkt beim Hersteller unter www.kijimea.de erhältlich.

Für Ihre Apotheke:

Kijimea Regularis PLUS
(PZN 18788684)



www.kijimea.de

¹Die Angabe „Hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten“ bezieht sich auf einen dreimaligen Verzehr pro Tag. ²Das enthaltene Psyllium hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten. • Abbildung und Namen Betroffenen nachempfunden.

KIJIMEA®

AUS DER FORSCHUNG. FÜR DEIN LEBEN.

Abbildung Betroffenen nachempfunden
DESEO, Wirkstoff: Turnera diffusa Dil, D4, DESEO wird angewendet entsprechend dem homöopathischen Arzneimittelbild. Dazu gehört: Sexuelle Schwäche, • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing • Die Einnahme von Arzneimitteln über längere Zeit sollte nach ärztlichem Rat erfolgen.

Wohnen & Leben

Immobilienverkauf
Immobilienverkauf**www.ofen-goetz.de**Immobilienverkauf
1-2-Familien-Häuser

Freist. EFH Bj. 35/74, m. 1000 m² Grdst., 130 m² Wfl. u. Erweiterungspotenzial, direkt in Weiden. Ideal für Handwerker, Hobby-Schrauber u. Gartenliebhaber. Garage, Werkstatt, Wartungsgrube, großer Gartenschuppen. Gute ÖPNV-Anbindung, naturnah. 298.000€ von privat. ☎ 0176/34313015

EFH, 660 m², rep. bedürftig, bei Abriss bereits benennigter Bauplan (DHH) + Bauplatz 854 m², jeweils Mariahilfberg-lage AM (Ost u. West), Pr. a. Anfr. ☎ 0171/3855988 od. 09621/14162 AB

Immobilienverkauf
Doppel-/Reihenhäuser

Attraktives Reiheneckhaus in guter Lage in Weiden-Ost, Wfl. ca. 170 m², mit dem Grünen, dennoch zentrumsnah, hochw. Innenausst., Atelierbereich im DG, VB 590.000,- €. ☎ 0173/5967005

Schöne DHH in Kümmersbruck zu verk., 4 Zi., 130 m² Wfl., 410 m² Grd., mit schönem Garten, Balkon u. Terr., Preis 380.000 €, von Privat (keine Maklerprovision) ☎ 0162/8892596

Immobilienkauf
Immobilienankauf

Familie sucht Haus oder Baugrundstück im Raum Kemnath/Kastl. Wir freuen uns über Ihre Nachricht. E-Mail: fam4.kontakt@t-online.de

Immobilienkauf
Mehrfamilienhäuser

MFH für privat zum Kauf Ingenieur mit guter Bonität sucht Mehrfamilienhaus ab 6 Wohneinheiten für privat als Kapitalanlage. ☎ 09628/6559848

Immobilienkauf
4-Zi.-Eigentumswgh. u. größer

Suche im Raum Amberg, Sulzbach und näherer Umgeb. 4-Zi.-ETW, EG m. Garten od. kl. Haus zu kaufen. ☎ 09661/3048011

Vermietungen
1-2-Familien-Häuser

Kleines Reihenhäuser mit Garten (Stadtteil Hammerweg), 3 Zi., Küche, gr. Bad mit Du., 89 qm, KM 800 € zzgl. 350 NK. Kontakt: GeGiP@t-online.de oder ☎ 0961/7448823

Haus in Königstein ab 1.11.26 zu vermieten, mit Garten und 2 Garagen. ☎ 09665/723

Vermietungen
Doppel-/Reihenhäuser

DHH in Amberg, ca. 150m², EBK, gr. Kachelofen, Wintergarten, Sauna, ruhige Lage, ab sofort, 1.400 € kalt + 80 € NK + 50 € Garage. ☎ 0172 883 71 13

Vermietungen
1-Zi.-Wohnungen/App.

Weiden: 1-Zi.-App., ab 1.9.26 zu verm., 38 m², EBK, Balkon, Keller, Kfz-Stellpl. ☎ 0151/10225982

Amberg Zentrum: 1 Zi.-Appartement, 58 m², DG, möbliert u.a. mit Einbauküche, ab sofort zu vermieten. KM 650,- € + NK; ☎ 09661/7399

Vermietungen
2-Zi.-Wohnungen

Su.-Ro.: EG, 47 m², Studio-Wgh., 2 Schlafz., Bad/WC, kl. Garage f. Motorrad, ab 01.08.2026, Hans-Böckler-Str. 19, kalt 480,- € + NK 160,-, Kaution 1.500,-, an: E-Mail aa_bauer@web.de

Wohlfühl-Apartment mit vielen Extras, 67 qm, für Singles oder Paar, ab 1.9. bei Oberviechtach zu vermieten. Tel. 0172 6704680

Vermietungen
3-Zi.-Wohnungen

3-Zimmer Wohnung in Ursensollen zu vermieten, Wohnfläche ca. 90 qm, Kaltmiete 675 € plus Nebenkosten (NK-VZ 265€), ☎ 0171/9743729

AM/Am Südhang: DG-Wgh., 3 Zi., Kü., Bad mit Fenster, WC, Abstellr., 100 m², Balk., Keller, Stellpl., Radgarage, ab 1.10.26, KM 825 € + 45 € Stellp. + NK, keine Haustiere. ☎ 0160/7999873

Amberg/Obere Hockermühle: ruh. 3-Zi.-Wgh., 86 m², gute Raumaufteilung, gr. Loggia, schöner Ausblick, 3. St., ab sofort. ☎ 09661/51574 ab 18 Uhr

Freundliche, helle 3-Zi. Wgh., Balkon, 85 m², DG, Garage, 1.10. , Kümmersbruck, 710,- € + NK, zu verm. ☎ 0160/91910877

WEN-OST, renov. 3-Zi.-Wgh., 75 m², EBK, 3. Stock/Aufzug, Balkon, Keller, TG, ab 1.9. zu vermieten. ☎ 0163/4366564

