



Egert

FRISCHE ERLEBEN

20 JAHRE

regional | frisch | nachhaltig
MOMENTE SCHAFFEN, DIE BLEIBEN

ARZBERG:
EDEKA Markttredwitzer Str. 38 |

SELB:
E center Unterweißenbacher Weg 1
E center Dr.-Ludwig-Rieß-Str. 1

Montag bis Samstag
von 07 bis 20 Uhr
für Sie geöffnet.

Angebote gültig von Montag, 25.08. bis Samstag, 30.08.2025

Glatte Preise!
WEITERE ARTIKEL AUF DEN INNENSEITEN.

Erasco
Eintopf
verschiedene Sorten
oder Serbische
Bohnensuppe
750/800 ml/g Dose
1 l/kg = 2,67/2,50
n. G.¹ = 3,29
Ausgenommen
Chili Con Carne,
Maccaroni-Käse und
Indisches Gemüsecurry.

-39%
2.00
~~3.29~~

Gut & Günstig
Tafeltrauben hell
Sorte siehe Etikett, aus Italien/Spanien,
Kl. I, 500 g Packung, 1 kg = 2,22
Abbildung ähnlich.

kernlos
AKTION
1.11

Hackfleisch gemischt
Schwein und Rind
100 g
n. G.¹ = 0,99

-22%
1.00
~~1.29~~

Frosta
Fertiggericht
verschiedene
Sorten,
tiefgefroren
450/500 g
Packung
1 kg = 6,20/5,58
n. G.¹ = 2,79

-41%
2.79
~~4.79~~

APP-PREIS²
2.49

Coca-Cola*
verschiedene Sorten,
Fanta, Sprite oder
Mezzo Mix*
1,25 Liter Flasche
+ 0,25 Pfand
1 l = 0,79
n. G.¹ = 0,99
*koffeinhaltige Limonade

-37%
0.99
~~1.59~~

Red Bull
Energy Drink
oder Bio Organics
Erfrischungsgetränk
verschiedene Sorten
0,25/0,33 Liter
Dose + 0,25 Pfand
1 l = 3,96/3,00
n. G.¹ = 0,99
Je nach Verfügbarkeit
des Marktes.

-28%
0.99
~~1.39~~

APP-PREIS²
0.89

Haribo
Fruchtgummi
verschiedene Sorten
150-205 g Packung
1 kg = 4,34-5,93
n. G.¹ = 0,79

-25%
0.89
~~1.19~~

APP-PREIS²
0.79

¹ n. G. = niedrigster Gesamtpreis der letzten 30 Tage ² Aktionspreise ausschließlich für Genuss+ Nutzer in der EDEKA-App. Teilnehmende Märkte in unserer App.

Glatte Preise!

FÜR NUR 1 UND 2 EURO



Mehlig & Heller
Familien-Wurstkonserve
verschiedene Sorten
250 g Glas
1 kg = 8,00
n. G.¹ = 2,69

-25%

2.00
2.69



hohes C
ALL-IN-ONE
Fruchtsaftgetränk
verschiedene Sorten
0,85 Liter Flasche
+ 0,25 Pfand
1 l = 2,35
n. G.¹ = 2,69

-25%

2.00
2.69



Paw Patrol
Würstchen
verschiedene Sorten
345 g Glas
(Abtropfgewicht
180 g)
1 kg = 11,11
n. G.¹ = 2,49

bis zu -28%

2.00



reis-fit
Basmati Reis
im Kochbeutel
500 g Packung
1 kg = 4,00
n. G.¹ = 3,29

-39%

2.00
3.29



Lorenz
Nic Na's
170 g XL Fun Pack
1 kg = 11,76
n. G.¹ = 2,99

-33%

2.00
2.99



Melitta
Kaffee Pads
verschiedene Sorten, 16er
107/112 g Packung
1 kg = 18,69/17,86, n. G.¹ = 2,99

-33%

2.00
2.99



Storck
Knoppers
verschiedene Sorten, 8er
200 g Packung
1 kg = 10,00, n. G.¹ = 2,49

-19%

2.00
2.49



Frosch
WC-Reiniger
verschiedene Sorten
750 ml Flasche
1 l = 2,67
n. G.¹ = 2,39

-16%

2.00
2.39



Galbani
Mozzarella Maxi
oder Fior di latte
verschiedene Fettstufen
180/385 g Packung
(Abtropfgewicht 180/200 g)
1 kg = 11,11/10,00
n. G.¹ = 3,19

bis zu -39%

2.00

Nescafé
Tassenportionen
löslicher Kaffee
verschiedene Sorten,
10er, 80–165 g
Packung
1 kg = 12,12–25,00
n. G.¹ = 2,49
Nur solange
der Vorrat reicht.



-19%
2.00
2.49



Dr. Oetker
süße Mahlzeit
verschiedene Sorten
76–165 g Packung
1 kg = 6,06–13,16
n. G.¹ = 1,49

-32%
1.00
1.49



iglo
Kräuter
verschiedene Sorten,
tiefgefroren
50–70 g Packung
1 kg = 14,29–20,00
n. G.¹ = 1,29

-22%
1.00
1.29



Gaggli
Frischeier-Teigwaren
verschiedene Ausformungen
250 g Packung
1 kg = 4,00
n. G.¹ = 1,99
Ausgenommen Bio
Teigwaren.

-49%
1.00
1.99



Kuchen Meister
Koala
verschiedene Sorten
75 g Packung
1 kg = 13,33
n. G.¹ = 1,49

-32%
1.00
1.49



Frankenmehl
Weizenmehl
Type 405
1000 g Packung
n. G.¹ = 1,39

-28%
1.00
1.39



Stackmeyer
Geflügel-Bufferet
100 g Packung
1 kg = 10,00
n. G.¹ = 1,29

-22%
1.00
1.29

Glatte Preise!

ALLES FÜR NUR 1 EURO



Arla
Buko Frischkäse
oder -zubereitung
verschiedene Sorten
und Fettstufen, 200 g Becher
1 kg = 5,00, n. G.¹ = 0,99

-49%

1.00
1.99



Gut & Günstig
Delikatess Brühwurst-
Aufschnitt
verschiedene Sorten
200 g Packung
1 kg = 5,00
n. G.¹ = 1,19

-15%

1.00
1.19

Zitrusfrische im Mülleimer!
Angenehmer Duft und praktischer Tragegriff.



Gut & Günstig Tragegriff Müllbeutel
Flüssigkeitsdicht und reißfest.
Verschiedene Größen, je Rolle
n. G.¹ = 1,49

-32%

1.00
1.49



Gut & Günstig
Express Reis
verschiedene Sorten, 250 g Packung
1 kg = 4,00, n. G.¹ = 1,29

-22%

1.00
1.29

Palmolive
Duschbad
verschiedene Sorten
250 ml Flasche, 1 l = 4,00
n. G.¹ = 1,49



-32%

1.00
1.49

Powerade Sports
verschiedene Sorten
0,5 Liter Flasche
+ 0,25 Pfand
1 l = 2,00
n. G.¹ = 1,39



-28%

1.00
1.39



Zwetschgen
Sorte siehe
Auszeichnung,
aus Deutschland,
Kl. I, z. B. für 1 kg
in der Packung
Abbildung ähnlich.



AKTION

1.00



Paprika
verschiedene Farben,
aus den Niederlanden, Kl. I
Stück

AKTION

1.00

**Mini Pflaumentomaten**

Herkunft siehe
Etikett, Kl. I
200 g Packung
1 kg = 5,00
Abbildung ähnlich.

EINKAUFSTIPP

1.00



Zierkürbis Mix*
verschiedene Variationen
Stück

AKTION

1.00



Riesenkiwis Gold
aus Neuseeland, Kl. II
Stück

AKTION

1.00



Spitzkohl
aus Deutschland,
Kl. I, Stück

AKTION

1.00



**Speisekartoffeln
„Drillinge“**
Sorte siehe Etikett, festkochend
aus Deutschland, 1 kg Packung
Abbildung ähnlich.

EINKAUFSTIPP

1.00



**2 Stück
Frische Feigen**
aus der Türkei
entspricht Einzelpreis
von 0,50 €

2 Stück

AKTION

1.00

ZUM SELBST SORTIEREN

2 Packungen Driscoll's
Himbeeren, Brombeeren oder Heidelbeeren
Herkunft siehe Etikett, Kl. I
à 125 g, 1 kg = 16,00
Abbildung ähnlich.
entspricht Einzelpreis von 2,00 €

**2 Packungen
AKTION
4.00**

Fällt durch ihre
einzigartige XXL-Beeren-
größe, ihre leuchtend
grüne Farbe und ihr
knackiges Frucht-
fleisch auf.

Yum!bo
Tafeltrauben hell
"Arra 34 Yumbo"
aus Italien, Kl. I,
natürlich, süß
1 kg

kernlos
**AKTION
4.99**

EDEKA Herzstücke
Mango „Kent/Keitt“
aus dem Senegal, Kl. I, Stück

genussreif
**AKTION
2.49**

Plattpfirsiche
weißfleischig
„Paraguayos“
aus Spanien, Kl. I
500 g Packung
1 kg = 3,98
Abbildung ähnlich.

**DISCOUNT BILLIG
1.99**

BIO
FRANKEN
BIO

Fränkische
Bio Mini Wassermelone
rottfleischig
Kl. II, Stück

**AKTION
2.99**

EDEKA Bio
WWF Bananen
Herkunft siehe
Auszeichnung
1 kg

**DISCOUNT BILLIG
1.99**

DEUTSCHLAND

Speisekürbis
„Hokkaido“
aus Deutschland
1 kg

**AKTION
1.49**

**GROSSES
GEWINNSPIEL**

**VERLÄNGERE
DEINEN
SOMMER
MIT
Sweetango®**

REISEGUTSCHEINE
IM GESAMT-
WERT VON € 5.000,-

DER GANZE SOMMER IN EINEM APFEL

GELESEN IN
DEUTSCHLAND

Teilnahme und Infos unter:
sweetango-apple.com/gewinnspiel

Sweetango
Tafeläpfel rot
Sorte siehe Etikett,
aus Deutschland, Kl. I
1 kg Packung

neue Ernte
**AKTION
1.99**

BIO

FRANKEN

EDEKA Heimgarten
Fränkische Bio
Speisefrühkartoffeln
festkochend,
Sorte siehe Etikett
1,5 kg Netz
1 kg = 1,33

AKTION

1.99

FRANKEN

EDEKA Heimgarten
Fränkische
Mini Pflaumen-
rispentomaten
Kl. I
400 g Packung
1 kg = 6,23

AKTION

2.49

BIO

EDEKA Bio
Cherrytomaten
Herkunft siehe
Etikett, Kl. II
250 g Packung
1 kg = 5,96

AKTION

1.49

DEUTSCHLAND

Gut & Günstig
Möhren
aus Deutsch-
land, Kl. I
2 kg Packung
1 kg = 0,65

AKTION

1.29

DEUTSCHLAND

Gut & Günstig
Eisbergsalat
aus Deutschland,
Kl. I, Stück

DISCOUNT BILLIG

0.99

DEUTSCHLAND

Lauchzwiebeln
aus Deutschland, Kl. I, Bund

AKTION

0.59

DEUTSCHLAND

Spitzpaprika rot
Herkunft siehe Etikett, Kl. I
500 g Packung, 1 kg = 3,98
Abbildung ähnlich.

AKTION

1.99

DEUTSCHLAND

Gut & Günstig
10 frische Eier
aus Deutschland,
Bodenhaltung, Gkl. A, Gr. M/L
Packung

DISCOUNT BILLIG

1.99

Chrysanthemen*
verschiedene Farben
4er Bund

AKTION

2.99

FRANKEN

Chrysanthemenbusch Trio*
verschiedene Farben,
winterhart,
Fränkische
Gärtnerqualität
im 19 cm
Ø Topf

AKTION

5.99



Mit jedem Einkauf *punkten!

25 Jahre PAYBACK

**GROSSE
PREIS
SENKUNG!**

**Wir haben viele Preise
in unserer Frischetheke seit
dem 01.07. dauerhaft
gesenkt.**



**Beste Qualität &
kompetente Beratung
die sich jeder
leisten kann!**

Haltungs-
form
2
StallhaltungPlus
haltungstabelle.de

**Schweineschäufele
mit Schwarte**
100 g



AKTION

0.75

Haltungs-
form
2
StallhaltungPlus
haltungstabelle.de

**Schweinesaft-/Krustenbraten
aus der Schulter**
100 g



AKTION

0.77

Haltungs-
form
2
StallhaltungPlus
haltungstabelle.de

Holzfüllergrillscheiben
aus der Schweineschulter,
grillfertig mariniert, 100 g
auch in natur erhältlich,
100 g = 0,69 €



AKTION

0.79



ORIENTALISCH ANGEHAUCHT



**Hähnchen in
Tomatensauce**



Diese und viele weitere leckere Rezeptideen unter:
www.edeka.de/rezepte



Hacksteaks
aus gemischtem Hackfleisch
100 g



AKTION

1.00



Haltungs-
form
2
StallhaltungPlus
haltungstabelle.de

Hähnchenschenkel
natur, mit Rückenstück,
Hkl. A, 100 g, n. G.¹ = 0,49

-44%

0.49
0.89

SB-Fleisch

Haltungs-
form
2
StallhaltungPlus
haltungstabelle.de

Putenbrust
500 g SB-Packung
1 kg = 11,10



AKTION

5.55



Mini-Rostbratwurst
300 g SB-Packung
1 kg = 11,97



EINKAUFS-TIPP

3.59

Haltungs-
form
2
StallhaltungPlus
haltungstabelle.de



Gourmet-Spieße
Schweinefleischwürfel mit
Grillkäse in Bauchspeck
gewickelt, grillfertig mariniert,
verschiedene Gewichte,
auch in Bedienung erhältlich
z. B. 300 g SB-Packung
1 kg = 16,64, n. G.¹ = 6,57



-24%

4.99
6.57

BAUERNSCHÄTZE

100% REGIONAL

BESTES FLEISCH VON REGIONALEN LANDWIRTEN



Mehr Wertschätzung

Faire Bezahlung & langfristige Partnerschaft mit unseren Landwirten.



