

GLÜCK

Das kostenlose Magazin von WestLotto

Am 7. Februar
90 Mio.
Euro bei
EURO JACKPOT

**Platin 7 jetzt in
neuem Glanz » Seite 2**

**Eigene Stärken erkennen
und einsetzen » Seiten 4+5**

**Täglich Brot mal
selbstgemacht » Seite 7**

Neuer Glanz für Platin 7

Ab sofort finden alle WestLotto-Kunden das beliebte Platin 7-Los in neuer, glänzender Optik in allen WestLotto-Annahmestellen. Die frische Auflage des in vielen Bundesländern erhältlichen Rubbelloses bietet weiterhin 20 Gewinnchancen mit einem Spitzengewinn von 500.000 Euro (Chance 1:2 Mio.). Das ist hierzulande der höchste Betrag, der bei einer Sofortlotterie gewonnen werden kann.

Mehr Treffer

Ein überarbeiteter Gewinnplan sorgt für etwas mehr Treffer, weil die allgemeine Gewinnchance

leicht verbessert worden ist. Die Auflage wurde auf zwölf Millionen Lose erhöht und enthält jetzt sechsmal die Chance auf einen Spitzengewinn von einer halben Million Euro. Die Gewinnklassen selbst wurden nicht verändert.

So funktioniert es: Finden Sie auf Ihrem Los eine 7, dann gewinnen Sie den nebenstehenden Betrag. Befindet sich neben dieser Gewinnsumme ein Stern, verzehnfacht sich Ihr Gewinn. Der Clou: Taucht ein Geldbündel-Symbol auf, erhalten Sie sogar alle 20 unter der Rubbelfläche aufgelisteten Beträge.

- Erhältlich in allen WestLotto-Annahmestellen.
- Preis: zehn Euro
- Spitzengewinn: 500.000 Euro (Chance 1:2 Mio.)



Jeder bekommt sein Stück von der Pizza – ähnlich funktionieren auch die System-Anteile für LOTTO 6aus49.



Foto: Getty Images

Groß spielen, klein zahlen

SYSTEM-ANTEILE FÜR LOTTO 6AUS49

Wer sich besonders viele Chancen sichern möchte, spielt LOTTO 6aus49 per System. Schon mit acht System-Zahlen sind 28 Spielreihen abgedeckt – 16 mehr, als auf einem Normalschein mit zwölf Feldern vorhanden sind. Mit zehn Zahlen sind schon 210 Spielreihen möglich. Noch höhere Systeme bieten gleich tausende Chancen. Da ein Tipp einen Euro kostet, sind große Systeme allerdings mit entsprechend höheren Kosten verbunden. Doch hier gibt es eine Alternative: System-Anteile.

Bis zu 3.003 Chancen

Mit einem System-Anteil nimmt der Tipper an einem großen System teil, erwirbt dies aber nur anteilig, so dass die Kosten überschaubar bleiben. So sichert sich der Teilnehmer viele Chancen zu niedrigen Preisen. Die Zahlen werden ausschließlich per Quicktipp (Zufallsgenerator) vergeben. Im Falle eines Treffers – schon ab „Zwei Richtigen mit Superzahl“ – gibt es viele Gewinne, denn beim Systemspiel und den System-Anteilen wird in

der Regel mehrfach gewonnen. Allerdings: Geteilte Kosten bedeuten natürlich auch geteilter Gewinn. Der lässt sich allerdings steigern, wenn mehr als ein Anteil gekauft wird. Bis zu fünf Anteile je Spielauftrag sind möglich.

Diese System-Anteile bietet WestLotto an:

- Spiel L basiert auf dem Voll-System 010 und umfasst 210 Chancen. Die Kosten in Höhe von 210 Euro werden in 30 Anteile à sieben Euro aufgeteilt. Bis zu fünf Anteile können pro Teilnehmer erworben werden.
- Hinter dem Spiel XL steht ein Voll-System 013 mit 1.716 Chancen, aufgeteilt in 132 Anteile. Ein Anteil kostet 13 Euro.
- Spiel XXL deckt das Voll-System 014 mit 3.003 Chancen ab. Es besteht aus 91 Anteilen, einer kostet 33 Euro.

- **Spielteilnahme in allen WestLotto-Annahmestellen und im Internet.**

www.westlotto.de

Glückspilze

LOTTO 6aus49

Samstag, 1. Februar: **2.547.685,60 Euro** nach Brandenburg / **82 x 10.238 Euro** (davon 20 x nach NRW)

- Mittwoch, 29. Januar: **28 x 15.511,60 Euro** (davon 3 x nach NRW)

Eurojackpot

Freitag, 31. Januar: **4 x 773.714,50 Euro** nach NRW (Raum Mönchengladbach), Baden-Württemberg, Rheinland-Pfalz und Dänemark / **15 x 72.820,10 Euro** (davon 1 x nach NRW)

GlücksSpirale

Samstag, 1. Februar: eine Rente ab sofort in Höhe von **5.000 Euro monatlich für 20 Jahre** oder **1.050.000 Euro** einmalig mit einem halben Los nach Sachsen (10. Millionengewinn des Jahres)

- 25. Januar + 1. Februar: **3 x 100.000 Euro** nach NRW (Städteregion Aachen per Internet), Bayern und Sachsen-Anhalt
- 18. Januar - 1. Februar: **27 x 10.000 Euro** (davon 3 x nach NRW)

TOTO 13er Ergebnissette

Samstag/Sonntag, 1./2. Februar: **265.226 Euro** nach Berlin

SUPER 6

22. Januar - 1. Februar: **16 x 100.000 Euro** nach NRW (Raum Essen per Internet, Kreise Gütersloh und Siegen-Wittgenstein sowie Kreis Heinsberg mit WestLotto-Karte), Baden-Württemberg (2 x), Bayern (6 x), Berlin, Hessen, Rheinland-Pfalz und Schleswig-Holstein

KENO

20. - 22. Januar: **4 x 100.000 Euro** nach Bayern (2 x), Berlin und Niedersachsen

- Dienstag, 21. Januar: **50.000 Euro** nach Rheinland-Pfalz

Spiel 77

29. Januar + 1. Februar: **10 x 77.777 Euro** (davon 3 x nach NRW)

Keine Spielteilnahme unter 18 Jahren. Glücksspiel kann süchtig machen!

Hilfe und Beratung unter: Landeskoordinierungsstelle Glücksspielsucht NRW - Telefon: 0 800-0 77 66 11 (kostenlos)
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA); Telefon: 0 800-1 37 27 00 (kostenlos)

INHALT



Foto: Getty Images

Vögel füttern ist
im Winter sinnvoll

Seite 10

Die Reportage

– Interview: Das gute Glück lernen

4+5

Gesundheit + Ernährung

– Vom Getreide bis zum Mehl
– Das GLÜCK-Rezept

6+7

Verbraucher + Service

– Wenn das Auto Aquarium spielt
– Fit durch den Winter

8+9

Trends + Freizeit

– Überleben von Vögeln sichern
– Trockene Haut richtig pflegen

10+11

Reisen + Ausflug

– Auf Schneeschuhen durchs große Artal
– Entschleunigt genießen

12+13

Rätsel + Unterhaltung

– Impressum

14+15

Gewinnzahlen + Quoten

– Wichtige Infos vor der Ziehung

16+17

Fußballtoto + Sport

– Aktuelle Wettrunde
– Leserduell

18+19

Fußballtoto

– Tabellen
– Fußball-Talk

20+21

ODDSET

– Wettprogramm Plus – Highlights

22

ODDSET

– Wettprogramm Kompakt

23

EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser der GLÜCK!



Seit kurzem kann mit Fug und Recht behauptet werden, dass jeder in unserer Familie einen Vogel hat. Denn wir sind als Familie ganz offiziell Paten eines Rotmilans namens Walter geworden. Der Dachverband der Deutschen Avifaunisten – Avifaunisten

sind Experten für die Welt der Vögel – hat uns ein entsprechendes Zertifikat ausgestellt. Die Vogelschützer setzen sich mit ihrem Rotmilan-Projekt für den Erhalt dieser seltenen Greifvogelart ein. Um deren Verhalten und Bedürfnisse besser studieren zu können, wurden unser Walter und einige weitere Rotmilane „besendert“, also mit Ortungsgeräten ausgestattet. So erfahren die Paten, was gerade mit ihrem Vogel los ist, wo er sich aufhält, was er macht. Walter ist eigentlich in Thüringen zu Hause, überwintert aber im wärmeren Spanien. In Deutschland hatte Walter im letzten Frühjahr eine romantische Affäre. Mit seiner Partnerin wollte er sogar eine Familie gründen, aber leider schlug die Brut fehl. Als Walters Paten drücken wir ihm die Daumen, dass es 2020 mit dem Nachwuchs klappt. Wir sind auf weitere Nachrichten gespannt.

Unsere heimischen Gartenvögel sind in der Regel nicht mit Sendern ausgestattet. Auch dürften nur die wenigsten über einen Paten verfügen. Vielen Menschen ist jedoch gerade in dieser Jahreszeit sehr am Wohlergehen der Gefiederten gelegen. Welche Nahrung für sie geeignet ist und was im Umfeld der Futterstellen beachtet werden sollte, verrät unser Artikel „Überleben von Vögeln sichern“ auf Seite 10. Bald werden uns dann hoffentlich morgendliche Konzerte anzeigen, dass alle Vögel die kalte Jahreszeit gut überstanden haben und das Frühjahr nicht mehr allzu fern ist.

Viele Grüße

Ihr

Jörg Hessel
(Redakteur)

Ein Tipp für drei Lotterien gleichzeitig

„ABRÄUMER“ UND „DOPPELTER ABRÄUMER“

Ob DauerTipper oder Jackpotjäger – der Abräumer lohnt sich für jeden Spieler. Mit nur einem Tipp sind Sie gleichzeitig bei drei Lotterien dabei:

- Eurojackpot: **90 Millionen Euro** in der Gewinnklasse 1 am 7. Februar
- LOTTO 6aus49: **etwa 13 Millionen Euro** am 5. Februar

- Spiel 77: **rund sieben Millionen Euro** am 5. Februar
Teilgenommen wird per Quicktipp, die Zahlen werden per Zufallsgenerator ausgewählt.
- Beim „Abräumer“ tippen Sie eine Reihe LOTTO 6aus49 für die jeweils nächste Mittwochs- und Samstagsziehung inklusive der Zusatzlotterie Spiel 77 sowie

eine Reihe Eurojackpot für den folgenden Freitag. Der Paketpreis beträgt 10 Euro. Möchten Sie doppelt abräumen? Dann wählen Sie für 14 Euro den „Doppelten Abräumer“. Bei diesem Paket werden zwei Reihen LOTTO 6aus49 (mittwochs und samstags) getippt plus Spiel 77 sowie zwei Reihen Eurojackpot.

Abräumer
10 €

Doppelter
Abräumer
14 €

LOTTO 6aus49
EURO JACKPOT
Spiel 77

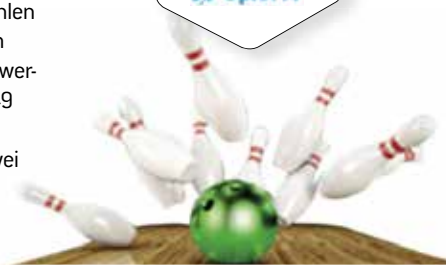




Foto: Alina Emrich (Lemrich Studio)

Zur Person

Prof. Dr. Michaela Brohm-Badry ist Professorin für Empirische Lehr-Lern-Forschung sowie Dekanin des Fachbereichs Erziehungs- und Bildungswissenschaften, Philosophie und Psychologie an der Universität Trier. Sie gilt als eine der führenden Expertinnen für Positive Psychologie und hat bereits zwölf Bände zu Themen wie Motivation und Positive Führung publiziert, zuletzt das Buch „Das gute Glück“. Prof. Brohm-Badry führt seit 2014 einen Wissenschaftsblog auf Spektrum der Wissenschaft und hält Vorträge auf Konferenzen, Kongressen, in Bildungsorganisationen und Unternehmen.

Das gute Glück lernen

INTERVIEW: EIGENE STÄRKEN ERKENNEN UND EINSETZEN

Wie viel Glück ist uns bereits in die Wiege gelegt? Wie sehr können wir unser Glück selbst beeinflussen? Und können wir lernen, zufriedener mit uns selbst und unserem Leben zu sein? Prof. Dr. Michaela Brohm-Badry, eine der führenden Expertinnen auf dem Gebiet der Positiven Psychologie in Deutschland, hat sich mit GLÜCK-Autor Oliver Schönfeld unterhalten.



Kann wirklich jeder das Glück lernen?

Ja, zu weiten Teilen. Ungefähr die Hälfte des Glücksgefühls hängt wohl von den Genen ab, aber rund 40 Prozent liegen im Verhalten und weitere zehn Prozent in unserer Umwelt. Und beides können wir selbst beeinflussen: Achten wir auf das Gute, Schöne, Liebevoll in unserem Leben? Haben wir Ziele? Tun wir etwas dafür, sie auch zu erreichen? Kümmern wir uns um die Menschen, die uns nahe sind? Glück hängt also zu einem starken Anteil von uns selbst ab. Und das sind insbesondere die „glücklichen Fünf“ für das Leben:

- positive Gefühle, also zum Beispiel auf das Gute hoffen, dankbar, neugierig und freundlich sein, liebevoll leben
- engagiert und motiviert für etwas sein
- gute, tiefe, vertrauensvolle Beziehungen aufbauen und halten

- einen Sinn im Leben finden und
 - so handeln, dass wir das Gefühl haben, wirksam, also erfolgreich zu sein. Das bedeutet oft, die Dinge wirklich zu Ende zu bringen und nicht mittendrin aufzugeben.
- Das Wichtigste, um glücklich zu sein, ist jedoch wohl die Perspektive, die wir auf unser Leben wählen. Negative Menschen fokussieren sich auf das, was sie in ihrem Leben ablehnen. Frohe Menschen auf das, was sie an ihrem Leben lieben. Und die Freiheit, diese Perspektive selbst wählen zu können, ist unsere innere Freiheit.

In ihrem Buch berichten Sie über sehr persönliche Erfahrungen. Was meinen Sie mit dem Titel „gutes Glück“, gibt es auch anderes?

Ich habe lange Zeit unter hohem Druck gearbeitet. Erst durch eine schwere Krankheit ist mir klar

geworden, dass der permanente „Glücks-Kick“ durch Leistung nicht ausreicht für ein gutes Leben. Mit „schlechtem Glück“ meine ich, dass wir biochemisch oder durch unsere Persönlichkeit immer wieder dazu getrieben werden, mehr zu schaffen. Die „Glückshormone“ treiben uns zu immer neuer Höchstleistung. Das kann in zerstörerischem Stress, in Burnout und Depression enden. Das „gute Glück“ ist ein viel ruhigeres, beständigeres. Wir erfahren es, wenn wir unsere Talente und Fähigkeiten in den Mittelpunkt stellen. Es ist ein In-sich-ruhen, sozusagen.

„Meistens können wir das gut, was wir mögen.“

Den eigenen Fertigkeiten und Talenten zu folgen, das ist oft einfacher gesagt als getan. Wie können wir diesen Wunsch konkret anpacken?

Meistens können wir das gut, was wir auch mögen. Der eine ist zum Beispiel mutig, kreativ oder lernt gerne etwas Neues, ein anderer ist ausdauernd, führt gerne Gruppen, ist sozialkompetent, fair, organisiert gerne oder ist begeisterungsfähig. Ein guter Weg ist, uns selbst zu beobachten, herauszufinden wo unsere Stärken liegen und diese möglichst oft im Beruf oder Privatleben einzusetzen. Manchmal helfen schon kleine Entscheidungen in die richtige Richtung: Wer gerne lernt, sollte sich in die neue Software einarbeiten statt Tabellen zu prüfen. Wer kreativ ist, sollte nicht unbedingt die Buchhaltung übernehmen. Wer neugierig ist, rennt in der Wildnis statt Runden auf dem Sportplatz. Es geht um Stimmigkeit.

Eurojackpot: 90 Mio. diesen Freitag!
 Und sich vielleicht voll und ganz aufs persönliche Glück konzentrieren können.

Hinweise zur Glücksspielsucht siehe Seite 17

Foto: Getty Images

„Wir haben auch nach einer schmerzhaften Erfahrung die Chance auf Glück.“

„Resilienz“, die persönliche Widerstandskraft, ist zu einem Trendbegriff geworden. Was können wir tun, damit wir Krisensituationen besser meistern?

Was wir in vielen Studien übereinstimmend finden, sind körperliche Stärke, also Fitness und Gesundheit, genug Geld für gute Nahrung, Wohnung und Gesundheitsvorsorge und psychische Ressourcen. So leben psychisch starke Menschen in stabilen Beziehungen und lösen zwischenmenschliche Probleme aktiv. Sie haben enge Bindungen

an ihre Geschwister, die eigene Familie, andere Verwandte, Freunde oder Nachbarn. Sie haben mindestens eine stabile Bezugsperson, der sie vertrauen. Durch ihr Vertrauen, ihren Zusammengehörigkeitssinn und die daraus resultierende warmherzige Zuwendung haben sie das Gefühl, sozial sicher zu sein – das gibt Kraft.

Würden Sie sagen, dass schwierige Lebenssituationen am Ende sogar zu mehr Glück beitragen können?

Ja, viele von uns haben im Leben schmerzhaft Erfahrungen gemacht, wie die unerwartete Trennung eines geliebten Menschen, den Tod des Partners oder der Eltern, eine schwere Krankheit oder andere Ängste. Viele Menschen berichten danach, sie würden das Glück in ihrem Leben stärker wahrnehmen und wären als Person gewachsen. Das

bedeutet aber nicht, dass wir Leid erfahren müssen, um glücklich zu sein. Aber wir haben die Chance auf Glück auch nach einer schmerzhaften Erfahrung. Und bei sehr großen Krisen können wir uns professionelle Hilfe holen. Wie auch immer: Wir können begründet hoffen, dass es uns bessergehen wird. Das zu wissen, ermutigt in dunklen Zeiten.

Hat sich aufgrund Ihrer Erkrankung der Blick auf das „gute Glück“ und auf Ihre Prioritäten im Leben geändert?

