

**Widder**

**21.-31.3.** Großzügigkeit ist scheinbar sehr angesagt bei Ihnen. Aber lassen Sie es nicht zu, dass man Sie ausnutzt. **1.-10.4.** Es kommt allmählich Bewegung in eine Angelegenheit. Lange genug hat es gedauert! **11.-20.4.** Nun wird Einigkeit erzielt.

**Stier**

**21.-30.4.** Über die Ignoranz einer Person sollten Sie sich nicht übermäßig ärgern. Ihnen entstand dadurch kein Nachteil. **1.-10.5.** Ihre Konkurrenten haben aufgeholt. Doch Sie haben noch ein Ass im Ärmel. **11.-20.5.** Skepsis ist jetzt angebracht.

**Zwillinge**

**21.-31.5.** Die Gefühle der anderen sollten Sie durchaus beachten. Gefühle können schnell mal verletzt werden! **1.-11.6.** Damit alles reibungslos verläuft, ist noch einiges zu erledigen. **12.-21.6.** Lassen Sie in der Wahrheitsfindung nicht nach. Das wäre schade!

**Krebs**

**22.6.-1.7.** Der momentane Stress wird sich nicht endlos fortsetzen. Bald schon wird das angestrebte Ziel erreicht sein. **2.-12.7.** Ein Angebot klingt sehr verlockend, doch es gibt mehrere Haken. Vorsicht! **13.-22.7.** Kritik können Sie heute getrost ignorieren.

**Löwe**

**23.7.-2.8.** Spielen Sie kein falsches Spiel! Halten Sie jemanden nicht länger hin, denn das frustriert ihn nur. **3.-12.8.** Alles läuft nach Wunsch. Das heißt aber nicht, dass Sie die Hände in den Schoß legen können! **13.-23.8.** Erteilen Sie jemandem eine Lektion!

**Jungfrau**

**24.8.-2.9.** Bleiben Sie ruhig und gelassen! Dadurch nehmen Sie Ihrem Gegenüber den Wind aus den Segeln. **3.-12.9.** Das Missverständnis sorgt für einige Aufregung. Aber das kann vorkommen! **13.-23.9.** Ihr Selbstbewusstsein erstarbt jetzt.

**Waage**

**24.9.-3.10.** Sortieren und verinnerlichen Sie das Gelernte. Sie werden sehen, dass Sie danach wirklich gut klarkommen. **4.-13.10.** Bestimmte Leute stehen Ihrer Karriere nun nicht länger im Weg. **14.-23.10.** Haben Sie etwa zu sehr auf das Glück vertraut?

**Skorpion**

**24.10.-2.11.** Schauen Sie sich um, wenn Sie glauben, dass es Ihnen an Chancen mangelt. Das ist nämlich nicht der Fall! **3.-12.11.** Vorsicht vor Schnellschüssen. Besser wäre es, ein Urteil gut zu überlegen. **13.-22.11.** Diese Sache gibt sich rasch wieder!

**Schütze**

**23.11.-2.12.** Sie sind drauf und dran, sich für jemanden zu verbürgen, den Sie kaum kennen. Vorsicht! **3.-12.12.** Damit den Worten Taten folgen können, müssen Sie nun den ersten Schritt machen. **13.-21.12.** Ihren Plan sollten Sie noch genauer überlegen!

**Steinbock**

**22.-31.12.** Alles auf einmal, und das am liebsten sofort? Zügeln Sie Ihre Ungeduld! Und gehen Sie langsam vor. **1.-10.1.** In kurzer Zeit haben Sie erstaunlich viel erreicht. Dies bringt Pluspunkte ein! **11.-20.1.** Sie sind schon längst parat, oder?

**Wassermann**

**21.-30.1.** Reden Sie endlich Tacheles! Wenn Sie es tun, können Sie einige Pluspunkte verbuchen! **31.1.-9.2.** Die Rolle als Vermittler zwischen zwei sich streitenden Parteien könnte jetzt Ihnen zufallen. **10.-19.2.** Ihr Problem löst sich nun von allein.

**Fische**

**20.-28.(29).2.** Stimmen Sie nicht in die neuerdings modern gewordenen Klagelieder mit ein! Das haben Sie nicht nötig. **1.-10.3.** Ihre Entscheidung könnte einen gewissen Aufruhr verursachen; das ist aber gut so! **11.-20.3.** Nutzen Sie Ihre Chancen!

Das tz-Leserfoto von Julian Hupe aus München

Ein bisschen Wehmut ...

Aus is und gar is und schod is, dass wahr is ... Die Wiesn 2014 ist zwar seit gestern Geschichte, aber tz-Leser Julian Hupe mag es noch gar nicht recht glauben. Ein bisschen Wehmut schadet aber nicht – gerade weil's halt gar so schön war. Das stimmungsvolle Foto von seiner Freundin Nathalie auf dem Kettenkarussell wird ihm den Abschied bestimmt etwas versüßen.



Schicken auch Sie uns Ihr Lieblingsfoto. Jedes veröffentlichte Bild wird mit 50 Euro honoriert. Bitte nicht vergessen: Infos, wo und wann der Schnappschuss entstanden ist, und ein Porträtfoto von Ihnen. Bilder an: tz-Fotoredaktion, Paul-Heyse-Str. 2-4, 80336 München oder per E-Mail an bild@tz.de. Wollen Sie ihr Papierbild zurück, dann legen Sie bitte einen adressierten und frankierten Rückumschlag bei.



7. Oktober

Justina

Sie starb während der Christenverfolgung unter Maximian um 300 zu Padua als Märtyrerin. Über ihrem Grab wurde im 6.Jh. die Basilika Santa Giustina errichtet.

Kinder fragen

Stimmt es, dass Zikaden nur alle 17 Jahre schlüpfen?

Die periodischen Zikaden, die nur in den USA vorkommen, leben nach der Eiablage 17 Jahre unter der Erde, wo sie sich von Pflanzensäften ernähren. Danach kriechen sie zu Milliarden aus dem Boden, um sich zu paaren und Eier zu legen.

Lösung von Seite 1

Richtig ist Antwort b) Der Sozialdemokrat Jens Stoltenberg war bis 2013 norwegischer Premierminister. Seit dem 1. Oktober ist er NATO-Generalsekretär.

Mehr Wissen gibt es unter www.duden.de

Die tz-Ratgeber

Frag doch Petra Der Kraudn Sepp

Die Biermösl Blosn, Willy Michl oder Hans Söllner: Alle geben den Kraudn Sepp als ihr großes Vorbild an. Aber was genau macht ihn zu diesem Vorbild? Und wer genau ist dieser bayerische Liedermacher? R. WOLLE

Josef Bauer, alias Kraudn Sepp, war ein bayerischer Volksmusiker. Mit Zither und Gesang pflegte er vor allem die bayerische Wirtshausunterhaltung. Derbe Schwänke, sexuell hintergründige Anspielungen, traditionelle Heimatlieder und Gstanzl gehörten zu seinem Repertoire. Seine größten Erfolge feierte er damit vor allem in den 1960er-Jahren.

Heute wird der Kraudn Sepp sogar mit den amerikanischen Folk- und Countrygrößen, wie Johnny Cash, verglichen. Seine authentische, undogmatische und stets mit ganzem Herzen gelebte Zuneigung zur bayerischen Heimat machte ihn zum Übermittler volkstümlicher Musik in ihrer reinsten Form. Kein Volksmusiker in späteren Jahren ist mit seinem Spiel und seinen Texten wieder so nah an die bayerische Volksseele herangekommen. Es ist wahrscheinlich gerade die gelebte Authentizität, die den Kraudn Sepp zu einem Vorbild für eine Reihe heutiger Musiker macht.



Gesundheit Akupunktur

Hilft Akupunktur auch bei chronischen Rückenschmerzen?

Chronische Rückenschmerzen sind sogar ein sehr häufiges Einsatzgebiet der Akupunktur; der therapeutische Effekt ist inzwischen wissenschaftlich belegt. In der orthopädischen Praxis wird das Verfahren oft mit anderen Behandlungen, etwa mit einer schmerzmedikamentösen Therapie oder mit Maßnahmen der Physiotherapie, kombiniert. Es ist aber auch möglich, die Akupunktur als alleinige Therapie einzusetzen. Meist werden zehn Sitzungen anberaumt, wobei sich eine spürbare Besserung oft bereits nach den ersten Behandlungen einstellt. Damit der Therapieerfolg von Dauer ist, rate ich zusätz-

lich zu einer rückenfreundlichen Gestaltung des Alltags. Dazu gehört z. B. regelmäßige Bewegung, eine gezielte Stärkung der Rücken- und Bauchmuskulatur, etwa durch Übungen der Rückenschule, ein rückenchonendes Heben, Bücken und Tragen, ein nach ergonomischen Gesichtspunkten gestalteter Arbeitsplatz und gegebenenfalls auch das Erlernen einer Entspannungstechnik, wenn ein Zusammenhang zwischen Stressbelastung und Rückenschmerzen besteht.

DR. FELIX SÖLLER, ORTHOPÄDE, MVZ IM HELIOS, MÜNCHEN

Nach Auflösung von Frühnebel freundlich

**Münchener Rekorde 7.10.**  
Wärmster Tag: 27,2° (2009)  
Kältester Tag: 2,3° (1897)  
Wärmste Nacht: 16,5° (2009)  
Kälteste Nacht: -3,4° (1959)

**Bergwetter**  
Heute Sonne und Wolken, es bleibt trocken und warm. In 2000 m um 12 Grad. Morgen Südföhn. Im Süden mehr Wolken, etwas Regen, im Norden freundlicher und trocken.

**Südbayern**  
Heute kommt nach Auflösung von Nebelfeldern die Sonne heraus. Am meisten zeigt sie sich Richtung Südosten. Es bleibt fast überall trocken. Dabei erreicht die Temperatur Werte zwischen 18 und 22 Grad.

**Nordbayern**  
Heute bleibt es überwiegend stark bewölkt. Ab und zu fällt Regen. Die Tageshöchstwerte bewegen sich dabei zwischen 15 und 19 Grad.

**Pollenflug**  
Aufgrund der fortgeschrittenen Jahreszeit ist der Flug von Gräserpollen nur vereinzelt und sehr schwach.

**Weitere Aussichten**  
Morgen im Norden stark bewölkt. Nach Süden gibt es viel Sonne. Auch am Donnerstag zweigeteiltes Wetter.

**Temperaturen Bayern (gestern Mittag)**

München	bedeckt	14	Nürnberg	bedeckt	15
Augsburg	bedeckt	12	Passau	sonnig	16
Bamberg	bedeckt	17	Regensburg	sonnig	17
Garmisch	sonnig	17	Straubing	heiter	15
Mühldorf	bedeckt	13	Zugspitze	heiter	0

**Meerestemperaturen**

Nordsee	17-18 Grad
Ostsee	16-17 Grad
Biskaya	20-21 Grad
Algarve	21-23 Grad
Kanaren	24-25 Grad
Adria	22-24 Grad
Ägäis	25-26 Grad
Westl. Mittelmeer	21-26 Grad
Ostl. Mittelmeer	24-28 Grad

**Biowetter**  
Das Befinden wird nicht ungünstig beeinflusst. Konzentrations- und auch die Leistungsfähigkeit liegen im Bereich der Norm. Bewegung im Freien stärkt die Kräfte.

**Wetterlage**  
Milde und teils feuchte Luftmassen sind wetterbestimmend.

**Bauernregel**  
Oktober-Sonnenschein schüttet Zucker in den Wein.

**Reisewetter**

**Alpensüdseite:** Wolkig, Piemont zeitweise Regen, 17 bis 22 Grad.

**Österreich, Schweiz:** Wechsel zwischen Sonne und Wolken, meist trocken, 17 bis 21 Grad.

**Italien, Malta:** Freundliches Wetter mit viel Sonnenschein, Temperaturen 23 bis 26 Grad.

**Spanien, Portugal:** Meist sonnig, am Atlantik aber zeitweise leichter Regen, 22 bis 28 Grad.

**Griechenland, Türkei, Zypern:** Oft sonnig, Nordgriechenland teils Regen, 22 bis 29 Grad.

**Benelux, Nordfrankreich:** Verbreitet Regen, 16 bis 20 Grad.

**Slowenien, Kroatien:** Sonnig, Süddalmatien Regen, 18 bis 23 Grad.

**Südfrankreich:** Bewölkt, örtliche Schauer, 21 bis 24 Grad.

**Israel, Ägypten:** Viel Sonnenschein, 33 bis 37, in Oberägypten 43, am Mittelmeer 28 Grad.

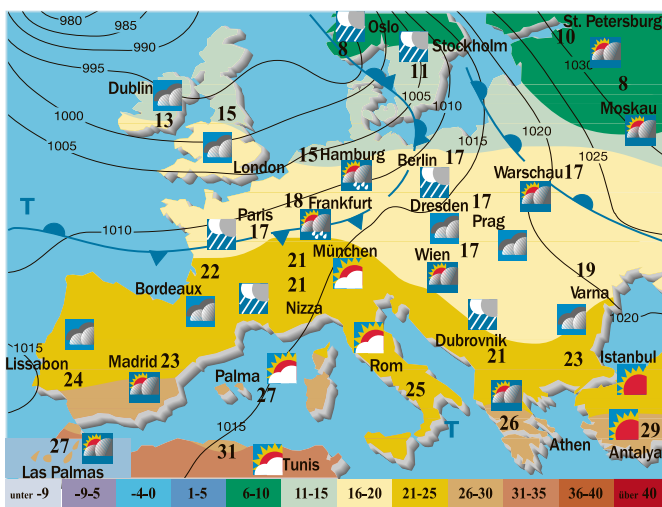
**Mallorca, Ibiza:** Freundliches Wetter mit viel Sonnenschein, Tageshöchstwerte um 27 Grad.

**Madeira, Kanarische Inseln:** Vollerorts freundlich, dabei meist trocken, 23 bis 28 Grad.

**Tunesien, Marokko:** Weitgehend sonniges Wetter, Tageshöchstwerte 25 bis 31 Grad.

**Europa und Welt (gestern Mittag)**

London	Regen	11	Warschau	sonnig	16
Mallorca	heiter	26	Wien	heiter	17
Amsterdam	Regen	13	Zypern	heiter	27
Moskau	bedeckt	7	Kairo	sonnig	30
Antalya	heiter	26	New York	Schauer	22
Athen	wolkig	24	Tel Aviv	sonnig	28
Barcelona	wolkig	24	Tokio	wolkig	24
Bordeaux	bedeckt	20	Budapest	heiter	18
Salzburg	wolkig	17			
Venedig	heiter	20			



Herausgeber: Dirk Ippen, Alfons Döser  
Chefredakteur: Rudolf Bögel  
Stellv. Chefredakteur: Peter Schiebel

CVd: Sabine Peljger; Chefredakteur: Andreas Beez;  
Verantwortlich: Region München: Stefan Dörner, Stellv. Uli Heichele, Sebastian Arlinger; Kommunalpolitik: David Costanzo; Münchner Kultur: Matthias Bieber; Sport: Florian Benedikt, Stellv. Klaus Heydenreich; Politik: Klaus Rimpel; Gesellschaftskolumne: Ulrike Schmidt; Layout: Sebastian Raab, Stellv. Alois Kaiser; Cheflayout: Manfred Salzinger; Bildredaktion: Stephanie Braunert; Reise: Christine Hinkofer; Autor: Rudolf Bögel, Stellv. Peter Schiebel; Wirtschaft: Karl-Heinz Dix;

Schlussredaktion: Michael Dürr; Autorin: Dr. Beate Kayser; Öffentlichkeitsarbeit: Oliver Mennert;

Redaktion: Tel.: 0 89 / 53 06-0, Fax: 53 06-552  
Anzeigenannahme: 0 89 / 53 06-666  
Anzeigenfax: 53 06-640641  
Verantwortlich für Anzeigen, Inland: Hans-Georg Bechtold.

Anzeigenpreisliste Nr. 69,  
Zeitungsguppe Münchner Merkur (MM + OVB + tz).  
Abonnementpreis monatlich Euro 23,95 frei Haus (einschl. Euro 1,67 MwSt.).  
Abbestellungen können nur schriftlich mit einer Frist von 6 Wochen zum Quartalsende bzw. zum Ende des Vorauszahlungszeitraumes erfolgen.  
Samstag mit tz-Tele-Magazin.

Verlag: Zeitungsverlag tz München GmbH & Co. KG, 80382 München oder Paul-Heyse-Straße 2-4, 80336 München, zugleich Anschrift aller Verantwortlichen. Geschäftsführer: Dirk Ippen, Andreas Heinkel.  
Druck: Druckhaus Dessauerstraße GmbH & Co. BetriebsKG, Dessauerstr. 10, 80992 München

Für die Herstellung der Zeitung wird Recycling-Papier verwendet.