Mehr Regionalität

Direkt aus Franken, Sachsen, Thüringen, Saale-Unstrut und der Oberpfalz.



Mehr Tierwohl

Kompromisslose Erfüllung aller modernen Tierwohl-Standards.



Schweinekotelett
natur, 100 g, n. G.¹ = 1,09



-18%

0.89
1.09



Hirtenbraten
magerer Schweinerücken,
bratfertig gefüllt
100 g, n. G.¹ = 1,39



-14%

1.19
1.39



Hackbraten
vom Schwein,
verschieden gewürzt
100 g, n. G.¹ = 1,29



-23%

0.99
1.29



Bratzeitwürstchen
deftig, herzhaft gewürzt
100 g, n. G.¹ = 1,89



-26%

1.39
1.89



Putenschnitzel
natur, 100 g
auch in gewürzt erhältlich, 100 g = 1,77 €



AKTION

1.66

Unser Bauernschätze Markenfleisch in teilnehmenden Märkten. Informationen dazu an der Bedienteilheke. Achtung, einzelne Fleischwaren unserer regionalen Qualitätsmarke können kurzzeitig ausverkauft sein.



Cantaloupemelone
aus Spanien/Italien,
Kl. I, Stück



AKTION
1.99

DAZU PASST

SPANIEN

-33%
2.00 ~~2.99~~

Original spanischer
Serrano-Schinken
luftgetrocknet,
mild im Geschmack, 100 g
n. G. = 1,99




Landjäger
luftgetrocknete Spezialität,
herzhaft deftig
100 g



AKTION
2.00



Edelsalami
voll ausgereift
100 g



AKTION
2.00



Grüne Oliven
mit Basilikum, ohne Stein
100 g



AKTION
2.00



Rinder Salami
100 g



AKTION
2.00



Steinhaus Krustenbauch
100 g



AKTION
2.00



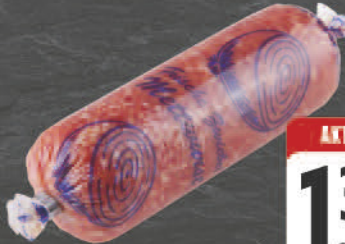
Käsewürstchen
herzhaft, deftig im Geschmack
100 g



AKTION
1.19



Zwiebelmettwurst/Vesperwürstchen
herzhaft deftig, mit kräftiger Zwiebelnote
100 g



AKTION
1.39



Heidesülze mit Gurkenstückchen
nach Art einer Schweinskopfsülze,
säuerlich-würzig, 100 g



AKTION
1.19



Schweineschnitzel
paniert, gebraten
100 g



AKTION
1.49



Delikatess Leberwurst
grob oder fein,
im Fettdarm
100 g

AKTION

1.00

Sommer Nudelsalat
100 g

AKTION

1.00

Weißwurst
im Ring
100 g

AKTION

1.00

Frischwurstaufschnitt
reich sortiert, mit Bierschinken
100 g, n. G.¹ = 1,49

-32%

1.00 1.49

Landgrafenschinken
im eigenen Saft gegart
100 g

AKTION

1.79

Rot- oder Weißgelegter
nach überlieferter Rezeptur
100 g

AKTION

1.19

Frucht-Geflügelsalat
zartes Hühnerfleisch mit Ananas, Mandarinen,
Champignons und Spargel
in fein-würziger
Salatmayonnaise
100 g

AKTION

1.49

25 Jahre PAYBACK

Auch mit Quereinstieg
geht es hier nach oben.

E-SUPERMARKT
SUPERJOBS



Jetzt bewerben auf
www.superjobs.edeka



Käse & Fisch

SCHWEIZ



Emmi Kaltbach
Der Cremig-Würzige, Gold, schweizer
Schnitt- oder Hartkäse,
verschiedene
Fettstufen
100 g



AKTION

2.69

DEUTSCHLAND



Schaukäserei Ettal
Ammergauer Bierkäse
deutscher Schnittkäse,
45 % Fett i. Tr., 100 g
Nur solange
der Vorrat reicht.



AKTION

1.89

Milchwerke Oberfranken
Coburger Brietorte

Weichkäse, 60 % Fett i. Tr., cremig, mit weißem
Edelschimmel überzogen, mild-aromatisch, 100 g
Nur solange der
Vorrat reicht.



AKTION

1.00

ÖSTERREICH



Käse Rebellen
Heubumen* oder Kürbiskern Rebell
österreichischer Schnittkäse,
mindestens 50 % Fett i. Tr.,
aus tagesfrischer Bergbauern
Heumilch, *auch als SB-Stück
erhältlich
100 g



AKTION

2.00

DEUTSCHLAND



Coburger
Frankendammer
deutscher Schnittkäse aus
frischer Milch gekäst,
45 % Fett i. Tr.,
raffiniert-nussig oder
fein-geräuchert*
100 g, n. G.¹ = 12,72
*Je nach Verfügbarkeit
des Marktes.



-37%

1.00
1.59



PAYBACK



PERFEKT FÜR DEN SOMMER

**Seelachs auf
Limettenrisotto**



Diese und viele weitere
leckere Rezeptideen unter:
www.edeka.de/rezepte

Frisches Seelachsfilet¹
ideal zum Dünsten
und Braten
100 g



AKTION

1.39



Miesmuscheln²
zartes, gelbes bis leuchtend
orangefarbenes Fleisch,
leicht salziger Geschmack, 1 kg

AKTION

3.29



AKTION

2.00

Makrelenfilet²
geräuchert, mit
verschiedenen Auflagen
100 g

Olympus Feta
verschiedene
Sorten und
Fettstufen
oder Schafskäse
30 % Fett i. Tr.
150 g Packung
1 kg = 13,33, n. G.¹ = 2,59
Je nach Verfügbarkeit des Marktes.

-22%
2.00
2.59



EDEKA Herzstücke
Antipasti Oliven
verschiedene Sorten
150 g Becher
1 kg = 15,27



DAZU PASST

EINKAUFSTIPP
2.29



Aria
Finello geriebener Käse
verschiedene Sorten
und Fettstufen
150 g Packung
1 kg = 9,93
n. G.¹ = 1,49

-42%
APP-PREIS²
1.49
2.59



Greco
Halloumi oder Loumini Grillkäse
verschiedene Sorten, halbfester Schnittkäse
aus Kuh-, Schaf- und Ziegenmilch, 43 % Fett i. Tr.
200 g Packung
1 kg = 13,95
n. G.¹ = 3,79

-26%
2.79
3.79



Brunch
verschiedene Sorten
185 g Becher
1 kg = 6,97
n. G.¹ = 1,99

-35%
APP-PREIS²
1.29
1.99



Kupfer
Bayerischer Ofenleberkäse
verschiedene Sorten
220 g Packung
1 kg = 10,41
n. G.¹ = 2,79

-17%
APP-PREIS²
2.29
2.79



Grünländer Käse
verschiedene Sorten
und Fettstufen
100-140 g Packung
1 kg = 12,07-15,36
n. G.¹ = 2,69
Je nach Verfügbarkeit
des Marktes.

-37%
1.69
2.69



Ferdi Fuchs
Mini Würstchen
verschiedene Sorten,
2-5er
48-130 g Packung
1 kg = 12,23-33,13
Je nach Verfügbarkeit
des Marktes.

DISCOUNT BILLIG
APP-PREIS²
1.59
1.11



Heimatland
Deftige Paprika- oder Echte Pfefferbeißer
pikant und würzig
300 g Doppelpack
1 kg = 11,63
n. G.¹ = 4,49

-22%
3.49
4.49



25 Jahre PAYBACK



Mit jedem Einkauf *punkten!

25 Jahre PAYBACK

°PUNKTE, PARTY, PAYBACK!

Wir feiern - ihr °punktet!



Cellini
Typ Instant-
Espresso Classico
100 g Glas

100
Extra°Punkte
= 1,00 €
25 Jahre PAYBACK



Garden Gourmet
Veganes oder
vegetarisches
Fleischersatzprodukt
verschiedene Sorten
160-200 g Packung

40
Extra°Punkte
= 40 Cent
25 Jahre PAYBACK



Spreewaldhof
Spreelinge
670 g Glas
(Abtropf-
gewicht 360 g)

30
Extra°Punkte
= 30 Cent
25 Jahre PAYBACK



10FACH°P
auf EDEKA Herz-
stücke Tiefkühlkost!*



(90)1000284810373

Gültig vom
25.08. - 30.08.2025

So funktioniert's:
Coupon beim Bezahlen vorlegen oder vorab in der PAYBACK APP, auf PAYBACK, de oder, wenn das EDEKA-Konto mit PAYBACK verknüpft wurde, in der EDEKA APP aktivieren. Die Einlösung erfolgt automatisch durch Vorlage der (mobilen) PAYBACK Karte. Coupon ist 1 Mal & nicht nachträglich einlösbar. Die Punktegutschrift erfolgt binnen 1 Woche. Gültig in allen teilnehmenden EDEKA Märkten sowie bei nah&gut und diska. Coupon ist nicht kombinierbar mit Coupons identischer Aktionen sowie PAYBACK Aktionen, die sich auf das beworbene Angebot beziehen. Bei mehreren Coupons wird der Coupon mit dem größten Vorteil eingelöst, wobei Print Coupons immer Vorrang haben. Print- & eCoupon schließen sich aus - nur einer ist einlösbar. Gilt ab 2€ Mindestumsatz. Abgabe in handelsüblichen Mengen. Zurückbelastung der Punkte bei Missbrauch. Coupon-Vervielfältigung nicht zulässig.

* Von Bepunktung ausgenommen sind alle Artikel außerhalb des beworbenen Angebots.

PAPIER- ODER eCOUPON NUTZEN

°PAYBACK



Original Sahne
Muh-Muhs
Sahne Toffees
215 g Packung

30
Extra°Punkte
= 30 Cent
25 Jahre PAYBACK



3FACH°P
auf Knabber-
artikel!*



(90)1000262720543

Gültig vom
25.08. - 30.08.2025

So funktioniert's:
Coupon beim Bezahlen vorlegen oder vorab in der PAYBACK APP, auf PAYBACK, de oder, wenn das EDEKA-Konto mit PAYBACK verknüpft wurde, in der EDEKA APP aktivieren. Die Einlösung erfolgt automatisch durch Vorlage der (mobilen) PAYBACK Karte. Coupon ist 1 Mal & nicht nachträglich einlösbar. Die Punktegutschrift erfolgt binnen 1 Woche. Gültig in allen teilnehmenden EDEKA Märkten sowie bei nah&gut und diska. Coupon ist nicht kombinierbar mit Coupons identischer Aktionen sowie PAYBACK Aktionen, die sich auf das beworbene Angebot beziehen. Bei mehreren Coupons wird der Coupon mit dem größten Vorteil eingelöst, wobei Print Coupons immer Vorrang haben. Print- & eCoupon schließen sich aus - nur einer ist einlösbar. Gilt ab 2€ Mindestumsatz. Abgabe in handelsüblichen Mengen. Zurückbelastung der Punkte bei Missbrauch. Coupon-Vervielfältigung nicht zulässig.

* Von Bepunktung ausgenommen sind alle Artikel außerhalb des beworbenen Angebots.

PAPIER- ODER eCOUPON NUTZEN

°PAYBACK



Reinert
Bärchenstreich
verschiedene Sorten
125 g Packung

30
Extra°Punkte
= 30 Cent
25 Jahre PAYBACK

SPARPARTY!

Jetzt PAYBACK °Punkte einlösen
und bares Geld sparen.

25 Jahre PAYBACK



Dr. Oetker
Backmischung Kasten Kuchen,
Klassische Kuchenmischung
oder Kleingebäck
verschiedene Sorten
280–580 g Packung
Ausgenommen Familienkuchen,
Schnitten, Maulturkuchen und
Cheese Cake American Style.

50
Extra-Punkte
= 50 Cent

25 Jahre PAYBACK



Käfer Caffè
ganze Bohnen,
verschiedene Sorten
1 kg Packung

200
Extra-Punkte
= 2,00 €

25 Jahre PAYBACK



Leckermäulchen
Milch-Quark
verschiedene Sorten
150 g Becher
Je nach Verfügbarkeit
des Marktes.

20
Extra-Punkte
= 20 Cent

25 Jahre PAYBACK



Elinas Joghurt
nach Griechischer Art
verschiedene Sorten
und Fettstufen, 600 g Packung

50
Extra-Punkte
= 50 Cent

25 Jahre PAYBACK



Berger
Schinken
verschiedene Sorten
80 g Packung
Je nach Verfügbarkeit
des Marktes.

