

sommersemester 2017

ULTIMA

UNI SPEZIAL

Kingstar proudly presents

VAINSTREAM ROCKFEST

ESTD. FACULTY OF PUNK, METAL & HARDCORE 2006

— (2017) —

1. JULI 2017

MÜNSTER, AM HAWERKAMP

BROILERS

DROPKICK MURPHYS

A DAY TO REMEMBER

187 STRASSENBANDE

ARCHITECTS - CALLEJON

U.V.M.

INFO & TICKETS:

WWW.VAINSTREAM.COM

BROILERS

Semester

starts with

ARMINIA

SUPPORTED BY

HEIMAT
KRANKENKASSE

Studi-Block in der SchücoArena

www.arminia.de/tickets

Sitzplatz für nur 15,00 Euro (regulär 26,00 Euro), erhältlich im Fan- und Ticketshop des DSC Arminia Bielefeld, in allen Vorverkaufsstellen oder online unter www.arminia.de/tickets

Der Studi-Block ist eines von vielen Angeboten von Arminia für Studierende.

Alle Infos zum Arminia Campus-Programm unter www.facebook.com/CampusProgramm

Das Arminia Campus-Programm wird unterstützt von der



STUR • HARTNÄCKIG • KÄMPFERISCH

HEIMAT
KRANKENKASSE

uni spezial 2017

ÜBERSICHT

Wege durch die Stadt: Bielefeld von A bis Z 4

SITTEN UND GEBRÄUCHE



Die 10 Gebote des Mensa-Besuchs 8

FESTIVALS

Die Vollbedienung für Gitarrenfans: Das Vainstream-Festival; Die Festivals in der Region – eine Übersicht 10

CLUBS

Die angesagten Tanzflächen der Stadt 12

FITNESS

Die Magie des Muskelkaters oder Wie ich zum Unisport kam 14



ultimo

Bielefeld Uni Spezial

erscheint zum Semesteranfang 2x im Jahr

BÜRO & VERLAG

Ultimo Verlag GmbH, Wolbecker Str. 20
48155 Münster
Postfach 8067, 48043 Münster
0251 / 899 83-0

info@ultimo-bielefeld.de // www.ultimo-bielefeld.de

www.facebook.com/ultimo.bielefeld

Geschäftsführer: Thomas Friedrich (ViSdP),

Rainer Liedmeyer

BANKVERBINDUNGEN

Commerzbank Bielefeld
IBAN DE10 4804 0035 0780 5211 00

ANZEIGEN

Rainer Liedmeyer
ultimo@muenster.de 0251-89983-25
überregionale Anzeigen:

Ultimo ist Mitglied der CityMags-Kombi Karin Meuser
karin.meuser@citymags.de www.citymags.de
Es gilt Preisliste Nr. 16

DRUCK

Druckhaus Humburg, Bremen

AUFLAGE

Verbreitete Gesamtauflage
Westfalen BI/MS:
30.000 (ivw 1/2014)

©2017 ULTIMO Verlag GmbH.



Badminton



Fitness



Schwimmen



Kraftsport
Lern-
herfür-
training



Tanzen



Volleyball



Zumba

Lesbisch-
schwuler
Sportverein
e. V.

info@warminia.de
Telefon (05 21) 6 69 69
www.warminia.de

WARMINIA

WEGE DURCH DIE STADT

BIELEFELD VON A BIS Z



Abriss: Gerade wird die halbe Innenstadt abgerissen, um alte Kaufhäuser und Einkaufspassagen durch neue Kaufhäuser und Einkaufspassagen zu ersetzen. Das wird toll!

Alm: Andere schicken ihre Rindviecher auf die Alm, in Bielefeld sind's die Fans von DSC Arminia Bielefeld, die sich im Stadion „Die Alm“ an den wechselnden Leistungen ihres Clubs erfreuen. Der zwischendurch käuflich erworbene Name „Schüco Arena“ hat sich so wenig durchgesetzt wie ein gleichbleibender Leistungsstandard der Kicker.

Arminia Bielefeld: Spielt auf der Alm Fußball und im Moment deutlich abwärts Richtung 3 Liga.

Bethel: Einer der verwinkeltesten Stadtteile von Bielefeld, wunderbar geeignet, um sich darin zu verfahren. Mitten drin die Brosa-Shops mit einer großen Auswahl an Second Hand Artikeln, von Haushaltsgeräten über Kleidung bis zum alten PC.

Bielefeld Marketing: Das Fremdenverkehrsamt soll als GmbH die Stadt gut aussehen lassen.

Boulevard: Das Vergnügungsviertel am Bahnhof. Mit Diskotheken, Großkino, Bowlingbahn, Steakhouse, Schwimmbad, Kleingewerbe.

Botanischer Garten: wunderbares Naherholungsgebiet.

Brücken: Architektonisches Alleinstellungsmerkmal Bielefelds. Hier haben noch einige Brücken zwischen Häusern überlebt, die Straßen statt Täler überspannen. Früher wucherten so innerstädtische Fabriken in der Luft zusammen, heute verbinden

neuerbaute Möbelhäuser oder das Stadttheater mit seinem Kulissenlager.

Bunker: Der berühmteste liegt unter dem Ulmenwall und ist ein kuscheliger Jazz-Club, der unbekannteste liegt unter dem Bahnhof und ist unzugänglich, der jüngst umgebaute liegt an der Neustädter Straße und ist ein Wohnhaus mit Werbeagentur geworden.

Campus TV: Studentisches Fernsehmagazin, bei dem sich alles um die Uni dreht. Anschauen kann man die zeh-



Nebenjob in Bielefeld? Werden Sie Lebensretter!

Plasmaspende –
auf keinen Fall umsonst

Der spendenden Person wird eine Aufwandsentschädigung von ca. 20,- € gewährt, die sich am unmittelbaren Aufwand der Spendenart orientiert (vgl. §10 Abs. 1 S. 2 TFG). Anmeldung mit Personalausweis, kein Termin erforderlich.

CSL Plasma GmbH | Niederwall 1-3
33602 Bielefeld | Telefon 0521 967270
www.plasma-spenden.de

CSL Plasma

WEGWEISER

bis zwanzigminütigen Sendungen im Netz unter <http://lu.uni-bielefeld.de/projekte/campustv/>. Wer Lust hat mitzumachen, kann sich als Studierende(r) jeder Fachrichtung für das Seminar „Campus TV“ anmelden.

Denkmäler gibt es wenige in der Stadt, jedenfalls statuarische. Die meisten sind Baudenkmäler. Das von Horst Wessel ist nach dem Krieg irgendwie verschwunden.

Dependorf ist kein Schimpf-name für Bielefeld, sondern ein schöner Ort nahe Bielefeld.

Eckardtsheim: Hier entstand 1886 die Psychiatrie der Anstalt Bethel. Das entsprechende Gebäude stand lange leer und wurde als Geisterhaus ein beliebter Treffpunkt für Paranormaliker, die dort immer wieder Phänomene suchten. Nun ist es weg.

