

Das Magazin, das sich nach dir richtet.

STRACKS 01 | 2022

# STRACKS

## HIER FÄHRT DIE ZUKUNFT.

Klimafreundlich unterwegs dank digitaler Technik. **S 10**

### Wer steigt mit um?

Mit Daniel Deubel im Gespräch über Design,  
freie Plätze und ein Umdenken. **S 5**

### Halt mal in Bad Cannstatt.

Entdeckungstour durch den schönsten  
Stadtbezirk am Neckar. **S 6**

### Einfach entspannt unterwegs.

Unser Yoga-Tipp für deine  
S-Bahn-Fahrt. **S 11**

- **Alle Vorteile auf einen Blick**
- S** wie schneller Lesespaß für deine Fahrt
- T** wie tolle Menschen und Geschichten
- R** wie regionale Neuigkeiten
- A** wie attraktive Gestaltung auf allen Seiten
- C** wie cool und bald auch digital
- K** wie kontaktfreudig und offen
- S** wie spannende S-Bahn-News //

## SCHÖNES NEUES.



### Lieber Fahrgast,

du hältst es gerade in deinen Händen – unser frisch designtes Magazin. Es war Zeit, etwas Neues zu wagen. Denn so wie sich Zeiten und Fahrpläne der S-Bahn ändern, ändern auch wir uns. STRACKS soll in allererster Linie unseren Fahrgästen die Fahrt verschönern. Kurzweilige Texte, lebendige Bilder und ein modernes Design kombinieren wir hier mit spannenden Infos aus der Region, News aus der Welt der S-Bahn und einer Extraportion Unterhaltung. Damit STRACKS zur Fahrtbegleitung wird, mit der du einfach gerne unterwegs bist. In diesem Sinne wünschen wir stets gute Fahrt und viel Spaß! //

### Impressum

#### Herausgeber

DB Regio AG, S-Bahn Stuttgart, Marketing  
Am Nordseekai 36/1–3, 73207 Plochingen  
marketing.s-bahn.stuttgart@deutschebahn.com  
s-bahn-stuttgart.de

Dr. Dirk Rothenstein, Vorsitzender der Geschäftsleitung

Verband Region Stuttgart

Körperschaft des öffentlichen Rechts  
Kronenstraße 25, 70174 Stuttgart  
info@region-stuttgart.org, region-stuttgart.org  
Dr. Alexander Lahl, Regionaldirektor



**Dr. Dirk Rothenstein**  
Vorsitzender der Geschäftsleitung S-Bahn Stuttgart



**Dr. Alexander Lahl**  
Regionaldirektor Verband Region Stuttgart

#### Umsetzung

ressourcenmangel stuttgart GmbH  
Druck: DB Kommunikationstechnik GmbH  
vertrieb.druck@deutschebahn.com, dbkt.de

#### Bildnachweis

**1** Nicole Groß, **2** Gottfried Stoppel, **3** VRS/F. Kraufmann, **4** Gottfried Stoppel, **5** © Seventyfour - stock.adobe.com, **6-9** Nicole Groß, **10** © Stuttgarter Bäder, **11** © Christmas Garden Stuttgart, **12-14** Nicole Groß, **15** © its-projekt.de, **16** Patrick Klein, **17** Kommunikationsbüro Ulmer GmbH (Projekt AMEISE)/e.GO MOOVE GmbH, **18** Nicole Groß **19** DB Regio AG



## HIER KOMMT STRACKS.



Schnell, aktuell, offen, interaktiv und witzig – das ist STRACKS. Wir kommunizieren ohne Umwege mit den Menschen, wollen Land und Leute in Bewegung halten und sie miteinander verbinden. Deshalb dreht sich in unserem Magazin alles um unsere Fahrgäste. Es ist perfekt auf dich und deine Fahrt zugeschnitten: Du kannst das Magazin drehen und mal in eine andere Richtung weiterlesen, wir fragen dich nach deiner Meinung, verraten dir, was hinter den Kulissen bei der S-Bahn wirklich passiert und versorgen dich neben

zahlreichen News auch mit einer Yoga-Übung für deine Strecke. Du wirst sehen – STRACKS sorgt für beste Unterhaltung bis an dein Ziel und darüber hinaus. Auch Design und Bilder spiegeln die besondere Art und Lebendigkeit des Magazins wider. Das handliche Format erscheint zwei Mal im Jahr. Und es wird noch besser: Ab 2023 kannst du STRACKS auch online entdecken. Bis dahin bleib gespannt, denn mit STRACKS werden wir dich immer wieder überraschen! //