Ich beschäftige mich mehr mit Themen, die gut für die Seele sind: Wer viel über Freude, menschliche Wärme, Lernen, Motivation und Wohlbefinden liest, hat kaum eine Chance, schlecht drauf zu sein. Und ich empfinde eine deutliche innere Klarheit: Ich habe keine Zeit mehr für das Künstliche, Aufgesetzte. Wenn es hart auf

Warmherzige Zuwendung, stabile Beziehungen und enge Bindungen an andere Menschen können Kraft geben und das Leben glücklicher machen.

hart kommt im Leben, zählt nur noch, was echt, menschlich und wahr ist.

Noch eine persönliche Frage zum Schluss. Angenommen, Sie gewinnen einen zweistelligen Millionenbetrag, zum Beispiel bei Eurojackpot. Würden Sie Ihr Leben ändern – und wenn ja, wie?

Wir hätten ein Haus am Meer, ich würde auf das Wasser schauen, Cellomusik hören und wunderbare Bücher schreiben.



Foto: Getty Images

Vom Getreide bis zum Mehl

Wer auf die Ernährung achten möchte, sollte zu Produkten mit ausgemahlenem Mehl, also Vollkorn, greifen.

KÖRNER SIND WICHTIG FÜR UNSERE NAHRUNG

Hafer-Müsli, Vollkorn-Nudeln oder Weizen-Mischbrot – Getreide in unterschiedlichen Formen taucht fast in jeder Mahlzeit auf. Aber was ist besonders gesund, und worauf sollten Verbraucher achten?

Mahlvorgang entscheidend

Das beste Getreide gibt es nicht, da sind sich die Ernährungswissenschaftler einig. „Die Unterscheidung ist, wie ausgemahlen das Mehl ist“, sagt Harald Seitz vom Bundeszentrum für Ernährung. Es gebe feingemahlene und ausgemahlene Mehle. Vollkornmehle sind ausgemahlen – in ihnen sind noch der Keim, die Schale und der Mehlkörper enthalten und damit mehr gesunde Inhaltsstoffe. In Weißmehl befinden sich diese nicht mehr.

Helle Brötchen kein Übeltäter

„Die Verteufelung von Weizen ist modern“, sagt Seitz. Der Verzehr von hellen Brötchen oder Baguette sollen sich negativ auf das Gewicht auswirken, sagt der Volksmund. Diese enthalten aber genauso Kohlenhydrate wie andere Mehle, sagt Seitz. Allerdings

seien diese relativ leer an Inhaltsstoffen. Sie enthalten viel Stärke – bestehend aus Zucker-Ketten. Wenn die Stärke nach dem Verzehr aufgespalten wird, steigt der Insulinspiegel im Körper, fällt danach aber zügig wieder ab. Die Folge: Man bekommt erneut Hunger und isst wieder. Bei Vollkorn-Produkten passiert genau das Gleiche. „Weil aber neben der Stärke auch noch andere Ballaststoffe enthalten sind, fällt der Insulinspiegel viel langsamer, und wir bleiben länger satt“, so Seitz. Wegen eben dieser zusätzlichen Inhaltsstoffe sind Vollkorn-Produkte gesünder.

Das Äußere kann täuschen

Nicht jedes dunkle oder körnerhaltige Brot ist Vollkornbrot. Deswegen rät die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE), immer genau hinzuschauen. Die Bezeichnung „Vollkorn“ ist gesetzlich geschützt. Manchmal werden Backwaren dunkel gefärbt, sagt Monika Bischoff, Ernährungswissenschaftlerin im Münchener Krankenhaus Barmherzige Brüder. Malzextrakt oder Zuckerrübensirup auf der Inhaltsliste können Hinweise auf solche Tricks sein. In den Leitsätzen des Deutschen Lebensmittel-

buchs für Brot und Kleingebäck ist vorgegeben, welche Zusammensetzung als Mehrkorn bezeichnet werden darf.

Wertvolle Inhaltsstoffe

Die DGE empfiehlt in ihren Ernährungsregeln, wegen der Ballaststoffe möglichst oft Vollkornprodukte zu verwenden. Die empfohlene Mindestmenge liegt bei täglich 30 Gramm. Das entspricht etwa vier Scheiben Vollkornbrot. Die Darmflora des Menschen braucht Ballaststoffe, sagt Monika Bischoff. „Speziell die vom Hafer sind sehr wertvoll. Dessen Beta-Glucane können das Cholesterin senken.“ Aber in Vollkorn seien noch viel mehr Mineralien enthalten – etwa B-Vitamine, Eisen, Zink, Magnesium und sekundäre Pflanzenstoffe.

Der Dinkel-Mythos

Ein weit verbreiteter Mythos ist, dass Dinkel gesünder als Weizen sei. „Das ist eine ganz spannende Frage“, sagt Ernährungsmediziner Professor Stephan Bischoff von der Universität Hohenheim. „Einige Leute glauben, Weizen nicht zu vertragen, sagen: Dinkel geht besser.“ Das sei wissenschaftlich bisher nicht untermauert.

» Brotbehälter sauber halten

Brot ist anfällig für Schimmel. Daher sollte man Arbeitsflächen, Schneidebretter oder Behälter sehr sauber halten. Sie liefern den Nährboden für Keime, die sich bei Wärme schnell vermehren, erklärt die Initiative „Zu gut für die Tonne!“ des Bundesministeriums für Ernährung.

Keime bekämpfen

Es gelte, den Brotbehälter einmal pro Woche gründlich mit Wasser und Essig zu reinigen. Zur Lagerung seien Brottöpfe aus Keramik oder Ton ideal. Sie sind atmungsaktiv, sorgen für einen guten Austausch von Luft und Feuchtigkeit und verhindern so das Entstehen von Schimmel und ein vorzeitiges Austrocknen. Angeschnittenes Brot sollte immer mit der Schnittseite nach unten aufbewahrt werden.

Tütenverbot

Die Feuchtigkeit aus dem Laibinneren wandert nach außen, wo sie verdunstet. Daher sind Plastiktüten völlig ungeeignet. Auch Papierbeutel seien nicht ideal. Sie entziehen dem Brot Feuchtigkeit und lassen es schneller altern.

» Backen mit Urgetreide

Alte Getreidesorten wie Dinkel, Emmer und Einkorn liegen im Trend. Sie geben Nudeln, Brot, Suppen oder Müsli eine eigene Note. Wer sie zum Plätzchenbacken nutzen will, sollte beachten, dass sich die Teig- und Backeigenschaften gegenüber der Verarbeitung mit Weizen unterscheiden, erklärt die Verbraucherzentrale Bayern.

Anteilig verarbeiten

Einkorn enthält ein sehr weiches Klebereiweiß, was die Teigstabilität beeinträchtigt. Daher verarbeitet man das Urgetreidemehl nur anteilig, rät Ernährungsexpertin Sabine Hülsmann. Es eignet sich prima zur Herstellung von Fruchtbrot und Christstollen. Der nussige Geschmack harmonisiert sehr gut mit Gewürzen wie Zimt und Kardamom. Emmer enthält etwa besonders viel Vitamin E, und Dinkel hat einem hohen Eiweißgehalt.

Täglich Brot – mal nicht vom Bäcker

Selbst gemacht und frisch aus dem Ofen

Viele denken, Brot selbst zu backen sei eine wahre Kunst. Für den Laien hören sich Herstellungsschritte wie Vorteig, Hauptteig, Stock- und Stückgare sowie Schwaden vor dem Backen sehr kompliziert an, und sie neigen eher zur Kapitulation. Es gibt aber Rezepte, die gar nicht so aufwendig sind und in nur wenigen Stufen zum Erfolg führen – zum frischen, selbstgebackenen Brot!



GLÜCKS-BROT



Foto: Unilever/Knorr, Getty Images

Zutaten (für 1 Laib, ca. 18 Scheiben)

- 2 EL Chiasamen
- 50 g Buchweizenmehl
- 100 g zarte Haferflocken
- 1 Pck. Weinstein-Backpulver
- 1 geh. TL gekörnte Gemüse Bouillon Tomate & Paprika (Glas, z.B. von Knorr)
- 1/2 TL Jodsalz
- 250 g Magerquark
- 50 g gehackte Walnüsse
- 50 g Leinsamen
- 50 g Sonnenblumenkerne
- 15 g Sesam

So wird's gemacht:

Chiasamen in einem Gefäß mit 125 Milliliter lauwarmem Wasser verrühren und 30 Minuten quellen lassen. Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Alle restlichen Zutaten

bis auf den Sesam in eine Schüssel geben. Gequollenen Chiasamen zufügen und mit dem Knethaken eines Rührgerätes gut vermengen. Teig in eine leicht gefettete Kastenform (25 Zentimeter) geben, glatt

streichen und mit dem Messer der Länge nach mittig einschneiden. Sesam darüber streuen und mit dem Löffelrücken etwas in den Teig drücken. Backofen auf 160 Grad Umluft herunterregeln und das Brot

auf der zweiten Schiene von unten 55-60 Minuten backen. Herausnehmen und auf einem Kuchengitter vollständig auskühlen lassen. Tipp: Nüsse und Saaten nach Belieben austauschen.

EMMER-EINKORN BROT

So wird's gemacht:

100 Gramm Emmermehl mit wenig Wasser und sehr wenig Hefe zu einem Vorteig anrühren. Diesen Vorteig eine Nacht ruhen lassen. Den Einkornschrot mit kochendem Wasser ansetzen und auf Handtemperatur erkalten (quellen) lassen. Das restliche Mehl, Salz, Hefe sowie Vorteig und gequollenes Schrot etwa fünf Minuten zu einem Teig kneten. Den fertigen Teig eine gute Stunde ruhen lassen, danach auf zwei Kastenformen aufteilen und nochmals eine Stunde gehen lassen. Bei 230 Grad 20 Minuten backen, auf 180 Grad reduzieren und nochmals 20-40 Minuten ausbacken.

Zutaten (für 2 Laibe)

- 600 g Emmermehl
- 200 g Einkornschrot
- 1 Pck. Trockenhefe
- 3 TL Salz
- 700 ml kochendes Wasser
- Körner zum Bestreuen

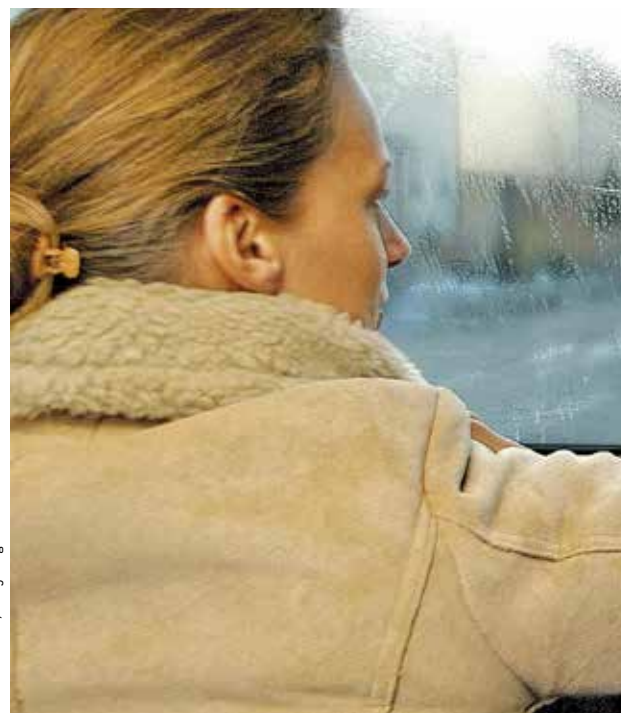
**Gefunden
im Buch**
„Unterschätzte
Getreidearten – Einkorn,
Emmer, Dinkel & Co.“
T. Miedaner, F. Longin
Erling-Verlag
19,90 Euro



Foto: Erling Verlag/Erzeugergemeinschaft Rheinischer Qualitätsdinkel w.V.

Wenn das Auto Aquarium spielt

Fotos: ProMotor, Getty Images



NÄSSE IM AUTO KANN SCHÄDEN VERURSACHEN – SYSTEMATISCH NACH

Draußen ist es kühl und nass, da gehören beschlagene Scheiben im Auto zum Alltag. Ernst wird es, wenn sich gar kein Durchblick mehr einstellen will. Denn Nässe im Auto kann teure Schäden an Polstern und Elektronik anrichten. Dass die Scheiben nach dem Losfahren ein wenig beschlagen, ist im Winter normal. Draußen ist es kalt, dann kondensiert der Atem am kühlen Glas wie im Sommer die Gewitterluft am Bierkrug, erklärt der Zentralverband Deutsches Kraftfahrzeuggewerbe. Kritisch wird es jedoch, wenn Heizung und Gebläse gar nicht mehr gegen den Nebel

ankommen. Denn das deutet auf reichlich Nässe im Innenraum hin, und dann ist eine systematische Fehlersuche gefragt.

• **Läuft das Gebläse, funktioniert die Heizung?** Manche Leute haben Angst vor Schadstoffen und machen deshalb alle Schotten zu. Das ist falsch, denn so steigt die Belastung im verhältnismäßig kleinen Innenraum erst recht. Der fehlende Luftaustausch lässt die Luftfeuchtigkeit weiter ansteigen, die Scheiben beschlagen noch mehr. Besser: Heizung und Lüftung gemäß Bedienungsan-

leitung einstellen, Luftdüsen auf die Fenster ausrichten, so die Kfz-Experten.

- **Umluftschalter prüfen:** Kein Witz, viele Leute fahren mit geschlossener Umluftklappe und wundern sich über angelaufene Fenster. So aber kann kein Luftaustausch erfolgen, die Umluftschaltung muss geöffnet sein.
- **Klimaanlage einschalten:** Die kühlt nicht nur im Sommer, sondern trocknet im Winter auch nasskalte Luft. „Eine laufende Klimaanlage ist daher auch im Winter sinnvoll“, sagt Steffen

Mißbach, Kfz-Experte vom TÜV Rheinland. „Sie entzieht der Luft Feuchtigkeit und ist das effektivste Mittel gegen beschlagene Scheiben.“ Scheibenheizung und Gebläse helfen ebenfalls. Haben die Scheiben die Temperatur des Innenraums erreicht, ist Kondensation nicht mehr möglich.

- **Kein Wasser ins Auto schleppen:** Durchweichte Mäntel und tropfende Schirme gehören in den Kofferraum, Schnee von den Schuhen so gut wie möglich abstreifen, damit sich kein Teich im Fußraum bildet.

Fit durch den Winter

AUTOFAHRER MÜSSEN AUSREICHEND VORSORGE TREFFEN

Winterreifen, Frostschutzmittel, Batterie, Licht – die winterlichen Temperaturen und Witterungsverhältnisse erfordern von Autofahrern besondere Vorsorge, um sicher und pannenfrei durch die kalte Jahreszeit zu kommen, so Manuela Simon vom ADAC Hessen-Thü-

ringen. Die Bereifung sei das A und O bei winterlichen Straßenbedingungen. Der ADAC empfiehlt eine Profiltiefe von mindestens vier Millimetern – wenngleich gesetzlich 1,6 Millimeter vorgeschrieben sind. Auch Ganzjahresreifen sind erlaubt, verschleifen aber schneller. Deshalb sollten gerade

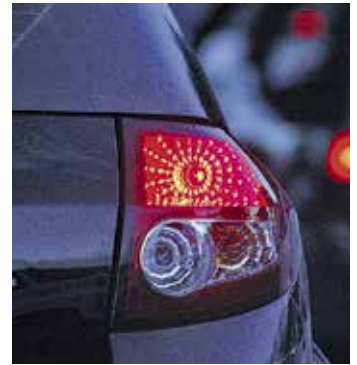
Vielfahrer rechtzeitig auf Winterreifen umrüsten. Im Falle eines Unfalls kann die falsche Bereifung zur teilweisen oder vollständigen Leistungsfreiheit der Versicherung wegen grober Fahrlässigkeit führen. Besonders in Regionen mit hohem Schneeeufkommen gehören Schneeketten an Bord.

Schmuddelwetter

Gerade bei frostigem Schmuddelwetter kommt es darauf an, guten Durchblick zu haben. Deswegen gilt es, das Wischwasser mit entsprechendem Frostschutz zu versehen, damit die Leitungen nicht einfrieren. Das „Sommerwischwasser“ muss komplett



Wisch und weg? Wenn sich Feuchtigkeit hartnäckig im Auto hält, sollte möglichst schnell die Ursache herausgefunden werden.



Auch durch die Rücklichter kann beispielsweise Wasser ins Auto eindringen.

URSACHEN SUCHEN

• **Gummimatten verwenden:** „Solche Matten sind zu empfehlen“, so Mißbach. „Sammelt sich dort Wasser, lässt es sich problemlos außerhalb des Wagens ausschütten.“

Bringen diese fünf Selbsthilfetipps keine grundlegende Besserung, ist die Werkstatt gefragt. Denn dann kann man von größeren Wassermengen im Innenraum ausgehen und muss nun forschen, wie diese hereingekommen sind. Das könnte beispielsweise auf folgende Weise passiert sein:

Pollenfilter verstopft: Zu finden bei Fahrzeugen, deren Besitzer

nicht viel von Wartung halten. Dann kann keine frische Luft ins Auto gelangen und Nässe abtransportieren. Den Pollenfilter einmal jährlich erneuern lassen, empfiehlt der Zentralverband.

Verstopfte Abläufe: Autos sind nie ganz dicht, aber eindringendes Wasser muss auch wieder rauskönnen. Häufigstes Problem: Laub verstopft die Abläufe im vorderen Windlauf, dort, wo die Schlitze vor der Frontscheibe sind. Dann läuft das Wasser über die Luftansaugung für den Innenraum hinein bis unter den

Teppich, sorgt dort für Rost am Bodenblech und Schimmel. Ähnliches betrifft das Schiebedach, dessen hintere Abläufe kaum zu sehen, aber umso öfter verstopft sind.

Undichte Türfolien: Hinter den Türverkleidungen sorgen Plastikfolien dafür, dass an den Seitenscheiben entlang eindringendes Wasser nicht nach drinnen läuft, sondern durch die Türkästen nach draußen. Mit der Zeit lösen sich diese Folien, oder sie können bei Montagearbeiten beschädigt werden.

Defekte Tür- und Klappen-

dichtungen: Logisch, wenn der Gummi in Fetzen hängt, kommt Wasser rein. Gerade bei großen Heckklappen kann aber auch Nässe entlang der Kabeldurchführungen den Weg nach drinnen finden.