Fachhochschulen: Weil die Bielefelder Uni nun ja nicht wirklich riesig ist (auch wenn sie grad mal wieder umgebaut wird, um den Anforderungen standzuhalten), fragen sich viele: Wo kommen all die vielen Studenten her? Nun, es gibt ja auch noch die staatlichen Fachhochschulen, die Fachrichtungen wie Wirtschaft, Gesundheit, Sozialwesen, Gestaltung, Ingenieurwissenschaften und Mathematik anbieten, und im Zuge des Uni-Umbaus endlich zentral zu erreichen sind. Außerdem gibt's noch die privaten FHs, in Bielefeld mit der Fachhochschule des Mittelstandes und der Fachhochschule des Westens vertreten. Und eine FH für öffentliche Verwaltung, eine für Diakonie, und eine halbe Kirchliche Hochschule in Bethel. Deren andere Hälfte steht in Wuppertal. Wo es statistisch noch mehr regnet als hier.

Filmhaus: Zentrale der lokalen Bewegtbildmacher an der August Bebel Straße. Betreibt zwei Kinos.

Grünflächen: Oetkerpark, Obersee, Wasserspiel am Kesselbrink, Nordpark, Teutoburger Wald – überall viel Raum zum Luft holen. Die teilweise umgesetzte Idee, alle wanderbaren Grünflächen mit einem „Grünen Band“ fußläufig oder sonstwie unmotori-

siert zu verbinden, beißt sich mit dem stadtquerenden Autobahnprojekt.

Hertz 87,9: Campusradio für Bielefeld, bekannt für unkonventionelle Musikauswahl. Dazu gibt's Nachrichten für Studenten und Überlebenswichtiges wie die aktuellen Menüpläne der Mensa.

shara: Der Ort zum Schwimmen, wenn gerade kein Sommer ist. Was vor dem Klimawandel in Bielefeld eigentlich immer der Fall war, vor allem im Sommer. Andererseits ist Bielefeld im Bundesvergleich geradezu üppig mit öffentlichen Badegelegenheiten ausgestattet, trotz aller Hallenbäderschließungen.

Jahnplatz: Bisher von Umbauarbeiten verschonter Platz, an dem sich die Stadtbahnen unter Tage treffen und oben Busse in alle möglichen Richtungen abfahren. Die unterirdische Passage zwischen U-Bahnhof und Verkehrsfläche war mal ein Wühltisch und eignet sich inzwischen eigentlich nur noch dazu, die Ampelführung zu umgehen.

Kaselowsky: Gibt's nicht mehr. Der Stiefvater Rudolf August Oetkers und Freund Heinrich Himmlers verschwand 1998 aus dem Namen der Bielefelder Kunsthalle und soll bald sogar von der Widmungstafel der Oetker-Stiftung entfernt werden. Die 2001 nach ihm benannte Straße wird auch wieder Hochstraße.

Kesselbrink: Aus dem schmutzigen Parkplatz ist ein heller, nett bepflanzter und mit Wasserspiel und Skateranlage versehener Ort zum Verweilen

Fundus
second hand
gesucht & gefunden

- neues Altes
- kurioses
- Fahrradhandel 

Entrümpelungs-Profi

- An- und Verkauf
- Kommissionshandel
- Haushaltsauflösungen

Geöffnet: Mo-SA mittags -> abends
Ravensberger Straße 55
33602 Bielefeld · Fon 0170-2962115

AUFSTIEGSSTIPENDIUM
Studieren mit Berufserfahrung



Klar bringt mich ein Studium vorwärts!

- für Fachkräfte mit Berufsausbildung
- Studienförderung auch berufsbegleitend
- jetzt online bewerben



www.aufstiegsstipendium.de



BRÄUSESYNDIKAT
Trend- & Szenegetränke
im Bielefelder Westen

Mo - Di 11.00 - 19.00 h * Mi - Fr 11.00-20.00h
Sa 10.00-18.00h

Ellerstraße 36 (Ecke Stapenhorststraße)
☎ 0521-94937774
✉ info@brause-syndikat.de

www.brause-syndikat.de
www.facebook.com/BrauseSyndikat

WEGWEISER

geworden. die Stadt überöegt gerade, die im Moment gesperrten unterirdischen Toiletten wieder in Betrieb zu nehmen, die noch aus der Zeit stammen, als das mal eine große tiefgarage war.

Klötzchenarchitektur: Wer sich das Besucherzentrum an der Sparrenburg, das Servicecenter am Johannesberg oder das Café am Kesselbrink anschaut, kann eine gewisse Vorliebe des Bielefelder Baudezernenten für viereckige Lösungen nicht übersehen.

Lutter: Nur echt ohne „h“: der Lmmh-Fluss, der der Stadt dunemals den Beinamen „Westfälisches Venedig“ einbrachte. Seit Jahren prokelt ein Verein daran herum, den früh verrohrten Bach wieder freizulegen. Am besten gelungen bisher ist das im „Park der Menschenrechte“ am Waldhof.

Multikulti: Wird hier nicht als Schimpfwort verwendet, im Gegenteil: Bielefeld ist vom intoleranten Kleinalternativen bis zum schwulen Bürgermeister stolz darauf, „multikulti“ zu sein, weshalb die Bielefelder „Pegida“-Ableger sich regelmäßig lächerlich machen mit ihren Mini-Demos zur „Rettung des Abendlandes“.

Nachtbus: In den Nächten von Freitag auf Samstag und von Samstag auf Sonntag sowie vor Feiertagen sind 15 NachtBus-Linien unterwegs, für alle, die nur ein Fahrrad haben oder ihren Führerschein behalten wollen.

Nazis: Waren bis 1945 traditionell eher im lippischen Raum erfolgreich. In den 70ern gab es einige Dependancen in Bielefeld, die aber inzwischen das Feld räumen mussten und sich ins Umland verzogen. Bielefeld ist kein gutes Pflaster für Nazis.

Obersee: Wasser mit Weg drum rum. Die Idee, den See zu vergrößern oder ihm einen Untersee zuzuschlagen und somit ein großes Naherholungsgebiet zu schaffen, scheitert an untereinander beeindruckend zerstrittenen jeweiligen „Woll'n wa nich!“-Initiativen.

Oetker: Der Pate der Stadt. Spendet mal eine Kunsthalle, mal eine Partei und wurde jüngst



zum reichsten OWler erkoren. Dabei kam dann auch zur Sprache, dass man sein Geld nicht nur mit Pudding verdient sondern auch an Rüstungsunternehmen beteiligt ist.

Ostwestfalendamm (auch „Stadtautobahn“, „OWD“ oder einfach „Ossi“ genannt): Durchquert die Stadt in Nord/Süd-Richtung. Und unterquert ein Stück. Davor steht die beliebteste Blitzanlage Ostwestfalens. Seit kurzem gibt es wieder Pläne, einen zweiten Ossi von hinterm Tunnel quer durch die Stadt an der Bahnlinie entlang bis zur A2 zu bauen.

Pleite: Bielefeld hat Schulden. Und seit Jahren keine Idee, wie man sie loswerden könnte. Während des Denkprozesses werden dabei sicherheitshalber erstmal die Steuern erhöht und die Kulturzuschüsse gestrichen.

Plumpe: Bielefelds unter anderem Namen berühmter geworden Sohn Friedrich Wilhelm Murnau. In der Bahnhofstraße 6 geboren verließ er noch

auf Kindesbeinen die Stadt und wurde ein ganz großer Stummfilmregisseur. Heute ist er als „Plumpe“ Taufpate des Nachwuchsfilmpreises des örtlichen Filmhauses, und als „Murnau“ das Etikett für ein Stummfilm & Musik-Filmfestival

Quelle: Ein Stadtteil im Süden der Stadt, ein schöner.