Tirschenreuth: voll möbl. Wgh. Räume flexibel teilbar, ab sofort zu verm., evtl. m. Garten. ☎ 0170/5874160

Vohenstrauß: helle 3-Zimmer-Wohnung in einem 3-Familien-Haus, 2. OG, zentrale Lage, 80 m², KM 600,- € + NK, ab 1. September 2026 von privat zu vermieten. ☎ 0171/7838062

AM/Friedr.-Ebert-Str., 2 ruhige Terrassen-whg., je 86 m², nach Badsanierung, ab sofort zu vermieten. Miete VB. ☎ 0178/9757379

WEN zentral, 88m² große 3,5 ZKB zu vermieten, Balkon u Lift, Bad neu, 810,- € + 50,- € TG, kalt zzgl. NK/KT. Zuschriften Nr. W49891Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Vermietungen
Garagen/Stellplätze

TG-Stellplatz Allee-Tiefgarage, WEN, ab sofort bis auf Weiteres, monatlich 70,00 € zu vermieten. ☎ 0160 84 52 093

onetz

Mietgesuche

1-2-Familien-Häuser

Haus zur Miete gesucht. Zuverlässige Familie sucht Haus zur Miete in Amberg oder Umgebung, 4-6 Zimmer mit Garten. Nichtraucher Haushalt. Langfristige Miete. ☎ 0152 21 56 47 83

Paar sucht kleines Haus mit Garten, im Umkreis 30 km, Moosbach/VOH zu mieten. ☎ 0171/7677041 oder noredin@t-online.de

Mietgesuche

App./1-Zi.-Wohnungen

Ruhige Mieterin suche kleine 1 Zimmer-Wohnung ab 1.9.2026 im Raum Amberg, Biete 500,-€ (Jobcenter). Nur seriöse Anrufe ☎ 0160/97094825

Mietgesuche

3-Zi.-Wohnungen

Ehepaar, 58/60, sucht 3-Zim.-Wohnung, in Weiden, zentr. Lage, in gehobener Ausstattung. Zuschr. Nr. W49920Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Suche 3-4-Zi.-Wgh. od. kl. Haus, m. Terrasse od. Balkon, wenn mögl. m. Gartenbenutzung, in Abg. od. näh. Umgebung zu mieten, festes Einkommen vorhanden. ☎ 0176/24226003

Rentner-Ehepaar (Mitte 60, ehemals Krankenschwester), NR, ohne Haustiere, sucht ruhige 2-4 Zi.-Wgh., mit Balkon, auf Dauer zur Miete. ☎ 09281/5969833

Ruhiger NR sucht 3 Zi.-Wohnung in WEN oder näherer Umgebung, gerne mit Balkon. ☎ 0152/06735144

Verpachtungen
Pachtgesuche

Verpachtungen/Pachtgesuche

11,7 ha Ackerland zw. Vilseck und Hahnbach zu verpachten (4,0 ha, 4,0 ha, 1,6 ha, 1 ha u. 1,1 ha) Kontakt unter ackerlandvilseck@gmx.de



Sie sind auf der Suche nach einem passenden Mieter oder Käufer für Ihre Immobilie?

Gleich Anzeige schalten! 2-5 Zeilen für nur 25,75 €

Anzeigen Service:
0961/85-502

Stellenangebote

BundesImmobilien

Die Bundesanstalt für Immobilienaufgaben – Anstalt des öffentlichen Rechts – Direktion München sucht für die Sparte Facility Management am **Arbeitsort Amberg** zum nächstmöglichen Zeitpunkt unbefristet eine/einen:

Hausmeisterin / Hausmeister (w/m/d)

(Kennung: MCFM 2199 12, EG 5 TVöD Bund / A 5m BBesG)

Haben wir Ihr Interesse geweckt?
Dann bewerben Sie sich online bis zum **28. August 2026** auf www.interamt.de unter der Stellen-ID 1473166.

www.bundesimmobilien.de

oberpfalz
logistik

WIR SUCHEN

ZUSTELLER (m/w/d)

**Minijob - Basis
Springer in Teil- und Vollzeit**

Liefere News aus der Region für:

Eschenbach – Falkenberg –
Grafenwöhr – Immenreuth –
Kemnath/Kastl – Krummennaab –
Pressath – Schwarzenbach/TIR –
Waldershof – Zinst



JETZT BEWERBEN

Ansprechpartner:

Recruiting Team
karriere@oberpfalzlogistik.de
Tel.: 0961 85 635

www.oberpfalzlogistik.de/karriere/

oberpfalz
logistik

OWZ

Vertrieb: Telefon 0961/85-501

www.onetz.de/owz

Bis zu
100 % Rabatt



... wenn Sie hier Ihre
Immobilie verkaufen.
Wir sagen Ihnen wie!

Aktion nur gültig
für Privatkunden.

Oberpfalz Medien GmbH
Telefon 0961/85-502
E-Mail: anzeigen@oberpfalzmedien.de

Vermietungen
Garagen/Stellplätze

TG-Stellplatz Allee-Tiefgarage, WEN, ab sofort bis auf Weiteres, monatlich 70,00 € zu vermieten. ☎ 0160 84 52 093

onetz

immo.onetz.de
die Spezialisten für **Immobilien** in der Oberpfalz
Partner von immo.onetz.de sind z. B.