Undichte Leuchten: Rücklichter zum Beispiel bieten gleich mehrere Möglichkeiten, Wasser durchzulassen. So kann die Dichtung zur Karosserie mit den Jahren an Spannkraft verlieren oder porös werden; das aus mehreren Einzelteilen geschweißte oder geklebte Gehäuse selbst kann ebenfalls Wasser durchlassen.



Foto: Getty Images

ausgetauscht werden, ansonsten könnte die Mischung ausflocken. Nach dem Auffüllen mit blauem Winter-Scheibenreiniger sollte die Anlage so lange betätigt werden,

bis sich die Mischung über Pumpe und Leitungen bis hin zu den Düsen verteilt hat. Eine Abdeckfolie auf den Scheiben spart Zeit, man muss weniger oder gar nicht

Sehen und gesehen werden: Die Beleuchtung ist in dieser Jahreszeit besonders wichtig.

kratzen. Es müssen jedoch alle Scheiben frei sein, ein „Guckloch“ reicht keinesfalls, ist gefährlich und kann mit einem Bußgeld belegt werden.

Licht und Batterie

Beleuchtung ist in der dunklen Jahreszeit besonders wichtig. Klare Reflektoren, sprungfreie und

regelmäßig gesäuberte Gläser und funktionstüchtige Lampen haben höchste Priorität. Die Scheinwerfereinstellung überprüft am besten ein Fachbetrieb, damit niemand unnötig geblendet wird. Die Autobatterie führt im Winter die Pannen-Hitliste der ADAC Straßenwacht an, denn sie ist in der kalten Jahreszeit stark belastet. Wenn die Batterie bereits bei Temperaturen über dem Gefrierpunkt den Anlasser nur noch müde durchdreht, dann sollte sie unbedingt geprüft und gegebenenfalls rechtzeitig ersetzt werden.

Überleben von Vögeln sichern

IM WINTER IST FÜTTERN SINNVOLL – BEITRAG ZUM ARTENSCHUTZ

Die Winterzeit stellt viele Wildtiere und besonders Vögel auf eine harte Probe, da das Nahrungsangebot meist sehr knapp ist. Viele einheimische Vogelarten ziehen daher in den Süden. Aber es gibt auch Arten, die bei uns überwintern und Unterstützung bei der Nahrungssuche begrüßen würden, weiß der Indus- trieverband Heimtierbedarf (IVH). Wer sich für das Überleben von Sperlingen, Meisen, Rotkehlchen und Co. einsetzen möchte, kann mit sinnvoll eingerichteten Futterstellen seinen Beitrag zum Artenschutz leisten.

Wärmende Daunenjacke

Grundsätzlich können Wildvögel sehr gut mit Temperaturen unterhalb des Gefrierpunktes zurechtkommen. Dabei versuchen sie unnötige Aktivitäten zu vermeiden. Zudem wirkt ihr Gefieder durch unzählige Luftkammern zwischen den Federn wie eine wärmende Daunenjacke. Je kälter die Temperatur, desto stärker plustert der Vogel das Gefieder auf. Ein komplexes Blutgefäßsystem verhindert, dass Vögel über die nackten Beine zu viel Körperwärme verlieren. Aber selbst die besten Anpassungen an die Kälte garantieren kein Überleben, wenn nicht ausreichend Futter zur Verfügung steht. Gerade im ländlichen Raum finden die Vögel immer weniger Nahrung und müssen mehr Zeit und Energie für die Suche investieren.

Zuverlässige Fütterung

Um den Vögeln eine energiezehrende Suche zu ersparen, sollte man die Tiere möglichst frühzeitig an neue Futterstellen gewöhnen. Hierbei ist Geduld gefragt, da es dauern kann, bis die Tiere die Versorgungsstelle entdeckt haben. Haben sie jedoch eine Futterquelle gefunden, wird diese regelmäßig angeflogen. Daher ist es äußerst wichtig, dass der Ort zuverlässig

mit Futter bestückt wird, da sich die Vögel auf die Nahrungsquelle verlassen.

Futtermultifalt

Zudem sollte darauf geachtet werden, dass die unterschiedlichen Vogelarten ihr bevorzugtes Futter erhalten. Sperlinge, Meisen, Amseln, Kleiber oder Spechte lassen sich mit sogenanntem Fettfutter, das aus Hafer- oder Getreideflocken versehen mit Pflanzenfett besteht, sehr gut ernähren. Im Fachhandel findet der Vogelfreund fertige Mischungen, die teilweise mit getrocknetem Obst, Sämereien oder Insekten versehen sind. Zusätzlich bieten sich Meisenknödel, Sonnenblumenkerne sowie verschiedene zerkleinerte Nüsse

(ungesalzene Erdnüsse, Hasel- oder Walnüsse) als wertvolle Energielieferanten an. Ideal zum Überleben: eine Vogeltränke mit frischem Wasser neben der Futterquelle, so die IVH-Experten.

Vor Katzen schützen

Im gutsortierten Fachhandel gibt es kleine Silos für Streufutter, Nüsse oder Sämereien. Auch für die beliebten Meisenknödel finden sich Halter aus Metall, die verhindern, dass größere Rabenvögel oder

andere Tiere das Futter entwenden. Möchte der Vogelfreund die Körner in einem Vogelhäuschen anbieten, so sollte darauf

geachtet werden, dass dieses auf einer freistehenden Fläche platziert und mindestens 1,50 Meter hoch aufgestellt ist. Dann können sich Katzen nicht unbemerkt an die pickenden Vögel anschleichen. Bei allen Darreichungsformen sollte darauf geachtet werden, dass diese gut angeflogen werden können und dass ein kleines Dach vor übermäßiger Nässe schützt.

Hygiene

Früher oder später kann es bei Futterstellen zu Verunreinigungen kommen. Bei Futtersilos oder Metallhaltern für Meisenknödel ist das Risiko deutlich geringer als bei Häuschen. Bei Letzterem kommen die Tiere direkt mit dem Futter in Kontakt und können es durch den Eintrag von Schmutz oder auch Kot verunreinigen. Vor dem erneuten Befüllen sollte altes Futter und Schmutz gründlich entfernt werden. Außerdem sollte auch bedacht werden, dass heruntergefallenes Futter Mäuse oder Ratten anziehen kann. Deshalb ist auch das regelmäßige Reinigen des Umfelds ratsam. Tauscht der Vogelliebhaber bei den Reinigungsintervallen noch das Wasser in der Vogeltränke aus, steht den Tieren ein durchgängig gedeckter Tisch zur Verfügung. So wird ihnen das Überleben im Winter erleichtert und man sorgt gleichzeitig dafür, dass wohlgenährte Vogel-Eltern im Frühjahr für zwitschernden Nachwuchs bereit sind.

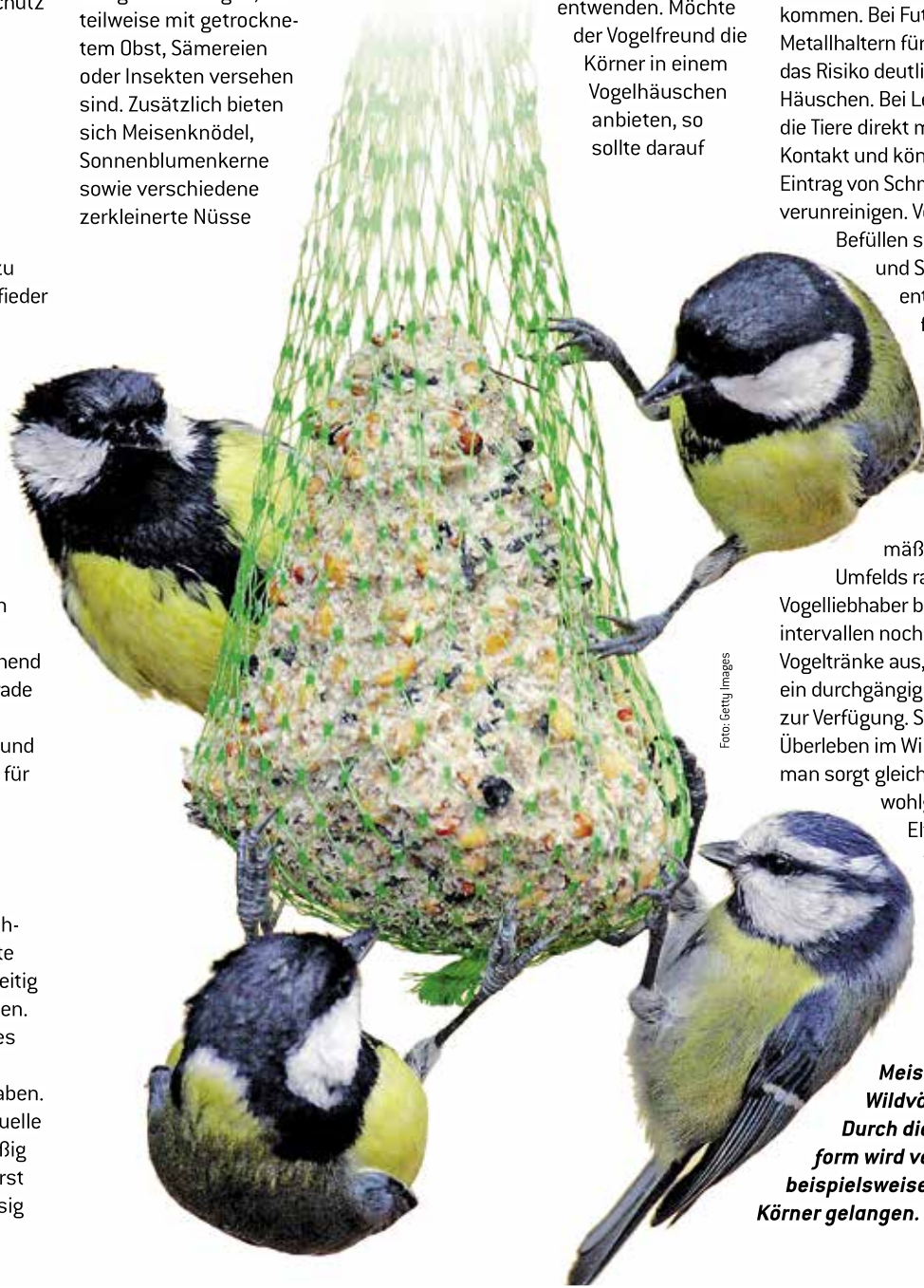


Foto: Getty Images

Meisenknödel sind bei Wildvögeln sehr beliebt. Durch die Darreichungsform wird verhindert, dass beispielsweise Tauben an die Körner gelangen.

» Haar- pflege mit Trockenöl

Im Winter trocknet nicht nur die Haut schnell aus, sondern auch die Haare werden durch Heizungsluft und ständig wechselnde Temperaturen stark beansprucht. Wer seine Haare pflegen möchte, kann zu verschiedenen Pflegeprodukten greifen. Allerdings sollte man beachten, dass beispielsweise klassische Pflegeöle einen Nachteil haben. Ihr hoher Anteil an gesättigten Fettsäuren, der auch die Pflege bewirkt, lässt sie nicht vollständig ins Haar einziehen. Dadurch wird das Haar beschwert und es bleibt eine fettige Schicht auf der Oberfläche zurück.

Fettsäuren

Besser sind in diesem Punkt sogenannte Trockenöle. Sie enthalten ungesättigte Fettsäuren, weshalb das Haar diese Produkte komplett aufnimmt. Daher raten die Experten der Zeitschrift „Cosmopolitan“ (Ausgabe Februar 2020) zu Trockenölen, wenn man die Haare nicht beschweren möchte. Sie pflegen allerdings nicht ganz so intensiv. Der Name Trockenöl für die ebenfalls flüssigen Produkte geht auf diese Wirkung zurück: Die Produkte trocknen beziehungsweise ziehen eben schneller ein als andere Pflegeöle.



Bei Pflegeölen ist es ratsam, sehr genau auf die Inhaltsstoffe zu achten.



Tägliches Eincremen ist besonders an kalten Tagen ratsam.

Trockene Haut richtig pflegen

SO WIRD DAS ORGAN BEI KÄLTE UNTERSTÜTZT

Trockene Haut ist im Winter ganz normal. Betroffene sollten sich allerdings darum kümmern und sehr trockene Stellen gründlich pflegen, heißt es in der Zeitschrift „HausArzt“. Ansonsten bilden sich schnell schmerzhafte Entzündungen, sogenannte Trockenheitsekzeme. Betroffen sind vor allem Unterschenkel, Rumpf, Arme und Kopfhaut, bei Älteren eher als bei Jüngeren: Denn im Alter hat die Haut oft Probleme, Fett und Feuchtigkeit dauerhaft zu binden.

Rückfettend

Die Entzündungen sind eigentlich sogar ein gutes Zeichen – ein Hinweis nämlich auf ein funktionierendes Immunsystem. Die Ekzeme entstehen, wenn sich in sehr trockener und rauer Haut Risse bilden, durch die Bakterien oder Pilze eindringen. Mit Entzündungszellen versucht der Körper dann, die Eindringlinge abzutöten und die Haut zu reparieren. Unangenehm sind die Entzündungen aber natürlich trotzdem. Bekämpfen lassen sie sich zum Beispiel mit Cortison-

Cremes. Tägliches Eincremen mit rückfettenden Pflegemitteln sorgt dafür, dass Trockenheit und Ekzeme gar nicht erst entstehen. Und milde Reinigungsmittel sind gerade in kalten Jahreszeiten besser als starke Duschgels oder Seifen: Diese entziehen der Haut zusätzliche Feuchtigkeit.

Lebensstil

Nicht nur Kälte beeinflusst das Hautbild. Auch ein ungesunder Lebensstil kann sich im Gesicht widerspiegeln. Zu wenig Schlaf, zu viel Zucker und zu viel Alkohol können der Haut etwa Nährstoffe, Mineralien und Wasser entziehen. Dadurch wirkt der Teint häufig fahl und trocken. Wer zu viel Zucker gegessen hat, sollte Naschkram sowie Weißmehl reduzieren. Um die Haut zu stärken, kann man beruhigende Cremes und Seren auftragen. Zusätzlich ist es gut, die Durchblutung zu fördern.

Feuchtigkeit ist wichtig

Um die Haut anzuregen, neues Kollagen zu produzieren, können Behandlungen mit Retinol helfen.

Das gilt auch für ein Needling bei der Kosmetikerin – also eine Behandlung mit einem Derma-roller, der viele feine Nadeln hat, die in die oberste Hautschicht stechen. Häufig braucht die Haut vor allem Feuchtigkeit – und diese können entsprechende Ampullen, Cremes oder Seren ihr geben.

In Schwung bringen

Gegen Rötungen, die im Winter häufig auftreten, hilft eine kleine Lymphmassage – dafür die Pflege mit pressenden Bewegungen von der Gesichtsmitte nach außen auftragen. So kommt gestaute Flüssigkeit im Gewebe in Bewegung. Wenig Schlaf zeigt sich meist um die Augenpartie. Denn dort ist die Haut dünner, so scheinen geweitete Blutgefäße dunkler durch. Wer die Haut unterstützen will, kann vor dem Zubettgehen ein vitalisierendes Vitamin-C- oder Retinol-Serum einklopfen. Zudem empfehlenswert: Produkte mit Vitamin B3 sowie Niacin sollen den Hautstoffwechsel anregen.



Foto: TVB Großarl/dpa-mag

Im Großarl können Winterurlauber, die keine Lust auf Abfahrtski haben, auch Schneeschuh-Wanderungen unternehmen.

Auf Schneeschuhen durchs Großarl

VIELE AKTIVITÄTEN ABSEITS DER PISTENVIELFALT

Safety first! „Zunächst mal alle den Pieper rausholen, anstellen und prüfen“, fordert Edi Hutegger. Der Pieper heißt offiziell LVS-Gerät und kann im Falle einer Lawine überlebenswichtig werden. Gäste, die ohne die Kombination aus Sonde, Schaufel und LVS-Gerät mit auf Tour gehen wollen, darf Edi nicht mitnehmen. Der Guide hat zur Sicherheit stets ein ganzes Set an Ersatzbatterien im Gepäck. Er bietet im Großarl, südlich von Salzburg, einen Schnupperausflug für unerfahrene Skitouren-Geher an.

Der Verein „Berg-Gesund“ bezahlt Edi für die vierstündige Tour.

Bergsteigerdorf

Die Region Großarl gehört zum Verbund „Ski amadé“, der insgesamt 760 Kilometer Pisten umfasst, verteilt auf 25 Orte in Salzburg und der Steiermark. Von Großarl führt eine Skischaukel ins Nachbartal nach Dorfgastein. Warum bei solch einer Vielfalt ausgerechnet auf Bewegungsangebote abseits der Piste setzen? Weil auch Neueinsteiger mit Hilfe von Bergführern heil ins Gelände kommen sollen – und natürlich wieder zurück. „Die Idee ist ursprünglich im Alpenverein entstanden“, sagt Thomas Wirnsperger, Geschäftsführer im Tourismusverband Großarl. Damit auch Gäste, die nicht Mitglieder eines Alpenvereins sind, die Angebote nutzen können, wurde der Verein „Berg-Gesund“ gegründet.

Eisklettern

Das Konzept: Der Verein bietet ganzjährig Aktivitäten an – von Anfang Dezember bis Mitte April sind es rund 160, darunter Schneeschuh-Wandern und Eisklettern. Der Kletterfelsen „Bretteipalpen“ etwa vereist jeden Winter und wird damit zum Spielplatz für Eiskletterer. Eine rechtzeitige Anmeldung für diese und andere Aktivitäten ist ratsam. Für Gäste von Mitgliedsbetrieben des Vereins ist die Teilnahme kostenlos, alle anderen zahlen 30 bis 50 Euro pro Aktivität, dazu kommen Kosten für Leihhausrüstung und Transport. 70 Prozent aller Herbergsbetriebe im Tal seien Mitglied in dem Verein, betont Wirnsperger. Den örtlichen Skischulen wolle man aber keine Konkurrenz machen – Langlauf wird daher zum Beispiel nicht angeboten.