Radio Bielefeld: Früher mal in Teilen ein Bürgerradio, heute vollständig in der Hand der Tageszeitung „Neue Westfälische“ (genau das sollte zu Beginn der Marktliberalisierung verhindert werden...). Der neue Chef von „Bielefeld Marketing“ war lange Chefredakteur von Radio Bielefeld ... das sind die Seilschaften der kurzen Wege.

Sparrenburg: Stadtwahrzeichen auf dem Berg. Das Beste dort sind der Stadtrundblick und die schicke Promenade. Das Schlimmste ist das neue Info-Center davor.

Stadt am Draht Schon zwei Dutzend Stromtankstellen von

einer Handvoll Betreibern bieten Ladeplätze für die Elektromobilität. Ob man da auch sein E-Bike aufpumpen kann?

Theater: Stadttheater (mit dem Theater am Alten Markt (TAM), Theaterlabor, Alarmtheater ... Bielefeld hat eine lebhaft Theater-szene.

Teutoburger Wald: Auch „Teuto“ genannt, liegt zwischen Osnabrück und Bielefeld, sorgt für gute Luft und für Touristen. Irgendwo tief drinnen liefern angeblich mal Römer auf Grund.

Uni: Städtisches Lernzentrum und teuerstes Bauprojekt der Stadt.

Viadukt: Die heutige Eisenbahnstrecke Köln - Berlin führt über ein bemerkenswertes Brückenbauwerk, den Viadukt am Obersee in Schildesche. Mit der Anbindung Bielefelds an die Köln-Mindener Eisenbahn wurde er 1847 errichtet. Gegen Ende des 2. Weltkriegs fiel die Hälfte der hübschen Bogenbrücke um. Seitdem sieht sie etwas geflickt aus.

Wasser: Unter den regenreichsten Städten Deutschlands belegt Bielefeld Jahr für Jahr einen der ersten 10 Plätze. Auf der Liste der sonnenreichsten kommt es gar nicht vor. Geologisch gehört es allerdings eher zu den Trockengebieten.

Wäschefabrik: Verwundenes Museum an der Viktoriastraße. Hier blieb die Arbeitswelt einer Negligee-Näherei aus dem letzten Jahrhundert fast original erhalten.

Weihnachtsmarkt: Nicht nur platzt ab 21. November die Innenstadt aus allen Stiefeln, nein auch in London steht eine Dependanz. Das hier ansässige *Haus vom Nikolaus* wird winters auf sechs Sattelschleppern nach London transportiert und siedelt dort als „House of St. Nicholas“ im Winter Wonderland.

Xenophobie: Das steht hier, weil wir was mit X brauchten. In diesem Fall den berühmten Satz mit X. Bielefeld mag Mängel haben, xenophob ist man hier nicht.

Ihre Gesundheit steht unter einem guten Stern.

Jetzt zur Knappschaft wechseln und
von vielen Zusatzleistungen profitieren.

knappschaft.de | 08000 200501 (kostenfrei)



Scannen
und mehr
erfahren



KNAPPSCHAFT
DIE KRANKENKASSE

Hinterlasse Lebensspuren
Freiwilliges Soziales Jahr/
Bundesfreiwilligendienst

Evangelisches
Johanneswerk 

lebenpur

Bewirb dich jetzt in unseren Altenpflege-Einrichtungen
für einen Start ab 01.07.2017 oder später!

Bielefeld · Gütersloh · Halle · Steinhagen:
Tel. 0521 801-30 01
lisa.gellrich@johanneswerk.de

Herford: Tel. 05221 297 98 - 68
denise.duening@johanneswerk.de

Lippe: Tel. 05261 93 04 62
sandra.knop@johanneswerk.de

johanneswerk-jahr.de



SITTEN & GEBRÄUCHE



MAHLZEIT!

DIE 10 GEBOTE FÜR DEN MENSABESUCH

Als Adolph Freiherr von Knigge „Über den Umgang mit Menschen“ 1788 schrieb, kannte er sicher noch keine Mensa. Sonst hätte er seinen Ratgeber vermutlich um ein paar Seiten erweitert. Wer glaubt, dass Studierende keinen Knigge brauchen, der ist noch nie mit einem randvollen Teller Erbseneintopf umgerannt worden. Befolgst du diese grundsätzlichen Regeln, machst du dir (und anderen) das Leben leichter:

1. Niemand sollte den Gang in die Mensa scheuen, denn hier findet das soziale Leben statt: Gemeinsam mit Kommilitonen werden Verschwörungstheorien geschmiedet („Warum gibt es eigentlich so häufig das Alaska-See-lachs-Filet?“), Einladungen zu Partys ausgesprochen oder Insider-Tipps über Klausuren gehandelt. Was dem Römer sein

Marktplatz war, ist dem Studierenden seine Mensa.

2. Bleibe nicht vor der Anzeigetafel am Eingang stehen, um zu schauen, was angeboten wird. Nicht umsonst vertrocknen im Glaskasten am Anfang des X-Gebäudes die Tagesgerichte – sie sind nur da, um dich darüber zu informieren, was heute gezaubert wurde.

3. Jeder hat diesen einen Freund, der vor der Mensa noch seine Karte checken, Geld vom Automaten holen und aufladen muss. Alle warten nur auf ihn. Sei nicht wie dieser Freund! Hol dein Geld direkt im Hauptgebäude ab und lade es dort auf die Karte, oder an den Bargeldkassen direkt in der Mensa – die Anstehzeiten sind insgesamt wesentlich geringer. Tipp: Wer ein NFC-fähiges Smartphone mit Android-Betriebssystem hat,

WWW.GRUENE-BIELEFELD.DE

**UMWELT IM KOPF
FREIHEIT IM HERZEN
GERECHTIGKEIT IM SINN**

BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN
Kreisverband Bielefeld
Kavalleriestraße 26
33602 Bielefeld
Telefon: 0521 / 17 97 67
Mail: info@gruene-bielefeld.de



kann das Guthaben seiner Karte über die App „Mensa-Guthaben“ abfragen.

4. Dank der engen Wege in der Essensausgabe, gibt es nur eine Laufrichtung, die funktioniert: gegen den Uhrzeigersinn. Ändere niemals, unter gar keinen Umständen, diese Laufrichtung! Schon gar nicht spontan, um nach deinen Kommilitonen zu schauen. Ab der Tablettausgabe ist jeder auf sich gestellt. Ihr werdet euch hinter den Kassen schon wiederfinden.

5. Versuch erst gar nicht Essen aus der teuren Beilagentheke unter den billigen Menüs zu verstecken. Die Kassiererinnen merken es immer. Der Legende nach soll es mal einer geschafft haben, in dem er Chicken Nuggets im Grießbrei versteckt hat.

6. Wenn du dich an die Kasse anstellst, aber noch Geschirr auf dein Tablett räumen willst, stell dich möglichst nach hinten, um andere vorzulassen! Niemand will dir zuzusehen, wie du Messer und Gabel aus dem Besteckkasten friemelst.