10
Extra-Punkte
= 10 Cent

25 Jahre PAYBACK



Bussy
Mix Ice Pops
10er
400 ml
Packung

30
Extra-Punkte
= 30 Cent

25 Jahre PAYBACK



funny-frisch
Chipsfrisch
verschiedene
Sorten
215 g Packung

40
Extra-Punkte
= 40 Cent

25 Jahre PAYBACK



Nestlé Nesquik
kakaohaltiges
Getränkpulver
oder Milk-Mix
verschiedene Sorten
280/350 g
Packung/Dose

40
Extra-Punkte
= 40 Cent

25 Jahre PAYBACK



Somat
Maschinenreiniger
verschiedene Sorten
oder Deo-Perls
17/57/250 g/ml
Packung/Flasche

30
Extra-Punkte
= 30 Cent

25 Jahre PAYBACK



meridol
Mundspülung
ohne Alkohol
400 ml Flasche
Ausgenommen
Zahnfleisch-Schutz &
Frischer Atem.

70
Extra-Punkte
= 70 Cent

25 Jahre PAYBACK



Vitakraft Poésie
Katzennahrung
verschiedene Sorten,
12er, 1,02 kg Multipackung

140
Extra-Punkte
= 1,40 €

25 Jahre PAYBACK



TIERISCHER SAMMELSPASS

MIT EDEKA & WWF



-49%

3.79*
UVP
7.49**

Mit 5 Treuepunkten

schleich

**ALLE
20 TIERE
EXKLUSIV**



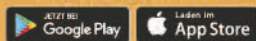
SO MACHST DU MIT:

1 PUNKTE SAMMELN

Vom 25.08. bis zum 18.10.2025 bekommst du pro 5 € Einkaufswert 1 schleich®-Treuepunkt!

JETZT NEU:

Mit der EDEKA App digital sammeln.***



2 EINKLEBEN

Deine gesammelten Treuepunkte klebst du einfach auf eine der Treuepunkte-Karten oder sammelst diese digital in der App***.

3 IM MARKT EINLÖSEN

Deine Treuepunkte-Karte kannst du bis zum 01.11.2025 direkt an der Kasse gegen ein schleich®-Tier zum Sonderpreis einlösen.

Gratis Broschüre
im Markt erhältlich.***



**MEHR INFOS AUF
EDEKA.DE/SCHLEICH**

* Nur solange der Vorrat reicht.
** Unverbindliche Preisempfehlung.
*** Nur in teilnehmenden Märkten.



**STARKE
PARTNER**
GEMEINSAM FÜR
MEHR NACHHALTIGKEIT.



Dany Mousse **NEU** Die Gärungsmilch zum Löffeln

Dany Pudding **NEU** Mit Liebe gemacht

Dany Pudding oder Mousse
verschiedene Sorten, 2er, 120/230 g Packung
1 kg = 8,33/4,35, n. G.¹ = 1,39
Je nach Verfügbarkeit des Marktes.

-28%
1.00 ~~1.39~~

Osterland Grütze
mit Soße Vanille-Geschmack,
Götter Speise*
verschiedene Sorten
140/160 g Becher
1 kg = 2,79/2,44
n. G.¹ = 0,49
*Nur solange der Vorrat reicht.

-20%
0.39 ~~0.49~~

Osterland oder Milram* Dessert Soße
mit Vanillegeschmack
500 ml Packung
1 l = 3,18
n. G.¹ = 1,59
*Nur solange der Vorrat reicht.

bis zu -33%
1.59 ~~2.39~~

müller Milchem
verschiedene Sorten
400 ml Flasche + 0,25 Pfand
1 l = 1,98, n. G.¹ = 0,79
Ausgenommen High Protein.

-46%
0.79 ~~1.49~~

Dr. Oetker High Protein Coffee
verschiedene Sorten
250 ml Becher
1 l = 7,96

EINKAUFSTIPP
1.99

APP-PREIS²
1.49

Landliebe Joghurt
verschiedene Sorten und Fettstufen
150/200 g Becher
1 kg = 2,93/2,20
n. G.¹ = 0,00
Je nach Verfügbarkeit des Marktes.

bis zu -50%
0.44 ~~0.89~~

Berchtesgader Land Haltbare Bergbauern Milch
verschiedene Fettstufen
1 Liter Packung
n. G.¹ = 0,99

bis zu -25%
1.11 ~~1.39~~

Bären Marke Haltbarer Kakao oder Eiskaffee
verschiedene Sorten
1 Liter Packung
n. G.¹ = 2,29

-30%
1.59 ~~2.29~~

Milram Butter Milch oder Kefir Drink
verschiedene Sorten
500/750 g Packung
1 kg = 2,58/1,72
n. G.¹ = 1,29

bis zu -31%
1.29 ~~1.89~~

Weihenstephan Butter oder Die Streichzarte
verschiedene Sorten
250 g Stück/Becher, 1 kg = 9,16
n. G.¹ = 3,79

-39%
2.29 ~~3.79~~

Back-Schätze

Mehrmals täglich
ofenfrisch
gebacken.



Ciabatta Olive²
Weizenbrot mit Oliven
ca. 260 g Stück
n. G.¹ = 1,29
Abbildung ähnlich.

-22%
1.00
1.29

Weltmeisterbrot²
750 g Laib, 1 kg = 2,12
n. G.¹ = 1,99
Abbildung ähnlich.

-20%
1.59
1.99

Laugenecke²
Stück
n. G.¹ = 0,85
Abbildung ähnlich.

-30%
0.59
0.85

Roggenbrötchen²
Stück
n. G.¹ = 0,49
Abbildung ähnlich.

-20%
0.39
0.49

Donut²
Schoko oder Zucker
Stück
n. G.¹ = 0,49
Abbildung ähnlich.

-16%
0.49
0.59



² Nur erhältlich in Märkten mit Backstation und je nach Verfügbarkeit des Marktes. Teilnehmende Märkte unter www.edeka.de/marktsuche. Abbildungen ähnlich.



Burger
Das Landknäcke
verschiedene Sorten,
knusprig zart
250 g Packung
1 kg = 5,16
n. G.¹ = 1,69



-23%
1.29
1.69



Meggle Baguette
verschiedene Sorten
160 g Packung, 1 kg = 6,94
n. G.¹ = 1,69

bis zu -44%
1.11



Pema
6 Sorten Vollkornbrot
10 Einzelverpackungen
500 g Packung
1 kg = 4,00
n. G.¹ = 2,49

-19%
2.00
2.49



Mit jedem Einkauf °punkten!

25 Jahre PAYBACK



Snack Master
Mikrowellen-Pommes
verschiedene Sorten,
tiefgefroren
140 g Packung
1 kg = 7,14
n. G.¹ = 1,49

-32%
1.00
1.49



innocent
Der Smoothie* oder Shot
verschiedene Sorten
80-250 ml Flasche
*+ 0,25 Pfand
1 l = 9,16-28,63

EINKAUFSTIPP
2.29

APP-PREIS²
1.49



Tante Fanny
Frischer Flamm-
kuchenteig
backfertig auf
Backpapier
260 g Packung
1 kg = 5,73
n. G.¹ = 1,89

-21%
1.49
1.89

APP-PREIS²
1.29



Dr. Oetker
la Mia Pinsa
verschiedene Sorten,
tiefgefroren
305-330 g Packung
1 kg = 6,73-7,28
n. G.¹ = 2,45

-41%
2.22
3.79

APP-PREIS²
1.99



Escal
King Prawns
verschiedene Sorten,
tiefgefroren
250 g Packung
1 kg = 13,96
n. G.¹ = 4,29

-18%
3.49
4.29



Dr. Oetker
Die Ofenfrische Pizza oder Pizza Tradizionale
verschiedene Sorten, tiefgefroren
350-435 g Packung, 1 kg = 5,10-6,34
n. G.¹ = 2,22

-39%
2.22
3.69

APP-PREIS²
1.99



Coppenrath & Wiese
Sahne Rolle
verschiedene Sorten,
tiefgefroren, 400 g Packung
1 kg = 7,48, n. G.¹ = 3,99

-25%
2.99
3.99



Coppenrath & Wiese
Unsere Goldstücke
verschiedene Sorten,
tiefgefroren
300-540 g Packung
1 kg = 2,76-4,97
n. G.¹ = 2,29

-34%
1.49
2.29



Langnese Magnum Eis
3er
oder Minis
6er, verschiedene Sorten
255-330 ml Packung
1 l = 7,55-9,76
n. G.¹ = 2,79

bis zu -44%
2.49

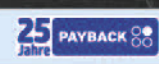


Zott
Monte Ice Cream
verschiedene Sorten
340-480 ml
Packung/Becher
1 l = 6,23-8,79
n. G.¹ = 4,79

-37%
2.99
4.79



Mit jedem Einkauf 0 Punkten!



Delverde Classica
italienische Pasta
verschiedene Ausformungen
1000 g Packung
Nur solange der Vorrat reicht.



DISCOUNT BILLIG
1.99

APP-PREIS²
1.79

Bonduelle
Goldmais oder Hülsenfrüchte
verschiedene Sorten, 300-400 g Dose
(Abtropfgewicht 250-265 g)
1 kg = 4,19-4,44
n. G.¹ = 1,11
Ausgenommen
Junge Ernte.



bis zu -41%
1.11

Bad Reichenhaller
Gewürzsalz
verschiedene Sorten
90 g Dose
1 kg = 14,33
n. G.¹ = 1,85



-30%
1.29
1.85

Maggi
5 Minuten Terrine oder
Magic Asia Noodle Cup
verschiedene Sorten
41-75 g Becher
1 kg = 13,33-24,39
n. G.¹ = 1,49



-32%
1.00
1.49

Heinz
Ketchup, Mayonnaise
verschiedene Sorten
oder Pommes
Frites Sauce
400-500 ml Flasche
1 l = 4,00-5,00
n. G.¹ = 1,99



-25%
2.00
2.69

Dr. Oetker
Airfryer Backin
Backpulver, 2er
33 g Packung
1 kg = 17,88
n. G.¹ = 0,79



Neu im Sortiment
-25%
0.59
0.79

Schwartau
Dessert Sauce
verschiedene Sorten
125 ml Flasche
1 l = 11,92
n. G.¹ = 1,99



-25%
1.49
1.99

Köln
Blütenzarte flocken
oder Echte Kernige
500 g Packung
1 kg = 2,38
n. G.¹ = 1,69



-29%
1.19
1.69



20% RABATT
auf alle Artikel der
Marke nutella.
Je nach Verfügbarkeit des Marktes.



Mit jedem Einkauf °punkten!

25 Jahre PAYBACK



Storck Toffifee
verschiedene
Sorten, 15er
125 g Packung
1 kg = 8,88
n. G.¹ = 1,49

-25%
1.11
1.49



Ritter Sport
mini Mix
verschiedene
Sorten, 9er
150 g Packung
1 kg = 19,93
n. G.¹ = 2,99

-16%
2.99
3.59



kinder Riegel
10er
210 g Packung
1 kg = 9,52
n. G.¹ = 2,99

-33%
2.00
2.99



Lindt Maitre
Chocolatier Schokolade
verschiedene
Sorten
100 g Tafel
1 kg = 18,90
n. G.¹ = 1,99

-29%
1.89
2.69



Nescafé
Gold löslicher
Bohnenkaffee
verschiedene
Sorten
190/200 g Glas
1 kg = 42,05/39,95
n. G.¹ = 7,99

-20%
7.99
9.99



Teekanne frio
verschiedene
Sorten, 18er
45 g Packung
1 kg = 55,33
n. G.¹ = 2,89

-13%
2.49
2.89



funny-frisch Chitos oder Cornados
verschiedene
Sorten, Jumpys, Ringli, Zwiebli
Ringe, Paprika Ecken
oder Frit-Sticks
75-100 g Packung
1 kg = 12,90-17,20
n. G.¹ = 1,99

-35%
1.29
1.99

APP-PREIS²
1.11



Dallmayr
Home Barista
verschiedene
Sorten,
ganze Bohnen
1 kg Packung
n. G.¹ = 18,99

-24%
13.99
18.49



Krüger Family
Cappuccino
verschiedene
Sorten,
Eiskaffee oder
Latte Macchiato
500 g Packung
1 kg = 5,58
n. G.¹ = 4,99

-44%
2.79
4.99

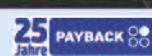


J.J. Darboven
Idee Kaffee*,
Edles Gourmet
verschiedene
Sorten
oder Mövenpick
Edle Komposition
500 g Packung, 1 kg = 12,98
n. G.¹ = 9,49
*Je nach Verfügbarkeit des Marktes.

-31%
6.49
9.49



Mit jedem Einkauf 0 Punkten!





Veltins Pilsener
20 x 0,5 Liter Kasten
+ 3,10 Pfand*
1 l = 1,10
n. G.¹ = 16,99

-35%
10.99
16.99

APP-PREIS²
10.49



Erdinger Weissbräu
verschiedene Sorten
20 x 0,5 Liter Kasten
+ 3,10 Pfand
1 l = 1,40
n. G.¹ = 19,99
Je nach Verfügbarkeit
des Marktes.

-30%
13.99
19.99

APP-PREIS²
12.99

evian Natural
Mineral Water
1,5 Liter Flasche
+ 0,25 Pfand
1 l = 0,67
n. G.¹ = 1,39



-28%
1.00
1.39



25 Jahre PAYBACK

MEHR KAUFEN – MEHR SPAREN!



Leikeim Bier
verschiedene Sorten
20 x 0,5 Liter Kasten
+ 4,50 Pfand, 1 l = 1,20
n. G.¹ = 10,99
Ausgenommen Fränkischer
UrStoff und Steinbier.