# NECKARBIOTOP ZUGWIESEN.



## So schön ist das neue Gesicht des Neckars.

Lange Zeit wurde der Neckar hauptsächlich als Schiff-Transportstraße betrachtet, die Ufer betoniert und das Wasser durch Staustufen reguliert. Inzwischen gibt es tolle Beispiele der Renaturierung des Neckars, die zeigen, wie sich Natur und Industrieanforderungen harmonisch vereinen lassen. Ein besonders schönes Projekt ist das „Biotopgebiet Neckarwiesen“ in Ludwigsburg. Hier entstand zwischen 2009 und 2014 nach historischem Vorbild ein mit dem Neckar verbundener Stillwasserbereich mit atypischer Flora und Fauna sowie eine dazugehörige 1,7 km lange Umgehungsrinne mit kleinen Seen und Buchten. Dieses neue Ökosystem ist mittlerweile das Zuhause vieler Pflanzen und Tiere – und für Naturbegeisterte ein besonderes Ausflugshighlight. Denn neben unzugänglichen, ungestörten Bereichen lässt sich hier auf einem Beobachtungsturm die heimische Natur- und Vogelvielfalt bewundern.

**Erreichbar mit S-Bahn und „Neckarkäpt'n“ ab Bad Cannstatt, Marbach und Benningen. //**



Lass es uns wissen und sende uns hier dein Feedback zu STRACKS. Weitere Anmerkungen und Anregungen sind ebenso willkommen. //

• Ein Design, das uns zusammenbringt. Neuer Name, kurzweilige Leseportionen, frischer Style – wir finden unser redesigntes Magazin super. Aber wie gefällt es dir?

DEINE ANSAGE



## Ready for party? Dann feiert mit uns in der S-Bahn.

Im nächsten Jahr steht ein großes Jubiläum an: 45 Jahre S-Bahn Stuttgart! Dafür verwandeln wir im Stuttgarter Hauptbahnhof knapp 70 Meter Bahnsteig in eine Partyeile. Getopt wird die ungewöhnliche Partylocation von einem DJ, der euch durch die Nacht tanzen lässt. Das wollt ihr nicht verpassen? Dann fehlen euch nur noch die richtigen Tickets und ein bisschen Glück, denn diese werden ausschließlich verlost.

**Kleiner Tipp:** Wer den Newsletter der S-Bahn Stuttgart abonniert hat, weiß früher Bescheid, wie man an die begehrten Tickets kommt. //



[s-bahn-stuttgart.de/newsletter](https://s-bahn-stuttgart.de/newsletter)



• **Daniel Deubel**

- // 42 Jahre
- // Referent für Verkehrswirtschaft
- // Hobby-Imker
- // hat Frau und 3 Kinder
- // Anna (8), Julius (6) und Henry (3)
- // in Korntal zuhause //



## Meine Stationen bis heute.

Mit 17 habe ich bei der Deutschen Bahn eine Ausbildung zum Lokführer gemacht. Darauf folgte der Zivildienst im Rettungsdienst des DRK, für den ich bis heute aktiv bin. Ich war „Teamleiter Fahrplan“, „Teilnetzmanager“ und habe nebenbei ein BWL-Studium absolviert. 2014 habe ich mich auf die Referentenstelle beim Verband Region Stuttgart beworben und die Wahl fiel auf mich. Seitdem bringe ich sämtliche S-Bahn-Themen mit voran. //



## FAHR DOCH MAL MIT!

Daniel Deubel  
Referent für Verkehrswirtschaft  
Verband Region Stuttgart

# IM GESPRÄCH MIT DANIEL DEUBEL.



## Die S-Bahn wird immer attraktiver?

Ja! Es gibt Nachtverkehre, am Wochenende sogar nonstop bis zum nächsten Morgen, wochentags den durchgängigen Viertelstundentakt und längere Bahnen – also viel mehr Kapazität. Plus: neu designte Züge.