7. In keinem Universum ist es okay „Guten“ als Kurzform von „Guten Appetit“ zu sagen. Du bist auf der Uni und nicht auf der Kursfahrt

der 12. Klasse. Benutze ganze Sätze oder wenigstens ganze Wortfolgen.

8. Wenn dir drei Tische weiter jemand bekannt vorkommt – die Erkenntnis darüber nicht brüllend im Saal verbreiten („Hey, du...!“). Es will niemand wissen und wir essen jetzt gerade, wenn’s recht ist!

9. Beachte die Ordnung bei der Geschirrrückgabe! Nicht umsonst gibt es Pfeile dort. Für Anstehenden ist es trotzdem sehr unterhaltsam zu sehen, wie Studierende an der Rückgabe versuchen sich auszuweichen oder gegeneinander laufen.

10. Niemals die Mensaloben! Egal wie gut das Essen sein mag, wie freundlich die Angestellten sind, wie preiswert das Menü erscheint: Es gehört zu den ewigen Studentenlegenden, dass die Uni-Mensa zu den schwersten Belastungsproben während des Studiums zählte. *Lena Kley*

GREENSTA.de
ÖKO WEBHOSTING

klimatefreundlich
günstig fair

Atomstromfreier Webserver
garantiert mit 100% Öko-Strom
kostenloser E-Mail-Support
14 Tage Rückgaberecht

ab 1,49 € / Monat

ATOMKRAFT
ATOMKRAFT
ATOMKRAFT
WEIN DANKE

Comic und Musik Archiv
Fachbuchhandlung für Comics und Mangas

Fantasy, Science Fiction, Abenteuer,
Crime, Erotik, Heroes
US-Originalausgaben – Bestellservice

Herforder Straße 210 · 33609 Bielefeld
Telefon: 0521/ 32 04 13
email: horstkempenico@versanet.de

Mo. bis Fr. 10.00 – 12.30 Uhr und
14.00 – 18.30 Uhr
Sa. 10.00 – 14.00 Uhr

Parkmöglichkeit im Hof!

Die Schriftsetzungen von WPM
© M. Productions
edition: 11/03
© Spitta Verlag
Bielefeld 2008

DEUTSCHE ANGESTELLTEN-AKADEMIE

wissen wandeln wachsen
Berufe auf gesunder Grundlage

Ausbildung Logopädie
Logopädin/Logopäde

Start: 11. September 2017

plus Fernstudium „Health Care Studies“ • ausbildungsbegleitend

Rufen Sie uns für eine unverbindliche Beratung an oder vereinbaren Sie einen Termin für einen Schnuppertag in unserer Schule.

Staatlich anerkannte Schule für Logopädie
DAA Gesundheit und Soziales
Prinzenstraße 14 • 33602 Bielefeld
Telefon 0521 399202-20
Fax 0521 399202-49
E-Mail logopaedie.bielefeld@daa.de

DAA
Gesundheit und Soziales

www.logopaedieschule-bielefeld.de



Hymnischer Celtic-Punk aus Boston: Dropkick Murphys

VOLL AUF DIE ZWÖLF!

VOLLBEDIENUNG FÜR DIE GITARRENFRAKTION: »VAINSTREAM ROCKFEST«

Die westfälische Open Air-Erfolgsgeschichte geht weiter: Nachdem bereits im Frühjahr 20 Acts des Konzertmarathons

bestätigt waren, schließen sich nun die letzten Bandlücken im Tagesprogramm. Mit der Verpflichtung von *Brett*, *Brutality Will Prevail*,

Dave Hause, *Higher Power*, *Swain*, *The Dirty Nil* und *Vitja* wird das *Vainstream* wieder seinem guten Ruf gerecht, die Genres Metal, Punk & Hardcore in einer gemeinsamen Schnittmenge adäquat abzubilden. Seit der von 7.000 Besuchern frequentierten Premiere im Jahr 2006, konnte sich das Event auf rund 13.000 Zuschauer steigern. Drei beispielbare Außen- sowie die Hallenbühne der bequem zu erreichenden Sputnikhalle machen das *Vainstream Rockfest* zum Festival der kurzen Wege.

Gleich zwei der headlinierenden Bands haben Anfang des Jahres neue Alben veröffentlicht und sind damit erfolgreich durch die größeren Hallen der Republik getourt: Mit „11 Short Stories Of Pain & Glory“ meldeten sich die Bostoner Punkfolks *Dropkick Murphys* zurück und fanden zahlreiche neue Fans für ihr traditionsbewußtes, zum Trinken und Feiern animierendes Liedgut. Den *Broilers* aus Düsseldorf ist mit im März veröffentlichten Album „(Sic)!“ ebenfalls ein Coup gelungen: Neben seinem Durchmarsch an die Spitze der deutschen Albumcharts erschien das vor Spielfreude strotzende Werk erstmals auf bandeigenem Label. Damit ist das Rudeboy-Quintett den entscheidenden Schritt in die Unabhängigkeit gegangen. Im Punkte Selbstbewußtsein hat diese Karriereautonomie offensichtlich

neue kreative Energien freigesetzt: Die zwei Shows im Frühjahr in der restlos ausverkauften Halle Münsterland gerieten zum regelrechten Triumphzug!

Zugkräftige Namen wie *A Day To Remember*, *Callejon*, *Architects*, *Comeback Kid* oder *The Black Dahlia Murder* lesen sich gut im Mittel-

Hey Rocker, mal herhören:

Das **Vainstream Rockfest** verlost ein **einwöchiges Orga-Praktikum** während des Festivals! Und das ist noch nicht alles: Wenn ihr euch nicht dumm anstellt, gibt's hinterher noch ein Stipendium für die Weiterbildung zum Eventmanager zu gewinnen! Betreut werdet ihr von unserem früheren Ultimo-Autor Tom Naber. Und jetzt fix bitte: Bewerbt euch bis zum **21. Mai** auf www.ist.de/vainstream-stipendium!

bau der Bandbestätigungen. Mit der Hip Hop-Kombo *187 Strassenbande* oder dem Polit- und Spaßpunk von *Feine Sahne Fischfilet* wird nicht jeder gitarrenorientierte Besucher etwas anfangen können – dem Festivalkonzept, auch mal über den stilistischen Tellerrand zu gucken, werden die *Vainstream*-Veranstalter damit aber allemal gerecht.

Frank Möller

Hawerkamp Münster, 1.7.17, Beginn 10 Uhr, www.vainstream-rockfest.de

BDO FESTIVAL 9.0

LIEDEFETT
EMIL BULLS
DONOTS
THE INTERSPHERE
ALLIGATOAH
THE AMITY AFFLICTION
BILLY TALENT
KYLE GASS BAND
BOSSE
HEISSKALT
MONSTERS OF LIEDERMACHING
TURBOBIER
JORIS
TIM VANTOL
BRKN

TICKET unter:
www.jzi.de

4. + 5.8. 2017 **ANRÖCHTE (NRW)**

Warsfeiner

FESTIVALS

JuWi-Fest

18.5. Münster, *Am Juridicum* (www.juwifest.de)
Milliarden, Alex Clare, Gamper & Dadoni, Razz, Saint WKND,
Sean Koch Trio, Sofi Tukker und Beatfrog

Grosch Blues Festival

3. & 4.6. Schöppingen, *Vechtebad* (www.kulturring-schoeppingen.de)
Ruthie Foster, Doyle Bramhall II, Chubby Buddy, My Baby, Indigenous,
Grace Love, Walter Wolfman Washington, Eric Gales Band u.a.