Das
große Immobilienangebot
der Region!

oberpfalz
medien

**ImmoCenter |
FinanzCenter GmbH**

Schloßgraben 8
92224 Amberg
Telefon 09621 78772 44
Telefax 09621 78772 49
E-Mail info@immo-center.de
Web www.immo-center.de
Mitglied im Immobilienverband
Deutschland IVD



SOMMER Immobilien

Hannelore Sommer
92637 Weiden
Liebigstraße 5
Telefon +49 961 39 161 990
Fax +49 961 39 161 997
www.SOMMER-Immobilien.eu



**Gregor Immobilien- und
Hausverwaltung**
Ihre Zufriedenheit ist
unsere Verpflichtung
seit 1993

Inh.: Jürgen Gregor
Schönwerthstraße 2 B
92637 Weiden
Telefon +49 961 7288
Mobil: +49 171 5273473
E-Mail: info@immobilien-gregor.de
www.immobilien-gregor.de



**Immobilien-gesellschaft
der Volksbank
Raiffeisenbank
Nordoberpfalz eG**

Wörthstraße 9
92637 Weiden
Telefon 0961 84262
E-Mail: immo-baufi@vr-nopf.de
Web: www.city-immobilien.de



**30 Jahre
Immobilien Sparrer –
Erfahrung, die für
sich spricht.**

Max-Reger-Straße 16
City Center, Turm C
92637 Weiden
Telefon 0961/61220
E-Mail: info@immobilien-sparrer.com
Webseite: www.immobilien-sparrer.com



Werden auch Sie Partner von immo.onetz.de und profitieren Sie von den Vorteilen!
Mehr Infos auf www.immo.onetz.de oder bei Oberpfalz Medien GmbH unter Telefon 0961/ 85 481.

Stellenangebote

oberpfalz
medien

JETZT ANZEIGE SICHERN!

**Stellen-Spezial:
Weiterbildung, Studium,
Duales Studium und
Werkstudent****Erscheinungstermin:**

Sa., 22. August 2026 (Tageszeitung)

Fr., 28. August 2026 (OWZ-Wochenzeitung)

+ 30 Tage online auf www.stellen.onetz.de**Anzeigenschluss:**

Do., 20. August 2026, 10.00 Uhr

Oberpfalz Medien GmbH
Weigelstraße 16 · 92637 Weiden**ANSPRECHPARTNER:**
stellen@oberpfalzmedien.de
0961/85-330

Dringend gesucht!

**Pflegekraft od.
MFA (m/w/d)**in Teilzeit od. Minijob-Basis
zur Unterstützung bei ambulanter
Anästhesie
Einsatzort: Schwandorf**Anästhesie Zentrum Bayreuth**info@anaesthesie-bayreuth.de

0921/759820 od.

0171/5524964

Wir suchen
zur Verstärkung unseres
Teams zum nächstmöglichen
Zeitpunkt:**Produktionsmitarbeiter
(m/w/d)**Bitte richten Sie Ihre
aussagekräftigen
Bewerbungsunterlagen an:
**Sifa Metallkomponenten
GmbH, Industriestr. 52,
92237 Sulzbach-Rosenberg**
oder möglichst in einer pdf-
Datei per Mail an:
michael.biebl@sifa.de**Studien- und Ausbildungsplätze frei:**

- **STEUERFACHANGESTELLTE/-ER**
- 1. **AUSBILDUNGSJAHR: 1.350 €**
- 2. **AUSBILDUNGSJAHR: 1.450 €**
- 3. **AUSBILDUNGSJAHR: 1.550 €**
- **BACHELOR OF ARTS (BA)**
- TAXATION**

meier+lehner steuerberater
kurfürstenstraße 36
92637 weiden/opf.
sekretariat@meier-lehner.deWir suchen zum nächstmöglichen
Zeitpunkt:
Spülkraft (m/w/d).
Die genaue Stellenbeschreibung fin-
den Sie unter karriere.weisses-ross.de
Landhotel Weißes Roß Illschwang
Herr Hans-Jürgen Nägerl
09666/18805-0
info@weisses-ross.de**Wir suchen Zusteller** (m/w/d) für die
Verteilung unseres Anzeigenblatts OWZ
mit allen Beilagen und Prospekten in:
**Amberg, Auerbach, Grafenwöhr,
Haunritzt, Hütten, Högen, Hirschau,
Kemnath, Kohlberg, Kümmerbruck,
Oberveichtach, Pleystein, Schwar-
zenfeld, Sulzbach, Waldthurn,
Weiden, Wernberg**
Die Zustellung erfolgt **tagsüber einmal
pro Woche zum Wochenende**.
Sie sind mind. **13 Jahre alt**, gerne an
der frischen Luft und haben Interesse an
einem **gut bezahlten Nebenjob**? Dann
bewerben Sie sich unter:
**V.I.A.-Nord Verteilung im Auftrag
GmbH.**
Recruiting Oberpfalz Medien Logistik
Franz-Zebisch-Straße 5, 92637 Weiden
karriere@oberpfalzlogistik.de
0961/85-635
www.oberpfalzlogistik.de/karriere/**2. Standbein für Steuerfachleute!**
Tel. (09632) 9 22 91 20, Mo.-Fr. 8-18 Uhr
www.steuerverbund.de/standbein**Bankkauf. mit Vertriebsgen** gesucht!
peter.kraus@aktivefinanzplanung.de

Stellengesuche

Finanzbuchhalterin, engagiert und zu-
verlässig, mit Berufserfahrung und
Weiterbildung in DATEV sucht Anstel-
lung im Raum Nabburg. E-Mail:
buchhaltung.job2026@gmx.net**Kaufm. Angestellte**,
57 J., in ungek. Stellung sucht neuen
Wirkungskreis f. div. Büroarbeiten in
VZ, Raum Amberg-Sulzbach.
Kontakt: lemax68@t-online.de**Zuverlässiger Schüler** sucht Ferienjob
oder Mini-Job, Voll-/Teilzeit auch als
Produktionshelfer, in Abg./näh. Um-
geb., Gartenarbeit, Fensterputzen,
Auto putzen, usw. ☎ 0152/10602287Private Stellen-
angebote**Zuverlässige Haushaltshilfe in Am-
berg gesucht.** Alleinstehender Herr
(67, fit) sucht für großes Haus in AM-
Eisbergviertel tatkräftige Unter-
stützung. 2x wöchentlich je 3 Std. nachmit-
tags. Allg. Reinigung (kein Kochen/Wä-
sche). PKW-Führerschein zwingend
erforderlich (Pkw vorh.). Minijob, 15 €/Std.
Zuschr. Nr. AZ49925Z an Amberg-
ger Ztg., Mühlgasse 2, 92224 Amberg
oder onetz.de/chiffre**Pflegehilfe gesucht**, Familie am Stadt-
rand von Amberg sucht stundenweise
Unterstützung für die Pflege unser stark
pflegebedürftigen Oma. Bei Interesse
bitte ☎ 0172/3597561**Putzfrau für Bäderreinigung** in Privat-
haushalt ab sofort gesucht in Garsdorf
☎ 09628/440**Suche Putzfrau**, in Amberg, 3-4 Std./
14-tägig vormittags, außer Samstag.
☎ 09621/176046