-29%
11.99
16.99



ab 2 Kästen
-35%
10.99
je 16.99

1 l = 1,10



Erdinger Brauhaus Bier
verschiedene Sorten
20 x 0,5 Liter Kasten
+ 3,10 Pfand
1 l = 1,40
n. G.¹ = 18,99
Je nach Verfügbarkeit
des Marktes.

-26%
13.99
18.99

APP-PREIS²
12.99



albi Saft, Nektar
oder Fruchtsaftgetränk
verschiedene Sorten
1 Liter Packung
n. G.¹ = 1,69

-37%
1.69
2.69



Jever Bier
verschiedene Sorten
6 x 0,33 Liter Packung
+ 0,48 Pfand
1 l = 2,02
n. G.¹ = 4,89

-18%
3.99
4.89



Adelholzener
Mineralwasser
verschiedene Sorten
12 x 0,75 Liter Kasten + 3,30 Pfand
1 l = 0,64, n. G.¹ = 4,99

-10%
5.79
6.49



Franken Brunnen
Mexi Cola Mix* oder Limonade
verschiedene Sorten, 12 x 0,75 Liter
Glaskasten + 3,30 Pfand
1 l = 0,78, n. G.¹ = 8,99
*koffeinhaltige Limonade
Je nach Verfügbarkeit des Marktes.

-22%
6.99
8.99



Paulaner
Spezi* oder Limo
verschiedene Sorten
0,33 Liter Dose + 0,25 Pfand
1 l = 2,09, n. G.¹ = 0,85
*koffeinhaltige Limonade
Je nach Verfügbarkeit des Marktes.

-18%
0.69
0.85



Mit jedem Einkauf *punkten!

25 Jahre PAYBACK



Alkoholisches Mischgetränk
Captain Morgan, Gordon's
London, Jim Beam,
verschiedene Sorten,
Johnnie Walker oder 196,
10% Vol.
0,25/0,33 Liter Dose
+ 0,25 Pfand
1l = 8,00/6,06
n. G.¹ = 2,99
Je nach Verfügbarkeit
des Marktes.

-28%
2.00
2.79

DAZU
PASST

Pure ice
Eiswürfel to go
130 g Becher
1 kg = 7,62
n. G.¹ = 0,99

EINKAUFSTIPP

0.99

Jack Daniel's
Tennessee Whiskey
verschiedene Sorten, 35/40% Vol.
0,7 Liter Flasche
1l = 22,84
n. G.¹ = 19,99



-20%
15.99
19.99

Puschkin
Vodka oder Vodka-Mix
verschiedene Sorten,
15-37,5% Vol.
0,7 Liter Flasche
1l = 8,56
n. G.¹ = 8,49



bis zu -29%
5.99

Osborne
Solera Veterano
30% Vol.
0,7 Liter Flasche
1l = 14,27
n. G.¹ = 14,99



-33%
9.99
14.99

Rotkäppchen
Sekt, Fruchtsecco
oder Alkoholfrei
verschiedene
Sorten
0,75 Liter Flasche
1l = 4,65
n. G.¹ = 3,29



-30%
3.49
4.99
APP-PREIS²
3.29

Weingenuß
Wein
aus Deutschland,
verschiedene Sorten
0,75 Liter Flasche
1l = 2,39
n. G.¹ = 2,49



-21%
1.79
2.29

Dejavu
Aperitif oder Alkoholfrei
17% Vol.
0,7 Liter Flasche
1l = 14,27
n. G.¹ = 11,99
Je nach Verfügbarkeit
des Marktes.



-16%
9.99
11.99

Becksteiner Weinhaus
Silvaner, Müller Thurgau,
Bacchus oder
Schwarzriesling
aus Tauberfranken/Baden,
verschiedene Sorten
1 Liter Flasche
n. G.¹ = 4,99



-20%
3.99
4.99

Deutsches Weintor
Qualitätswein
aus der Pfalz
0,75 Liter Flasche
1l = 5,32
n. G.¹ = 5,49



-27%
3.99
5.49



Mit jedem Einkauf 1 Punkt!



Nivea
3 in 1 Reinigungstücher
verschiedene Sorten
25er Packung
n. G.¹ = 2,49

-19%
2.00
2.49

Regina
Haushaltstücher mit Herzen
3-lagig, 4 x 43 Blatt Packung
n. G.¹ = 2,79

-28%
2.00
2.79

Softis
Taschentücher
super-soft, 30 x 9er Packung
n. G.¹ = 3,59

-30%
2.49
3.59

Kuschelweich
Weichspüler
verschiedene Sorten
38 WL Flasche
1 Waschlading = 0,04
n. G.¹ = 1,49

-23%
1.49
1.95

Weißer Riese oder Spee
Vollwaschmittel
verschiedene Sorten, 18-22 WL
Packung/Flasche
1 Waschlading =
0,17-0,21
n. G.¹ = 3,79

-20%
3.79
4.79

UNSER HERZSTÜCK DER WOCHE

Mehr über
unsere Herzstücke
erfahren:



MARKENQUALITÄT MIT ♥

DIE NEUE
EDEKA MARKE



EDEKA Herzstücke
Feine Mahlzeit für Katzen
verschiedene Sorten, 400 g Dose
1 kg = 1,98, n. G.¹ = 0,99

-20%
0.79
0.99

Dokas
Hunde-Snacks
verschiedene Sorten
70 g Packung
1 kg = 21,29
n. G.¹ = 1,99

-25%
1.49
1.99

Purina
felix Sensations
Katzentrockennahrung
verschiedene Sorten
1 kg Packung
n. G.¹ = 3,55

-21%
2.79
3.55

fit
Geschirrspülmittel
verschiedene Sorten
500 ml Flasche
1 l = 2,38
n. G.¹ = 1,19

-25%
1.19
1.59

Hakle
Toilettenpapier
verschiedene Sorten, 3-lagig
8 x 150 Blatt Packung
n. G.¹ = 3,79

-21%
2.99
3.79

**SO EINGETROCKNET?
SO WHAT?!**

Somat Maschinen-
geschirr-Reiniger
verschiedene Sorten
42-70/1,072 Tabs/Liter
XXL Packung/Flasche
1 Tablette = 0,19-0,19/7,45, n. G.¹ = 9,45

XXL
-15%
7.99
9.45

3€ Rabatt*
beim Kauf von 2 Somat XXL.
Zum selbst Sortieren.

* Beim Kauf von 2 Somat XXL und/oder Maschinenreiniger-Tab's Jahresvorrat 12 Stück 3,00 € Sofortrabatt gegen Vorlage dieses Coupons gemeinsam mit den Artikeln an der Kasse. Nicht mit anderen Rabatt- und/oder Couponaktionen kombinierbar und nur im Original gültig. Keine Barauszahlung. Nicht alle abgebildeten Artikel sind jederzeit vorrätig. Nur ein Coupon pro Person und Kaufakt einlösbar. Vervielfältigungen werden nicht akzeptiert. Nur einlösbar in teilnehmenden EDEKA Märkten. Gültig vom 25.08.2025 bis 30.08.2025

Somat

EDEKA

9 823200 713003



Mit jedem Einkauf 0 Punkten!

25 Jahre PAYBACK



rotho

Tower mit Rollen „Country“
A4 Körbe auf beiden Seiten
herausnehmbar, abwaschbar
und spülmaschinentauglich.
Maße: ca. 37,5 x 32,5 x 71,2 cm.
Verschiedene Farben.
je Stück

-50%
24.99
UVP 49.99

pick'em



Zahnstocher "pick'em"
Verschiedene
Geschmacksrichtungen.
Zuckerfrei.
Perfekt für unterwegs.
je 20er Packung

-16%
2.49
UVP 2.99

rotho



Aufbewahrungsbox „Lona“
Mit Deckel. Maße: ca. 42 x 35,1 x
17,2 cm, ca. 19 Liter.
Stück

-33%
5.99
UVP 8.99

Sauberkeit mit einem Wisch!
Flexibel bis in die letzte Ecke.

Peggy Perfect

Bodenwischer
Mit 360°-Drehgelenk.
UVP 8,99 € - 44 % sparen
Ersatzbezug, 4er Pack
Waschbar bis ca. 60°C.
UVP 6,99 € - 28 % sparen
je Stück/Pack



AKTION
4.99

Genius



Nicer Dicer Precision
Mit Klingen aus Edelstahl. Schneid-
Oberteil mit integr. Stifteraster.
Inkl. 2 Messer-Aufsätzen.
Fassungsvermögen
Auffangbehälter:
ca. 480 ml.
5-teiliges Set

-74%
9.99
UVP 39.95



Einkaufstasche
Aus Filz. Maße: ca. 35 x 28 x 20 cm.
Verschiedene Farben.
je Stück

AKTION
7.99

VARTA



Longlife Power
Micro AAA oder Mignon AA.
je 12er Packung

-60%
3.99
UVP 9.99



Sortimentskasten
Verschiedene Größen.
17 Fächer
ca. 31,5 x 25 x 6 cm 6,99 €
12 Fächer
ca. 26,5 x 26 x 16 cm 12,99 €
je Stück



20 AKTION
6.99

MAHLE



COB Akku-Arbeitsleuchte
Mit 2 Lichtmodi.
300 Lumen LED-Beleuchtung.
3,7V Li-Ion-Akku.
Maße: ca. 22 x 14 x 5,5 cm.
Stück



-31%
14.99
UVP 21.95

alpina



Rundgrill
Höhenverstellbarer
Grillrost. Grillfläche:
Ø ca. 33 cm.
Höhe: ca. 43 cm.
Stück

AKTION
9.99



**EDEKA zuhause
Kokos Grill-Briketts**
Hergestellt aus Kokosnussschalen.
Besonders hohe Hitze.
Extra lange Brenndauer.
3 kg Sack
1 kg = 1,33
n. G. = 4,49

-11%
3.99
4.49

WWF



**EDEKA zuhause
WWF Grill Holzkohle**
Einfach entzündbar.
Starke Hitze-
entwicklung.
10 kg Sack
1 kg = 1,30
n. G. = 14,99

-13%
12.99
14.99

WOCHENEND KNÜLLER

Donnerstag bis Samstag



Recla Porchetta Venosta
original italienischer
Spanferkelbraten
mit Kruste, Genuss pur
100 g, n. G.¹ = 2,29

-34%

1.49
2.29



Fleischkäse
fein oder grob,
zum Selberbacken
ca. 1 kg, 100 g
n. G.¹ = 1,09

-29%

0.77
1.09



Tafelspitz
vom Jungbullen
100 g, n. G.¹ = 1,99

-25%

1.49
1.99



**Ondine
Plattnektarinen**
gelb- oder weißfleischig
Sorte siehe Etikett,
aus Spanien, Kl. I
450 g Packung
1 kg = 4,42, n. G.¹ = 1,99

AKTION

1.99



Wassermelone rotfleischig
aus Deutschland/Spanien, Kl. I
ganze Früchte, 1 kg
n. G.¹ = 1,11
Ausgenommen
geschnittene Ware.

AKTION

1.11



Salatris mit Wurzelballen
aus Deutschland/den Niederlanden,
länger frisch dank Wurzelballen
Stück
n. G.¹ = 0,99

AKTION

0.99



**Langnese
Family Eis**
verschiedene
Sorten
280-525 ml
Multipackung
1 l = 3,81-7,14
n. G.¹ = 2,22

-48%

2.00
3.89



**Houdek
Kabanos**
verschiedene
Sorten
150 g Packung
1 kg = 13,33
n. G.¹ = 2,49

-19%

2.00
2.49



Ficken Liquors
15% Vol.
0,7 Liter Flasche
1 l = 12,86
n. G.¹ = 11,99

-24%

9.00
11.99



**funny-frisch
Pom-Bär**
verschiedene Sorten
75/80 g Packung
1 kg = 13,33/12,50
n. G.¹ = 1,79

-44%

1.00
1.79



Bitburger Bier
verschiedene Sorten
24 x 0,33/20 x 0,5 Liter Kasten
+ 3,42/3,10 Pfand
1 l = 1,26/1,00
n. G.¹ = 10,99

-41%

10.00
16.99

ALLE 6 EXKLUSIVEN

SAMMEL-SETS

zusammen nur **1999 €**

KOMPATIBEL MIT ALLEN GÄNGIGEN
KLEMMBAUSTEIN-SYSTEMEN!

NICHT VERPASSEN!

Jetzt ALLE Spielsets zum VORZUGS-FREIHEITSPREIS, auch OHNE
Freiheitspreis/Freipunkte! Mehr Infos unter: edeka.de/blockz



Blockz

Aktion verlängert!
bis 30.08.2025

*Nur solange der Vorrat reicht.

Burgis

Knödel Liebe.

Tolles Gewinnspiel mit Burgis und Edeka Egert!

Wir verlosen:

**3 x 1 Familien-Ticket
für die Erlebnis Holzkugel
am Steinberger See**

Einfach Coupon ausschneiden, ausfüllen
und bis zum **30.08.25** an der Kasse
abgeben.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen, keine Barauszahlung möglich. Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Mitarbeiter der beteiligten Unternehmen und deren Angehörige sowie Gewinnspielvereine sind von der Teilnahme ausgeschlossen.