The Electric Fabric

4.6. Bielefeld, *Ravensberger Park* (www.electric-fabric.de)
Boys Noize, Claptone, Eskei 83, DJ Rafik, Blade & Beard (Raving Iran),
Chopstick & Johnjon, Junge Junge, Joyce Muniz, Jad Taleb u.a.

Campus-Fest der FH (Eintritt frei)

7.6. Steinfurt, *FH-Campus* (www.fh-muenster.de/campusfest-steinfurt)
Milliarden, RockIngs, Urban Turbans, Campus Challenge, Vorträge u.a.

Hammer Summer (Eintritt frei)

16.6. Hamm, *An der Pauluskirche* (www.hammer-summer.info)
Lena, Staubkind, Kelvin Jones, NORDN u.a.

Whatever Happens Festival

16. & 17.6. Holte-Stukenbrock, *Hof Brechmann* (www.wh-festival.de)
Matze Rossi, Deniz Jaspersen, North Alone & Band, Matthias Lüke u.a.

Traumzeit Festival

16.6.-18.6. Duisburg, *Landschaftspark Nord* (www.traumzeit-festival.de)
Gurr, Jesper Munk, Giant Rooks, Kilians, Von Wegen Lisbeth, The Slow
Show, Tina Dico, Bukahara, Milky Chance, Amanda Palmer, Kilians u.a.

Docklands Festival

17.6. Münster, *Am Hawerkamp* (www.docklands-festival.de)
Fritz Kalkbrenner, Stephan Bodzin, Claptone, Alle Farben, Moonbootica,
Dominik Eulberg, Aka Aka, Sascha Braemer, Oliver Koletzki, Andhim u.a.

Campus Festival Bielefeld

22.6. Bielefeld, *Campusgelände* (www.campusfestival-bielefeld.de)
Casper, Joris, Itchy, Leoniden, Adam Angst, Audio88 & Yassin, Lotte, Tube
& Berger, Ninetoos, Krawehl, Manual Kant, Meiwes & Stiftberg, Lytics u.a.

Das Schloss Rockt (Eintritt frei)

30.6. Münster, *Vor dem Schloss*
Ani Lo Projekt, Voodoma Soulbound und Aeverium

Summerjam Festival

30.6.-2.7. Köln, *Fühlinger See* (www.summerjam.de)
Damian 'Jr. Gong' Marley, Patrice, Sido, G-Eazy, Protoje, Dub Fx, Toots &
the Maytals, Alpha Blondy, OK KID, Danakil, Bilderbuch, Joy Denalane u.a.

Vainstream Rockfest

1.7. Münster, *Am Hawerkamp* (www.vainstream.com)
Broilers, Dropkick Murphys, A Day To Remember, Architects, Of Mice &
Men, Callejon, Against Me!, 187 Strassenbande, Feine Sahne Fischfilet u.a.

Owls-n-Bats Festival

1.7. Detmold, *Waldbühne am Hermannsdenkmal* (www.owls-n-bats.net)
Esbén & the Witch, Die Kammer, Architect, Date at Midnight, Sylvaine u.a.

RockAir Festival

1.7. Paderborn, *Schloss- & Auenpark* (www.rockair-festival.de)
Schandmaul, Eisbrecher, Slime, Harpyie, Fright, Snow White Blood u.a.

Talge Open Air

7. & 8.7. Talge, *Sportplatz* (www.talge-open-air.de)
Itchy Poopzkid, Schrottgrenze, Lygo, Hi! Spencer, Val Sinestra, Kenso u.a.

Tank mit Frank

21. & 22.7. Münster-Sprakel, *Wiethölter Damm* (www.tank-mit-frank.de)
Exilia, Empty Veins, ApRon, Universe, Sabiendas, Mambo Kurt u.a.

Juicy Beats Festival

28. & 29.7. Dortmund, *Westfalenpark* (www.juicybeats.net)
Cro, Trailerpark, Fünf Sterne Deluxe, Bilderbuch, SDP, Bonez MC & RAF
Camora, Alle Farben, Mighty Oaks, SSIO, Frittenbude, OK Kid, Megaloh u.a.

Parklichter

4.8. Bad Oeynhausen, *Kurpark* (www.badoeynhausen.de)
Philipp Poisel, Henning Wehland, MINE, Dellé, Alice Merton, Vona, Lotte,
Marcel Brell, Neufundland, Tristan Brusch, Lasse Matthiessen und Phela

Krach am Bach

4. & 5.8. Beelen, *Gelände Fliesenstudio Hartmann* (www.krachambach.de)
Motorpsycho, Causa Sui, Elder, Death Alley, Dyse, Brutus, Shaman Ele-
phant, King Buffalo, Wight, Soap Bubble Orchestra, Mother Engine u.a.

Big Day Out

4. & 5.8. Anröchte, *Festivalgelände* (www.jzi.de)
Billy Talent, Alligatoah, Bosse, Donots, Amity Affliction, Kyle Gass Band, Jo-
ris, Emil Bulls, Monsters of Liedermaking, Heisskalt, Liedfett u.a.

Open Flair

9.8.-13.8. Eschwege, *Festivalgelände* (www.open-flair.de)
Billy Talent, Rise Against, Biffy Clyro, Broilers, Alligatoah, Heaven Shall
Burn, In Extremo, SDP, Madsen, Pennywise, Antilopen Gang, Anti-Flag u.a.

Loud! Fest

26.8. Münster, *Am Hawerkamp* (www.kingstar-music.com)
Deichkind, Madsen, RAF Camora & Bonez MC u.a.

1LIVE CONTOUR

32ND FESTIVAL
**THE EVERLASTING
SUMMERJAM**

DAMIAN JR. GONG MARLEY * PATRICE * NAS
SIDO * PROTOJE & THE INDIGNATION * G-EAZY
POPCAN * ALPHA BLONDY * BILDERBUCH
DUB FX * TOOTS & THE MAYTALS * JOY DENALANE
DANAKIL * KABAKA PYRAMID & THE REBEL ROCKERS * SKATALITES
YANISS ODUU & ARTIKAL BAND * IRIE RÉVOLTÉS * XAVIER RUDD
DUBIOZA KOLEKTIV * TEESY * OK KID * NATTALI RIZE
META & THE CORNERSTONES * UMSE * SYSTEMA SOLAR
CALI P * JAH9 & DUB TREATMENT * VOLODIA * DRUNKEN MASTERS
BUKAHARA * RUNKUS & GLOSKAL BAND * FAADA FREDDY
JEREMY LOOPS * JAMARAM * JAHCOUSTIX
SENTINEL * POW POW MOVEMENT
JUGGLERZ

TWO OPEN AIR STAGES * BAZAR
DANCEHALL ARENA * CHILL OUT ZONE

30. JUNI - 2. JULI 2017
KÖLN * FÜHLINGER SEE
INFO: SUMMERJAM.DE

Festivalinfos: summerjam.de
Tickets an allen bekannten VK-Stellen
Örtliche Durchführung: Fühlinger See Veranstaltungs GmbH