## Was ist für dich das Beste am Redesign?

Besonders cool finde ich die neu geplanten Steckdosen. Auch wenn's ein kleineres Gimmick ist – das Handy kann man dann einfach mal unterwegs laden.

## Wie oft fährst du S-Bahn?

Ich lege meinen täglichen Arbeitsweg tatsächlich auf dem Fahrradsattel zurück. Wenn ich sonst unterwegs bin, nutze ich meist S-Bahn und ÖPNV.

## Unsere S-Bahn war deutschlandweit die erste mit WLAN, was kommt als Nächstes?

Eine Echtzeit-Auslastungsmessung für einen noch optimaleren

Ressourceneinsatz. Zudem wollen wir den Fahrgästen künftig genau sagen können, wo noch freie Plätze im Zug sind.

## Verkehrsangebote, Verträge ... was bringt dein Feierabend?

Gemeinsam mit unseren Kindern bin ich leidenschaftlicher Imker geworden. Es entschleunigt ungemein, den Bienen zuzuschauen und man unterstützt die Natur.

## Ein Zukunftswunsch?

Dass die S-Bahn weiter sauber, sicher und einfach zuverlässig ist und dass ein Umdenken stattfindet und noch mehr Leute sagen: „Da fahr ich mal mit!“ //



# CANNSTATT, DU PERLE AM NECKAR.



**Willkommen im größten Stadtbezirk:  
das Zuhause von 68.000 Stuttgarter:innen.**

Tatsächlich leben hier mehr Stuttgarter:innen zusammen als in anderen Stadtbezirken. Und das ziemlich gut – nach einer Twitter-Umfrage vom Juli 2022 unter dem Hashtag #Stadtbezirksmeisterschaft ging Bad Cannstatt als klarer Sieger hervor. Und dafür gibt es viele Gründe. Zuallererst die wunderschöne Lage am Neckar mit Blick auf die zahlreichen Rebhänge. Schon die Römer hatten diesen Platz

für sich entdeckt und bauten hier Wein an. Dazu kommt das besondere Mineralwasservorkommen. Im Kurpark sowie an weiteren öffentlichen Brunnen füllen noch heute viele Cannstatter ihr Trinkwasser ab. Neben Sehenswürdigkeiten wie dem zoologischen Garten Wilhelma befindet sich in diesem Stadtteil auch die ehemalige Werkstatt Gottlieb Daimlers.

Hier legte er gemeinsam mit Willy Maybach den Grundstein für die Daimler AG – die Wiege des Automobils. Aber auch das harmonische Zusammenleben verschiedenster Nationen macht Cannstatt zu etwas Besonderem. Das i-Tüpfelchen ist jedoch das Selbstverständnis der Cannstatter:innen: So bemerken sie gerne, dass es korrekt heißt, „Stuttgart bei Cannstatt“ und nicht andersherum. //



**Auf zur  
Entdeckungstour  
nach Bad Cannstatt!**

Wer diesen Stadtbezirk erkunden will, erreicht ihn ganz einfach mit der **S 1, S 2, oder S 3**. Idealer Ausstieg ist der dicht an der Altstadt gelegene Bahnhof Stuttgart-Bad Cannstatt.



**1. Halt  
Theater auf'm Schiff.**

Lust auf einen Umstieg auf's Schiff? Wie wär's dann mit einem Theaterbesuch der besonderen Art: Dienstag bis Sonntag öffnen sich am Mühlgrün 1 die Schotten des Theaterschiffs „Frauenlob“ für Komödie, Kabarett und Kleinkunst – schwäbische Köstlichkeiten inklusive.