KLINIKUM ST. MARIEN AMBERG

WILLKOMMEN IM
**#TEAM
KSM****Medizinische/-r Fachangestellte/-r (m/w/d)
im EEG-Labor****Bereich**
Klinik für Kinder
und Jugendliche**Umfang**
Voll- oder Teilzeit**Beginn**
ab sofort

Interessiert? Weitere Infos finden Sie hier ▶

**Medizinische/-r Fachangestellte/-r (m/w/d)
für die MVZ-Praxis für Gastroenterologie****Bereich**
MVZ-Praxis für
Gastroenterologie**Umfang**
Teilzeit**Beginn**
ab sofortInteressiert?
Weitere Infos finden Sie hier ▶www.klinikum-amberg.de/karriere**HOTEL
GUT MATHESHOF**
★ 1671 ★

Wir suchen ab sofort

KOCH (m/w/d) VZ
zur Verstärkung
unseres Teams**Voraussetzung:**
Abgeschlossene
Berufsausbildung mit
Berufserfahrung**Aushilfen für:**
Spülküche, Reinigung
Kosmetik- /Fußpflege**Hotel & Spa
Gut Matheshof**
Hans-Nowak-Ring 1
92286 Rieden
09624/919-2802

NÄCHSTE STATION:



STIFTLANDKRAFTVERKEHR GMBH

DEIN
NEUES
TEAM!JETZT EINSTEIGEN ALS
SACHBEARBEITER (m/w/d)

Reise und VGN Kundenbüro | Vollzeit oder Teilzeit

AUFGABEN

- Kundenberatung
- Reiseplanung
- Organisation
- Angebotserstellung
- Abrechnung

BENEFITS

- Unbefristete Anstellung
- Vergütung nach Haustarif
- Familiäres Team
- Kurze Entscheidungswege

ESKA Stifftlandkraftverkehr GmbH
Mitterteicher Straße 51
95643 Tirschenreuth**! JETZT BEWERBEN**
bewerbung@eskabus.deVERSTÄRKEN SIE DAS TEAM VON
OBERPFALZ MEDIEN ALS:**SENIOR
BUSINESS
DEVELOPER –
SCHWERPUNKT
LOGISTIK**
(M/W/D)

- Geschäftsfeldentwicklung und Erschließung neuer Marktpotenziale
- Key Account Management und Aufbau strategischer Kundenpartnerschaften
- Entwicklung innovativer Logistiklösungen und Geschäftsmodelle
- Projektsteuerung, Wirtschaftlichkeitsanalysen und Vertragsverhandlungen auf Entscheider-Ebene

**SALES MANAGER
LOGISTIK**
(M/W/D)

- Neukundengewinnung und Bestandskundenentwicklung
- Kundenberatung und Lösungsverkauf
- Vertriebssteuerung bis zum Abschluss
- Angebots-, Kalkulations- und Ausschreibungsmanagement

oberpfalz
logistik

BENEFITS

- 🕒 flexible Arbeitszeiten
- 👥 flache Hierarchien
- 🏢 moderner Arbeitsplatz

INTERESSE?

ANSPRECHPARTNER:**Oberpfalz Medien**

Recruiting-Team

0961/85-284

Weigelstraße 16

92637 Weiden

Mehr Infos unter:

[www.oberpfalzmedien.de/
karriere/stellenanzeigen-om/](http://www.oberpfalzmedien.de/karriere/stellenanzeigen-om/)

Der Landkreis Amberg-Sulzbach sucht

- eine Mitarbeiterin (m/w/d) für die Essensausgabe und den Pausenverkauf in der Mensa der Walter-Höllerer-Realschule in Su.-Ro. (unbefristet in Teilzeit mit 30 Wochenstunden)

Ausführliche Informationen zu dieser Stelle:
www.kreis-as.de/stellenausschreibungen

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

Der Landkreis Tirschenreuth sucht
für das Abfallwirtschaftszentrum
des Landkreises Tirschenreuth
spätestens zum 01.12.2026 eine/n**Mitarbeiter/-in für die Wert-
stoffsammelstelle** (m/w/d)auf der Deponie Steinmühle in Vollzeit oder Teilzeit (im Rahmen
von Jobsharing) zunächst befristet für 2 Jahre.Die vollständige Stellenausschreibung
finden Sie auf unserer Website unter
www.kreis-tir.de/stellenangebote.Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung
bis spätestens **30.08.2026**.Die Stadt Amberg sucht für den
Betriebshof eine/n**Mitarbeiter/-in (m/w/d) für
den Fachbereich Bauhof**Den vollständigen Ausschreibungstext
finden Sie unter karriere.amberg.de.Bei Interesse bewerben Sie
sich bitte online bis
spätestens **24.08.2026!****Ihr Kontakt für Ihre
Stellenanzeigen**oberpfalz
medien

Sie suchen Mitarbeiter und/oder Fachkräfte?

Ihre Service-E-Mail-Adresse und Service-Telefonnummer
für Stellenanzeigen:stellen@oberpfalzmedien.de

0961/85-330





Sommerspass

mit Ihrer Heimatzeitung

Jetzt **6 Wochen Ihre Heimatzeitung** im Premiumabo (gedruckt und digital) lesen und mit der Vorteils card **attraktive Gutscheine** für regionale Freizeiteinrichtungen nutzen.