Stadt Köln Köln:Ticket
0221-2801
koelnticket.de

**OF OPEN
FLAIR ESCHWEGE**
09. - 13. 08. 17

BILLY TALENT RISE AGAINST BIFFY CLYRO BROILERS
ALLIGATOAH HEAVEN SHALL BURN IN EXTREMO SDP
MADSEN PENNYWISE SSIO DANKO JONES BLUES PILLS
THE AMITY AFFLICTION ANTI-FLAG JORIS ANTILOPEN GANG
JULY TALK SKINNY LISTER KYLE GASS BAND WATSKY
HEISSKALT SHANTEL & BUCOVINA CLUB ORKESTAR MAECKES
MOOSE BLOOD VON WEGEN LISBETH DJANGO 3000
COUNTERFEIT SHAWN JAMES AND THE SHAPESHIFTERS
ITCHY ADAM ANGST THE BABOON SHOW BUKAHARA
EGOTRONIC VERSENGOLD MARATHONMANN B-TIGHT
THE INTERSPHERE LIEDFETT ABSTÜRZENDE BRIEFTAUBEN
THE HIRSCH EFFEKT TIM VANTOL THE PROSECUTION RAZZ
GIANT ROOKS BRKN SMILE AND BURN VAN HOLZEN
RAKEDE JAMES KAKANDE WATCH OUT STAMPEDE
DER FALL BOSE BRETT WEITERE ACTS IN VORBEREITUNG

... UND KLEINKUNST & WALKACTS

VISIONS laut.de hr3 BECK'S youfm

WWW.OPEN-FLAIR.DE • Ticket-Hotline 05651-96163

Zweischlingen
 Essen • Kneipe • Biergarten • Kultur • Musik • Friseur • Tennis

DISCO-PROGRAMM

MO Salsa-Kurse, anschl. ab 21 Uhr Salsa...

FR Der Freitag
 ab 20.30 Uhr Standard-Latin
 ab 22.30 Uhr Charts, Oldies

SO Kids Rock mit DJ Esha
 ab 16 Uhr - jeden 1. Sonntag im Monat

Veranstaltungen
 immer Samstags



Comedy & Kabarett

Täglich ab 17 Uhr geöffnet



Mittwochs Comedy

Nightwash Live!
 Mittwoch, 17.5.17
 Mittwoch, 21.6.17
 Einlass ab 19.30 h

night wash

www.zweischlingen-gastro.de

Täglich ab 17.00 Uhr
 Warme Küche ab 17.30 Uhr

Sa. ab 15.00 Uhr geöffnet

So. ab 10.00 Uhr Frühstück
 mit Kinderbetreuung

Zweischlingen
 Essen • Kneipe • Biergarten • Kultur • Musik • Friseur • Tennis

Airport Club

Der Airport Club in Gütersloh – hier findet jetzt die bekannte Crossnight statt – Crossnight Goes Airport Club. Außerdem gibt's viele Veranstaltungen aus dem Bereich Techno und Electro.

AJZ

Das selbstverwaltete Arbeiterjugendzentrum ist einerseits ein Punk-Museum mit kämpferischen Wurzeln und fängt sich andererseits Facebook-Haue ein, weil zu den ca. monatlichen Partys manchmal auch Betuchte kommen. Aber so geht das eben, wenn unabhängige Party-Gruppen ihre Events zwischen Electro und Holzbeinschwingen anlegen.

Bunker Ulmenwall

Der bekannte Treffpunkt für Musik-, Literatur- und Kunstfreunde. Neben Konzerten und Kulturveranstaltungen (Lesungen oder Poetry Slams, Ausstellungen) bietet der Bunker Raum für „Kontakt auf Augenhöhe“ – auch Folge der niedrigen Deckenhöhe. Wer nie ein Konzert in der kuscheligen Kleinraumatmosphäre des Bunkers erlebt hat, ist in Bielefeld nicht richtig angekommen.

Café Europa

Das Café Europa ist nicht nur am Wochenende, sondern auch Mitte der Woche (Mittwoch!) die Adresse für alle Menschen, die sich mit House und R'n'b anfreunden können und sich für die Partee gerne stylisch aufbrezeln. Durch die absolut innenstadtmäßige Lage ist immer furchtbar viel auch vor der Tür los.

Auch für alle anderen, die sich lieber draußen aufhalten, gut zu erkennen: Der Schriftzug über dem Eingang der Discothek, der tatsächlich noch aus den 1930er-Jahren stammt.

Bierbörse / Pasha

Schlager oder Charts? Charts oder Schlager? – Beides?! „Internationale Bierbörse“ und „Pasha“ trennen nur eine Tür voneinander. Hier kann man zwischen den Lokaltäten wechseln, und das ist erlaubt und erwünscht. Die „Bierbörse“ bietet Flüssiges zum fluktuierenden Preis, der von Angebot



TANZFIEBER

NEUES UND ALTBEKANNTES AUS DER CLUBLANDSCHAFT

und Nachfrage bestimmt wird. Also immer schön zur Anzeigetafel schauen und zur richtigen Zeit am richtigen Ort sein. Wer dann ein Bier zum Tiefpreis erworben hat, wird sich darüber besonders freuen, wenn der Kollege am Nachbartisch einfach mal das Doppelte zahlen musste. Schwarzlicht gibt's dann im „Pasha“, weiße Kleidung ist hier von Vorteil. Zumindest dann, wenn man sich nicht schüchtern in der Ecke aufhalten möchte.

Desperado

Im Desperado werden nicht nur Arminia-Siege gefeiert: Jeder Abend hat sein eigenes Motto.

„Soulkitchen“, „Aces High“, der Mittwoch freut sich auf individuelle Musik, die die Gäste selbst mitbringen, donnerstags heißt es „Let the weekend come“ und am Wochenende oder vor Feiertagen gibt es immer mal wieder Live-Musik, dafür einfach mal auf die aktuellen Flyer schauen. Und wer sich von der ganzen Feierei erholen möchte, kann am Sonntag gleich weiter zum „Sunday Spa“ gehen.

Elephant Club

Abgehoben in der zweiten Etage residiert der vermutlich einzige

CLUBS

Club mit einem Balkon am Boulevard. Ach, wir sollten wohl „Terrasse“ sagen, denn hier drückt man sich gehoben aus und zieht sich gehoben an zu eher housiger Musik. Bis Mitternacht ist der Eintritt frei, dafür kommt der Champagner etwas preisiger.

Falkendom

Das Jugendzentrum „Die Falken“ existiert seit den 1980er Jahren und ist ein guter Ort für heftige Musik. Nach längerer Umbaupause wollte sich der „Dom“ auch als Stadtteilzentrum präsentieren – lärmempfindliche Nachbarn haben den Betrieb erstmal stillgelegt.

Far Out

Im Zentrum der Altstadt, zwischen Rathaus und Kiepenkerl, befindet sich das Far Out. Früher mal ein Tanztempel der Bhagwan-Bewegung, dann unter wechselnden Besitzern bis zur Miet-Disko für Fremdveranstalter heruntergerkommen. Jetzt aber ist es wieder da. Ein ehemaliger DJ schmeißt den Laden, ein im Internet zu Ruhm gekommener DJ (Akim B.) schmeißt den Samstag. Vermietet wird aber immer noch.

Farinda

Der einzige Club der Stadt, der einige seiner Partys nur auf griechisch ankündigt. Multikulti ist Programm, Black & Balkan ist die Musik der Wahl.