Vorname, Name

Telefonnummer oder E-Mail Adresse

10%
auf alle Burgis-
Produkte



Weil's guad is!

www.burgis.de



GRATIS
ohne Einkauf
ab 4,50€
BURGER*

*ab einem Einkauf von 40€

Aus Mittwoch, 27.08.2025
von 10.00 bis 17.00 Uhr

Nur im E center Egert | Dr.-Ludwig-Rieß-Straße

So einfach geht's:

1. Beim E center Egert in Selb, Dr.-Ludwig-Rieß-Str. 1 für mind. 40 € einkaufen
2. Kassenzettel am Burgerstand abstempeln lassen
(Pro Kassenzettel vom 27.08.25 nur ein Burger erhältlich)
3. GRATIS Burger genießen
(Nur solange der Vorrat reicht)

Impressum: Edeka Egert e.K., Dr.-Ludwig-Rieß-Str. 1, 99728 Selb, www.edeka.de/marktsuche
Email: nst.kundenservice@edeka.de, Kundendienst: 0800-0033352, Für Druckfehler: Überprüfen wir keine Haftung.



-10% Rabatt
auf alle
EDEKA Herzstücke
Burger-Buns



Egert
FRISCHE ERLEBEN
regional | frisch | nachhaltig

EdekaEgert
edeka_egert



in allen EDEKA Egert
Märkten in
Arzberg und Selb

IMPRESSUM Herausgeber: BVA Bay. Warenhandels-ges. d. Verbraucher mbH, Edekastraße 3, 97228 Rottendorf, HRB 9772, Amtsgericht Würzburg. Name und Anschrift unserer regional tätigen Unternehmen bzw. der regionalen, selbstständigen Marktbetreiber unter www.edeka.de/marktsuche oder über unsere Kunden-hotline 0800-0033352. Email: nst-kundenservice@edeka.de. Wir informieren darüber, dass unser Kundenservice in Zusammenarbeit mit einem Call-Center Dienstleister betrieben wird. Unsere Datenschutzhinweise unter www.edeka.de/nst. Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Solange der Vorrat reicht.

Unsere Märkte unter www.edeka.de/marktsuche



ERNÄHRUNGSPARTNER
DER MÄNNER-NATIONALMANNSCHAFT



**UNSER PROSPEKT
ONLINE ENTDECKEN**

> EDEKA App
> EDEKA Newsletter
> EDEKA.de



Gültig von 23.06. bis 30.09.2025



APP EINFACH SPAREN





APP EINFACH SPAREN

Liebe Kids & liebe Eltern,

Mehr geht immer! Unter diesem Motto laden wir euch auch dieses Jahr wieder zum großen Sommerspaß mit der EDEKA App ein – 2025 mit noch mehr Freizeitpartnern, noch mehr Ernährungs- und Bewegungstipps und noch mehr prominenter Unterstützung.

Diesmal sind mit dem **1. FC Nürnberg**, **Erzgebirge Aue** und dem **HC Erlangen** gleich drei große Sportclubs mit an Bord, die euch zu sich einladen. Dazu kommt **Phil4Kids**, der euch mit viel Spaß ins Schwitzen bringt, und natürlich die vielen Freizeitparks, Abenteuer- und Eventlocations, bei denen ihr und eure Familie mit der EDEKA App Rabatte erhaltet oder an Gewinnspielen teilnehmen könnt.

Der Sommer kann also kommen – Hauptsache, ihr habt wieder richtig viel Spaß!

Übrigens: Durch das Sommerspaß-Magazin führt euch die Vitamin-Bande mit vielen FUN-Tipps.

In der App auf der Startseite ganz nach unten scrollen, auf den blauen Button „Aktionscode hier eingeben!“ klicken und den Aktionscode eingeben (auf Groß- und Kleinschreibung achten!). Schon erhaltet ihr einen Coupon und nehmt an tollen Gewinnspielen teil – oder ihr zeigt ihn am Eingang der Freizeiteinrichtung vor, um z. B. vergünstigten Eintritt zu erhalten.

Weitere Details und Einlösebedingungen findet ihr im jeweiligen Coupon.

WICHTIG:

Die passenden Aktionscodes für Vergünstigungen oder Gewinnspiele findet ihr immer am Ende der Beschreibung. HAVE FUN!

INHALT:

Seite 4-5: Abenteuer & Freizeitspaß
Freizeitparks & geheime Welten

Seite 6-7: Fußballträume
Nachwuchstalente & sportliches Frühstück

Seite 8-9: Wasserwelten entdecken
Spaß & Erholung an Seen und Erlebnisbädern

Seite 10-11: Sport & Bewegung
Fußball & Handball hautnah erleben

Seite 12-13: Tierische Abenteuer
Zoos & Tierparks erkunden

Seite 14-15: Kinder an die Töpfe!
Leckere Rezepte zum Nachmachen

Seite 16-17: Klettern, Springen & Toben
Actionreiche Freizeitangebote

Seite 18-19: Wassermelonenspower
Coole Fakten, Rezepte & Bastelideen

Seite 20-21: Abenteuer & Natur
Erlebnisberge, Feengrotten & Greifvögel

Seite 22-23: Bewegung & Forschergeist
Sportliche Spiele & spannende Experimente





Gesund snacken und aktiv sein – das gelingt mit Zespri™ SunGold™ Kiwis! Diese süßen, saftigen Früchte sind der perfekte Snack für zwischendurch und liefern natürliche Energie sowie wertvolles Vitamin C.

Zespri™ ist Sponsor des Xletix Kids Run – ein Schlammlauf für die ganze Familie. Jetzt gewinnen:

5x2 TICKETS FÜR DEN XLETIX KIDS RUN IN DRESDEN

Mit etwas Glück gewinnst du 2 Tickets für den Xletix Kids Run am 24.08.2025 in Dresden (1x Ticket für einen Erwachsenen, 1x Ticket für ein Kind).

AKTIONSCODE:
#Zespri

in der EDEKA App eingeben und
mit etwas Glück gewinnen!
Teilnahmeschluss ist der 27.07.25



Wir sind die
VITAMIN-BANDE
im Sommer Spaß!

Wir sind die Vitamin-Bande – bunt, gesund und voller Energie! Bereit für Abenteuer? Alles, was ihr braucht, ist die EDEKA App, die ihr oder eure Eltern direkt hier herunterladen könnt.

JETZT EDEKA APP
GRATIS
DOWNLOADEN!



14 Achterbahnen, magische Welten, bis zu 23 Stunden Entertainment und natürlich jede Menge Action. Und da der Sommerspaß hier so unendlich groß ist, gibt es auch ein großartiges Gewinnspiel dazu.

2 TAGE FAMILIEN-URLAUB GEWINNEN!*

Gewinne einen traumhaften Erlebnisaufenthalt für 4 Personen in einem der sechs park eigenen 4-Sterne (Superior)-Erlebnishotels von Deutschlands größtem Freizeitpark inkl. einer Übernachtung und Frühstück sowie 2 Tage Eintritt in den Europa-Park!

* Erlebnisaufenthalt: Der Gewinn ist eine Übernachtung in einem der sechs park-eigenen 4-Sterne (Superior)-Erlebnishotels sowie 2 Tage Eintritt für den Europa-Park. Die Übernachtung erfolgt in einem Standard-Familienzimmer. Das Datum der Übernachtung und des Eintritts gilt je nach Verfügbarkeit des Erlebnishotels. Nicht in den Monaten August und Oktober einlösbar.

Herzlich willkommen im größten Freizeitpark Deutschlands! Hier erwarten euch über 100 Attraktionen und Shows,



AKTIONS-CODE:
#EuropaPark

in der EDEKA App eingeben und
mit etwas Glück gewinnen!
Teilnahmeschluss ist der 03.08.2025

Einlösbar: Europa-Park, Europa-Park-Straße 2,
77977 Rust, www.europapark.de



Erlebnispark
**Schloss
Thurn**

Abenteuer, Magie und Action erwarten dich in einer idyllischen Parkanlage. Von der rasanten Achterbahnfahrt über atemberaubende Momente im Free Fall Tower und eine Fahrt mit der Wildwasserbahn geht es weiter zu spannenden Shows, wie dem Ritterturnier oder der

Westernstuntshow. Der Erlebnispark Schloss Thurn ist immer eine Reise wert, denn hier verbinden sich Natur, Geschichte und Unterhaltung auf magische Weise.



10 % RABATT AUF 1 TAGESEINTRITTSKARTE*

AKTIONS-CODE: **#Erlebnispark**

in der EDEKA App eingeben, am Ticketschalter vorzeigen und sparen!

Einlösbar: Schloss Thurn GmbH & Co. Erlebnispark KG, Schloßplatz 4, 91336 Heroldsbach, www.schloss-thurn.de

*Besuchstag im Aktionszeitraum KW 26 bis KW 38, nicht kombinierbar, 1 Rabattcode pro Ticket



5x1 FAMILIENTICKET FÜR 4 PERSONEN GEWINNEN

AKTIONS-CODE:
#SchlossThurn

in der EDEKA App eingeben und
mit etwas Glück gewinnen!
Teilnahmeschluss ist der 31.08.2025

Einlösbar: Schloss Thurn GmbH & Co. Erlebnispark
KG, Schloßplatz 4, 91336 Heroldsbach,
www.schloss-thurn.de



PLAYMOBIL in klein ist ja schon großartig, aber im XXL-Format ist der Spaß einfach gigantisch. Im PLAYMOBIL-FunPark darf jeder in seine Lieblingsrolle schlüpfen und die große Ritterburg erstürmen, das Piratenschiff entern oder ins Königreich der Meerjungfrauen eintauchen. Abenteuer gibt es hier ohne Ende zu erleben.



Zum 25. Jubiläum in diesem Jahr entsteht außerdem eine neue Attraktion: Die „Baustelle“ mit Steinbruch lädt schon bald zum Mitbauen und Entdecken ein!

5x1 FAMILIENPAKET INKL. FRÜHSTÜCK GEWINNEN

Mit etwas Glück gewinnt ihr 1 von 5 Familienpaketen (Eintritt für 4 Personen plus Familienfrühstück) und jeweils dazu ein Spielset „Großer Bagger“ von Playmobil

AKTIONSCODE:

#Playmobil

In der EDEKA App eingeben und mit etwas Glück gewinnen!
Teilnahmeschluss ist der 10.08.2025

Einlösbar: PLAYMOBIL®-FunPark,
Brandstätterstraße 2-10, 90513 Zirndorf
www.playmobil-funpark.de



Lust auf ein besonderes Abenteuer? Dann besucht das Baumhausvolk der Turiseder. Hier erwartet euch eine Welt voller einzigartiger Dinge, verzauberte Wälder, geheimnisvolle Innenwelten, ein großer Erlebnispark mit vielen Tieren und sanfte Auen direkt an der Neiße. Im schönsten Baumhaushotel Deutschlands könnt ihr hier übernachten und die vielen Abenteuer des Tages weiterträumen.



KOSTENLOSE SCHATZKARTE

EDEKA Kunden erhalten für das Computer-Live-Spiel „Pfad der Erleuchtung“ eine Spielkarte gratis dazu.

AKTIONSCODE:

#Erleuchtung

In der EDEKA App eingeben, am Ticketschalter vorzeigen und sparen!

Einlösbar: Die Geheime Welt von Turiseder,
Kulturinsel Einsiedel 1, 03829 Neißaue
OT Zornsdorf, www.turiseder.com



7x EINE ERLEBNISÜBERNACHTUNG

für 2 Erwachsene und 2 Kinder inkl. eines köstlichen Frühstücks & Parktickets! + 2 Tage Abenteuerwälders in der Geheimen Welt von Turiseder

Aktionscode: #Turiseder

In der EDEKA App eingeben und mit etwas Glück gewinnen!
Teilnahmeschluss ist der 30.07.2025



Premium Partner

Stars von morgen

Hanna Deuber (16) und Fabio Lagano (17) sind zwei Talente aus dem Nachwuchs des 1. FC Nürnberg.



Hanna Deuber



Fabio Lagano

Der Nachwuchs des FCN fördert nicht nur sportlich, sondern vermittelt auch wichtige Werte wie Fairness, Respekt und Regelakzeptanz. Das Hauptziel ist die Heranführung der Top-Talente an den Erwachsenenbereich. Neugierig? Wir haben den beiden einige Fragen gestellt.

1. SEIT WANN SPIELT IHR FÜR DEN CLUB?

Fabio Lagano: Ich bin 2016 in die U9 des FCN gewechselt und spiele nun seit fast einem Jahrzehnt für den Club.

2. WIE ODER WO WURDET IHR ENTDECKT?

Hanna Deuber: Das ging über meine damalige Trainerin beim FC Eintracht Bamberg.

3. NACHWUCHSAKADEMIE, SCHULE, SPIELE. BLEIBT DA NOCH ZEIT FÜR FREUNDE?

Fabio Lagano: Viel Freizeit bleibt dabei natürlich nicht. Wir wissen aber alle, worauf wir uns eingelassen haben und arbeiten an unserem Traum.

4. WIE ERNÄHRST DU DICH?

Hanna Deuber: Am wichtigsten sind im Leistungssport die Kohlenhydrate. Deshalb greife ich gerne auf Nudeln zurück, um mich vor den Trainingseinheiten und Spielen zu stärken.

5. EUER TIPP FÜR KIDS, DIE AUCH NACHWUCHSSPIELER WERDEN WOLLEN?

Fabio Lagano: Glaub an euch, glaub an eure Träume und habt Spaß an dem was ihr macht.

Die regionalen Fußball-Camps in vielen Orten rund um Nürnberg sind für junge Talente der erste Schritt in den Nachwuchs des 1. FC Nürnberg. Hier kannst du zeigen, was du drauf hast, Freundschaften schließen und die ersten wichtigen Kontakte knüpfen.