**2. Halt  
Frischer geht's nicht.**

Drei Mal pro Woche freuen sich die Besucher:innen auf dem idyllischen Cannstatter Wochenmarkt darauf, ihre regionalen Waren feil zu bieten. Neben frischen Backwaren, Blumen, Käse, Honig ... begeistert aber vor allem die nie nachlassende fröhliche Art der Verkäufer:innen.

**Marktplatz / Di, Do, Sa: 7 – 13 Uhr**



**3. Halt  
Sole- und Heilwasserfreude.**

Wer dem Winter davonschwimmen will, ist im SoleBad Cannstatt in der Sulzerrainstraße 2 genau richtig. Von lichtdurchfluteter Architektur umrahmt bieten Heilwasserbecken, Sole-Inhalation und unterschiedlich temperierte Saunen Erholung pur.

**Tägl. geöffnet: 9 – 21.30 Uhr**



**4. Halt  
This is magic!**

Bald öffnet er wieder, der Christmas Garden. Dann erstrahlt der spektakuläre 2 km lange Rundweg durch die Wilhelma in vollem Glanz. Überraschende Lichtdesigns kombiniert mit stimmungsvoller Musik sorgen für einen unvergesslichen Winter-spaziergang voller Entdeckungen.

**17.11.2022 – 15.01.2023 ab 17 Uhr**



**• Wo sich Heilwasser  
seinen Weg bahnt.**

Kaum eine Großstadt verfügt über so einen großen Mineralwasserschatz. Bis zu 44 Mio. Liter entspringen den Quellen in den Stadtteilen Bad Cannstatt und Berg. Damit findet sich in Stuttgart das – nach Budapest – zweitgrößte Mineralwasservorkommen in Europa. //

## i MUST SEE

### Stäffele nuff und Aussicht genießen.

Der Kessellage sei Dank, bietet Stuttgart jede Menge Aussichtspunkte, von denen gerade wir Stadtmenschen ja nie genug bekommen können. Ein besonders romantischer befindet sich im oberen Kurpark Bad Cannstatt. Von hier aus lassen sich das grüne Herz des Stadtbezirks und die Altstadt samt Stadtkirche bestens anhimmeln. //

12







### Ganz vorne dabei: die S-Bahn beim „Tag der Schiene“.

Die Premiere vom „Tag der Schiene“ am 16./17. September 2022 war mit mehr als 300 Veranstaltungen bundesweit und ca. 50.000 Besucher:innen ein voller Erfolg. Auch die S-Bahn hat sich im Stuttgarter Hauptbahnhof am Gleis 1 von ihrer frisch lackierten Seite gezeigt. Neben der Präsentation der neu designten S-Bahn konnten Neugierige eine Virtual-Tour durch das Innendesign machen und sich über künftige Ausbauprojekte informieren. Eine 360°-Fotobox, ein Glücksrad und Musik von DJ Soulstar sorgten im Loungebereich für beste Unterhaltung. Du warst nicht dabei? Dann bleibt dir die Vorfreude, denn der „Tag der Schiene“ soll nun jedes Jahr gefeiert werden. //



- **Zeit für den Fahrplanwechsel: Neues ab dem 11.12.2022.**
  - **Alle S-Bahn-Linien**  
Verkehren Mo-Fr während der Hauptverkehrszeit als Langzüge.
  - **Alle S-Bahn-Linien**  
fahren an Samstagen zwischen 8.30 und 20.30 Uhr im 15-Minuten-Takt.
  - **S1 Böblingen - Herrenberg**  
Mo-Sa verkehren die Züge mit allen Unterwegshalten im 15-Minuten-Takt; alle zwei Stunden ohne Unterwegshalte.
  - **Schusterbahn Richtung Untertürkheim**  
Hier gibt es Fahrplanaussparungen.
  - **S1 Plochingen - Kirchheim**  
In beiden Richtungen ändern sich hier die Abfahrts- und/oder Ankunftszeiten.
  - **S62 Weil der Stadt - Stuttgart-Zuffenhausen**  
ergänzt seit dem 12. September 2022 das Angebot der S6. //