All-inclusive-Paket:
6-Wochen-Premiumabo*
inkl. Vorteils card
einmalig nur 44,99 €



Die ersten 50 Besteller
erhalten eine Kühltasche**
als Dankeschön!

*Auch nur digital für einmalig 29,99 € erhältlich.
**Ca. 20,5 x 13,5 x 17 cm. Solange Vorrat reicht.



QR-Code scannen
oder bequem online
bestellen unter
[onetz.de/abospass](https://www.onetz.de/abospass)

Coupon senden an:



Oberpfalz Medien – Der neue Tag
Weigelstraße 16, 92637 Weiden



Telefon
0961 / 85 - 501

UNSERE HEIMATZEITUNG FÜR SIE!

☐ Ja, ich möchte meine Heimatzeitung im Premiumabo (gedruckt und digital) 6 Wochen für einmalig nur 44,99 € lesen. Als Dankeschön erhalte ich die Vorteils card.

☐ Ja, ich möchte im Anschluss im Premiumabo weiterlesen. Als Dankeschön erhalte ich einen 30 € Bergler-Tankgutschein. Ich erhalte im Anschluss für mindestens 6 Monate die Zeitung meiner Region für derzeit nur 59,99 € im Monat (Postversand 66,99 €), vorbehaltlich Preisänderungen.

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefon Geburtsdatum

E-Mail

Ihr Informationsvorteil: Ja, ich möchte, dass Oberpfalz Medien und beauftragte Partnerunternehmen mich regelmäßig zu Verlagsprodukten wie Medienangebote, Gewinnspiele, Leserreisen, Treueangebote, Veranstaltungen und Lesershop sowie zu Marktforschungszwecken

☐ per E-Mail ☐ per Telefon.
informieren. Diese Einwilligung kann ich jederzeit gegenüber Oberpfalz Medien telefonisch oder per E-Mail widerrufen.

Widerrufsrecht: Sie haben das Recht, diesen Vertrag binnen vierzehn Tagen zu widerrufen. Der Widerruf ist mittels einer eindeutigen Erklärung per Post, Telefon oder E-Mail zu richten an Oberpfalz Medien (Weigelstraße 16 in Weiden, Telefon 0961/85-0, leserservice@oberpfalzmedien.de).

Bitte liefern Sie die Zeitung ab:

(4 Tage internen Vorlauf beachten) Einsendeschluss 31.08.2026

☐ Ich zahle bequem per Bankeinzug.

D E IBAN PK BLZ Kto.-Nr.

SEPA-Lastschriftmandat: Ich ermächtige die Oberpfalz Medien GmbH Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

☐ Ich möchte eine Rechnung. (nur per E-Mail möglich)

Datum, Unterschrift

Verlagsgarantie: Die Zustellung des Aktionsabos endet automatisch! Die Angebote gelten für Haushalte im Verbreitungsgebiet, in die während der letzten drei Monate kein Abonnement unserer Zeitung geliefert wurde. Die Angebote gelten nicht für bestehende Abos. Grundlage für die Bestellung sind die AGB, die auf www.onetz.de oder in einer unserer Geschäftsstellen einzusehen sind.

Bei uns finden Sie **TICKETS**
für kulturelle **HIGHLIGHTS**
ganz in Ihrer **NÄHE.**



AUGUST 2026

27. Aug. 2026	Lamp of Mumuur ABGESAGT!	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
28. Aug. 2026	Blind Date (Musical)	Vorplatz Wieskapelle, Speinshart
28. Aug. 2026	Kastelruther Spatzen	Congress Centrum, Amberg

SEPTEMBER 2026

02. Sep. 2026	The Sweet	ZKF Schwandorf, Theaterbühne
04. Sep. 2026	Dinner mit Singer: Crashkurs für Liebeslieder	Emil-Kemmer-Haus Saal, Oberviechtach
02. Sep. 2026	Da Meier & Watschnbaam	ZKF Schwandorf, Zeltbühne

04. Sep. 2026	Ines Procter Bäsdl off "Närrische Putzfrau" <i>Rabatt-Code: VC10</i>	Zelt und Kulturfestival, Schwandorf
04. Sep. 2026	Nockis <i>Rabatt-Code: VC10</i>	Zelt und Kulturfestival, Schwandorf

04. Sep. 2026	Bayrisch - Steirische Nacht - Zoigl trifft Schilcher	Schafferhof, Windischeschenbach
---------------	---	---------------------------------

04. Sep. 2026	Ein Abend mit Hank Gedichte und Texte von Charles Bukowski	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach-Rosenberg
---------------	---	--

05. Sep. 2026	Seven Shots <i>Rabatt-Code: VC10</i>	Zelt und Kulturfestival, Schwandorf
---------------	--	-------------------------------------

06. Sep. 2026	Schmarnkerl & Funkerl meets Blechzipf <i>Rabatt-Code: VC10</i>	Zelt und Kulturfestival, Schwandorf
---------------	--	-------------------------------------

06. Sep. 2026	Bernd Hackl <i>Rabatt-Code: VC10</i>	Zelt und Kulturfestival, Schwandorf
---------------	--	-------------------------------------

11. Sep. 2026	Das Geheimnis der Blutgräfin (Dinner mit Killer)	Thammer Haus, Winklarn
---------------	---	------------------------

11. Sep. 2026	Ovigo sings: "Unstillbare Gier... nach Musical!"	Schloss Burgtreswitz, Moosbach
---------------	---	--------------------------------

12. Sep. 2026	Martin Frank	Stadthalle, Grafenwöhr
---------------	---------------------	------------------------

12. Sep. 2026	Hamlet for you	Schafferhof, Windischeschenbach
---------------	-----------------------	---------------------------------

13. Sep. 2026	Hamlet for you	Bürgerhaus Lenzbräu, Kemnath
---------------	-----------------------	------------------------------