9:30

GRATIS
GUT & GÜNSTIG
Haferflocken
AKTIONSCODE:
#HAFERFLOCKEN
Rabatt einmalig einlösbar
bis zum 30.09.2025

NUR MIT DER APP

Frühstücks-Power

für Rhinola

Wer auf dem Platz sein Bestes geben will, braucht zuerst ein richtig gutes Frühstück! Das wissen auch die Clubfrauen des 1. FC Nürnberg. Deshalb haben sie ein leckeres Rezept mit Haferflocken für euch vorbereitet – perfekt, um fit und voller Energie in den Tag zu starten!

Und wer ist der Erste am Frühstückstisch? Natürlich Rhinola! Unser Maskottchen liebt das gesunde Power-Frühstück und lässt es sich richtig schmecken. Probiert es doch auch mal aus – vielleicht wird es euer neuer Lieblingsstart in den Tag!



Hier geht es zum Rezept!



**Gewinne 2
von 150 Karten**

für ein Liga-Heimspiel
der Clubfrauen

AKTIONSCODE:

#Fussballfieber

In der EDEKA App eingeben und
mit etwas Glück gewinnen!
Teilnahmeschluss ist der 10.08.2025

**GEWINNE 5x2 PLÄTZE
FÜR DAS 3-TÄGIGE FUSSBALL-CAMP
VOM 03.11. BIS 05.11.2025 UND ERLEBE
FUSSBALL PUR!**

AKTIONSCODE:
#Fussballcamp

In der EDEKA App eingeben und
mit etwas Glück gewinnen!
Teilnahmeschluss ist der 10.08.2025



Kicken, tricksen,
jubeln – immer
frisch am Ball!



Echtes Urlaubs- und Abenteuerfeeling erwartet euch in der Wasserwelt Rulantica. Hier könnt ihr euch in

die Fluten stürzen, auf riesigen Speed- und Wasserrutschen in die Tiefe sausen, auf dem Wild River fahren oder ins Wellenbecken eintauchen. Ganz wie es euch gefällt. Bei so viel Action und Wasserspaß bleibt garantiert kein Auge trocken. Und weil es so schön ist, könnt ihr hier auch einen besonders schönen Preis gewinnen.



2 TAGE FAMILIEN-URLAUB GEWINNEN!*

Gewinne einen traumhaften Erlebnisaufenthalt für 4 Personen in einem der sechs parkeigenen 4-Sterne (Superior)-Erlebnishotels von Deutschlands größtem Freizeitpark inkl. einer Übernachtung und Frühstück und 1x Eintritt in den Europa-Park sowie 1x Eintritt in die Wassererlebnisswelt Rulantica!

* Erlebnisaufenthalt: Der Gewinn ist eine Übernachtung in einem der sechs parkeigenen 4-Sterne (Superior)-Erlebnishotels sowie ein Tag Eintritt für den Europa-Park und ein Tag Eintritt für Rulantica. Die Übernachtung erfolgt in einem Standard-Familienzimmer. Das Datum der Übernachtung und des Eintritts gilt je nach Verfügbarkeit des Erlebnishotels. Nicht in den Monaten August und Oktober einlösbar.

AKTIONSCODE:
#Rulantica

in der EDEKA App eingeben und
mit etwas Glück gewinnen!
Teilnahmeschluss ist der 03.08.2025

Einlösbar: Rulantica, Roland-Mack-Ring 1,
77977 Rust, www.europapark.de/de/rulantica




Tropical Islands

Lust auf echtes Südseefeeling ohne lange im Urlaubsflieger zu sitzen? Dann entdecke das größte tropische Resort in Europa, das nur 60 Kilometer südlich von Berlin liegt. Hier erwartet dich und deine Familie eine faszinierende Tropenwelt mit Palmen, Traumstrand und authentischem Südseeflair. Ein echter Familien-Hotspot für Erholung, Spaß und Abenteuer.

KIDS FOR FREE!*

*Das Kids Free Ticket berechtigt für den Eintritt in die tropische Erlebniss-Landschaft im Tropical Islands Resort an den Tagen Sonntag bis Freitag. Die Einlösung an Samstagen ist von dem Angebot ausgeschlossen. Das Angebot kann nicht mit anderen Vergünstigungen, z. B. anderen Gutscheinen, Freikarten, Sonderpreisen oder Preisnachlässen kombiniert werden. Barauszahlung, Verrechnung oder Anrechnung auf andere Leistungen im Tropical Islands sind nicht möglich. Dieses Angebot wird unentgeltlich ausgegeben. Jeglicher Verkauf oder kommerzielle Verwertung sind untersagt. Das Kids Free Ticket kann nur in folgenden Zeiträumen, in Begleitung eines vollzahlenden Erwachsenen eingelöst werden:

05.05. – 09.05.2025, 18.05. – 23.05.2025, 01.06. – 06.06.2025,
15.06. – 17.06.2025, 22.06. – 27.06.2025, 29.06. – 04.07.2025,
07.09. – 12.09.2025, 21.09. – 28.09.2025, 02.11. – 12.12.2025 Exkl. Samstage.



AKTIONSCODE:
#kidsfree2025

in der EDEKA App eingeben, am
Ticketschalter vorzeigen und sparen!

Einlösbar: Tropical Islands
Tropical-Islands-Allee 1, 15910 Krausnick
www.tropical-islands.de



Eine Kreuzfahrt die ist lustig, eine Kreuzfahrt, die ist schön ... Ganz besonders auf dem schönen Altmühlsee! An Bord der MS Altmühlsee könnt ihr das Wasserparadies für Segler, Angler, Surfer

und die vielen heimischen Vogelarten in aller Ruhe erkunden. Danach geht es dann wieder an Land auf den Erlebnisspielplatz mit Römerburg, Ausgrabungsstätte und Alemannendorf, um gemeinsam einen rundum harmonischen Ferientag zu erleben. Ein toller Tipp für alle, die Lust auf Abenteuer und Erholung in der Natur haben.

2 FÜR 1

1 Gast zahlt, 2 dürfen fahren. Gilt für alle regulären Linienfahrten (lt. Fahrplan) mit der MS Altmühlsee. (Gilt für Anlegestelle Seezentrum Schlungenhof.)

AKTIONSCODE:
#Altmuehlsee

in der EDEKA App eingeben, am Ticketschalter vorzeigen und sparen!

Einlösbar: Zweckverband Altmühlsee, Seezentrum Schlungenhof, Seestr. 19, 91710 Gunzenhausen-Schlungenhof, www.altmuehlsee.de



Gönnt euch ein Beach Abenteuer im XXL-Format! Im Erlebnisbad Palm Beach erwartet euch eine gigantische Rutschenwelt. Die mehr als ein Dutzend Erlebnisrutschen haben über 1,5 Kilometer Länge. Während ihr hier Wasser-

Action pur erlebt oder im Kinderland richtig viel Spaß habt, können eure Eltern in der Kristall-Lagune einfach mal in aller Ruhe chillen. So hat die ganze Familie was von diesem ganz besonderen Sommertag.

5x1 FAMILIENPAKET ZU GEWINNEN*

* Tageseintritt für zwei Erwachsene und ein Kind bis einschließlich 15 Jahre im Wert von jeweils 75 €. Inklusive einer VIP-Liege für den Tag des Besuchs im Wert von 25 €. Gesamtwert des Pakets ist also 100 €. Die VIP-Liege muss per Mail an: mail@kristall-palm-beach.de reserviert werden, Vorrat ist begrenzt. Die Eintritte gelten für das Erlebnisbad. An Wochenenden und bayerischen Feiertagen fällt ein Zuschlag von 2 € pro Person an.

AKTIONSCODE:
#PalmBeach

in der EDEKA App eingeben und mit etwas Glück gewinnen!
Teilnahmeschluss ist der 24.08.2025

Einlösbar: Kristall Palm Beach Kur & Freizeitbad GmbH, Albertus-Magnus-Straße 29, 90547 Stein bei Nürnberg, www.palm-beach.de





PREMIUM SPONSOR

SAISON 2024/25



KUMPEL & KIDS

Der FC Erzgebirge Aue ist der zweitgrößte Sportverein Sachsens und hat fast 10.000 Mitglieder. Wer Fußball mit Gänsehautfeeling erleben möchte, muss ein Heimspiel des FC Erzgebirge Aue miterleben. Beim Kumpelverein bebt regelmäßig das Stadion.

An Talenttagen und bei Probetrainings können Fußballkids vorspielen, und im Fußballinternat werden sie fit gemacht für eine Karriere als Profis. Durch moderne Trainingsmethoden, individuelle Betreuung und die Teilnahme an hochklassigen Wettbewerben bietet der Verein optimale Bedingungen für junge Fußballer.



INTERESSE? DANN SCHAU DIR DOCH ZUR EINSTIMMUNG EINMAL EINES DER PACKENDEN HEIMSPIELE DER PROFIS IN AUE AN.

WIR VERLOSEN 70x2 TICKETS!

**AKTIONSCODE:
#AUE**

in der EDEKA App eingeben und
mit etwas Glück gewinnen!
Teilnahmeschluss ist der 13.07.2025

Lila Power
auf dem Platz
und in der App!





SEBASTIAN FIRNHABER

PROFI- HANDBALLER HAUTNAH



Handball ist schnell, spannend und voller Action – hier kannst du rennen, werfen und Tore feiern wie ein Profi! Dieser Sport vereint Tempo, Teamgeist und Leidenschaft. Doch wie sieht das Leben eines echten Handball-Profis aus? Wir haben Sebastian Firnhaber getroffen und ihm ein paar Fragen gestellt.

Schon im Kindergartenalter griff Sebastian zum Handball. Der Sport hat ihn von Anfang an fasziniert und begleitet. Auch Profis haben Tage, an denen die Motivation fehlt. Doch für Sebastian zählt vor allem Disziplin. Gerade an den Tagen, an denen die Lust auf Training nicht so groß ist, zeigt sich der wahre Unterschied.

Um auf höchstem Niveau zu performen, achtet Sebastian auf eine ausgewogene Ernährung: reich an Proteinen, möglichst regional und bunt. Denn nur mit der richtigen Energie kann er seine Bestleistung abrufen. Trotz intensiven Trainings bleibt Zeit für Familie und Freunde – alles eine Frage der Selbstorganisation.

Sebastian nutzt Social Media, um Inspiration zu finden und sein Leben als Sportler zu teilen. Er zeigt, dass Handball mehr ist als ein Sport – es ist eine Leidenschaft, die mit Disziplin und Organisation zum Erfolg führt!



PRO:LIFE – HANDBALLSTAR FÜR EINEN TAG

Erlebe das Leben eines Profi-Handballers beim PRO:LIFE ALL DAY! Werde wie ein Profi trainiert, nimm an einer Pressekonferenz teil, erhalte dein eigenes Autogramm-Shooting und freu dich auf viele Überraschungen! Feuere anschließend den HC Erlangen bei einem Heimspiel an!

AKTIONSCODE:
#HCE

in der EDEKA App eingeben und
mit etwas Glück gewinnen!
Teilnahmeschluss ist der 24.08.2025

**WIR VERLOSEN 20 HEISS BEGEHRTE PLÄTZE
FÜR DEN PRO:LIFE ALL DAY!**

**SICHERE DIR DIE CHANCE UND
GEWINNE 1 VON 20 PLÄTZEN –
IN DER ARENA NÜRNBERGER
VERSICHERUNG!**



Die schöne Stadt Erfurt hat auch einen besonders schönen Zoopark. Hier könnt ihr mehr als 1.000 Tiere aus aller Welt in großzügigen Anlagen entdecken, die den natürlichen Lebensräumen nachempfunden wurden. Im Affen-Dschungel, der Afrika-Savanne, im afrikanischen Sumpf, der Elefanten-Anlage, im Känguru-Land und vielen weiteren Anlagen leben 157 Arten, die sich über euren Besuch freuen. Also, wann startet eure große Familien-Expedition nach Erfurt?



10 % RABATT* AUF DAS TAGESTICKET

Mit dem Aktionscode erhalten kleine und große Besucher 10% Rabatt auf das Tagesticket. Einfach Coupon an der Kasse vorzeigen.

* Der Rabatt wird ausschließlich dem Inhaber des Gutscheins gewährt und ist nicht mit anderen Angeboten, Rabatten oder Sondervereinbarungen kombinierbar.

AKTIONSCODE:
#ZooErfurt

in der EDEKA App eingeben, am
Ticketschalter vorzeigen und sparen!

Einlösbar: THÜRINGER ZOO PARK ERFURT,
Am Zoopark 1, 99087 Erfurt,
www.zoopark-erfurt.de



Einen ganz besonderen Zoo könnt ihr in Leipzig besuchen. Mit seiner artgemäßen Tierhaltung gilt er als einer der modernsten und fortschrittlichsten der Welt und trägt den Namen „Zoo der Zukunft“. Kleine und große Entdecker können hier auf ihrer Tagesexpedition von der Menschenaffenanlage Pongoland direkt in den tropischen Regenwald spazieren und danach in die Unterwasserwelt des Aquariums eintauchen. Insgesamt sechs wunderschöne Erlebnisswelten mit faszinierenden Tier- und Pflanzenwelten erwarten dich und deine Familie.

10x1 FAMILIENKARTE GEWINNEN

Gewinne eine von 10 Tageskarten für je 2 Erwachsene und bis zu 4 Kinder.

AKTIONSCODE:
#ZooLeipzig

in der EDEKA App eingeben und
mit etwas Glück gewinnen!
Teilnahmeschluss ist der 13.07.2025

Einlösbar: Zoo Leipzig,
Pfaffendorfer Str. 29, 04105 Leipzig,
www.zoo-leipzig.de



Foto: © Zoo Leipzig





Ob Koalas, Orang-Utans, Faultiere, Erdmännchen, Elefanten, Giraffen oder Humboldt-Pinguine – der Zoo Dresden bietet Tiererlebnisse für alle Generationen, mitten in der Stadt. Entdecken Sie über 1.000 Tiere aus 205 Arten, spazieren Sie durch die begehbare Flamingo-Voliere oder beobachten Sie Kattas aus nächster Nähe. Ein Highlight ist das 2024 eröffnete Orang-Utan-Haus: Neben Orang-Utans mit Nachwuchs Daria leben dort auch Glattotter, Binturongs und Riesenschildkröten in modernen Anlagen. Dank üppigem Baumbestand und der Lage am Großen Garten gibt es auch an heißen Tagen schattige Plätze.

50 % ERMÄSSIGUNG FÜR KIDS

Mit dem Aktionscode kosten Kindertageskarten nur die Hälfte. Einfach Coupon an der Kasse vorzeigen.

AKTIONSCODE:
#ZooDresden

in der EDEKA App eingeben, am
Ticketschalter vorzeigen und sparen!

Einlösbar: Zoo Dresden,
Tiergartenstraße 1, 01219 Dresden,
www.zoo-dresden.de



Der Tiergarten Nürnberg zählt zu den flächenmäßig größten Zoos Europas. Hier könnt ihr viel über Tiere und Natur lernen und auf dem Klimawaldpfad in 20 Metern Höhe den Wald von oben erkunden. Danach im Delfinarium Tümmler beobachten, im Manatihaus in die Tropen reisen oder zu einem Ausflug in die Tierwelt der nordafrikanischen Wüste starten. Langweilig wird es hier nie und der riesige Zoo macht Spaß ohne Ende.

4x1 FAMILIENKARTE GEWINNEN

Verlost werden 4 Familienkarten
im Gesamtwert von 180 €

AKTIONSCODE:
#ZooNuernberg

in der EDEKA App eingeben und
mit etwas Glück gewinnen!
Teilnahmeschluss ist der 17.08.2025

Einlösbar: Tiergarten der Stadt Nürnberg
Am Tiergarten, 90480 Nürnberg,
www.tiergarten.nuernberg.de



KINDER AN DIE TÖPFE!

Jetzt sind die Kleinen
die Küchenchefs!

Griechischer Salat mit Knoblauch-Baguette



ZUTATEN (für 4 Portionen):

Für das Knoblauch-Baguette:

- 1/2 Baguette
- 2 Knoblauchzehen
- 4 EL Olivenöl
- 1 TL Petersilie
- 30 g Parmesan

Für das Dressing:

- 2 EL Olivenöl
- 2 EL Balsamico
- Salz und Pfeffer
- 1 Spritzer Honig

Für den Salat:

- 1 Zwiebel, rot
- 350 g Cherry Rispentomaten
- 1/2 Salatgurke
- 150 g Feta
- 100 g Oliven, schwarz, entsteint
- 1 Handvoll Petersilie

ANLEITUNG:

- 1 Die Zwiebel in dünne Ringe schneiden. Die Tomaten waschen und vierteln. Die Gurke schälen und würfeln. Den Feta ebenfalls würfeln. Alles in einer Schüssel vermengen. Dann die Petersilie fein hacken und über den Salat streuen.
- 2 Für das Dressing die Zutaten in einem Glas verrühren.
- 3 Den Ofen auf 200 °C vorheizen. Für das Knoblauchbrot das Baguette längs halbieren. Die Knoblauchzehen pressen und mit dem Olivenöl verrühren. Die Petersilie fein hacken. Den Parmesan fein reiben und zusammen mit der Petersilie unter das Öl rühren.
- 4 Die Knoblauch-Öl-Mischung auf die Baguettестücke streichen und die Baguettes anschließend für 3-5 Minuten im Ofen backen.
- 5 Das Dressing über den Salat geben und zusammen mit dem Knoblauch-Baguette servieren.

Auf meinem Blatt
findest Du frische
Rezepte.

GRATIS

Eine Salatgurke

AKTIONSCODE:
#GURKE

Rabatt einmalig einlösbar
bis zum 30.09.2025.



NUR MIT DER APP



Noch ist der Link
zum Rezeptvideo



Back-Schnitzel

ZUTATEN (für 4 Portionen):

- 2 Hähnchenbrustfilets
- 2 Eier
- 100 g Paniermehl
- 50 g geriebener Parmesan (optional)
- Salz und Pfeffer
- 50 g Mehl
- 2 EL Öl (z. B. Sonnenblumenöl)

ANLEITUNG:

1 Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
Ein Backblech mit Backpapier auslegen.

2 Die Hähnchenbrustfilets der Länge nach halbieren oder je nach Dicke sogar dritteln, sodass gleichmäßige, dünne Schnitzel entstehen. Anschließend die Schnitzel leicht flachklopfen.

3 Panierstation vorbereiten:
Schale 1: Mehl mit etwas Salz und Pfeffer mischen.
Schale 2: Eier in einer Schüssel verquirlen.
Schale 3: Paniermehl (optional mit Parmesan vermischt).

4 Panieren:
Die Hähnchenschnitzel zuerst im Mehl wenden, dann durch das Ei ziehen und schließlich in Paniermehl wälzen.

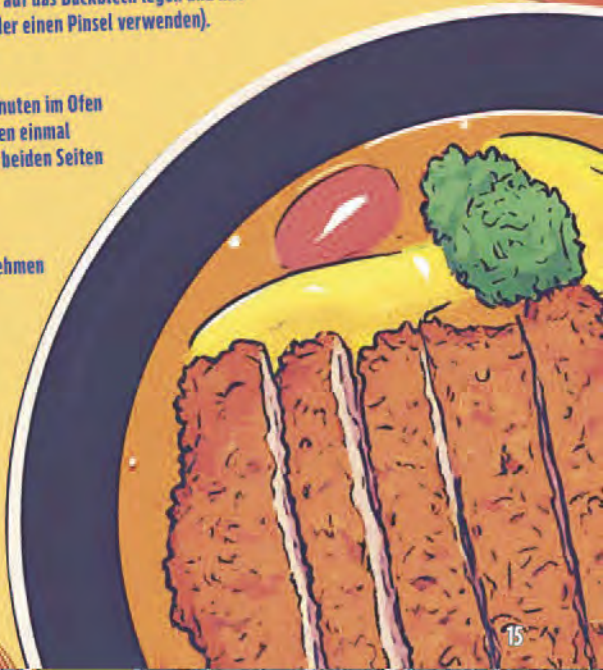
5 Auf's Backblech legen:
Die panierten Schnitzel auf das Backblech legen und mit etwas Öl beträufeln (oder einen Pinsel verwenden).

6 Backen:
Die Schnitzel ca. 20 Minuten im Ofen backen. Nach 10 Minuten einmal wenden, damit sie auf beiden Seiten goldbraun werden.

7 Fertig:
Die Schnitzel herausnehmen und servieren.

Dazu schmecken

Kartoffelecken
hervorragend – Rezept findest du hier.



Guten
Appetit!



Wow, hier geht wirklich die „Post ab“. Die FUNTASY WORLD an der fränkisch-thüringischen Grenze ist eine fantastische Indoor-Erlebniswelt, in der Kids und Erwachsene einen Riesenspaß haben. Zusammen, gegeneinander oder auch mal alleine, auf

jeden Fall habt ihr Spaß, könnt Sport treiben und erlebt viele Abenteuer. Verteilt auf 4 Ebenen und ca. 4.400 m² Spielfläche gibt es einen Hochseilgarten, eine Jumping Area, ein Abenteuer-Labyrinth, eine iWall, eine Lasertag Area, einen Ninja Parcours, eine Climbing Zone und einen Spiderturm. Damit ist alles da, sodass du und deine Familie einen wirklich funtastischen Tag in Rödental erleben könnt.



5 € RABATT AUF EINZEL- UND FAMILIENTICKETS*

* Mo–Fr: jeweils 5 € Ermäßigung auf das 4-Stunden-Einzel- und Familienticket (2 Erw. & 1 Kind, jedes weitere Kind 12 €)

AKTIONS CODE:
#FuntasyWorld

In der EDEKA App eingeben, am Ticketschalter vorzeigen und sparen!

Einlösbar: FUNTASY WORLD,
Coburger Straße 7, 96422 Rödental,
www.funtasy-world.de



Im größten Indoor- & Outdoor-Spielplatz in Nürnberg und Umgebung erwartet euch bei jedem Wetter die ultimative Spaß-Garantie! Auf über 3.800 m² könnt ihr euch mit der ganzen Familie nach Lust und Laune auspowern. Für Action und Abenteuer sind die Erlebnis-Klettergerüste, Trampoline, die

Piraten-Hüpfburg, die Speed-Rutschen und vieles mehr wie geschaffen. Und was machen die ganz kleinen Kids? Die haben im liebevoll gestalteten Kleinkinderbereich ihren Spaß. Und falls nach der ganzen Action der große Hunger kommt, könnt ihr beim Tatzenwirt mit Herzhaftem oder mit Saft, Kaffee & Kuchen wieder richtig Power tanken!

ERMÄSSIGTER EINTRITT FÜR KIDS

Mit dem Aktionscode zahlen Kids nur 8,90 € statt 12,90 € Eintritt

AKTIONS CODE:
#Tucherland

In der EDEKA App eingeben, am Ticketschalter vorzeigen und sparen!

Einlösbar: Tucherland GmbH & Co. KG,
Marienbergstraße 102, 90411 Nürnberg,
www.tucherland.de



3x1 FAMILIENTICKET GEWINNEN

Mit etwas Glück gewinnt ihr 1 von 3 Familientickets (Eintritt für 2 Erwachsene und 2 Kinder)

Aktionscode: #Erlebniswelt

in der EDEKA App eingeben und mit etwas Glück gewinnen!
Teilnahmeschluss ist der 31.08.25





Im Kletterwald Drei Gleichen findet ihr mit viel Bewegung in der Natur ideale Bedingungen, um richtig viel

Spaß zu haben! Es kostet schon ein wenig Überwindung, sich in bis zu 10 Metern Höhe von Baum zu Baum und von Plattform zu Plattform zu bewegen. Aber euer Mut wird mit einzigartigen Erlebnissen belohnt. Auf insgesamt 8 Parcours mit über 70 Elementen und Seilbahnen könnt ihr eure Balance trainieren und euer Klettertalent ausspielen. An dieses Baumabenteuer werdet ihr noch lange zurückdenken oder ihr kommt ganz schnell wieder im Kletterwald vorbei.

20 % RABATT AUF DEN EINTRITTSPREIS*

*Pro Coupon 1 Person

AKTIONSCODE:
#DreiGleichen

in der EDEKA App eingeben, am
Ticketschalter vorzeigen und sparen!

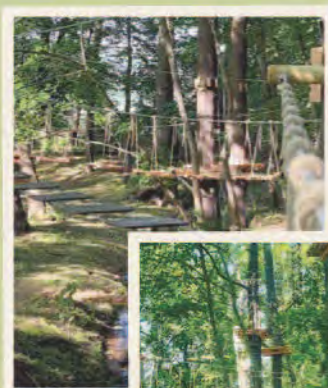
Einlösbar: Kletterwald Drei Gleichen,
Ringhofen 1, 99869 Mühlberg,
www.kletterwald-drei-gleichen.de

3x1 FAMILIENTICKET GEWINNEN

Gewinne ein Familienticket für 2 Erwachsene und 2 Kinder

Aktionscode: #Kletterwald

in der EDEKA App eingeben und mit etwas Glück gewinnen!
Teilnahmeschluss ist der 13.07.2025



Spaß, Lernen, Abenteuer und viel Bewegung in der Natur, all das bekommt ihr auf dem Baumkronenpfad im National-

park Hainich. Hier erhaltet ihr einzigartige Einblicke in das Ökosystem der Baumkronen und erfahrt Wissens- und Staunenswertes über die Tier- und Pflanzenwelt im Nationalpark. Wer sich traut, kann zu einer Kletterpartie aufbrechen und alle können den atemberaubenden Panoramablick auf 44 m Höhe über den »Urwald mitten in Deutschland« genießen. Neben dem Höhen-erlebnis bietet das Nationalpark-Zentrum zwei interaktive Erlebniswelten für große und kleine Entdecker. Und nicht verpassen: Ein Abstecher ins Reich der Fabelwesen und ein Ausflug in die Abenteuerwildnis »Im Reich des Fagati«.

20 % RABATT AUF TICKETS*

*Kombiticket Erwachsene + Kombi-Familienticket

AKTIONSCODE:
#BaumkronenPfad

in der EDEKA App eingeben, am
Ticketschalter vorzeigen und sparen!

Einlösbar: Baumkronenpfad,
geop. Urstrot-Hainich OT Altstedt,
www.baumkronen-pfad.de

5x1 FAMILIENTICKET GEWINNEN

Gewinne ein Familienticket (2 Erwachsene + 2 Kinder bis 12 Jahre)
im Wert von je 30,00 €

Aktionscode: #Hainich

in der EDEKA App eingeben und mit etwas Glück gewinnen!
Teilnahmeschluss ist der 27.07.2025



Der Star des Sommers: Wasser Melone

Wassermelonen enthalten zwar über 90 % Wasser, sind aber zu 100 % lecker! Die erfrischenden Früchte sind kalorienarm und reich an Vitaminen. Seit über 5.000 Jahren werden die fruchtigen Fitmacher angebaut und gezüchtet und heute gibt es über 1.200 Sorten. Manche sind gelb, manche kernlos und manche sehen sogar aus wie ein Würfel. Ob pur, im Salat, gegrillt oder als Saft – Melonen sind echte Sommerhits.