Forum

Direkt neben dem Ostwestfalendamm und auf der „anderen“ Seite des Boulevards liegt das Forum. Ganz verschiedene Partyreihen

freuen sich hier auf ganz unterschiedliches Publikum: Beispielsweise die 80er-Jahre-Hair-Metal-Party (das Verkleiden ist hier erwünscht, Kopftuch und Leggings dürfen mitfeiern), die Electronic Lounge, die Himmel und Erde-Party sowie die R!-Party wollen betanzt werden. Diverse Konzerte gibt's auch.

Hechelei

Im umgebauten Industriedenkmal im Ravensberger Park gibt es eher selten Tanzvergnügungen. Aber sechs mal im Jahr Ostwestfalens größte schwul-lesbische Party, zweimal im Jahr einen PC 69-Genedenkappeldienst, und dann und wann besondere Motto-Partys.

Movie

Garantiert House- und Technofrei! Das ist das Motto in dem alten Kinosaal am Hauptbahnhof, der inzwischen als Party- und Eventlocation zu den Traditionshäusern der Stadt gehört. Nach aufwändigem Umbau gehört dazu ein Rock Café sowie ein star erweitertes Programm.

Nr.z.P.

Das kryptische Kürzel heißt ausgesprochen „Nummer zu Platz“ und bezieht sich auf die Vergangenheit als Kfz-Zulassungsstelle. Heute betreibt hier eine Subkulturinitiative ihr Kulturzentrum mit Lesungen, Konzerten und regelmäßigem Elektrobeat.

Ostbahnhof

Der alte Bahnhof (mit heimeliger Atmosphäre, da auch hier die Decke etwas niedriger ist!) bietet



Forum

e.v.

BIELEFELD
i. d. alten Bogefabrik

1. Mittwoch	ELECTRIC SMALLROOM
2. Samstag	ELECTRONIC LOUNGE PARTY
3. Samstag	R! - PARTY
4. Samstag	HIMMEL & ERDE-PARTY

Di, 16.05.	SAMSARA BLUES EXPERIMENT
Sa, 20.05.	wXw-Wrestling (ab 18 Uhr)
Mi, 24.05.	DOCTOR KRAPULA (COL)
Fr, 26.05.	TRUST IN TRUTH
anschl. TANZPALAST	
Mi, 31.05.	CUB & WOLF (SWE)
Fr, 02.06.	GURR / NEW YORK WANNABES
Sa, 03.06.	WANNA DANCE WITH SOME-P.
Do, 08.06.	SIENA ROOT (SWE)
Fr, 09.06.	80s HAIR METAL-PARTY
Mi, 14.06.	Lunar ³ live (OnB Band/Konzert): RBYN (Through These Eyes, Berlin) audite (Boundless Beatz / Fat Bemme, Leipzig)
Sa, 17.06.	CSD-PARTY
Sa, 29.07.	BASSBEBEN
Do, 14.09.	PRISTINE / ORANGO (N)

Meller Str. 2 | 33613 Bielefeld
 Fon 0521.967 99 77 | Fax 0521.967 99 80
 Karten unter: Konticket 0521.66100
www.forum-bielefeld.com

EINLADUNG ZUR SESSION - DONNERSTAGS

BUNKER ULMENWALL

e.v.

Bielefelder JAZZ Club e.v.

» Alte Kuxmann-Fabrik «
 Beckhausstr. 72 · 33611 Bielefeld
www.bielefelder-jazzclub.de

Nix ist schöner als Livemusik!

**Bei uns jeden Freitag ab 20:30.
Jazz- Blues- Boogie- Swing-
Funk-, Soul und noch mehr.**

1 x im Monat Donnerstag 20:00 Uhr
smart STAGE Eintritt frei
www.smart-stage-bielefeld.de

1 x im Monat Sonntag 19:00 Uhr
Bluesbörse Eintritt frei
www.bluesboerse.de

Programmauszug Mai/Juni
Aktuelles auf unserer website.

12.05. Freitag, 20:30 Uhr
Pimpy Panda
Funk / NeoSoul / R'n'B

02.06. Freitag, 20:30 Uhr
Nicole Johänttgen Quartett:
HENRY-The New Orleans Project

23.06. Freitag, 20:30 Uhr
Analogue Birds
Jazz, Rock, World-Musik

Mal 'ne Party machen ????
Unsere Räumlichkeiten können
gemietet werden: 0521 - 32 70 35 37
Friedrich Götte · fgoette@web.de

Schüler+Studenten 50 % Ermäßigung

MANGO Tours

**Europäische Metropolen
erleben!**

Pflingsten jetzt buchen!

London 3,5-Tage-Busreise	ab € 79,-
Paris 2,5-Tage-Busreise	ab € 55,-
Rom 4,5-Tage-Busreise	ab € 189,-
Barcelona 4,5-Tage-Busreise	ab € 179,-

Sommerreisen

Tolle Frühbucherrabatte sichern!

Lloret de Mar 9,5 Tage-Busreise	ab € 139,-
Calella 9,5 Tage-Busreise	ab € 189,-
Novalja 9,5 Tage-Busreise	ab € 179,-

Auch als Flugreisen buchbar!

! Rabattcode !

<< MNG-Ultimo >>

**10 € Rabatt
auf jede Buchung**

Infos, Buchung, Gratiskatalog:
Alle Preise in €, inkl. Abfahrtsortzuschlag
z.B. ab Köln oder Münster, im Mehrbettzimmer

MANGO Tours
Tel.: **0221-2 77 59 40**
www.MANGO-Tours.de

MANGO Tours Reiseveranstaltungs-GmbH • Archener Str. 1 • 30614 Köln

CLUBS

musikalisch vor allem Techno, auch als Auffangbecken der Vertrieben aus der alten „Skala“, die einfach nicht mehr ans Laufen kommt.

Ringlokschuppen

Nachdem die Züge hier ausgezogen sind, kann im ehemaligen Bahnschlafplatz an der Stadtheider Straße auf geräumiger Fläche und mit abwechslungsreichem Programm gefeiert werden. Charts, Rock, Gothic und Wave, 80er- und 90er- Eurodance-Partys – je nach Tag und je nach Motto ist immer was los. Mit dabei gibt's einen großen Biergarten mit Essenmöglichkeit und auch die Speisen aus der Küche locken bis in die Nacht. Konzerte gehören ebenfalls zum Programm.

Sam's

Wenn der Club eurer Wahl früh morgens die Tore schließt, dann ist der Abend noch nicht unbedingt ganz vorbei – es kann weitergehen: Zum Sam's. Die After-Hour-Party beginnt bereits um 2 Uhr in der Nacht mit Hip Hop und Electro, ab 3h ist open door.

Stereo

Bandcontests, Trash-Partys, Indie, Rock und Electro – oder auch mal Dancehall und Hip Hop gibt's im Stereo am Boulevard. Direkt neben dem Cinemaxx öffnet der Club mit Wald regelmäßig am Wochenende seine Tür. Auf der Waldbühne im Stereo spielen wechselnde lokale Live-Acts und ansonsten geht's außerhalb der beiden Partyräume hier auch mal etwas entspannter zu.