» Skihelm darf nicht verrutschen

Ein Skihelm darf auch mit geöffnetem Kinnkurt nicht verrutschen, wenn der Träger den Kopf nach unten senkt oder schüttelt, erklärt der TÜV Süd. Gleichzeitig gilt: Unangenehm drücken sollte er ebenfalls nicht. Neben dem richtigen Sitz sollten Wintersportler beim Kauf auch ein Augenmerk auf die Ausstattung legen: Wer beim Skifahren viel schwitzt, achtet auf herausnehmbares, waschbares Innenfutter und Ohrenpads. Generell sollten Helme eine ordentliche Belüftung haben.

Haltbarkeit 5 Jahre

Schweiß, Feuchtigkeit und Sonnenstrahlung lassen Material altern, warnen Experten. Ihr Rat: Helme nach spätestens fünf Jahren austauschen. Schlägt man mit dem Helm bei einem Sturz hart auf, sollte man ihn nicht mehr nutzen und lieber einen neuen kaufen. Ein weiteres Detail, auf das Wintersportler beim Kauf achten sollten, ist das Produktionsdatum. Dieses findet sich nach Angaben des TÜV Süd in der Regel an der Helm-Innenschale sowie – in Form von Hängeetiketten – in der Gebrauchsanweisung. Meist sei es mit einem Fabriksymbol gekennzeichnet. Mehr als fünf Jahre sollte das Produktionsdatum eines Helms nicht zurückliegen.

Passende Skibrille

Komplett wird der Kopfschutz erst durch eine passende Skibrille, die die Augen vor UV-Strahlung, Schnee und Wind sowie möglicherweise schweren Verletzungen bei Stürzen schützt. Zudem sorgt sie für bessere Sicht und damit ebenfalls mehr Sicherheit beim Fahren. Die Skibrille sollte – wie der Helm – nicht verrutschen und zugleich bequem sitzen. Die Augen werden von ihr möglichst weit umschlossen. Der obere Rand der Brille schließt idealerweise mit dem Helm ab. Nicht jede Skibrille passt aber zu jedem Helm. Wintersportler nehmen ihren Helm daher lieber mit, wenn sie eine neue Skibrille kaufen.

Großarl

Lage: Anreise: Mit dem Zug bis zum Bahnhof St. Johann/Pongau. Weiter mit dem Postbus oder per Taxi ins Großarl mit den Orten Großarl (4.600 Gästebetten) und Hüttschlag (470 Gästebetten). Mit dem Auto über die Tauernautobahn (A 10) bis zum Knoten Pongau/Bischofshofen und weiter auf der B 311 nach nach St. Johann/Pongau. Der nächste Flughafen Salzburg ist rund 70 Kilometer vom Großarl entfernt.



Entschleunigt genießen

IM WINTER ENTFALTET KRETA EIN BESONDERES FLAIR

Auf der Farm von Giannis Bouleros in Litsarda im Nordwesten von Kreta wachsen das ganze Jahr über Kräuter. Der Lavendel riecht auch im Winter intensiv, der Rosmarin schimmert sattgrün. Er pflückt Fenchel, Calendula und Minze für den Salat. Im Gewächshaus zieht der Grieche junge Pflanzen, die im Frühjahr hinaus ins Freie kommen. Tomaten, Auberginen, Zucchini hat er ausgesät.

Fleisch und Gemüse

Was Giannis nicht selbst im Garten hat, das gibt es bei den Nachbarn. Orangen- und Zitronenbäume etwa, die auch im Winter mit Früchten behangen sind. „Wir tauschen“, sagt der Landwirt, der sich den Traum von einer nachhaltigen Farm erfüllt hat. Giannis bereitet außerdem mit seiner Freundin Julie, einer Köchin aus Seattle, kretische Spezialitäten zu. Im Winter – wenn nur wenige Auswärtige da sind – geht es entschlunigter zu als im Sommer. Im Landesinneren von Kreta wird viel Fleisch verzehrt. Dazu serviert Giannis das Gemüse, das in seinem Garten wächst. Die Gäste arbeiten

mit, sie schälen und schneiden. Alles kommt in einen großen Bräter hinein: Ziegenfleisch, Möhren, Kartoffeln, Zwiebeln, Gewürze, Kräuter. Dann gießt der Koch das Ganze mit Olivenöl und Hauswein an und der Bräter verschwindet im Ofen.

Oliven und Wein

Während das Essen im Ofen schmort, schauen Freunde und Nachbarn vorbei. Der Winzer Panteleis Sapounakis bringt Rotwein mit und bleibt kurzerhand zum Essen. „Schon seit 4.000 Jahren wird auf der Insel Wein angebaut und gekeltert“, weiß er. Die Böden und das Klima seien nicht nur für Oliven optimal, sondern auch für Rotwein. Olivenöl sei das Lebenselixier der Insel. „Davon brauchen wir alle extrem viel“, sagt Maria Chavaledaki. Sie betreibt zusammen mit ihrer Familie eine kleine Presse, in der nach alter Methode Öl gewonnen wird: mit zwei riesigen Steinen, die die Oliven zerquetschen. „Fast jeder Haushalt presst in Kreta sein eigenes Öl, viele besitzen eigene Olivenbäume“, sagt Chavaledaki.

ki. Rund 35 Millionen Bäume stehen auf der Insel. Der Statistik zufolge verbraucht jeder Kreter rund 50 Liter Öl pro Jahr.

Im Erdloch gegart

In Drakona in der Nähe von Chania betreibt Stelios Trilyrakis in den Bergen auch im Winter sein Restaurant Ntounias. Er kocht nach traditioneller Art auf einem offenen Feuer vor dem Haus. Eine gusseiserne Pfanne und zwei Töpfe stehen auf dem Herd. Darin köcheln Fleisch und Gemüse. Stelios hat Fleisch von der Jagd mitgebracht und Grünes im eigenen Garten geerntet. Das Ziegenfleisch, das Stelios eingewickelt in Pergament an den Tisch bringt, ist so weich, dass es sich ohne Messer zerteilen lässt. „Das Fleisch hat 24 Stunden in einem Erdloch gegart“, erklärt Stelios. Tsatsiki gibt es auch

– aber im Winter mit Möhren. „Die Gurken haben jetzt keinen guten Geschmack“, sagt er.



Kreta

Lage: Kreta ist die größte griechische Insel. Von West nach Ost erstreckt sie sich über rund 260 Kilometer. Von Nord nach Süd ist sie an den schmalsten Stellen nur 12 Kilometer breit.

Anreise: Im Winter reisen Deutsche über Athen nach Kreta. Lufthansa und Aegean Airlines fliegen Athen mehrmals am Tag an.

Unterkunft: In Chania und Heraklion gibt es ganzjährig Übernachtungsmöglichkeiten und Bewirtung.

Zitronen (kl. Bild) wachsen auf Kreta das ganze Jahr. Oliven werden dort zwischen November und Ende Januar geerntet (unten) – das Öl ist das Lebenselixier der Insel.



Ihre Glückssterne

vom 8. – 14. Februar 2020



Widder (21.3. – 20.4.)

Denken Sie über ein neues Projekt in Ruhe nach. Sie erkennen, was Sie optimieren können. Herrlich präsentiert sich unter Venus die Liebe. Glückstag: Freitag



Stier (21.4. – 20.5.)

Wagen Sie den ersten Schritt, wenn Sie ein Vorhaben angehen möchten. Sie haben Ideen und wirken auf Ihre Lieben und Freunde überzeugend. Glückstag: Mittwoch



Zwillinge (21.5. – 21.6.)

Sie überraschen Ihre Lieben gerne mit etwas Schönerem. Ihrer Partnerschaft geben Sie so frischen Schwung. Im Freundeskreis schlichten Sie Streit. Glückstag: Montag



Krebs (22.6. – 22.7.)

Was möchten Sie verändern? Überlegen Sie es in Ruhe, und handeln Sie dann entsprechend. Ihre Lieben geben Ihnen dafür den nötigen Rückhalt. Glückstag: Mittwoch



Löwe (23.7. – 23.8.)

Stärken Sie sich gezielt mit einer ausgewogenen Ernährung und Sport. Im Job lohnt es sich, Entwicklungen erst mal in Ruhe abzuwarten. Glückstag: Freitag



Jungfrau (24.8. – 23.9.)

Sagen Sie, was Ihnen am Herzen liegt, und setzen Sie sich selbstbewusst dafür ein. Sie werden so beeindruckend und manchen für sich gewinnen. Glückstag: Dienstag



Waage (24.9. – 23.10.)

Setzen Sie sich nicht unter Druck, wenn manches nicht sofort gelingt. Schrittweise kommen Sie voran, und Sie können manches vorgeben. Glückstag: Donnerstag



Skorpion (24.10. – 22.11.)

Eine Neuigkeit kann Sie sehr erfreuen. Zeigen Sie es auch. Es hilft sehr, wenn Sie Ihre Gefühle ausleben und insgesamt offen sind. Glückstag: Freitag



Schütze (23.11. – 21.12.)

Es lohnt sich, Arbeiten in Ruhe anzugehen und Einflüsterungen anderer zu überhören. Sie spüren, was Sie weiterbringt. Vertrauen Sie Ihrer Intuition. Glückstag: Montag



Steinbock (22.12. – 20.1.)

Sie beweisen, dass Sie sich intensiv in Projekte einarbeiten können, die für Sie fremd und ungewohnt sind. Damit beeindruckt Sie ganz enorm. Glückstag: Donnerstag



Wassermann (21.1. – 19.2.)

Lassen Sie sich beim Einkauf nichts Unnötiges andrehen. Prüfen Sie, was Sie wirklich benötigen, und erstellen Sie einen Haushaltsplan. Glückstag: Dienstag



Fische (20.2. – 20.3.)

Gönnen Sie sich Rückzüge, und tauchen Sie in die Welt Ihrer Fantasie ein. Notieren Sie Ihre tollen Ideen. Sie können manche in Kürze umsetzen. Glückstag: Freitag



DIESE WOCHE IM KREUZWORTRÄTSEL ZU GEWINNEN:

Auszeit vom Alltag in Bad Mergentheim

Die historische Stadt Bad Mergentheim ist eines der größten Kur- und Heilbäder Baden-Württembergs. Auch für Kultur und kulinarischen Genuss ist die Stadt an der Tauber bekannt. Genießen Sie die Altstadt, das Residenzschloss Mergentheim mit Deutschordensmuseum und den Kurpark mit Gradierpavillon. Das „Bundschu“ in Bad Mergentheim ist Ihr sympathisches Hotel mit fränkischer Seele. Nach der Erkundung der Stadt kommt die Entspannung nicht zu kurz: Ob Sie in der Finnischen Sauna richtig schwitzen, im Sole-Dampfbad einfach durchatmen oder eine Massage genießen – der hoteleigene Wellnessbereich bietet ein umfangreiches Angebot.

Wir verlosen vier Übernachtungen für zwei Personen inklusive Halbpension, einlösbar in der Vor- oder Nachsaison. Die An- und Abreise erfolgt in Eigenregie.

Infos: www.bad-mergentheim.de und www.hotel-bundschu.de

Teilnahmebedingungen

Senden Sie die Lösung per E-Mail an kreuzwortraetsel@westlotto.com

Bitte geben Sie Name, Anschrift, Telefonnummer und Geburtsdatum an. Sie können die Lösung auch telefonisch durchgeben (Anschrift nicht vergessen, Nachname buchstabieren). Wählen Sie einfach die

Tel.-Nummer 01 37 8 10 10 62

[50 Cent pro Anruf, ggf. abweichende Preise aus dem Mobilfunknetz].

Einsendeschluss: 10. Februar 2020

Teilnahme ab 18 Jahre. Bis 18 Uhr muss Ihr Anruf bzw. Ihre E-Mail bei WestLotto registriert sein.

Postkarten, Briefe, Fax oder andere abweichende Mitteilungsformen werden nicht berücksichtigt. Mehrfachteilnahmen können ausgeschlossen werden. Mitarbeiter von WestLotto und deren Angehörige dürfen leider nicht teilnehmen. Sollten mehr richtige Lösungen eingehen als Preise vorhanden, entscheidet unter Aufsicht das Los. Gewinne können weder umgetauscht noch ausbezahlt oder übertragen werden (Rechtsweg ausgeschlossen). Auslieferung ab Lager. Modellabweichungen möglich.

Gewinner aus Glück 4/2020

B. Altbauer, Herne



S
U
D
O
K
U

Auflösung
SUDOKU
GLÜCK 4

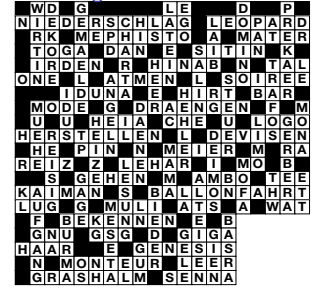
7 5 1 4 2 8 6 3 9
4 6 9 7 3 1 8 5 2
8 3 2 5 9 6 7 1 4
3 7 5 2 8 4 9 6 1
1 8 6 9 5 7 4 2 3
2 9 4 6 1 3 5 8 7
9 1 3 8 7 5 2 4 6
6 2 8 1 4 9 3 7 5
5 4 7 3 6 2 1 9 8

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

Die Zahlen von 1 bis 9 sind so in das Raster einzutragen, dass sich jede Zahl nur jeweils einmal in einem Neunerblock, in den Vertikalen und in den Horizontalen befindet.

ein Buchhändler	▽	▽	afghan. Gewicht (4,5 kg)	nach und nach (franz.)	▽	niederl. TV-Modell (Sylvie)	Fremdwortteil: Volk	▽	Berg-einschnitt	gering erachten	besinnungsloser Zustand	▽	Pappel mit fast runden Blättern	▽	ausgelassen spielen	▽	stabiler Kopfschutz	ugs.: altes Pferd	biblischer Patriarch
▽	▽	▽	▽	▽	hinterher	▽	▽	▽	▽	▽	▽	9	Singvogel	▽	▽	▽	▽	▽	
Edelknabe	▽	▽	Wundsekret	▽	▽	▽	kyrillisches Alphabet	▽	französischer Kaiser, † 1821	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	
ein Werkzeug	▽	▽	2	zeternd, laut meckern	▽	kleinstes Teilchen	▽	▽	▽	▽	holländische Stadt	▽	▽	Adelschicht im alten Peru	▽	▽	▽	▽	
▽	1	Kosten, Auslagen	2	Auslandsvertretung	▽	6	▽	Tortur	▽	int. Raumstation (Abk.)	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	
altes Seenotfunkzeichen	deutscher Vizeadmiral †	▽	arabisches Sohn	▽	Gewicht der Verpackung	große Distanz	11	TV-Gerät	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	
Hunger	▽	▽	Bewahrung	▽	Herrscher-sitz	▽	▽	Hausdurchsuchung	▽	Ausruf des Nichtgefallens	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	
▽	▽	Trauben-ernte	Skandal	▽	▽	alt-nord. Dichter und Sänger	schwarzer Vogel	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	
süd-deutsche Brauerei	Feder-wechsel der Vögel	fischen	Aussatz	▽	4	Heißwasser-speicher	altgriech. Philo-sophen-schule	▽	Vorfahr	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	
Kunstförderer	▽	▽	amerikanischer Bauer	Teil des Gebis-ses	8	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	
▽	▽	Vorfeld einer Festung	Hafenstadt in Süd-portugal	▽	▽	kostbar, selten	byzantinische Prin-zessin	flache Hülsen-frucht	18	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	
poetisch: Nadelwald	enorm groß	13	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	
Seehund (engl.)	3	▽	Dorf	▽	▽	ägyptische Münz-einheit	Teil des Mittel-meers	5	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	
Prophet im A.T.	▽	▽	Nonnen-kloster auf Kreta	Schüler-sprache: Schule	17	Oratorium von Händel	englisch: eins	12	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	
▽	7	nikotin-haltige Pflanze	gego-renes Milch-produkt	▽	▽	Kompo-nist von „König Hirsch“	ein Halb-edelstein	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	
süd-deutsche Haus-flur	Krater-see	Fluss durch Rom	15	Dring-lich-keits-vermerk	ein Säuge-tier	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	
Fluss durch Lüttich	14	arabi-scher Wüsten-brunnen	Kamin	▽	kleines Längen-maß (Abk.)	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	
eine Wurst-sorte	männ-licher franz. Artikel	mittlere Männer-stimm-lage	16	▽	franzö-sisch: man	Abk.: Länder-kammer	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	
▽	▽	eng-lische Bier-sorte	altes Längen-maß	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	
Best-leistung	10	Wasser-stelle für Tiere	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	

Auflösung des Rätsels Nr. 5/2020



[1-17] AUF DER GANZEN LINIE

Teilnahme an Gewinnspielen: Hinweise zu Ihren Rechten und den gesetzlichen Grundlagen zum Datenschutz
 Verantwortlich im Sinne der EU-Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) für die nachfolgend beschriebene Datenverarbeitung ist die Westdeutsche Lotterie GmbH & Co. OHG (siehe Impressum).
 Bei Fragen zum Thema Datenschutz bei WestLotto können Sie sich an die oben genannte Adresse oder per E-Mail an unseren Datenschutzbeauftragten wenden (datenschutz@westlotto.de).
 Beteiligen Sie sich an einem Gewinnspiel, verwenden wir Ihren Namen und Ihre Adressdaten für die Durchführung des Gewinnspiels und ggf. die Zusendung der Gewinne. Anhand des Geburtsdatums prüfen wir Ihre Volljährigkeit. Ihre Daten werden grundsätzlich ausschließlich von WestLotto verarbeitet und nicht an Dritte weitergegeben. Ausnahmen betreffen die Fälle, in denen der Gesetzgeber die Weitergabe der Daten verlangt oder vorsieht. Zur Über-

weisung von Geld-Gewinnen übermitteln wir die hierfür erforderlichen Daten an unser Bankinstitut. Zur Zustellung von Sachgewinnen kann die Weitergabe an unseren Gewinnspielpartner oder eine Logistikfirma nötig sein. Wir löschen Ihre Daten drei Monate nach dem Gewinnspiel. Sofern seitens WestLotto Gewinne überwiesen oder Sachgewinne ausgeliefert wurden, speichern wir Ihre Daten und den entsprechenden Betrag aus buchhalterischen und anderen gesetzlichen Gründen für die Dauer der jeweils gesetzlich bestimmten Speicherpflichten.
 Wenn Sie sich über sämtliche Datenschutzrechte in Zusammenhang mit WestLotto-Angeboten oder -Produkten informieren wollen, erkundigen Sie sich bitte hierzu unter www.westlotto.de/dsgvo oder lassen Sie sich die Datenschutzhinweise in der WestLotto-Annahmestelle ausdrucken.

IMPRESSUM

Westdeutsche Lotterie GmbH & Co. OHG
 Redaktion GLÜCK
 Weseler Straße 108-112, 48151 Münster
 E-Mail: glueckzeitung@westlotto.com
 Fragen und Anregungen: WestLotto-Service-Center
 Tel.: 0251/7006 1222 · E-Mail: info@westlotto.com
 Gesamtleitung: Carolin Schumacher
 Leitender Redakteur: Martin Gruse
 Redaktion: Jörg Hessel, Ulla Zudrop, Yvonne Rathmann
 Layout und Produktion: Friedhelm Schneider
 Herstellung, Druck: Weiss-Druck
 Hans-Georg-Weiss-Str. 7, 52156 Monschau, Tel.: 02472/9820
 Themendienst: dpa-Magazin
 Titelfoto: Getty Images
 Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Bildmaterial und Unterlagen wird keine Haftung übernommen. Veröffentlichung der Systeme sowie alle Zahlenangaben ohne Gewähr. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung der Redaktion.

Mittwoch, 29. Januar 2020



Spieleinsatz Euro 22.556.063,00
Gewinnzahlen Superzahl
17 22 24 39 48 49 0

Klasse 1 (6+SZ)	unbesetzt	8.423.925,10
Klasse 2 (6)	unbesetzt	868.653,30
Klasse 3 (5+SZ)	28 x	15.511,60
Klasse 4 (5)	232 x	5.616,20
Klasse 5 (4+SZ)	1.570 x	276,60
Klasse 6 (4)	17.037 x	50,90
Klasse 7 (3+SZ)	29.190 x	29,70
Klasse 8 (3)	343.945 x	11,30
Klasse 9 (2+SZ)	229.582 x	5,00

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge Superzahl
22 24 48 17 49 39 0

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

01.01.2020	7	13	17	37	42	44	8
08.01.2020	2	3	11	25	27	35	2
15.01.2020	2	8	24	31	43	46	4
22.01.2020	3	16	23	33	41	47	4



Spieleinsatz Euro 5.294.750,00
Gewinnzahl 0 1 8 9 3 8 7

Klasse 1	7 Endz.	unbesetzt	5.606.396,30
Klasse 2	6 Endz.	2 x	77.777,00
Klasse 3	5 Endz.	21 x	7.777,00
Klasse 4	4 Endz.	221 x	777,00
Klasse 5	3 Endz.	2.311 x	77,00
Klasse 6	2 Endz.	21.990 x	17,00
Klasse 7	1 Endz.	237.470 x	5,00

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

01.01.2020	7	9	6	0	0	4	5
08.01.2020	4	1	9	6	4	3	1
15.01.2020	3	8	8	6	2	7	9
22.01.2020	5	0	3	2	8	1	7



Spieleinsatz Euro 2.237.723,75
Gewinnzahl 4 8 8 5 6 6

Klasse 1	6 Endz.	3 x	100.000,00
Klasse 2	5 Endz.	22 x	6.666,00
Klasse 3	4 Endz.	180 x	666,00
Klasse 4	3 Endz.	1.915 x	66,00
Klasse 5	2 Endz.	19.801 x	6,00
Klasse 6	1 Endz.	168.597 x	2,50

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

01.01.2020	0	1	9	0	9	0
08.01.2020	9	7	3	3	2	4
15.01.2020	8	1	6	8	5	8
22.01.2020	7	7	2	5	2	8

LOTTO 6 aus 49 Gewinnchance in Klasse 1 = 1:139.838.160

Spiel 77 Gewinnchance in Klasse 1 = 1:10.000.000 SUPER 6 Gewinnchance in Klasse 1 = 1:1.000.000

Bei jeder Ziehung entscheidet der Zufall über die gezogenen Zahlen.

1	716	2	717	3	756	4	721	5	705	6	776	7	723	8	677	9	727	10	699
11	730	12	698	13	659	14	700	15	687	16	728	17	717	18	722	19	716	20	677
21	674	22	738	23	707	24	713	25	748	26	767	27	745	28	678	29	711	30	708
31	766	32	726	33	745	34	706	35	711	36	723	37	712	38	770	39	717	40	706
41	744	42	738	43	762	44	713	45	658	46	693	47	729	48	716	49	745	LOTTO	
0	280	1	306	2	291	3	300	4	319	5	312	6	304	7	306	8	284	9	290

LOTTO 6 aus 49 Wie oft gezogen (rote Zahl) · Superzahl (blaue Zahl) · Wie lange nicht gezogen (schwarze Zahl)
Bekanntgabe der Gewinnzahlen im ZDF am Mittwoch, 18.54 Uhr, in der ARD am Samstag, 19.57 Uhr.

Samstag, 1. Februar 2020



Spieleinsatz Euro 46.751.636,00
Gewinnzahlen Superzahl
7 8 12 32 42 47 6

Klasse 1 (6+SZ)	unbesetzt	11.416.029,80
Klasse 2 (6)	1 x	2.547.685,60
Klasse 3 (5+SZ)	82 x	10.238,00
Klasse 4 (5)	690 x	3.650,00
Klasse 5 (4+SZ)	4.745 x	176,90
Klasse 6 (4)	39.972 x	42,00
Klasse 7 (3+SZ)	94.100 x	12,80
Klasse 8 (3)	774.600 x	9,70
Klasse 9 (2+SZ)	718.678 x	5,00

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge Superzahl
47 8 42 32 12 7 6

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

04.01.2020	1	7	13	18	27	30	1
11.01.2020	10	19	28	37	42	48	9
18.01.2020	12	14	22	32	41	43	3
25.01.2020	9	12	28	30	34	43	3

Der Jackpot geht auf die Mittwochsziehung vom 5. Februar über. Gewinnsumme in Klasse 1 ca. 13 Mio. Euro.



Spieleinsatz Euro 13.493.422,50
Gewinnzahl 3 6 6 8 5 9 8

Klasse 1	7 Endz.	unbesetzt	6.565.778,60
Klasse 2	6 Endz.	8 x	77.777,00
Klasse 3	5 Endz.	67 x	7.777,00
Klasse 4	4 Endz.	541 x	777,00
Klasse 5	3 Endz.	5.002 x	77,00
Klasse 6	2 Endz.	49.910 x	17,00
Klasse 7	1 Endz.	530.599 x	5,00

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

04.01.2020	9	3	3	8	0	2	9
11.01.2020	7	3	5	5	8	2	0
18.01.2020	0	5	1	1	1	3	1
25.01.2020	5	1	0	2	3	8	5



Spieleinsatz Euro 5.625.633,75
Gewinnzahl 7 4 2 1 2 2

Klasse 1	6 Endz.	2 x	100.000,00
Klasse 2	5 Endz.	38 x	6.666,00
Klasse 3	4 Endz.	370 x	666,00
Klasse 4	3 Endz.	3.660 x	66,00
Klasse 5	2 Endz.	36.571 x	6,00
Klasse 6	1 Endz.	369.454 x	2,50

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

04.01.2020	7	3	0	0	6	4
11.01.2020	3	6	0	5	2	0
18.01.2020	2	7	3	7	4	4
25.01.2020	4	7	9	7	3	9



Gewinnzahlen

Ziehung Montag, 27. Januar	1	2	5	6	15
	17	19	20	23	26
	31	34	35	38	43
	45	51	54	55	66

plus 5 3 7 1 7 6

Ziehung Dienstag, 28. Januar	5	16	25	26	29
	30	34	36	37	40
	43	44	48	51	54
	57	58	66	67	70

plus 5 6 9 2 6 9

Ziehung Mittwoch, 29. Januar	4	11	17	18	21
	29	30	33	35	36
	37	39	41	43	46
	48	50	53	54	61

plus 5 3 0 2 2 9

Ziehung Donnerstag, 30. Januar	3	5	7	8	17
	18	23	26	28	30
	35	36	42	43	44
	49	51	52	58	68

plus 5 2 1 6 0 5

Ziehung Freitag, 31. Januar	6	7	9	12	14
	29	33	34	40	44
	47	51	52	55	56
	58	62	63	64	69

plus 5 8 4 1 6 1

Ziehung Samstag, 1. Februar	5	7	8	9	10
	14	19	23	26	28
	31	32	34	42	47
	48	54	65	66	67

plus 5 4 8 2 2 4

Ziehung Sonntag, 2. Februar	1	2	8	17	27
	29	33	39	40	41
	52	56	57	58	59
	60	61	63	64	70

plus 5 0 2 9 6 2

Chance auf den Spitzengewinn: 1:2.147.181 (Keno-Typ 10). Bei jeder Ziehung entscheidet der Zufall über die gezogenen Zahlen.

Wie oft gezogen – basierend auf 5.514 Ziehungen

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1562	1636	1574	1498	1523	1573	1583	1578	1607	1601
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1575	1572	1547	1563	1581	1579	1555	1594	1547	1597
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
1595	1507	1548	1592	1595	1596	1613	1577	1618	1541
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
1584	1620	1638	1543	1542	1598	1546	1620	1576	1581
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
1592	1530	1592	1610	1553	1533	1553	1554	1621	1591
51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
1567	1572	1596	1555	1603	1558	1580	1604	1576	1621
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
1488	1538	1590	1649	1562	1590	1508	1554	1565	1600

KENO-Ziehung täglich um 19.10 Uhr im Internet (www.keno.de), ab 19.30 Uhr im WDR-Video-Text Seite 189, im hr fernsehen kurz vor der hessenschau um 19.29 Uhr.

Freitag, 31. Januar 2020



Spieleinsatz Euro 72.820.190,00
Gewinnzahlen Eurozahlen
1 7 12 23 39 3 4

Klasse 1	[5+2]	unbesetzt		85.962.215,00
Klasse 2	[5+1]	4	x	773.714,50
Klasse 3	[5+0]	15	x	72.820,10
Klasse 4	[4+2]	77	x	4.728,50
Klasse 5	[4+1]	1.717	x	190,80
Klasse 6	[4+0]	2.561	x	99,50
Klasse 7	[3+2]	4.024	x	54,20
Klasse 8	[2+2]	54.862	x	20,50
Klasse 9	[3+1]	78.469	x	13,90
Klasse 10	[3+0]	117.462	x	13,30
Klasse 11	[1+2]	275.123	x	10,30
Klasse 12	[2+1]	1.043.610	x	6,60

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge Eurozahlen
39 12 1 23 7 4 3

Gewinnzahlen der letzten Wochen

03.01.2020	6	27	30	35	41	4	5
10.01.2020	4	14	25	34	49	4	9
17.01.2020	1	23	32	45	49	5	10
24.01.2020	5	12	20	29	48	7	9

» Jackpot für die Ausspielung am 7. Februar 2020:

Gewinnklasse 1: **90 Mio. Euro**

Gewinnchance in Klasse 1 = rund 1 : rd. 95 Millionen

Gewinnzahlen

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

Eurozahlen

1 79	2 77	3 94	4 90	5 99
6 85	7 88	8 96	9 65	10 49

Wie oft gezogen (rote Zahl)

Wie lange nicht gezogen (schwarze Zahl)

Ziehung der Gewinnzahlen immer freitags.

Bekanntgabe im ARD-Video-Text, Seite 583 – ZDF-Video-Text, Seite 564 und unter www.westlotto.de

Keine Spielteilnahme unter 18 Jahren. Glücksspiel kann süchtig machen!

Hilfe und Beratung unter:

Landeskoordinierungsstelle Glücksspielsucht
NRW - Telefon: 0 800-0 77 66 11 (kostenlos)
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
(BZgA); Telefon: 0 800-1 37 27 00 (kostenlos)

**Gewinnchance 1 : 50.000
***Gewinnchance 1 : 1 Mio.
****Gewinnchance 1 : 3,4 Mio.



Gewinnzahlen vor acht



Lottofee Franziska Reichenbacher präsentiert samstags ab 19.57 Uhr die Gewinnzahlen im Ersten.

Wichtige Infos vor der Ziehung

Spieleinsätze

LOTTO 6aus49: 1,00 Euro* je Tipp

Spiel 77: 2,50 Euro* je Ziehung

SUPER 6: 1,25 Euro* je Ziehung

Eurojackpot: 2,00 Euro* je Tipp

GlücksSpirale: 5,00 Euro* je Ziehung

Sieger-Chance: 3,00 Euro* je Ziehung

KENO: 1, 2, 5 oder 10 Euro* je Tipp

plus 5: 0,75 Euro* je Ziehung

TOTO 13er Ergebnissette: 0,50 Euro* je Tipp

TOTO 6aus45 Auswahlwette: 0,65 Euro* je Tipp

ODDSET: Mindesteinsatz 2 Euro* je Spielauftrag

Annahmeschluss

LOTTO 6aus49 (mit Zusatzlotterien Spiel 77 und SUPER 6): mittwochs 18 Uhr und samstags 19 Uhr

Eurojackpot: freitags 19 Uhr

GlücksSpirale und Sieger-Chance: samstags 19 Uhr

KENO (mit Zusatzlotterie plus 5): täglich 18:30 Uhr

TOTO 13er Ergebnissette: samstags 15 Uhr

TOTO 6aus45 Auswahlwette: samstags 13 Uhr

ODDSET plus und kompakt: täglich laut Spielplan

Ziehungen der Gewinnzahlen

LOTTO 6aus49: mittwochs 18.25 Uhr, samstags

19.25 Uhr (jeweils live im Internet)

Zusatzlotterien Spiel 77 und SUPER 6: mittwochs

18.15 Uhr, samstags 19.15 Uhr



Ziehung am Samstag, 1. Februar 2020

Spieleinsatz:

Euro 4.935.006,00

Klasse 1 5 = 110.492,2 x Euro 10

Klasse 2 11 = 8.685,7 x 25

Klasse 3 067 = 1.021,4 x 100

Klasse 4 5626 = 101,8 x 1.000

Klasse 5 06903 = 5,2 x 10.000

Klasse 6 279546 = } 1 x 100.000

658874 = } Rente ab sofort

Klasse 7* 6415581 = 0,5 x Euro 10.000

als 20-Jahres-Rente auf Basis eines Kapitalstocks von 2.100.000,00 Euro

Die Sieger-Chance

Ziehung am Samstag, 1. Februar 2020

Spieleinsatz: Euro 437.052,00

Klasse 1** 86500 = } 2 x 10.000

99543 = } Rente ab sofort

Klasse 2*** 915393 = 0 x Euro 5.000

1164905 = } als 10-Jahres-Rente auf Basis eines

Kapitalstocks von 600.000,00 Euro

Klasse 3**** 7316723 = } 0 x 1.000.000

9823849 = }

Gewinnzahlen 4. 1.

5	Euro 10
3 5	25
7 4 3	100
6 7 9 1	1.000
8 9 3 5 4	10.000
0 0 8 2 2 0	100.000
2 3 8 9 6 4	100.000
2 0 0 4 0 1 8	10.000

Gewinnzahlen 18. 1.

4	Euro 10
5 2	25
7 1 8	100
9 0 0 7	1.000
5 9 8 6 7	10.000
3 2 3 1 7 9	100.000
9 1 5 4 3 2	100.000
6 5 7 6 9 8 9	10.000

Gewinnzahlen 11. 1.

5	Euro 10
3 1	25
1 5 1	100
3 0 4 4	1.000
9 3 8 4 8	10.000
0 6 4 0 2 3	100.000
9 3 7 9 6 2	100.000
0 4 1 3 4 0 1	10.000

Gewinnzahlen 25. 1.

9	Euro 10
8 3	25
4 4 6	100
9 3 9 0	1.000
1 8 3 1 1	10.000
2 3 6 1 8 0	100.000
5 1 6 7 8 0	100.000
9 9 6 7 6 1 3	10.000

Gewinnzahlen 4. 1.

4 9 5	10.000
0 8 6 9 4	10.000
1 6 9 7 6 0	5.000
2 1 4 8 3 6 7	1 Mio.
4 5 8 2 1 4 1	1 Mio.
8 8 8 3 1 9 7	1 Mio.

Gewinnzahlen 11. 1.

2 8 9 0 7	10.000
6 5 2 7 1	10.000
5 9 4 4 0 1	5.000
3 6 3 2 3 5 2	1 Mio.
4 4 8 1 3 3 5	1 Mio.
6 4 0 3 2 0 5	1 Mio.

Gewinnzahlen 18. 1.

1 6 1 0 1	10.000
9 8 5 3 0	10.000
2 9 4 0 4 9	5.000
4 4 0 6 1 9 1	1 Mio.
5 2 0 1 8 0 7	1 Mio.
8 2 2 0 5 5 8	1 Mio.

Gewinnzahlen 25. 1.

5 1 2 2 3	10.000
6 0 3 5 7	10.000
5 9 9 3 3 1	5.000
3 1 4 9 0 7 0	1 Mio.
4 7 2 1 8 4 9	1 Mio.
7 7 1 1 6 5 1	1 Mio.

Auswahlwette / Wettrunde 6 vom 8./9. 2. 2020

Spiel	Tag	Gastgeber/Gast	Tendenz	Vorrunde	Letzte 2 Jahre	Gastgeber	Gast
1	SO	FC Bayern München [1] - RB Leipzig [2]	3-4-3	1:1	2:0 1:0	nNsSsSs	SsSuSsNu
2	SA	VfL Wolfsburg [9] - Fortuna Düsseldorf [17]	5-3-2	1:1	- 5:2	nNsUuNnS	UnNnSnNu
3	SA	SV Werder Bremen [16] - 1. FC Union Berlin [12]	2-4-4	2:1	- -	SnNnSsN	NsNnNnN
4	SA	Hertha BSC [13] - 1. FSV Mainz 05 [15]	4-4-2	1:2	0:2 2:1	nUsSunSu	sNnSnnNn
5	SA	SC Freiburg [8] - TSG 1899 Hoffenheim [7]	3-4-3	3:0	3:2 2:4	NsNnUSnN	uNnSsnSs
6	SA	FC Schalke 04 [6] - SC Paderborn 07 [18]	6-3-1	5:1	- -	sNsUusNU	nSuNsnSn
7	SA	Bayer 04 Leverkusen [5] - Borussia Dortmund [3]	3-4-3	0:4	1:1 2:4	SsNnSSsN	SsSuNsSs
8	SO	Borussia Mönchengladbach [4] - 1. FC Köln [14]	6-3-1	1:0	1:0 -	ssNsUNsU	uNsSssNs
9	SO	DSC Arminia Bielefeld [1] - SSV Jahn Regensburg [7]	5-3-2	3:1	2:1 5:3	SuSuUNsU	UsNsNssn
10	SO	SpVgg Greuther Fürth [4] - Hannover 96 [14]	4-4-2	1:1	- -	NuNsSsNs	NnSsNuNu
11	SO	SV Wehen Wiesbaden [15] - VfL Bochum 1848 [16]	3-3-4	3:3	- -	NnSuNsSu	sUusNsnN
12	SO	FC Würzburger Kickers [15] - FC Ingolstadt 04 [2]	2-3-5	0:3	- -	SUnNsSun	sUuSusUs
13	SO	Chemnitzer FC [17] - Hallescher FC [7]	2-3-5	1:3	1:1 -	uNuUsNuS	nSsNnuNn
14	SA	Brighton & Hove Albion [15] - FC Watford [19]	4-3-3	3:0	1:0 0:0	nNsUuNU	sUssSuNn
15	SA	FC Everton [9] - Crystal Palace [14]	3-4-3	0:0	3:1 2:0	usSnsUuS	NsUuUuNn
16	SO	Sheffield United [6] - AFC Bournemouth [16]	5-3-2	1:1	- -	SuNnsUnS	nuNnNnss
17	SO	Manchester City [2] - West Ham United [18]	8-1-1	5:0	2:1 1:0	sNssSuSN	NnsNuNnu
18	SA	AC Florenz [14] - Atalanta Bergamo [4]	2-2-6	2:2	1:1 2:0	NunUsSun	sNssUnSu
19	SA	FC Turin [12] - Sampdoria Genua [16]	4-4-2	0:1	2:2 2:1	sUnSsNnN	NnSnUsNu
20	SA	Hellas Verona [9] - Juventus Turin [1]	1-3-6	1:2	1:3 -	nNuSsUuS	NsSsSsNs
21	SO	SPAL Ferrara [20] - Sassuolo Calcio [13]	2-4-4	0:3	0:1 0:2	nNsnSsN	USnNnsUs
22	SO	Brescia Calcio [19] - Udinese Calcio [15]	2-4-4	1:0	- -	snUnNunN	uNsSsNnN
23	SO	CFC Genua 1893 [18] - Cagliari Calcio [6]	2-2-6	1:3	2:1 1:1	UnNsnNUU	UnNnUUu
24	SO	SSC Neapel [11] - US Lecce [17]	5-3-2	4:1	- -	nUnSnNns	uNnnNuNs
25	SO	Parma Calcio [7] - Lazio Rom [3]	2-2-6	0:2	- 0:2	SsUsNsSu	ssSSssUs
26	SA	FC Getafe [3] - FC Valencia [5]	4-3-3	3:3	1:0 0:1	sSsNnSsS	sSuUsNss
27*	SA	Deportivo Alaves [15] - SD Eibar [16]	3-4-3	2:0	1:2 1:1	nNuNuSnU	NnUsNsUu
28	SA	Atletico Madrid [6] - FC Granada [10]	5-3-2	1:1	- -	nUsSsNuN	NsnNsNns
29	SO	Espanyol Barcelona [20] - RCD Mallorca [17]	3-4-3	0:2	- -	nNuNuSnU	nNUnNsnN
30	SO	Real Sociedad San Sebastian [8] - Athletic Bilbao [9]	4-3-3	0:2	3:1 2:1	sUuSnNsN	sNuUUuUn
31	SO	CA Osasuna [11] - Real Madrid [1]	2-2-6	0:2	- -	SuNnUusN	sUUuSsSs
32	SA	Olympique Marseille [2] - Toulouse FC [20]	8-1-1	2:0	2:0 4:0	sSsUsSuU	NnNnNnNU
33	SA	Amiens SC [18] - AS Monaco [13]	2-3-5	0:3	1:1 0:2	NNuNnuNu	SsUsUnnN
34	SA	Dijon FCO [17] - FC Nantes [9]	2-3-5	0:1	1:0 2:0	NuNUusNs	sNsSnSnN
35	SA	FC Metz [16] - Girondins de Bordeaux [10]	3-3-4	0:2	0:4 -	UnNuUsSs	UsNnNnSu
36	SA	OGC Nizza [8] - Olympique Nimes [19]	6-2-2	2:1	- 2:0	sNsUsUus	NnnNsnNs
37	SA	Stade Rennais FC [3] - Stade Brestois [14]	5-3-2	0:0	- -	SsSsnSUs	NsNuNsSn
38	SO	Montpellier Hérault SC [5] - AS Saint-Etienne [15]	4-4-2	0:0	0:1 0:0	sUnNsSsN	NsNnNsnN
39	SO	RC Strasbourg Alsace [11] - Stade Reims [7]	4-3-3	0:0	- 4:0	nNsSsSn	usSuUnS
40	SA	1. FC Kaiserslautern [10] - Preußen Münster [18]	5-3-2	2:3	- 1:2	SsSsSUuN	uNnNsnSn
41	SA	KFC Uerdingen 05 [11] - SG Sonnenhof Großaspach [19]	5-3-2	2:2	- 0:0	nUsUSUn	SnnNUnuU
42	SA	Hansa Rostock [9] - SpVgg Unterhaching [3]	3-3-4	0:1	1:1 2:0	nNsNnSsN	uNnSuuSs
43	SA	FC Viktoria Köln [16] - FC Bayern München II [12]	3-3-4	5:2	- -	uNnNnnUS	sUnNnuSs
44	SA	1. FC Magdeburg [13] - SV Meppen [8]	3-3-4	3:1	0:0 -	NsSnNUuN	UsUsSunn
45	SA	TSV 1860 München [6] - Waldhof Mannheim [4]	3-3-4	0:4	- -	SuSuUSuU	SuSuSsSu

* Spiel 27 wurde verlegt. Es gilt die Ersatzauslosung.

Spiele 1 - 45 = Meisterschaftsspiele
 Spiele 1 - 8 = Bundesliga
 Spiele 9 - 11 = 2. Bundesliga
 Spiele 12 - 13 + 40 - 45 = 3. Liga
 Spiele 14 - 17 = 1. Liga England
 Spiele 18 - 25 = 1. Liga Italien
 Spiele 26 - 31 = 1. Liga Spanien
 Spiele 32 - 39 = 1. Liga Frankreich

Form: s/S = Sieg,
 u/U = Unentschieden, n/N = Niederlage

Große Buchstaben = Auswärtsspiele
 Kleine Buchstaben = Heimspiele
 Zahlen in Klammern = Tabellenstand

Ergebniswette / Wettrunde 6 vom 8./9. 2. 2020

Spiel	Tag	Gastgeber/Gast	Tendenz
1	SO	FC Bayern München [1] - RB Leipzig [2]	3-4-3
2	SA	VfL Wolfsburg [9] - Fortuna Düsseldorf [17]	5-3-2
3	SA	SV Werder Bremen [16] - 1. FC Union Berlin [12]	2-4-4
4	SA	Hertha BSC [13] - 1. FSV Mainz 05 [15]	4-4-2
5	SA	SC Freiburg [8] - TSG 1899 Hoffenheim [7]	3-4-3
6	SA	FC Schalke 04 [6] - SC Paderborn 07 [18]	6-3-1
7	SA	Bayer 04 Leverkusen [5] - Borussia Dortmund [3]	3-4-3
8	SO	Borussia Mönchengladbach [4] - 1. FC Köln [14]	6-3-1
9	SO	DSC Arminia Bielefeld [1] - SSV Jahn Regensburg [7]	5-3-2
10	SO	SpVgg Greuther Fürth [4] - Hannover 96 [14]	4-4-2
11	SO	SV Wehen Wiesbaden [15] - VfL Bochum 1848 [16]	3-3-4
12	SO	FC Würzburger Kickers [15] - FC Ingolstadt 04 [2]	2-3-5
13	SO	Chemnitzer FC [17] - Hallescher FC [7]	2-3-5

Die Vorschau auf die übernächste Wettrunde können Sie sich bei Bedarf ab Mittwoch in der Annahmestelle ausdrucken lassen. Sprechen Sie Ihre WestLotto-Annahmestelle darauf an.

Wettrunde 5 vom 1./2. 2. 2020



Spieleinsatz	Euro 719.834,50											
Gewinntippreihe	0	1	1	0	2	1	1	2	1	0	0	1
Klasse 1	0 Fehler	1					x					265.226,00
Klasse 2	1 Fehler	65					x					1.328,90
Klasse 3	2 Fehler	995					x					86,80
Klasse 4	3 Fehler	7.369					x					14,60



Spieleinsatz	Euro 265.369,00											
Gewinnzahlen	Zus.-Spiel											
1	11	14	20	24	27							45
Klasse 1	{ 6 }	unbesetzt				418.075,90						
Klasse 2	{ 5 + ZS }	unbesetzt				35.849,70						
Klasse 3	{ 5 }	13			x		765,40					
Klasse 4	{ 4 }	1.269			x		15,60					
Klasse 5	{ 3 + ZS }	787			x		12,60					
Klasse 6	{ 3 }	17.158			x		1,90					

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen												
04. 01. 2020	7	10	23	26	27	28	ZS {11}					
11. 01. 2020	5	10	17	20	29	33	ZS {28}					
18. 01. 2020	9	10	15	16	23	24	ZS {25}					
25. 01. 2020	13	16	36	37	42	44	ZS {15}					

13er Ergebniswette Gewinnchance in Klasse 1 = 1:1.594.323
 6aus45 Auswahlwette Gewinnchance in Klasse 1 = 1:8.145.060

Annahmeschluss
 der nächsten
 Wettrunde

Ihre Tototipps für die kommende Wettrunde müssen Sie bis spätestens zu den folgenden Zeiten in den WestLotto-Annahmestellen abgegeben haben:

- Annahmeschluss TOTO 13er Ergebniswette:
 Samstag, 8. Februar 2020 um **15 Uhr**
- Annahmeschluss TOTO 6aus45 Auswahlwette:
 Samstag, 8. Februar 2020 um **13 Uhr**



Rückblick TOTO 13er Ergebnisswette

Wettrunde 5 vom 1./2. 2. 2020

1	RB Leipzig	Borussia Mönchengladbach	2:2
2	Borussia Dortmund	1. FC Union Berlin	5:0
3	TSG 1899 Hoffenheim	Bayer 04 Leverkusen	2:1
4	Fortuna Düsseldorf	Eintracht Frankfurt	1:1
5	1. FSV Mainz 05	FC Bayern München	1:3
6	FC Augsburg	SV Werder Bremen	2:1
7	1. FC Köln	SC Freiburg	4:0
8	SC Paderborn 07	VfL Wolfsburg	2:4
9	1. FC Nürnberg	SV Sandhausen	2:0
10	1. FC Heidenheim 1846	SG Dynamo Dresden	0:0
11	SV Darmstadt 98	VfL Osnabrück	2:2
12	Real Madrid	Atletico Madrid	1:0
13	Tottenham Hotspur	Manchester City	2:0

Rückblick TOTO 6aus45 Auswahlwette

Wettrunde 5 vom 1./2. 2. 2020

1	RB Leipzig	Borussia Mönchengladbach	2:2
2	Borussia Dortmund	1. FC Union Berlin	5:0
3	TSG 1899 Hoffenheim	Bayer 04 Leverkusen	2:1
4	Fortuna Düsseldorf	Eintracht Frankfurt	1:1
5	1. FSV Mainz 05	FC Bayern München	1:3
6	FC Augsburg	SV Werder Bremen	2:1
7	1. FC Köln	SC Freiburg	4:0
8	SC Paderborn 07	VfL Wolfsburg	2:4
9	1. FC Nürnberg	SV Sandhausen	2:0
10	1. FC Heidenheim 1846	SG Dynamo Dresden	0:0
11	SV Darmstadt 98	VfL Osnabrück	2:2
12	Real Madrid	Atletico Madrid	1:0
13	Tottenham Hotspur	Manchester City	2:0
14	Leicester City	FC Chelsea	2:2
15	AFC Bournemouth	Aston Villa	2:1
16	Crystal Palace	Sheffield United	0:1
17	FC Liverpool	FC Southampton	4:0
18	Newcastle United	Norwich City	0:0
19	FC Watford	FC Everton	2:3
20	West Ham United	Brighton & Hove Albion	3:3
21	Manchester United	Wolverhampton Wanderers	0:0
22	FC Burnley	FC Arsenal	0:0
23	FC Bologna	Brescia Calcio	2:1
24	Cagliari Calcio	Parma Calcio	2:2
25	Sassuolo Calcio	AS Rom	4:2
26	Juventus Turin	AC Florenz	3:0
27	Atalanta Bergamo	CFC Genua 1893	2:2
28	Lazio Rom	SPAL Ferrara	5:1
29	AC Mailand	Hellas Verona	1:1
30	US Lecce	FC Turin	4:0
31	RCD Mallorca	Real Valladolid	0:1
32	FC Valencia	Celta Vigo	1:0
33	CD Leganes	Real Socied. San Sebastian	2:1
34	SD Eibar	Real Betis Sevilla	1:1
35	Athletic Bilbao	FC Getafe	0:2
36	FC Twente Enschede	Sparta Rotterdam	2:0
37	Ajax Amsterdam	PSV Eindhoven	1:0
38	SV Meppen	Chemnitzer FC	1:2
39	SpVgg Unterhaching	KFC Uerdingen 05	1:0
40	FC Ingolstadt 04	1. FC Kaiserslautern	2:1
41	Preußen Münster	MSV Duisburg	1:4
42	Eintracht Braunschweig	FC Carl Zeiss Jena	1:1
43	FC Bayern München II	Hansa Rostock	1:0
44	Waldhof Mannheim	1. FC Magdeburg	1:1
45	FSV Zwickau	TSV 1860 München	2:2

Sport-Foto der Woche



Foto: Lars Baron/Bongarts/Getty Images

Schützenfest

Der 1. FC Köln entfernt sich punktemäßig immer weiter von den Abstiegsplätzen. 4:0 fegten die Geißböcke am vergangenen Sonntag den SC Freiburg aus dem eigenen Stadion und halten damit sogar Anschluss ans Mittelfeld. Das 1:5 gegen Dortmund scheint längst vergessen zu sein.

Jhon Córdoba (1. FC Köln) im Zweikampf mit Manuel Gulde (SC Freiburg). Córdoba trug selbst mit einem Treffer (55.) zum 4:0-Erfolg seines Teams bei.

Leser-Duell

Tippen auch Sie auf den Ausgang der aktuellen Spiele der TOTO 13er Ergebnisswette (1=Heimsieg, 0=Unentschieden, 2=Auswärtssieg).

ERGEBNISWETTE 6 VOM 8./9. 2. 2020

1	1	0	X
2	X	0	2
3	1	0	X
4	1	X	2
5	X	0	2
6	X	0	2
7	X	0	2
8	X	0	2
9	X	0	2
10	X	0	2
11	1	0	X
12	1	0	X
13	1	0	X



Norman Elmendorf (45, r.) aus Voerde ist Fan von Borussia Mönchengladbach. Im Leser-Duell tippt er gegen seinen Schwager Kai Schellen (30) aus Rheinberg, der zum VfL Bochum hält. Die Fußball-Sympathien sind also derzeit in unterschiedlichen Ligen angesiedelt. Beide Vereine sind aber auf dem Wettplan vertreten (Spiele 8 und 11).

Im Tipp der Vorwoche gewann Roland Heerstrass gegen Roswitha Schenkel mit 8:5.

1	X	0	2
2	1	X	2
3	1	X	2
4	X	0	2
5	1	0	X
6	X	0	2
7	1	0	X
8	X	0	2
9	X	0	2
10	1	X	2
11	X	0	2
12	1	0	X
13	1	X	2

Sie sind mindestens 18 Jahre alt und wollen auch in unserem Leser-Duell die Ergebnisswette tippen? Dann bewerben Sie sich alleine oder als Duell-Paar entweder per E-Mail unter leserduell@westlotto.com oder per Brief an Redaktion GLÜCK, Postfach 88 20, 48047 Münster, Stichwort „Leser-Duell“. Egal welchen Weg Sie wählen, bitte Telefonnummer und Porträtfoto nicht vergessen! **Für den Sieg erhält der Gewinner 50 Euro. Bei einem Unentschieden erhalten beide Tipper je 25 Euro.**

Mannis Meinung

Manni Breuckmann
[Sportreporter-Legende] und
Martin Gruse [GLÜCK]
sprechen über Fußball



GLÜCK: Haben Sie schon mal geguckt, wer neuer Tabellenführer der Bundesliga ist?

Breuckmann: Ist ja gut. Und ich weiß sogar schon, wer am 34. Spieltag ganz oben steht! Die Bayern siegen zum sechsten Mal in Serie, und am nächsten Sonntag können sie sich auch noch Leipzig vom Hals halten. Der Dosenclub wackelt im Moment ein wenig, speziell defensiv, und da ist Bayern natürlich sofort zur Stelle.

» Bahn frei für Bayerns achten Titel am Stück. «

Glauben Sie ernsthaft, dass schon am nächsten Spieltag eine Vorentscheidung für die Meisterschaft fällt?

Wenn Bayern gewinnt, ist die Bahn für den achten Titel am Stück frei. Und aus Hansi Flick wird ein großer Hans.

Was ist mit Dortmund und Gladbach? Die sind doch tabellarisch immer noch beim aufregenden Kampf um die Meisterschaft dabei.

Ich habe Mönchengladbach live im Stadion gegen Mainz gesehen. Das war so mühsam und mit Fehlern behaftet, da habe ich schon starke Zweifel bekommen. Aber die Leistung beim 2:2 in Leipzig am Samstagabend macht doch wieder zuversichtlicher. Leider musste Plea wegen unendlicher Dummheit vom Platz. Seine blödsinnige Motzerei hat die Gladbacher wohl den Sieg gekostet. Dabei sind alle darauf hingewiesen worden, wie es den ewigen Meckerfritzen in der Bundesliga ab sofort ergeht!

Bei Borussia Dortmund feierten sie in Sprechchören einen jungen schlaksigen Norweger.

Ist die Spannung in der Liga jetzt vorbei?

Die Saison 2019/20 versprach lange, oben und unten extrem eng zu werden. Vielleicht wurde aber an den ersten beiden Spieltagen 2020 ein anderer Weg eingeschlagen.

Ein unglaublicher Einstand dieses superschnellen und extrem torgefährlichen Erling Haaland – sieben Tore in drei Spielen, die er noch nicht mal durchgespielt hat. Hoffentlich sind die Erwartungen jetzt nicht schon zu hoch. Dortmund mischt weiter oben mit, hat aber immer noch Schwachpunkte.

Die Frage ist, ob Sie als Schalcker das überhaupt beurteilen können.

Der Schalcker war schon immer weltoffen, seine größte Stärke ist die objektive Analyse! Also: Der BVB hat einen Hang zu Leichtfertigkeiten in Spielen, die eigentlich ganz gut laufen. Haaland und auch Emre Can, der von Juve kam, sollen mit dazu beitragen, dass Bruder Leichtfuß beim BVB künftig nicht mehr mitspielt.

Danke für die messerscharfe Analyse! Sie waren schon beim Thema Neu-Erwerbungen. Sind da ligaweit Qualitätsgaranten dabei?

Die Bundesliga hat insgesamt 180 Millionen Euro für Wintertransfers ausgegeben und dabei die alte Höchstmarke verdoppelt. Dabei benahm sich Hertha BSC wie ein schnöseliger Neureicher, indem eben mal 80 Millionen Euro rausgehauen wurden. Der Geldsack des Investors Windhorst ist prall gefüllt, und die Berliner wollen mit Klinsmann und frischem Personal ganz groß rauskommen. Da wünsche ich eine gute Reise! Wir sprachen schon über Can und Haaland in Dortmund – ich bin auch gespannt auf den Mittelfeldmann Palacios, der von River Plate Buenos Aires nach Leverkusen kam.

» Leverkusen fehlt wie immer die Konstanz. «

Leverkusen und Schalke stehen punktgleich auf Platz 5 und 6, vier Punkte hinter dem Vierten Mönchengladbach. Da geht's ja

dann wohl nicht um die Champions League?

Nein, glaube ich auch nicht. Die beiden rangeln um die Europa League. Leverkusen fehlt wie immer die Konstanz. Und die Schalcker Fans wurden in München und auch beim schrecklichen 0:0 in Berlin daran erinnert, dass dem Kader noch so einiges bis zur Spitzenqualität fehlt. Gott sei Dank haben sie ihren sehr kompetenten Trainer David Wagner. Hoffentlich reißen sich die Fans beim Thema Alexander Nübel zusammen. Ich finde, das muss rein sportlich entschieden werden und nicht über die Frage, dass er zu den Bayern geht. Und der Trainer stellt auf!

Apropos Trainer. Friedhelm Funkel musste letzte Woche in Düsseldorf gehen, mit Uwe Rössler kam ein in der Bundesliga unerfahrener Mann. War das der entscheidende Schachzug im Abstiegskampf?

Ach, kaufen Sie sich doch eine eigene Glaskugel! Wer weiß denn schon, ob ein Joker sticht? So richtig leid tut mir Funkel nicht, denn er steht in einer langen Reihe von Trainern, die einfach nicht den richtigen Zeitpunkt für den Ausstieg erkennen wollen. Zum Beispiel nach dem Aufstieg mit Fortuna. Die größte Pointe: Ein paar Stunden vor dem Rausschmiss wurde Friedhelm noch als Trainer des Jahres in Düsseldorf geehrt!

Und wer steigt ab?

Für mich sind nur noch die vier Letzten in der Verlosung: Paderborn, Düsseldorf, Bremen und Mainz. Hertha, Union und Köln rutschen da nicht mehr rein. Köln ist ein absolutes Phänomen. Die hauen alles weg, das 1:5 in Dortmund war eine absolute Ausnahme.

Die Bayern sind wieder da! Thomas Müller feierte am vergangenen Samstag den Sieg gegen Mainz 05 und die Tabellenführung.



Foto: Alex Grimm/Bongarts/Getty Images

AKTUELLE TABELLEN

vom 2. Februar 2020

Bundesliga	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. Bayern München (M,P)	20	58:23	42	7 1 2	6 2 2
2. RB Leipzig	20	53:25	41	6 3 1	6 2 2
3. Borussia Dortmund	20	56:28	39	7 3 0	4 3 3
4. Bor. Mönchengladbach	20	38:23	39	8 1 1	4 2 4
5. Bayer Leverkusen	20	31:24	34	4 4 2	6 0 4
6. FC Schalke 04	20	31:26	34	5 4 1	4 3 3
7. 1899 Hoffenheim	20	31:31	33	5 1 5	5 2 2
8. SC Freiburg	20	29:30	29	4 2 3	4 3 4
9. VfL Wolfsburg	20	24:25	27	3 4 3	4 2 4
10. FC Augsburg	20	33:39	26	5 2 3	2 3 5
11. Eintracht Frankfurt	20	32:31	25	5 3 2	2 1 7
12. 1. FC Union Berlin (N)	20	23:32	23	6 0 4	1 2 7
13. Hertha BSC	20	24:34	23	3 2 5	3 3 4
14. 1. FC Köln (N)	20	27:38	23	5 1 4	2 1 7
15. FSV Mainz 05	20	28:47	18	3 0 7	3 0 7
16. Werder Bremen	20	25:46	17	1 2 6	3 3 5
17. Fortuna Düsseldorf	20	19:41	16	3 2 5	1 2 7
18. SC Paderborn 07 (N)	20	25:44	15	2 1 8	2 2 5

2. Bundesliga	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. Arminia Bielefeld	20	37:21	38	3 5 1	7 3 1
2. VfB Stuttgart (A)	20	34:25	35	8 0 2	2 5 3
3. Hamburger SV	19	40:20	34	7 1 1	2 6 2
4. SpVgg Greuther Fürth	20	30:24	31	6 1 2	3 3 5
5. 1. FC Heidenheim	20	27:21	31	6 3 2	2 4 3
6. Erzgebirge Aue	20	29:27	30	7 3 0	1 3 6
7. Jahn Regensburg	20	33:30	29	5 2 3	3 3 4
8. VfL Osnabrück (N)	20	28:24	27	5 2 3	2 4 4
9. Holstein Kiel	20	32:31	27	2 4 3	5 2 4
10. SV Sandhausen	20	24:23	27	4 5 1	2 4 4
11. Darmstadt 98	20	23:28	23	2 7 1	2 4 4
12. FC St. Pauli	20	25:27	22	5 3 3	0 4 5
13. 1. FC Nürnberg (A)	20	29:38	22	3 5 3	2 2 5
14. Hannover 96 (A)	20	24:33	22	1 6 3	4 1 5
15. SV Wehen Wiesbaden (N)	20	24:37	21	2 3 5	3 3 4
16. VfL Bochum	19	32:36	20	3 6 1	1 2 6
17. Karlsruher SC (N)	20	29:39	20	3 3 4	1 5 4
18. Dynamo Dresden	20	18:34	17	4 2 4	0 3 7

3. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. MSV Duisburg (A)	22	46:29	43	8 1 1	5 3 4
2. FC Ingolstadt 04 (A)	22	45:25	41	6 5 1	5 3 2
3. SpVgg Unterhaching	22	33:24	39	5 2 5	4 1 4
4. SV Waldhof Mannheim (N)	22	35:26	37	3 5 3	6 5 0
5. Eintracht Braunschweig	22	34:30	34	4 4 4	5 3 2
6. TSV 1860 München	22	35:32	33	5 4 1	4 2 6
7. Hallescher FC	22	38:27	32	4 4 4	5 1 4
8. SV Meppen	22	41:32	31	5 1 5	3 6 2
9. Hansa Rostock	22	28:29	31	6 2 3	3 2 6
10. 1. FC Kaiserslautern	22	37:38	30	3 5 2	5 1 6
11. KFC Uerdingen	22	24:30	30	3 2 5	5 4 3
12. Bayern München II (N)	22	39:42	29	5 3 4	3 2 5
13. 1. FC Magdeburg (A)	22	29:24	28	4 2 4	2 8 2
14. FSV Zwickau	22	35:33	28	4 3 4	3 4 4
15. Würzburger Kickers	21	34:42	27	5 0 5	3 3 5
16. Viktoria Köln (N)	22	39:47	25	2 4 5	4 3 4
17. Chemnitzer FC (N)	22	35:39	24	3 6 2	2 3 6
18. Preußen Münster	22	32:45	19	3 4 5	1 3 6
19. SG Sonnenhof Großaspach	21	21:40	18	1 3 7	3 3 4
20. FC CZ Jena	22	22:48	13	1 2 7	2 2 8

Regionalliga West	Sp	T	P	Heim	Ausw
2. SC Verl	18	43:12	43	7 2 0	6 2 1

Regionalliga Südwest	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. 1. FC Saarbrücken	20	47:17	49	9 1 1	7 0 2

DFB-Pokal - 2. Runde	
MSV Duisburg (3) - 1899 Hoffenheim (1)	0:2
1. FC Saarbrücken (4) - 1. FC Köln (1)	3:2
SC Freiburg (1) - Union Berlin (1)	1:3
Hamburger SV (2) - VfB Stuttgart (2)	nV 1:2
VfL Bochum (2) - Bayern München (1)	1:2
Darmstadt 98 (2) - Karlsruher SC (2)	0:1
Bayer Leverkusen (1) - SC Paderborn 07 (1)	1:0
Arminia Bielefeld (2) - FC Schalke 04 (1)	2:3
1. FC Kaiserslautern (3) - 1. FC Nürnberg (2)	nE 8:7
SC Verl (4) - Holstein Kiel (2)	nE 9:8
VfL Wolfsburg (1) - RB Leipzig (1)	1:6
Werder Bremen (1) - FC Heidenheim (2)	4:1
Fortuna Düsseldorf (1) - Erzgebirge Aue (2)	2:1
Borussia Dortmund (1) - Borussia Mönchengladbach (1)	2:1
Hertha BSC (1) - Dynamo Dresden (2)	nE 8:7
FC St. Pauli (2) - Eintracht Frankfurt (1)	1:2

Spanien 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. Real Madrid	22	40:13	49	8 3 0	6 4 1
2. FC Barcelona (M)	22	52:26	46	10 1 0	4 3 4
3. FC Sevilla	22	28:21	39	5 4 2	6 2 3
4. FC Getafe	22	32:20	39	6 3 2	5 3 3
5. FC Valencia (P)	22	33:29	37	7 5 0	3 2 5
6. Atlético Madrid	22	22:15	36	6 4 1	3 5 3
7. FC Villarreal	22	39:30	34	5 4 2	5 0 6
8. Real S. San Sebastián	22	37:30	34	5 2 3	5 2 5
9. Athletic Bilbao	22	22:17	31	6 3 2	1 7 3
10. FC Granada (N)	22	27:29	30	7 1 3	2 2 7
11. CA Osasuna (N)	22	29:28	28	4 5 2	2 5 4
12. Betis Sevilla	22	30:34	28	6 2 3	1 5 5
13. UD Levante	22	27:34	26	5 2 3	3 0 9
14. Real Valladolid	22	18:24	25	2 6 2	3 4 5
15. CD Alaves	22	23:32	24	4 4 3	2 2 7
16. SD Eibar	22	21:30	24	5 1 5	1 5 5
17. CD Leganes	22	18:34	18	4 1 7	0 5 5
18. RCD Mallorca (N)	22	22:38	18	5 2 5	0 1 9
19. Celta Vigo	22	17:31	17	2 5 4	1 3 7
20. Espanyol Barcelona	22	18:40	15	0 4 7	3 2 6

Spanien 2. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
11. CD Mirandés (N)	25	33:34	35	5 7 1	3 4 5

Spanien Pokal - Achtelfinale	
CD Tenerife (2) - Athletic Bilbao (1)	nE 5:7
Cultural Leonesa (3) - FC Valencia (1)	nE 2:4
Rayo Vallecano (2) - FC Villarreal (1)	0:2
Badajoz (3) - FC Granada (1)	nV 2:3
Real Saragossa (2) - Real Madrid (1)	0:4
Real S. San Sebastián (1) - CA Osasuna (1)	3:1
FC Barcelona (1) - CD Leganes (1)	5:0
CD Mirandés (2) - FC Sevilla (1)	3:1

Frankreich 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. Paris Saint-Germain (M)	22	57:14	55	9 1 1	9 0 2
2. Olympique Marseille	22	30:21	43	7 3 1	5 4 2
3. Stade Rennes (P)	22	29:21	40	7 1 3	5 3 3
4. OSC Lille	22	26:25	34	8 2 1	2 2 7
5. Montpellier HSC	22	30:26	33	8 1 2	1 5 5
6. Olympique Lyon	22	35:21	32	4 2 4	5 3 4
7. Stade Reims	22	21:15	32	3 6 2	5 2 4
8. OGC Nizza	22	32:30	32	7 3 2	2 2 6
9. FC Nantes	22	21:22	32	6 1 4	4 1 6
10. Girondins Bordeaux	22	30:24	30	4 3 4	4 3 4
11. Racing Straßburg (L)	22	27:28	30	6 2 3	3 1 7
12. SCO Angers	22	24:29	30	6 3 3	2 3 5
13. AS Monaco	22	37:39	29	6 1 4	2 4 5
14. Stade Brest (N)	22	28:30	28	5 1 1	2 2 7
15. AS St. Étienne	22	25:35	28	4 4 3	4 0 7
16. FC Metz (N)	22	22:29	26	4 4 3	2 4 5
17. FCO Dijon	22	19:24	24	5 4 2	1 2 8
18. SC Amiens	22	24:41	19	3 4 4	1 3 7
19. Olympique Nîmes	22	19:36	18	4 2 5	0 4 7
20. FC Toulouse	22	21:47	13	3 0 7	0 4 8

Frankreich 2. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
2. RC Lens	22	32:17	43	7 2 1	5 5 2
10. Grenoble Foot 38	22	22:21	30	2 7 1	4 5 3

England 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. FC Liverpool	25	60:15	73	13 0 0	11 1 0
2. Manchester City (M,P,L)	25	65:29	51	8 2 2	8 1 4
3. Leicester City	25	54:26	49	8 3 2	7 1 4
4. FC Chelsea	25	43:34	41	5 3 4	7 2 4
5. Tottenham Hotspur	25	40:32	37	8 2 3	2 5 5
6. Sheffield United (N)	25	26:23	36	5 2 5	4 7 2
7. Manchester United	25	36:29	35	6 5 2	3 3 6
8. Wolver. Wanderers	25	35:32	35	4 5 3	4 6 3
9. FC Everton	25	31:37	33	6 3 3	3 3 7
10. FC Arsenal	25	32:34	31	4 5 3	2 8 3
11. FC Burnley	25	28:38	31	6 1 6	3 3 6
12. Newcastle United	25	24:36	31	5 5 3	3 2 7
13. FC Southampton	25	31:46	31	3 2 7	6 2 5
14. Crystal Palace	25	22:29	30	4 4 5	3 5 4
15. Brighton & Hove Albion	25	30:37	26	4 5 3	2 3 8
16. AFC Bournemouth	25	25:38	26	4 4 5	3 1 8
17. Aston Villa (N)	25	32:47	25	5 2 5	2 2 9
18. West Ham United	25	30:43	24	3 3 7	3 3 6
19. FC Watford	25	23:29	23	3 5 5	2 3 7
20. Norwich City (N)	25	24:47	18	3 3 6	1 3 9

England 3. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
16. Shrewsbury Town	27	24:31	34	5 4 3	3 6 6

England FA Cup - 4. Runde (Auszug)	
Shrewsbury Town (3) - FC Liverpool (1)	2:2/R: 04.02.
FC Southampton (1) - Tottenham Hotspur (1)	1:1/R: 05.02.

Portugal 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. Benfica Lissabon (M)	19	47:8	54	9 0 1	9 0 0
2. FC Porto	19	41:12	47	8 0 1	7 2 1

Rumänien 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
4. Steaua Bukarest	22	33:25	39	5 2 4	7 1 3
14. FC Voluntari	22	15:41	11	0 2 8	2 3 7

Mexiko 1. Liga - Clausura	Sp	T	P	Heim	Ausw
8. CF Atlas	4	5:5	6	1 0 1	1 0 1
18. Monarcas Morelia	4	3:8	1	0 0 2	0 1 1

Italien 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. Juventus Turin (M)	22	43:21	54	10 1 0	7 2 2
2. Inter Mailand	22	44:18	51	6 4 1	9 2 0
3. Lazio Rom (P)	21	52:20	49	9 2 0	6 2 2
4. Atalanta Bergamo	22	59:30	39	5 2 4	6 4 1
5. AS Rom	22	40:27	39	5 3 3	6 3 2
6. Cagliari Calcio	22	38:34	32	5 2 4	3 6 2
7. AC Parma	22	31:29	32	6 1 4	3 4 4
8. AC Mailand	22	23:27	32	3 5 3	6 0 5
9. Hellas Verona (N)	21	26:23	30	5 3 3	3 3 4
10. FC Bologna	22	34:34	30	4 4 3	4 2 5
11. SSC Neapel	21	30:29	27	4 2 5	3 4 3
12. FC Turin	22	26:39	27	4 2 5	4 1 6
13. Sassuolo Calcio	22	36:37	26	5 1 5	2 4 5
14. AC Florenz	22	25:32	25	3 4 4	3 3 5
15. Udinese Calcio	22	19:35	24	5 2 4	2 1 8
16. Sampdoria Genua	21	20:33	20	3 4 4	2 1 7
17. US Lecce (N)	22	27:42	19	1 5 5	3 2 6
18. CFC Genua	22	23:43	16	3 1 6	0 6 6
19. Brescia Calcio (N)	22	20:41	15	1 2 8	3 1 7
20. AC Spal Ferrara	22	16:38	15	2 2 6	2 1 9

Italien 2. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
5. Salernitana Sp.	22	32:28	33	5 4 1	4 2 6
19. Trapani Calcio (N)	22	23:41	19	2 4 5	2 3 6

Niederlande 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. Ajax Amsterdam (M,P)	21	62:19	50	10	0 1 6 2 2
2. AZ Alkmaar	21	46:15	47	8	1 2 7 1 2
3. Feyenoord Rotterdam	21	41:30	40	7	3 1 4 4 2
4. Willem II Tilburg	21	31:23	40	6	3 2 6 1 3
5. PSV Eindhoven	21	44:26	36	7	2 1 3 4 4
6. Vitesse Arnhem	21	36:26	35	5	3 2 5 2 4
7. FC Utrecht	21	41:29	34	6	0 4 4 4 3
8. FC Groningen	21	23:20	29	6	1 3 2 4 5
9. SC Heerenveen	21	32:29	28	3	6 2 4 1 5
10. Heracles Almelo	21	33:31	26	5	1 4 2 4 5
11. Sparta Rotterdam (N)	21	29:35	24	5	3 2 1 3 7
12. Twente Enschede (N)	21	29:38	24	4	3 4 2 3 5
13. Fortuna Sittard	21	27:47	23	6	2 3 0 3 7
14. FC Emmen	21	22:38	22	6	2 2 0 2 9
15. PEC Zwolle	21	29:45	21	4	2 4 2 1 8
16. VVV Venlo	21	21:47	20	4	2 5 2 0 8
17. ADO Den Haag	21	21:41	17	2	5 4 2 0 8
18. RKC Waalwijk (N)	21	23:51	11	2	1 7 1 1 9

Lacht Leipzig wieder nicht in München?

Bayern: Das 3:1 in Mainz war der sechste Liga-Sieg in Serie. Folgt nun der vierte Sieg im vierten Heimspiel gegen RB? Bisher kassierte man zuhause gegen Leipzig kein Gegentor und schoss selbst sechs Treffer. **Leipzig:** Immerhin gab es nach einem 0:2-Rückstand gegen Gladbach noch ein Remis. Doch die Tabellenführung verlor RB an den FCB. Nun will das Team seinem Status als bestes Auswärtsteam gerecht werden.

TIPP DER WOCHE

SPIEL-NR. 011

TIPP-NR. 100

Bundesliga, 9.2., 18:00 Uhr

Bayern München – RB Leipzig
Bayern gewinnt und es fallen mehr als 2,5 Tore

Quote: 1,70

Letzte drei Ligaspiele: FCB 3:1 (A), 5:0 (H), 4:0 (A) | RBL 2:2 (H), 0:2 (A), 3:1 (H)



Dortmunds Guerreiro (L.) traf in der Hinrunde gegen Bayer. (imago images/VI Images)

POWERPLAY 2*

SPIEL-NR. 033

TIPP-NR. 100

DFB-Pokal, 5.2., 18:30 Uhr

Bayer 04 Leverkusen – VfB Stuttgart
SC Verl – 1. FC Union Berlin
Bayern München – TSG 1899 Hoffenheim

Leverkusen, Union und Bayern gewinnen ihre Spiele

bis zu 30 % höhere Quote: 2,90

POWERPLAY 1*

SPIEL-NR. 022

TIPP-NR. 100

Bundesliga, 8.2., 15:30 Uhr

Hertha BSC – 1. FSV Mainz 05
FC Schalke 04 – SC Paderborn 07
Bayer 04 Leverkusen – Borussia Dortmund

Hertha, Schalke und Dortmund gewinnen ihre Spiele

bis zu 15 % höhere Quote: 6,60

BVB will Serie gegen Bayer ausbauen

Leverkusen: Trotz Führung verlor Bayer am Samstag in Hoffenheim (1:2). Dadurch fehlen auf den BVB schon fünf Punkte. Gegen Dortmund verlor man in den letzten sechs Spielen fünfmal und holte ein Remis. **Dortmund:** Mit drei Siegen und 15:4 Toren startete der BVB in die Rückrunde. Nun wartet mit Leverkusen der erste richtige Prüfstein. Doch bei Bayer verlor die Borussia nur eines der letzten zwölf Spiele.

TOPWETTE

SPIEL-NR. 759

Bundesliga, 8.2., 18:30 Uhr

Bayer 04 Leverkusen – Borussia Dortmund
Ergebniswette. Exaktes Resultat?

Letzte drei Ligaspiele:
B04 1:2 (A), 3:0 (H), 4:1 (A)
BVB 5:0 (H), 5:1 (H), 5:3 (A)
Letzte Duelle aus Leverkusener Sicht: 0:4 (A), 2:3 (A)

Tipp: 2:2
Quote: 10,50

Alle Wetten und Live-Ergebnisse in der **ODDSET Sport App**. Jetzt mitfeiern.

Garmisch: Nächster deutscher Triumph?

Am Samstag sorgte Thomas Dreßen auf der Kandahar für einen Heimsieg. Machen ihm das die DSV-Damen nach? Allerdings fuhr in dieser Saison noch keine deutsche Abfahrerin aufs Treppchen. Viktoria Rebensburg wurde einmal Vierte, Kira Weidle zweimal Sechste. Top-Favoritinnen sind die Gesamtweltcup-Führende Mikaela Shiffrin (USA), Corinne Suter (SUI), Federica Brignone sowie Sofia Goggia (beide ITA).

TOPWETTE

SPIEL-NR. 065

Ski alpin, Weltcup, 8.2., 11:30 Uhr

Garmisch: Wer gewinnt die Abfahrt der Damen? Siegerwette

Letzte Weltcup-Abfahrt am 25.1.20 in Bansko/BUL:
1. Curtoni, 2. Bassino, 3. Brignone, 4. Shiffrin
Aktueller Stand im Abfahrts-Weltcup:
1. Suter 2. Shiffrin, 3. Ledecka, 4. Curtoni

Tipp: Shiffrin, Tipp-Nr. 100
Quote: 3,25

Leyhe und Geiger sind heiß auf Heimsieg

Kurz vor seinem Heimweltcup holte Stephan Leyhe mit Platz zwei in Sapporo seinen ersten Podestplatz der Saison. Setzt er nun noch einen drauf? Karl Geiger, der in Japan seine Gesamtweltcup-Führung an Stefan Kraft (AUT) verlor, möchte in Willingen zurückschlagen – wo er 2019 triumphierte. Größte Konkurrenten der beiden Deutschen dürften Kraft, Ryoyu Kobayashi (JPN) und Dawid Kubacki (POL) werden.

TOPWETTE

SPIEL-NR. 066

Skispringen, Weltcup, 8.2., 16:00 Uhr

Willingen: Wer gewinnt das Springen von der Großschanze? Siegerwette

Letztes Weltcup-Springen am 2.2.20 in Sapporo/JPN:
1. Kraft, 2. Leyhe, 3. R. Kobayashi, 4. P. Prev
Aktueller Stand im Weltcup:
1. Kraft, 2. Geiger, 3. Kubacki, 4. R. Kobayashi

Tipp: Leyhe, Tipp-Nr. 102
Quote: 7,00

* Auswertung nach regulärer Spielzeit. Powerplay-Wetten dürfen nicht mit weiteren Tipps kombiniert werden. Themenwette: Ohne Wettschein an der Kasse spielen. Stand 4.2.20 | Alle Angaben ohne Gewähr. Quotenänderungen möglich.
Veranstalter: ODDSET Sportwetten GmbH, Konrad-Zuse-Platz 12, 81829 München

Spielteilnahme ab 18 Jahren. Sportwetten können süchtig machen. Infos und Hilfe unter der Hotline der BZgA: 0800 1 372700 (anonym und kostenlos) und unter www.bzga.de.
Es gelten die ODDSET Teilnahmebedingungen und Datenschutzhinweise, die in allen Annahmestellen erhältlich bzw. einzusehen und auf oddset.de abrufbar sind.

Beginn	Spiel-Nr.	Heim Team	Gast Team	Sieger			Doppelte Chance			Tore 2,5 (Weniger/Mehr)		Spiel-Nr. PLUS
				1	0	2	1 0	1 2	0 2	W	M	
Dienstag 04.02.2020												
DFBP 18:30	1	1. FC Kaiserslautern	Fortuna Düsseldorf	3,90	3,50	1,85	1,84	1,25	1,21	1,95	1,75	454
	2	Eintracht Frankfurt	RB Leipzig	3,30	3,90	1,90	1,79	1,21	1,28	2,75	1,40	447
FRA1 19:00	3	AS Monaco	SCO Angers	1,80	3,30	3,75	1,16	1,22	1,76	1,85	1,75	258
DFBP 20:45	4	FC Schalke 04	Hertha BSC	1,85	3,50	3,90	1,21	1,25	1,84	1,90	1,80	450
	5	Werder Bremen	Borussia Dortmund	5,00	4,75	1,48	2,44	1,14	1,13	2,95	1,35	448
ENGP 20:45	6	FC Liverpool	Shrewsbury Town	1,60	4,00	3,60	1,14	1,11	1,89	2,15	1,45	101
FRA1 21:05	7	FC Nantes	Paris St. Germain	8,00	5,00	1,25	3,08	1,08	-	2,25	1,50	255
Mittwoch 05.02.2020												
DFBP 18:30	8	Bayer 04 Leverkusen	VfB Stuttgart	1,35	4,75	7,25	1,05	1,14	2,87	2,45	1,48	449
	9	SC Verl	1. FC Union Berlin	6,00	4,40	1,45	2,54	1,17	1,09	2,35	1,52	451
20:45	10	1. FC Saarbrücken	Karlsruher SC	2,95	3,30	2,25	1,56	1,28	1,34	1,95	1,75	452
	11	Bayern München	TSG 1899 Hoffenheim	1,15	8,00	11,00	1,01	1,04	4,63	3,55	1,25	453
ENGP 20:45	12	Tottenham Hotspur	FC Southampton	1,55	3,50	4,50	1,07	1,15	1,97	1,85	1,65	419
ITA1 20:45	13	Lazio Rom	Hellas Verona	1,30	4,50	7,25	1,01	1,10	2,78	2,25	1,50	274
FRA1 21:00	14	AS St. Etienne	Olympique Marseille	2,65	3,10	2,35	1,43	1,25	1,34	1,70	1,90	222
Donnerstag 06.02.2020												
ESPP 19:00	15	Real Madrid	R. Sociedad San Sebastian	1,35	4,00	6,00	1,01	1,10	2,40	2,05	1,50	103
ROU1 19:00	16	FC Voluntari	FCSB Bukarest	5,25	4,00	1,40	2,27	1,11	1,04	1,80	1,70	616
BELP 20:45	17	KV Kortrijk	FC Antwerpen	3,30	3,40	1,80	1,67	1,16	1,18	1,85	1,65	181
ESPP 21:00	18	Athletic Bilbao	FC Barcelona	4,00	3,40	1,65	1,84	1,17	1,11	1,70	1,80	108
Freitag 07.02.2020												
2.BL 18:30	19	Dynamo Dresden	SV Darmstadt 98	2,25	3,20	3,10	1,32	1,30	1,57	1,75	1,95	193
	20	SV Sandhausen	1. FC Heidenheim	2,20	3,20	3,10	1,30	1,29	1,57	1,81	1,89	194
3.LI 19:00	21	MSV Duisburg	Eintracht Braunschweig	1,80	3,40	3,60	1,18	1,20	1,75	1,95	1,65	116
NED1 20:00	22	SC Heracles Almelo	Fortuna Sittard	1,55	4,00	4,40	1,12	1,15	2,10	2,50	1,40	397
1.BL 20:30	23	Eintracht Frankfurt	FC Augsburg	1,75	4,00	4,10	1,22	1,23	2,02	2,40	1,50	753
BEL1 20:30	24	KAA Gent	RSC Anderlecht	1,50	3,75	4,50	1,07	1,12	2,05	2,05	1,50	161
FRA1 20:45	25	SCO Angers	OSC Lille	2,50	3,10	2,50	1,38	1,25	1,38	1,65	1,95	127
ITA1 20:45	26	AS Rom	FC Bologna	1,50	4,00	4,75	1,09	1,14	2,17	2,35	1,45	275
ESP1 21:00	27	Deportivo Alaves	SD Eibar	2,35	2,90	2,80	1,30	1,28	1,42	1,52	2,20	292
Samstag 08.02.2020												
2.BL 13:00	28	Hamburger SV	Karlsruher SC	1,40	4,50	6,75	1,07	1,16	2,70	2,40	1,50	369
	29	VfB Stuttgart	Erzgebirge Aue	1,30	5,25	8,25	1,04	1,12	3,21	2,55	1,45	367
	30	VfL Osnabrück	1. FC Nürnberg	2,40	3,20	2,80	1,37	1,29	1,49	1,95	1,75	368
3.LI 14:00	31	1. FC Kaiserslautern	Preußen Münster	1,45	3,90	5,50	1,06	1,15	2,28	2,05	1,60	117
	32	1. FC Magdeburg	SV Meppen	1,95	3,20	3,30	1,21	1,23	1,62	1,88	1,72	125
	33	FC Viktoria Köln	Bayern München II	2,35	3,30	2,55	1,37	1,22	1,44	2,35	1,45	122
	34	Hansa Rostock	SpVgg Unterhaching	2,05	3,10	3,20	1,23	1,25	1,57	1,70	1,90	120
	35	KFC Uerdingen 05	Sonnenh. Großaspach	1,65	3,40	4,50	1,11	1,21	1,94	1,90	1,70	121
	36	TSV 1860 München	Waldhof Mannheim	2,25	3,20	2,75	1,32	1,24	1,48	1,90	1,70	126
1.BL 15:30	37	FC Schalke 04	SC Paderborn 07	1,48	4,40	6,25	1,11	1,20	2,58	2,40	1,50	758
	38	Hertha BSC	1. FSV Mainz 05	1,90	3,70	3,75	1,26	1,26	1,86	2,20	1,60	756
	39	SC Freiburg	TSG 1899 Hoffenheim	2,55	3,60	2,55	1,49	1,28	1,49	2,25	1,57	757
	40	VfL Wolfsburg	Fortuna Düsseldorf	1,60	4,00	5,25	1,14	1,23	2,27	2,10	1,65	754
	41	Werder Bremen	1. FC Union Berlin	2,10	3,60	3,20	1,33	1,27	1,69	2,20	1,60	755
18:30	42	Bayer 04 Leverkusen	Borussia Dortmund	3,20	3,75	2,05	1,73	1,25	1,33	2,95	1,35	759
ITA1 20:45	43	Hellas Verona	Juventus Turin	6,00	3,75	1,45	2,31	1,17	1,05	1,85	1,75	279
ESP1 21:00	44	Athletico Madrid	FC Granada	1,30	4,00	9,50	-	1,14	2,81	1,55	2,15	295
POR1 21:30	45	FC Porto	Benfica Lissabon	2,20	3,10	2,85	1,29	1,24	1,48	1,75	1,85	128
Sonntag 09.02.2020												
3.LI 13:00	46	Würzburger Kickers	FC Ingolstadt 04	2,45	3,20	2,45	1,39	1,22	1,39	2,05	1,60	119
2.BL 13:30	47	Arminia Bielefeld	Jahn Regensburg	1,60	4,00	4,75	1,14	1,20	2,17	2,30	1,55	204
	48	SpVgg Greuther Fürth	Hannover 96	2,75	3,20	2,45	1,48	1,30	1,39	1,85	1,85	211
	49	SV Wehen Wiesbaden	VfL Bochum	2,75	3,40	2,35	1,52	1,27	1,39	2,10	1,65	210
3.LI 14:00	50	Chemnitzer FC	Hallescher FC	2,70	3,25	2,25	1,47	1,23	1,33	1,95	1,65	124
1.BL 15:30	51	Bor. Mönchengladbach	1. FC Köln	1,63	4,00	5,00	1,16	1,23	2,22	2,45	1,48	760
ENG1 17:30	52	Manchester City	West Ham United	1,07	9,50	20,00	-	1,02	6,44	3,80	1,22	343
1.BL 18:00	53	Bayern München	RB Leipzig	1,42	5,00	6,25	1,11	1,16	2,78	3,20	1,30	761
ITA1 20:45	54	Inter Mailand	AC Mailand	1,85	3,20	3,75	1,17	1,24	1,73	1,70	1,90	289
ESP1 21:00	55	Real Betis Sevilla	FC Barcelona	4,50	3,90	1,55	2,09	1,15	1,11	2,25	1,50	296
FRA1 21:00	56	Paris St. Germain	Olympique Lyon	1,20	6,00	8,00	-	1,04	3,43	3,20	1,25	135
Montag 10.02.2020												
3.LI 19:00	57	Carl Zeiss Jena	FSV Zwickau	2,65	3,10	2,35	1,43	1,25	1,34	1,85	1,75	115
2.BL 20:30	58	Holstein Kiel	FC St. Pauli	1,95	3,60	3,40	1,26	1,24	1,75	2,10	1,65	207
FRA2 20:45	59	RC Lens	Grenoble Foot 38	1,65	3,10	4,50	1,08	1,21	1,84	1,40	2,30	137
ITA2 21:00	60	US Salernitana	ASD Trapani Calcio	1,75	3,00	4,00	1,11	1,22	1,71	1,60	1,90	144

Stand 04.02.2020. Alle Angaben ohne Gewähr.

*neutraler Austragungsort

Quotenänderungen möglich. Alle Tipps als Einzel- oder Kombi-Wette spielbar.

ODDSET Sport App

Die ODDSET Sport App – ein echter Mehrwert für
echte Fans. Jetzt downloaden und live mitfeiern.

Spielteilnahme ab 18 Jahren. Sportwetten können süchtig machen. Infos und Hilfe
unter der Hotline der BZgA: 0800 1 372700 (anonym und kostenlos) und unter
www.bzga.de.

Es gelten die ODDSET Teilnahmebedingungen und Datenschutzhinweise, die in
allen Annahmestellen erhältlich bzw. einzusehen und auf oddset.de abrufbar sind.

Veranstalter: ODDSET Sportwetten GmbH, Konrad-Zuse-Platz 12, 81829 München

Rubbellose von WestLotto

**Ein bisschen reich
von jetzt auf gleich!**



500.000€
Spitzengewinn

20
Gewinn-
chancen

WEST LOTTO

Keine Spielteilnahme unter 18 Jahren. Glücksspiel kann süchtig machen!

Hilfe und Beratung unter: Landeskoordinierungsstelle Glücksspielsucht NRW; Tel.: 0 800-0 77 66 11 (kostenlos)
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA); Tel.: 0 800-1 37 27 00 (kostenlos)

Die Chance auf den Spitzengewinn beträgt 1 : 2 Millionen