## STRECKE MACHEN: LIEBEN WIR.



### Unsere neusten Baumaßnahmen zwischen Hauptbahnhof und Vaihingen.

Auch dieses Jahr haben wir die Sommerferien genutzt und fleißig an der planmäßigen Umrüstung der Stammstrecke gearbeitet. Vom 30. Juli bis 11. September 2022 wurden auf der innerstädtischen Tunnelstrecke stolze 400 km Kabelleitungen verlegt. Damit startet die Deutsche Bahn mit der Digitalisierung des Stuttgarter Bahnknotens. Entsprechend wurde der S-Bahn-Abchnitt zwischen Hauptbahnhof (tief) und

Stuttgart-Vaihingen umgerüstet. Ausgestattet mit der neuen Leit- und Sicherungstechnik European Train Control System (ETCS) soll die Stammstrecke damit um ganze 20 % leistungstärker werden. Das bedeutet für alle S-Bahn-Fahrgäste ab 2025: mehr Pünktlichkeit, mehr Zuverlässigkeit, ein ausgeweitetes Angebot und dazu funktional fortschrittliche Stationen in modernem Schick. Ein Projekt, das sich lohnt – insbesondere mit Blick auf unser Ziel, die Mobilitätswende weiter mit voranzutreiben. //

13



## BAHN FREI FÜR DIE NÄCHSTE GENERATION.



### Nach drei Jahren Ausbildung endlich Lokführerin.

„Es war super aufregend, als ich das erste Mal am Steuer der S-Bahn saß. Ich wusste, ich trage jetzt die Verantwortung für einen 210 Meter langen Zug mit vielen Menschen drin“, erinnert sich die 20-jährige Jasmin Göggelmann. Inzwischen hat sie das zweite Ausbildungsjahr bei der S-Bahn Stuttgart erfolgreich gemeistert und kennt sich bestens im Führerstand aus. Von der Fahrtechnik und der Bedienung des Pults über die verschiedenen Sicherheitsvorkehrungen bis hin zu den Ansagen per Mikrofon – Jasmin liebt diesen Job und möchte nach ihrem Abschluss 2023 auf jeden Fall bei der S-Bahn bleiben. „Vielleicht werde ich irgendwann sogar Ausbilderin“, freut sie sich. Um Lokführer:in zu werden, ist mindestens ein Hauptschulabschluss nötig. Danach kann die dreijährige Ausbildung starten. Aber auch jemand, der etwas anderes erlernt hat, kann per „Quereinstieg“ eine Lokführer-Ausbildung absolvieren. //

**Technikinteressiert, verantwortungsbewusst, motiviert?**  
Dann steig doch bei uns ein!



16

15

### DIGITALER KNOTEN STUTTGART UND DEUTSCHLANDTAKT



**BAHNFAN-TIPP**  
**Ran ans Steuerpult:**  
Im ITS werden Gäste zu Lokführer:innen.  
Was ein digitaler Bahnknoten genau mit sich bringt, kannst du im Stuttgarter Hauptbahnhof selbst erfahren. Direkt im ITS am Gleis 16 steht seit August 2022 ein Fahr Simulator, in dem die Wirkung des digital-gestützten Fahrens wirklichkeitsnah erlebt werden kann.  
**Mo-Fr 9 - 19 Uhr**  
**Sa und So 10 - 18 Uhr**  
Eintritt frei //

14



### Zug um Zug komfortabler und smarter: das neue S-Bahn-Design.

Was ist lichtgrau, blau und gelb? Na, die neu designten S-Bahnen. Anfang 2022 haben wir die Jury des „German Design Awards“ überzeugt und sind stolze Preisträgerin in der Kategorie „exzellentes Produktdesign von Passagierfahrzeugen“. Unser Konzept verbindet Design und Funktion besonders smart. So sind die Türbereiche schwarz-grau markiert, die 1. Klasse gelb und die

Mehrzweckbereiche blau. Das sorgt am Bahnsteig für eine bessere Orientierung und einen reibungslosen Ein- und Ausstieg. Die neu lackierten Züge werden nun immer mehr in der Region sichtbar – 74 Fahrzeuge sollen bis Jahresende im Einsatz sein. //



Schau rein  
ins neue  
S-Bahn-Design.