Weberei

Die Weberei in Gütersloh hat seit Jahren wechselnde Betreiber und immer die gleichen Probleme: Das Konzept trägt sich nicht. Zwischen Partyhaus, Rockbude und Bürgerzentrum versucht man sich zu platzieren, wobei die Partys das Geld bringen und die Bürgerzentrum-Aufgaben Verluste machen. Die Partyreihen umfassen Reggae und Dancehall, Alternative und Rock, House und Electro.

X & Go Parc

Zwei Großdiskotheken in Herford. Was bei den einen „Wir lieben die 90er“ heisst, nennen die anderen „All Times Killerpartysounds (wir erwarten nur „normale Leute“)“. Das X hat allerdings auch eine dunkle Seite (Gothic, EBM, Wave, Rock, Metal), während der GoParc sich durchgehend im fröhlichen Partyrausch befindet, wo Schaumpartys immer feucht und die Frauen immer sexy sind.

Zweischlingen

Das Zweischlingen in Quelle ist zwar mehr Restaurant als Club, hat sich aber mit seinen Veranstaltungen den festen Platz in der Unterhaltungs- und Partyszene wahrlich verdient und hat mit Abstand das beste Kleinkunstprogramm in der Stadt – und das seit vielen Jahren und regelmäßiger Versuche der Konkurrenz, daran etwas zu ändern. Regelmäßig gibt es Discoververanstaltungen, bei denen die hauseigenen DJ's offen für Musikwünsche sind und an Kulturveranstaltungen wie Kabarett, Comedy, Theater und Livemusik fehlt es auch nicht. Fast an jedem Abend in der Woche geht's musikmäßig in ein anderes Motto – einfach mal durchschauen und hingehen.

FIT WIE'N TURNSCHUH

DIE MAGIE DES MUSKELKATERS

Oder Wie ich anfang, zum Uni-Sport zu gehen

Mein altes Abi-T-Shirt spannte etwas über dem Bauch, doch für einen Sportkurs reichte es allemal. Ich hatte mich von einer Freundin überreden lassen, bei einem Fitness-Tanzkurs an der Uni teilzunehmen. Ein bisschen Bewegung würde mir – offensichtlich – guttun. Auch wenn ich die meisten Sportfreaks mit ihrem Gelaber über Einheiten und Ernährung nicht ausstehen konnte. Als ich mich in die hinterste Reihe der großen Turnhalle zwischen zwei Studentinnen quetschte, bereute ich meine Entscheidung, aber es war zu spät: Die Boxen plärrten schon und die Trainerin fing an wie eine Bekloppte das Knie rauf und runter zu bewegen. Die erste Reihe folgte ihr gutgelaunt, als seien sie die Frauen von Stepford auf

Speed. Nicht genug damit, dass die Trainerin uns die schwierigsten Schritte abforderte, sie wollte auch noch Bestätigung dafür. Sie rief ihren Kampfschrei, wir mussten antworten. Ich weigerte mich. Bei den Liegestützen ging sie rum und brüllte die Leute an, die nicht spurten. Dank einem dicken Mädchen, hinter dem ich mich zwischendurch versteckte, überlebte ich die erste Stunde.

Trotzdem ging ich weiter hin, denn der Kurs war durchaus interessant: Mit der Zeit lernte ich sowohl die Schritte als auch die Hierarchien kennen: Je länger eine Teilnehmerin dabei war und je besser sie tanzte, desto weiter rückte sie nach vorne. Das war wie ein unausgesprochenes Gesetz. In der ersten Reihe waren die Fan-Girls des Kurses. Treu ergeben, fehlten Sie in keiner Stunde und wurden von der Trainerin sogar mit Namen angesprochen. Wenn ein Auftritt anstand, meldet sie sich immer freiwillig. Wenn unsere Trainerin rief: „Wollt ihr noch mehr?“, schrien sie am lautesten „ja.“ Wir nannten Sie immer „den Harem“. Wer im Harem war, trug auch kein T-Shirt mit

Werbeaufdruck oder eine Schlapperhose zum Fitness. Nur in ausgewiesener Sportkleidung traten sie die Stunde an – Hose und Oberteil farblich aufeinander abgestimmt, irgendein Ausbeuter-Markenlogo auf der Brust. Die Bewegung wurde von ihnen immer korrekt und mit voller Power ausgeführt. Nie habe ich eine Haremsdame in die falsche Richtung laufen sehen.

Das war eine ganz neue Welt für mich. Mittlerweile schaffte ich sogar ganze Stunden mitzumachen, ohne so zu tun, als müsse ich auf Toilette. Ich kaufte mir eine neue Sporthose und rückte eine Reihe nach vorn. Meine Freundin und ich waren wie infiziert: Wir besorgten uns die Lieder des Kurses und redeten über nichts anderes, als unseren Muskel-



kater. Jetzt schaffte ich sogar Liegestützen und machte die Kniebeugen extra tief. Immer mehr Neue kamen in den Kurs und wir waren nicht mehr die Schlechtesten. Nun waren es die anderen Mädchen, die ausversehen nach links statt nach rechts hüpfen. Wenn ich allerdings zu enthusiastisch mitgemacht hatte, musste ich mit meinem Magensaft um die Vorherrschaft in der Speiseröhre kämpfen. Aber es lohnte sich, schließlich waren wir schon in der zweiten Reihe. Ich besuchte denselben Tanzkurs nochmal zu einer anderen Zeit in der Woche.

Was kostet es, sich in der ersten Reihe nicht zum Deppen zu machen, fragte ich mich. Wahrscheinlich müsste ich dem Widerstand meines Körpers zum Trotz jede Übung mit voller Energie ausführen.

Jetzt stehen ich wieder etwas weiter hinten. Es ist sehr schön hier, ich trage ein Shirt mit zwei kleinen Löchern am Ärmel und einen Fleck hinten am Rücken. Ab und zu mache ich die Tänze nur halberherzig mit, mein Kreislauf geht es damit besser. Aber die Liegestütze sind für mich trotzdem kein Problem.

Lena Kley



Wo auch immer Sie studieren – nehmen Sie Ihre Sparkasse einfach mit!

Unser FinanzCenter Studenten sorgt dafür, dass Ihre
Finanzen im Studium stimmen.



Unser Herz schlägt hier.

Ein Studium kostet nicht nur Zeit, sondern auch Geld. Damit Sie sich voll aufs Lernen statt aufs Geldverdienen konzentrieren können, gibt es unser FinanzCenter Studenten – ausschließlich für Studenten. Unsere Studentenbetreuer studieren selbst berufsbegleitend und wissen darum, was Ihnen als Student wichtig ist. Wo auch immer Sie studieren, bei uns erhalten Sie die kompetente Rundum-Beratung – und jetzt NEU: auch per Videoberatung. Mehr dazu unter Telefon 05221/ 16 - 0 oder www.sparkasse-herford.de/studenten.

Funktionssofa „Mateo“ 1036785
Korpus Stoff grau, Sitz und Rücken-
kissen Stoff hellgrau, 2 Hocker und
2 Zierkissen Stoff hellblau, ca. B/H/T
257x79x103 cm, Liegefläche ca.
153x190 cm, inkl. Bettkasten,
ohne Deko.

~~445,-~~
375,-
Funktionssofa

Harmonischer MATERIAL-MIX

Über 10.000 Möbel sofort zum Mitnehmen!