16. Sep. 2026	Charity Movie	Neue Welt Kinocenter, Weiden
---------------	----------------------	------------------------------

18. Sep. 2026	Das Geheimnis der Blutgräfin (Dinner mit Killer)	Restaurant im Chaletdorf Lamer, Brennbach
---------------	---	---

19. Sep. 2026	Hamlet for you	Emil-Kemmer-Haus Saal, Oberviechtach
---------------	-----------------------	--------------------------------------

19. Sep. 2026	Das Geheimnis der Blutgräfin (Dinner mit Killer)	Posthotel, Rattenberg
---------------	---	-----------------------

20. Sep. 2026	Hamlet for you	Bürgerhaus Lenzbräu, Kemnath
---------------	-----------------------	------------------------------

23. Sep. 2026	Elke Becker - Das Haus Faber Casatelli	Bücherhaus Rode, Tirschenreuth
---------------	---	--------------------------------

25. Sep. 2026	AnnPhie Fritz	Schmidt-Haus, Nabburg
---------------	----------------------	-----------------------

25. Sep. 2026	Elvis in Hollywood	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
---------------	---------------------------	-------------------------------

27. Sep. 2026	Nur ein Tag	Turnhalle Grundschule, Wenzenbach
---------------	--------------------	-----------------------------------

OKTOBER 2026

01. Okt. 2026	Martin Frank	Congress Centrum, Amberg
---------------	---------------------	--------------------------

02. Okt. 2026	Fonse Doppelhammer	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach-Rosenberg
---------------	---------------------------	--

03. Okt. 2026	Austria 7	Ringtheater, Amberg
---------------	------------------	---------------------

09. Okt. 2026	Romeo Kaltenbrunner - NEUER TERMIN!	Mehrzweckhalle, Windischeschenbach
---------------	--	------------------------------------

09. Okt. 2026	The SeeSee Riders	Schmidt-Haus, Nabburg
---------------	--------------------------	-----------------------

10. Okt. 2026	Physical Graffiti	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
---------------	--------------------------	-------------------------------

11. Okt. 2026	Klarinette und Orgel	Stiftsbasilika, Waldsassen
---------------	-----------------------------	----------------------------

11. Okt. 2026	Benjamin Grund und Thomas A. Gruber Dukonzert	Gasthof Hotel zum Wullen, Sulzbach-Rosenberg
---------------	--	--

16. Okt. 2026	Nils Heinrich	Schmidt-Haus, Nabburg
---------------	----------------------	-----------------------

17. Okt. 2026	Claudia Pichler	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach-Rosenberg
---------------	------------------------	--

17. Okt. 2026	Elvis & Tina	Musikomm, Amberg
---------------	-------------------------	------------------



18. Okt. 2026	Oberpfälzer Zoiglabend	Schafferhof, Windischeschenbach
---------------	-------------------------------	---------------------------------

23. Okt. 2026	Maxjoseph - Volksmusik als besonderes Klangerlebnis	Schafferhof, Windischeschenbach
---------------	--	---------------------------------

23. Okt. 2026	Martin Kälberer	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach-Rosenberg
---------------	------------------------	--

24. Okt. 2026	Irish Rock Legends	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
---------------	---------------------------	-------------------------------

24. Okt. 2026	French Kiss	Schafferhof, Windischeschenbach
---------------	--------------------	---------------------------------

24. Okt. 2026	Das Geheimnis der Blutgräfin (Dinner mit Killer)	freys Restaurant, Cham
---------------	---	------------------------

25. Okt. 2026	Metro Big Band	Schafferhof, Windischeschenbach
---------------	-----------------------	---------------------------------

25. Okt. 2026	Metro Big Band	Schafferhof, Windischeschenbach
---------------	-----------------------	---------------------------------

28. Okt. 2026	One Night of M.J. <i>Rabatt-Code: VC10</i>	Max-Reger-Halle, Weiden
---------------	--	-------------------------

30. Okt. 2026	Franziska Wanninger	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach-Rosenberg
---------------	----------------------------	--

30. Okt. 2026	Frauenstimmen - Worte & Musik	Ringtheater, Amberg
---------------	--	---------------------

30. Okt. 2026	ANVIL	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
---------------	--------------	-------------------------------

30. Okt. 2026	Das Geheimnis der Blutgräfin (Dinner mit Killer)	Landhotel „Zum goldenen Kreuz“, Moosbach
---------------	---	--

NOVEMBER 2026

06. Nov. 2026	15 Jahre SingingWitt	Max-Reger-Halle, Weiden
---------------	-----------------------------	-------------------------

06. Nov. 2026	14. Amberger Lachnacht mit Mnozil Brass	Congress Centrum, Amberg
---------------	--	--------------------------

06. Nov. 2026	Widersacher aller Liedermacher	Schafferhof, Windischeschenbach
---------------	---------------------------------------	---------------------------------

06. Nov. 2026	Lesung mit Jessica Mawuena Lawson	Buchhandlung Volkert, Sulzbach-Rosenberg
---------------	--	--

07. Nov. 2026	Da Maier & Watschnbaam	Vereinsstodl, Niedermurach
---------------	-----------------------------------	----------------------------

07. Nov. 2026	Auf a Wort	Congress Centrum, Amberg
---------------	-------------------	--------------------------

08. Nov. 2026	Tom & Basti	Schwarzachtalhalle, Neunburg vorm Wald
---------------	------------------------	--

08. Nov. 2026	Großes Herbstkonzert	Stiftsbasilika, Waldsassen
---------------	-----------------------------	----------------------------

12. Nov. 2026	Stefan Kröll "schee wuid"	Schafferhof, Windischeschenbach
---------------	----------------------------------	---------------------------------

13. Nov. 2026	Das Geheimnis der Blutgräfin (Dinner mit Killer)	Brauerei Jacob, Bodenwöhr
---------------	---	---------------------------

13. Nov. 2026	Das Geheimnis der Blutgräfin (Dinner mit Killer)	freys Restaurant, Cham
---------------	---	------------------------

13. Nov. 2026	ScheinEilig	Schmidt-Haus-Nabburg
---------------	--------------------	----------------------

14. Nov. 2026	Nebelsturm Fest 26 mit Drudensang, Asphangor, Totenlegion, Avantaria + Anaphylaxie	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
---------------	---	-------------------------------

14. Nov. 2026	Das Geheimnis der Blutgräfin (Dinner mit Killer)	Gasthof Hotel zum Wullen, Sulzbach-Rosenberg
---------------	---	--

15. Nov. 2026	Das Geheimnis der Blutgräfin (Dinner mit Killer)	Mehrzweckhalle, Kemnath
---------------	---	-------------------------

19. Nov. 2026	BlöZinger	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach-Rosenberg
---------------	------------------	--

20. Nov. 2026	Eva Karl Faltermeier	Schwarzachtalhalle, Neunburg vorm Wald
---------------	-----------------------------	--

20. Nov. 2026	Eisi Gulp	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
---------------	------------------	-------------------------------

21. Nov. 2026	Dis M	Schafferhof, Windischeschenbach
---------------	--------------	---------------------------------

21. Nov. 2026	Maxi Pongratz	Schmidt-Haus-Nabburg
---------------	----------------------	----------------------

26. Nov. 2026	HG Butzko	Schmidt-Haus-Nabburg
---------------	------------------	----------------------

27. Nov. 2026	15 Jahre SingingWitt	Max-Reger-Halle, Weiden
---------------	-----------------------------	-------------------------

27. Nov. 2026	Achtung Baby	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
---------------	---------------------	-------------------------------

27. Nov. 2026	Stoppok	Schafferhof, Windischeschenbach
---------------	----------------	---------------------------------

28. Nov. 2026	Die Multimedia-Live-Show Rund und die Rauhächte - Sagen - Mythen - Bräuche	Stadthalle, Erbendorf
---------------	---	-----------------------

28. Nov. 2026	Alexander Huber	Krötensee-Mittelschule Sporthalle, Sulzbach-Rosenberg
---------------	------------------------	---

28. Nov. 2026	Tod im Beichtstuhl	Brauerei-Gasthof Lindner, Bad Kötzing
---------------	---------------------------	---------------------------------------

28. Nov. 2026	Lisa Wahlandt	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach-Rosenberg
---------------	----------------------	--

29. Nov. 2026	Die Multimedia-Live-Show Rund und die Rauhächte - Sagen - Mythen - Bräuche	Stadthalle, Neustadt
---------------	---	----------------------

29. Nov. 2026	Adventskonzert mit den Regensburgern Domschatzen	Stiftsbasilika, Waldsassen
---------------	---	----------------------------

29. Nov. 2026	Tod im Beichtstuhl	Brauerei-Gasthof Jacob, Bodenwöhr
---------------	---------------------------	-----------------------------------

DEZEMBER 2026

03. Dez. 2026	Die große Travestie Show	M-R-Halle Weiden
---------------	---------------------------------	------------------

04. Dez. 2026	Tod im Beichtstuhl	Gasthof Hotel "Glück Auf", Wackersdorf
---------------	---------------------------	--

05. Dez. 2026	Widersacher aller Liedermacher	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach-Rosenberg
---------------	---------------------------------------	--

05. Dez. 2026	Ines Procter Bäsdl off "Närrische Putzfrau"	Musikomm, Amberg
---------------	--	------------------

05. Dez. 2026	Philipp Weber	Schmidt-Haus-Nabburg
---------------	----------------------	----------------------

06. Dez. 2026	Banal Fatal - Best of	Schafferhof, Windischeschenbach
---------------	------------------------------	---------------------------------

06. Dez. 2026	Amberger Oratorienchor	Congress Centrum, Amberg
---------------	-------------------------------	--------------------------

06. Dez. 2026	Weihnachtskonzert	Stiftsbasilika, Waldsassen
---------------	--------------------------	----------------------------

11. Dez. 2026	The Rooster Crows	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
---------------	--------------------------	-------------------------------

11. Dez. 2026	Weihnachtskugeln Tobias Föhrenbach & Stefan Grasse	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach-Rosenberg
---------------	---	--

12. Dez. 2026	Altbayrisches Adventsingen, „Es is a b' sondere Zeit.“	Stadtpfarrkirche St. Georg, Neustadt a. d. Waldnaab
---------------	---	---

12. Dez. 2026	Susi Raith & Friends	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
---------------	---------------------------------	-------------------------------

12. Dez. 2026	Ines Procter Bäsdl off "Närrische Putzfrau"	Stadthalle, Neustadt
---------------	--	----------------------

13. Dez. 2026	Das Geheimnis der Blutgräfin (Dinner mit Killer)	Golfhotel Fahrenbach, Tröstau
---------------	---	-------------------------------

18. Dez. 2026	Tod im Beichtstuhl	Restaurant im Chaletdorf Laumer, Brennbach
---------------	---------------------------	--

22. Dez. 2026	Ludwig Thomas "Heilige Nacht" Stimmen der Berge	Kirche Mariä Himmelfahrt, Stadlern
---------------	--	------------------------------------

26. Dez. 2026	Die Paldauer <i>Rabatt-Code: VC10</i>	Max-Reger-Halle, Weiden
---------------	---	-------------------------

29. Dez. 2026	Die Nacht der 5 Tenöre mit Anna Maria Kaufmann <i>Rabatt-Code: VC10</i>	Congress Centrum, Amberg
---------------	---	--------------------------

30. Dez. 2026	Motörblöck + guests Major Overdrive	Pfarrheim, Burglengenfeld
---------------	--	---------------------------

Weitere Veranstaltungen unter www.onetz.de/ticket

JANUAR 2027

02./03. Jan. 2027	Dinner mit Singer: Crashkurs für Liebeslieder	Brauereigasthof Jacob Saal, Bodenwöhr
-------------------	--	---------------------------------------

08. Jan. 2027	The Bakery Brothers	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach-Rosenberg
---------------	----------------------------	--

23. Jan. 2027	Tod im Beichtstuhl (Dinner mit Killer)	Gasthaus zum Kneiß, Wenzenbach
---------------	---	--------------------------------

23. Jan. 2027	Mathias Kellner	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach-Rosenberg
---------------	------------------------	--

23./24. Jan. 2027	Das Experiment	Mehrzweckhalle, Kemnath
-------------------	-----------------------	-------------------------

29. Jan. 2027	Sara Brandhuber - A scheena Schmarn!	Stadthalle, Waldsassen
---------------	---	------------------------

29. Jan. 2027	The 12 Tenors <i>Rabatt-Code: VC10</i>	Max-Reger-Halle, Weiden
---------------	--	-------------------------

FEBRUAR 2027

12./13. Feb. 2027	Das Experiment	Oberpfalzhalle, Schwandorf
-------------------	-----------------------	----------------------------

MÄRZ 2027

05. Mär. 2027	Salzbrennt - Alpengrooveblues	Schafferhof, Windischeschenbach
---------------	--------------------------------------	---------------------------------

06. Mär. 2027	Martin Frank "Grüße aus Allegro Süd"	Helmut-Ott-Halle, Auerbach
---------------	---	----------------------------



18. Mär. 2027	The Music of STAR WARS - live in Concert <i>Rabatt-Code: VC10</i>	Max-Reger-Halle, Weiden
---------------	---	-------------------------

APRIL 2027

23. Apr. 2027	TOKUNBO - Die Königin der leisen Töne	Schafferhof, Windischeschenbach
---------------	--	---------------------------------

30. Apr. 2027	TINA	Max-Reger-Halle, Weiden
---------------	-------------	-------------------------

NOVEMBER 2027

13. Nov. 2027	Dance Masters! Best of Irish Dance	Max-Reger-Halle, Weiden
---------------	---	-------------------------

13. Nov. 2027	ScheinEilig neues Programm "Couch"	Schmidt-Haus, Nabburg
---------------	---	-----------------------



MIT DER VORTEILSCARD RABATTE SICHERN



10%



15%



20%

Bei den mit gekennzeichneten Veranstaltungen erhalten Sie Rabatt auf die Eintrittskarten. Vorteilscard einfach in den Vorverkaufsstellen vorlegen oder bei Online-Bestellung Code und VC-Nummer angeben.

Tickets bequem und einfach von zu Hause aus kaufen. Oder lassen Sie sich in unseren Geschäfts- und Vorverkaufsstellen beraten:
www.nt-ticket.de/vorverkaufsstellen

Der neue Tag · Weigelstraße 16 · 92637 Weiden
Telefon 0961/85-550
Montag bis Donnerstag 8 bis 16.30 Uhr · Freitag 8 bis 14 Uhr

Amberger Zeitung · Mühlgasse 2 · 92224 Amberg
Telefon 09621/306-230
Montag bis Donnerstag 8 bis 16.30 Uhr · Freitag 8 bis 14 Uhr





QR-Code scannen und
Beratung anfragen
www.jes-ueberdachungen.de



SOMMERAKTION
19% MwSt. geschenkt
+ 6 LED-Spots gratis

bis 31.08.

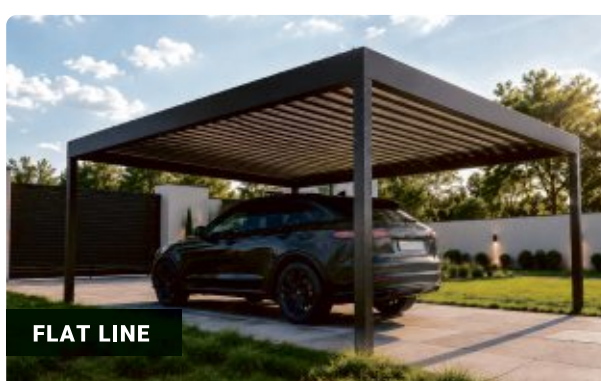


Direkt vom **Hersteller**

✓ TERRASSENDÄCHER ✓ KALTWINTERGÄRTEN ✓ BESCHATTUNGEN
✓ CARPORTS ✓ GELÄNDER ✓ FLACHDÄCHER ✓ LAMELLENDÄCHER



TERRASSENDACH SKY VIEW



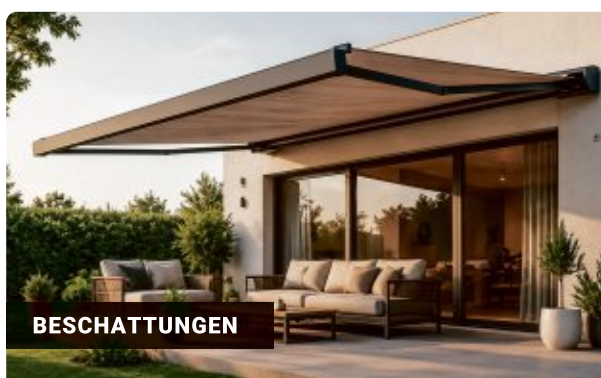
FLAT LINE



EASY RAIL GANZGLASGELÄNDER



KALTWINTERGARTEN TDS



BESCHATTUNGEN



FRONT LINE



JES ÜBERDACHUNGEN
Rosenbergerstraße 55
92237 Sulzbach-Rosenber



0172 641 28 85
0174 637 51 52
info@jes-ueberdachungen.de



ÖFFNUNGSZEITEN
Mo. – Fr. 09:00 – 18:00 Uhr
Sa. 09:00 – 14:30 Uhr

RUFEN SIE UNS AN,
WIR BERATEN SIE GERNE!

0172 641 2885 | 0174 637 5152