- S1 Erweiterung bis Bondorf und bis Geislingen (Steige)
- S2 Verlängerung bis maximal Plüderhausen
- S3 Möglicher ergänzender Halt in Murrhardt
- S4 Veränderung von und nach Ludwigsburg
- S5 Erweiterung nach Vaihingen/Enz und Kirchheim (Neckar) //

**Pssst ...  
In diese Richtungen könnte das  
S-Bahn-Netz wachsen.**

Der Verband Region Stuttgart will prüfen, ob und wie sich die S-Bahn-Linien weiter ausbauen lassen. Dafür wurde im Herbst 2022 eine einjährige Machbarkeitsstudie gestartet.

**Klein und wow! Dieser autonome Bus sorgt für den perfekten Anschluss.**

„AMEISE“ so heißt der sympathische, hochautomatisierte, emissionsfrei angetriebene Kleinbus, der in Waiblingen seit August 2022 das autonome Fahren für den ÖPNV erprobt. Das Forschungsprojekt möchte Menschen von ihrem Wohnstandort zur Haltestelle bringen und damit den Nahverkehr noch leichter erreichbar machen. Mit einem Tempo von 16 km/h, Platz für sechs Personen und mit Unterstützung geschulter Operator:innen, die bei Bedarf die Steuerung übernehmen, dreht die „Ameise“ nun hoffentlich so erfolgreich ihre Runden, dass sie auch bald andernorts eingesetzt werden kann.

**Montag und Dienstag, zwischen Waiblingen  
Ameisenbühl -  
Berufsbildungs-  
werk. //**



# DIE ZUKUNFT FÄHRT AUF SCHIENEN!

**Schneller und klimafreundlicher unterwegs dank digitaler Technik.**

Wer Mobilität und Stuttgart hört, denkt meist direkt an die berühmten, hier ansässigen Automarken. Doch das kann sich schon bald ändern. Denn das Bahnfahren wird in der Region Stuttgart zukünftig immer attraktiver. Dafür sorgt der erste digitale Schienenknoten

Deutschlands, der hier entsteht. In puncto Technik setzt vor allem das neue European Train Control System (ETCS) neue Maßstäbe. Es ermöglicht höhere Geschwindigkeiten, eine dichtere Zugfolge und den Abbau von Verspätungen. Zudem können auf der bestehenden Infrastruktur bis zu 20% mehr S-Bahnen fahren. Die digitale Kommunikation erlaubt ein teilautomatisiertes Fahren – jedoch

bleiben die Lokführer:innen weiterhin an Bord. Bis 2025 wird zunächst die Stammstrecke zwischen Hauptbahnhof (tief) und Schwabstraße mit ETCS ausgestattet. 2030 folgt dann das gesamte S-Bahn-Netz der Region. Zuverlässiger, pünktlicher und leistungsstärker – da haben wir doch gleich noch ein paar Gründe mehr, uns auf's Bahnfahren zu freuen. //

Konventionelle Leit- und Sicherheitstechnik (PZB)

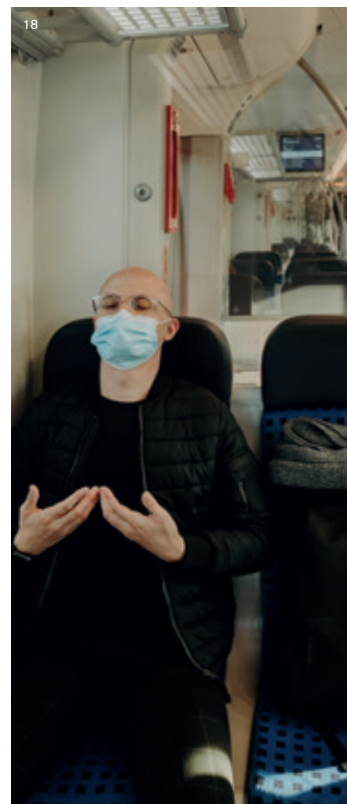


Leistungs- und Qualitätssteigerung mit European Train Control System (ETCS)