Melonen COCKTAIL

Für das vollständige Rezept einfach den QR-Code scannen!



Kindercocktail

Für diesen erfrischenden Smoothie mit Melonenpower die Wassermelone zuerst in Stücke schneiden, entkernen und dann fein pürieren. Den Saft einer Limette hinzufügen und verrühren.

Den Melonen-Smoothie auf vier Gläser verteilen, mit Himbeerlimo oder Mineralwasser auffüllen. Obendrauf frische Minze und ein bunter Strohhalm zum Garnieren.

Echt fresh!



Melonen PIZZA

Das Rezept findest du hier



Seife

zum Anbeißen

DAS BRAUCHST DU:

- Klare Glycerinseife oder transparente Seifenbasis
- Sheabutter-Seife
- Rotes und grünes Duschgel (alternativ Lebensmittelfarben und Düfte)
- Chiasamen (für die „Kerne“)
- Seifenform
- Schüssel und Löffel / Wasserbad oder Mikrowelle



SO GEHT'S:

- 1 Schneide die klare Seife in kleine Würfel und lass sie langsam im Wasserbad schmelzen. Alternativ kannst du sie für ein paar Sekunden in der Mikrowelle schmelzen lassen (Frag' am besten deine Eltern). Dann etwas Duschgel dazu geben, aber nicht zu viel, sonst wird die Seife nicht fest. Statt Duschgel kannst du auch Lebensmittelfarbe und Aromaöl verwenden.
- 2 Streue Chiasamen in die Seifenform und gieße die rote Seife etwa 60 % hoch ein. Eine Stunde hart werden lassen.
- 3 Schmelze die Sheabutter-Seife wie die klare Seife und gebe eine dünne Schicht auf die rote Seife. Dann wieder eine Stunde aushärten lassen.
- 4 Erneut Sheabutter-Seife schmelzen, grünes Duschgel oder Lebensmittelfarbe hinzufügen und als oberste Schicht auftragen. Aushärten lassen.
- 5 Die Seife vorsichtig aus der Form lösen. Fertig ist deine Melonen Seife!



WAS IST DAS
LIEBLINGSSPIEL DER
WASSERMELONE?
„Kern-Weilspucken“!

Ich bin süß, saftig
und voller
Überraschungen!





Gipfelstürmer willkommen!

In Pottenstein, Altenberg, Inselsberg und auf der Wasserkuppe warten noch echte Abenteuer in der Natur auf euch! Hier könnt ihr Sommerrodeln, auf dem Skywalk wandeln, mit Mountain-carts und Monsterrollern fahren, im Kletterlabyrinth euren Mut beweisen und noch viele weitere spannende Attraktionen entdecken. Lasst es richtig krachen und spürt dabei die Magie der Berge, wenn ihr hier atemberaubende Tage mit eurer Familie erlebt.



**20 % RABATT BEIM
KAUF IM WEBSHOP**

AKTIONSCODE:

#Erlebnisberge

In der EDEKA App eingeben und Rabatt-Code für die Sommerrodelbahnen Altenberg, Inselsberg, Wasserkuppe oder Pottenstein erhalten

ACTION PUR! 2x6ER-RODELKARTEN FÜR DIE ERLEBNISBERGE ZU GEWINNEN!

Aktionscode in der EDEKA App eingeben und mit etwas Glück gewinnen!

AKTIONSCODE: #Altenberg

Einliefer: Erlebnisberg Altenberg, Am Skilang 3, 08773 Altenberg, www.erlebnisberg-altenberg.de
Teilnahmeschluss ist der 20.07.2025

AKTIONSCODE: #Wasserkuppe

Einliefer: Süd- und Nordseilbahn Wasserkuppe, Wasserkuppe 60, 34229 Dersfeld, www.skl-und-rodelbahn-wasserkuppe.de
Teilnahmeschluss ist der 12.08.2025

AKTIONSCODE: #Inselsberg

Einliefer: Inselsberg-Funpark, Kleiner Inselsberg 3, 98196 Arnstadt/Imse-Pörsdorf, www.inselsberg-funpark.de
Teilnahmeschluss ist der 20.07.2025

AKTIONSCODE: #Pottenstein

Einliefer: Erlebnisfelsen Pottenstein, Am Langen Berg 50, 91270 Pottenstein, www.erlebnisfelsen-pottenstein.de
Teilnahmeschluss ist der 12.08.2025

Erlebniswelt Feengrotten *natürlich bezaubernd.*

Der Sage nach lebte hier einst eine gute Fee – Sie verzauberte diesen Ort in eine ganz besondere Untertagewelt. In den Tiefen des Berges findet

man heute in den unterirdischen Hohlräumen unzählige Tropfsteine in einer einzigartigen Farben- und Formenpracht. Im Erlebnismuseum Grottoneum kann man an spannenden Mitmach- und Wissensstationen den Geheimnissen des Bergbaus selbst auf die Spur gehen. Über Tage, im Abenteuerwald Feenweltchen, führen verschlungene Pfade durch die magische Anderswelt der Feengrotten – und mit etwas Glück begegnet man hier sogar einer echten Fee!

10 % RABATT AUF EINTRITTSKARTEN

5x1 FAMILIENKARTE GEWINNEN!

Verlost werden 5 Familienkarten für bis zu 4 Personen (2 Erwachsene und bis zu 2 Kinder).

AKTIONSCODE: #Feen

in der EDEKA App eingeben und mit etwas Glück gewinnen!
Teilnahmeschluss ist der 27.07.2025

AKTIONSCODE: #Feengrotten

in der EDEKA App eingeben, am
Ticketschalter vorzeigen und sparen!

Einlösbar: Erlebniswelt Saalfelder
Feengrotten, Feengrottenweg 2,
07318 Saalfeld/Saale, www.feengrotten.de



Den Königen der Lüfte einmal ganz nah sein und vielleicht sogar einmal ihren Flügelschlag spüren. In der Falknerei am Rennsteig, die viele aus der TV-Serie vom MDR kennen, ist dieses Naturabenteuer möglich. Das Greifvogelparadies liegt mitten im schönen Thüringer Wald und die

großen Jäger der Lüfte fühlen sich hier pudelwohl. In der spektakulären Flugshow der Falknerei lernt ihr viel über Wald und Wildnis während die majestätischen Vögel ihr großartiges Können unter Beweis stellen. Also, macht den Abflug und landet ganz schnell bei Falke, Bussard, Uhu & Co.

2 für 1 Ticket (freier Eintritt für einen Erwachsenen)

einmalig einlösbar

AKTIONSCODE: #Greifenwarte

in der EDEKA App eingeben, am
Ticketschalter vorzeigen und sparen!

Einlösbar: Falknerei am Rennsteig, Liebensteiner
Str. 108, 99891 Waltershausen-Winterstein,
www.rennsteigfalknerei.de





TIERISCH IN BEWEGUNG

Philipp Greifenberg alias „Phil4Kids“ ist der authentische Entertainer im Bereich Musik und Sport. Er weiß, wie man Kinder und Jugendliche für Sport begeistert. Wenn er nicht gerade tourt, um in Schulen, Kitas oder auf Festivals Kinder für mehr Bewegung im Alltag zu motivieren, macht er sich Gedanken, wie ihr euch fit halten könnt. Ein Ergebnis dieser Überlegungen ist das Spiel „Tierisch in Bewegung“. Die Karten enthalten viele einfache Übungen, die Lust auf mehr Sport im Alltag machen. Drei davon stellt dir Phil hier vor. Probier sie mal aus.

Übung 1

Ausdauer: Das Känguru



Das Schattenboxen

Beim Schattenboxen läufst du auf der Stelle, ziehst abwechselnd deine Knie an und führst dabei schnelle Boxbewegungen aus. Boxe abwechselnd mit der linken und rechten Hand, während du flüssig und rhythmisch bleibst. Diese Übung stärkt deine Ausdauer.



Übung 2

Koordination: Der Gorilla



Der Gorilla-Gang

Die Hände um die eigenen Knöchel legen, den Oberkörper leicht nach vorne neigen und in kleinen Schritten vorwärts bewegen. Diese Übung fördert die Koordination und das Gleichgewicht.

Übung 3

Kraft: Die Zauneidechse



Die Liegestütze

Bei der Liegestütze stützt du dich auf den Knien oder den Zehenspitzen ab, senkst deinen Körper zum Boden und

drückst dich wieder nach oben. Diese Übung stärkt Arme, Brust und Oberkörper.



ZUM AUSFÜHRLICHEN VIDEO – EINFACH DEN QR-CODE SCANNEN!



KINDER MOTIVIEREN UND IN BEWEGUNG BRINGEN:

Wenn ihr Interesse am Spiel habt, scannt einfach den QR-Code.



Tüfteln, Staunen, Entdecken!

Strom aus der Kartoffel



Steckt einen Kupfernagel und einen Zinknagel in eine Kartoffel, verbindet sie mit Drähten und einer kleinen LED, um zu sehen, wie die Kartoffel Strom erzeugt!

Fülle Backpulver in einen leeren Ballon und stülpe ihn über eine kleine Flasche, die mit Essig gefüllt ist. Hebe den Ballon vorsichtig nach oben, sodass das Backpulver in die Flasche rieselt, und beobachte, wie der Ballon wie durch Magie aufgeblasen wird!



Was passiert beim TELLER-GEWÜRZ-SEIFE EXPERIMENT?

Gib etwas Wasser auf einen flachen Teller und streue Zimt darauf. Tauche nun einen Finger in etwas Flüssigseife und berühre vorsichtig das Wasser.

1. Was passiert, wenn du Zimtpulver auf Wasser streust?
 - a) Es schwimmt auf der Oberfläche.
 - b) Es löst sich sofort auf.
 - c) Es sinkt sofort zum Boden.

3. Warum bewegen sich die Gewürze, wenn du Seife ins Wasser gibst?
 - a) Weil die Seife die Oberflächenspannung des Wassers verändert.
 - b) Weil die Gewürze explodieren.
 - c) Weil der Finger magische Kräfte hat.

2. Was passiert, wenn du einen Finger mit Flüssigseife ins Wasser tauchst?
 - a) Das Wasser wird heiß.
 - b) Die Gewürze bewegen sich zur Seite.
 - c) Das Wasser wird bunt.



Bereit für
knackige
Experimente?





SPIELELAND

Familienfreizeitpark & Feriendorf



Spielzeit. Familienzeit. Mitmachzeit.

Der Biss unserer Region.

AKTIONS-CODE:
#ObstBodensee

In der EDEKA App eingeben und
mit etwas Glück gewinnen!
Teilnahmeschluss ist der 21.09.2025

Einliefer: Obst vom Bodensee
Vertriebsgesellschaft mbH, Markstraße 1,
88046 Friedrichshafen, www.obstvombodensee.de

GEWINNSPIEL

Wir verlosen einen 2-Tage Erlebnisaufenthalt im Ravensburger Spieleland, inklusive Übernachtung mit Frühstück im Feriendorf!

Frische Äpfel vom Bodensee – saftig, aromatisch und voller Naturgenuss. Ein Stück Landschaft in jedem Bissen!

Unsere Äpfel sind nicht nur ein Genuss, sondern auch die Möglichkeit, einen Erlebnisaufenthalt im Ravensburger Spieleland – dem Freizeitpark am Bodensee zu gewinnen, ist ein echter Leckerbissen! Spielen Sie mit und genießen Sie neben unseren Äpfeln den Tag mit Ihrer Familie.

[obstvombodensee.de](https://www.obstvombodensee.de) Ravensburger Spieleland



Taste the SUN

**So schmeckt
La Dolce Vita.**



Antonio Giuliano
SanLucar Meisteranbauer

Himmlische Trauben-Muffins.

400 g SanLucar Trauben
90 g Zucker
80 g Mehl
2 Eier & 1 Eigelb
150 ml Milch
4 EL Sahne
Butter
Puderzucker

Eier, Eigelb und Zucker in einer Schüssel verrühren.
Mehl nach und nach unterheben.
Milch und Sahne hinzufügen und zu glatter Masse verrühren.
Trauben halbieren und unterheben.
Teig in eine Backform (gut eignet sich eine Quicheform) oder mehrere Auflaufförmchen geben und bei 200°C ca. 40 Minuten backen. Guten Appetit!



Mehr
fruchtige Infos
und Rezepte:
SanLucar -
Taste the SUN

Gewinnen Sie eine Familien- reise nach Valencia!*

*Gewinnen Sie mit Ihrer Familie (2 Erwachsene + 2 Kinder bis 14 Jahre)
5 Übernachtungen im Doppelzimmer inkl. Frühstück, Hin- und Rückflüge
ab Deutschland sowie eine exklusive Feldführung
(Mindestalter der Kinder für die Führung:
10 Jahre) - Gesamtwert 2.750€!

AKTIONS-CODE:
#SanLucar

In der EDEKA App eingeben und
mit etwas Glück gewinnen!
Teilnahmeschluss ist der 21.09.2025



[@sanlucarfruit](https://www.sanlucarfruit.com)