Prinzipskizze

# ENTSPANN' DOCH MAL UNTERWEGS.



**Dein Yoga-Tipp für die S-Bahn: So wird der Arbeitsweg zum Spaziergang für die Seele.**

Ob kurz oder lang, Wegzeit ist auch ein Stück Lebenszeit. Und die lässt sich hervorragend zum Entspannen nutzen. Besonders Pendler:innen können sich regelmäßig mit ein paar wohltuenden Übungen viel Gutes tun. Diese Art der Gesundheitsförderung sensibilisiert Körper- und Atemwahrnehmung und beugt Rücken- und Schulterschmerzen vor, die durch langes Sitzen entstehen können. Zudem stärkt diese Art der Fitness das Selbstbewusstsein und weckt die Lebensgeister.

**Stark durch den Tag mit der „Berg“-Yoga-Übung**

- Such dir einen Platz in der S-Bahn, wo du bequem sitzen oder stehen kannst.
- Richte deine Aufmerksamkeit nur auf dich und fühl den Boden unter deinen Füßen.
- Lenke deine Konzentration beim Einatmen von deinen Füßen über die Beine und den Rücken bis ganz nach oben zur Krone des Kopfes.
- Bewege unmerklich dein Becken vor, zurück und auch mal seitlich und finde deine „Mitte“.
- Beim Ausatmen führst du deine Konzentration wieder den gleichen Weg zurück bis zu deinen Füßen.
- Strecke deinen Körper bei jedem Einatmen ein bisschen mehr in die Höhe.
- Finde deinen Atemrhythmus – spüre die Ruhe und schöpfe Kraft. //

**Wer bringt die Geschenke? Na, die S-Bahn.**

Klingt komisch, ist aber was dran. Denn vom ersten bis 24. Dezember gibt es in unserem Zugportal täglich drei Überraschungen zu gewinnen. Dazu gehören stylische Upcycling-Taschen, Veranstaltungstickets und ein ganz besonderer Überraschungspreis, der ganz am Ende unter allen Mitmachenden verlost wird.

Und so bist du dabei: Jeden Tag versteckt sich im Zugportal ein neues, digitales Türchen, hinter dem sich eine Frage zur S-Bahn oder zur Region verbirgt. Die richtigen Antworten wandern direkt in den Lostopf. //

Täglich reinschauen lohnt sich: zugportal.de



**Winterpower to go.**

\*S'isch froschdeliges Weddr, die Abenteiler sind voll ond du wirschd ned recht mundr ... da habn mir was für di! Mit diesem Honig-Ingwer-Zitronen-Heißgetränk wird dir nicht nur warm ums Herz, es sorgt auch für einen ordentlichen Energienachschub.

So geht's:  
1 entkernte Bio-Zitrone mit Schale und 3g einer geschälten Ingwerwurzel im Mixer pürieren, 50 g Honig unterrühren und jeden Morgen 2 TL davon in einem Glas mit 200 ml heißen Wasser verrühren und genießen. //

**Kundenservice DB Regio**

Lautenschlagerstraße 3  
70173 Stuttgart  
Tel.: 0711 20927087

[kundendienst@baden-wuerttemberg.deutschebahn.com](mailto:kundendienst@baden-wuerttemberg.deutschebahn.com)

**Service für mobilitäts-  
eingeschränkte Personen**

[bahn.de/barrierefrei](mailto:bahn.de/barrierefrei)  
Mobilitätservice-Zentrale (MSZ)

Tel.: 030 65212888  
E-Mail: [msz@deutschebahn.com](mailto:msz@deutschebahn.com)

**Fundservice**

[bahn.de/fundservice](http://bahn.de/fundservice)

**Mobility Stuttgart App  
für aktuellste Fahrpläne  
und Ticketinfos**

Hier geht's direkt  
zum Download:

