

# PHONK.

DER REPORTER

11.17

LIFESTYLE | PEOPLE | MUSIC | FASHION | EVENTS & MORE

---



Lehner's  
Wirtshaus

# HAPPY HOUR

- TÄGLICH -  
AB 22 UHR

COCKTAILS

5,40 €

JUMBOS

5,90 €

## PHONK | NOVEMBER 2017

### VORWORT

Liebe PHONK-Leser,

als Kontrastprogramm zu unserer letzten Ausgabe heißt es diesen Monat: „Gönn dir was!“ Deshalb zeigen wir euch in unserem Sauna-Guide, wo ihr die Energiereserven mal wieder richtig auffüllen könnt und die beiden Personal Trainer Stefan und Roland liefern Expertenwissen zum Thema „Cheat Day“. Im CHILLERS haben wir derweil mal einen kleinen Blick in die Küche geworfen und durften zuschauen, wie so ein perfekter Burger entsteht. Zum Nachtsch verrät euch Simon vom Wilma Wunder das Rezept für den leckeren Pfannenkeks – und in Sachen Shopping haben wir ein paar neue Outfits aus dem Novacane Store für euch rausgesucht.

Wir wünschen euch viel Spaß beim Lesen und einen schönen November,

Eure PHONK-Redaktion

### INDEX

- 03. INDEX & VORWORT
- 04. PREVIEWS
- 08. TALKBOX
- 10. GUIDE SAUNA-GUIDE
- 16. PORTRAIT CUBEESCAPE
- 20. TREND CHEAT DAY
- 22. PORTRAIT CHILLERS
- 24. MOVIES
- 26. AUDIO
- 28. GADGETS
- 30. TECH-NEWS
- 32. ARTE RICHARD DEACON
- 36. FASHION NOVACANE
- 38. BEHIND THE BEATS DJ BEATFLIP
- 40. YUMMY SIMON ROBANUS
- 42. PHONK'S CROSS
- 44. DATES
- 52. PARTYPICS
- 66. IMPRESSUM / CLUBGUIDE



### AFTER-WORK MEETS ROCKA-BILLY @ AUDI FORUM NECKAR-SULM

Spektakuläre Haartollen, farbenfrohe Pünktchenkleider, hartgeschlagene Bass-Saiten – ein Fest für Ohren und Augen im Audi Forum Neckarsulm! Feiert mit Pomade im Haar, dem Kamm in der Hosentasche, farbenfroher Garderobe und fantastischer Live-Musik eine einzigartige Rockabilly-Party. „Boppin’B“ bringen die Tanzfläche zum Kochen – die fünf Musiker sind eine der erfolgreichsten Rock’n’Roll-Bands des Landes, ihre unglaubliche Show besticht seit drei Jahrzehnten durch die enorme Spielfreude und Energie der Bandmitglieder. Bei „After-Work meets Rockabilly“ haben alle ihren Spaß, die auf die Musik und den Style der Fünfziger- und Sechziger-Jahre stehen. Also rein in die Klamotten, Haare stylen und ab ins Audi Forum!

**WANN: 09.11.17 (18:30 Uhr)**  
**WO: Audi Forum Neckarsulm**



### BASEMENT SOUL @ MOBILAT

Im Mobilat heißt es diesen Monat mal wieder „Calvin allein zu Haus“! Damit der gute Cal Caprice aber keinen Unfug anstellt und sich nicht langweilt, suchen wir ein paar engagierte Aufsichtspersonen – die idealerweise auch noch Bock auf das Feinste in Sachen Soul, Funk und Hip Hop haben. Euch erwarten also die mitreißendste One-Man-Show der Stadt. So lässt sich auch der graue November aushalten – denn das Gegenmittel für den Winterblues heißt BASEMENT SOUL!

**WANN: 10.11.17**  
**WO: Mobilat, Heilbronn**



### ÖFFNUNGSZEITEN

**DI-SA 18.00 UHR - OPEN END**

**TENNO SUSHI LOUNGE**

**DI-SA 18.00 UHR - 22.00 UHR**

### CLUB KAISER SKYBAR

## UNSERE EVENTS IM NOVEMBER

- Fr. 3.11.** Crazy Friday
- Sa. 4.11** Ü30-Party
- Fr. 10.11** Black Friday
- Sa. 11.11.** Beletage
- Fr. 17.11.** Black Coco
- Sa. 18.11.** Lost in Music
- Fr. 24.11.** House Bar
- Sa. 25.11.** We Love Oldschool

**T** 07131 1376175 · **E** info@clubkaiser.de · **www.clubkaiser.de**



**JÜRGEN BECKER –  
VOLKSBEGEHREN: DIE  
KULTURGESCHICHTE DER  
FORTPFLANZUNG**

Was macht sexy? Was lehrt uns die Erotik über uns selbst? Und welche Lebensweisheiten können wir aus ihr gewinnen? Kabarettist Jürgen Becker bittet zum Blick durchs Schlüsselloch. Das Publikum darf sich beim Liebespiel mit Worten aufs angenehmste gekitzelt fühlen und beim Anblick von hundert erotischen Meisterwerken in Deckung bleiben – und spürt dabei geflissentlich, dass schöne Schenkel nicht nur im Bett betören. Gelegentlich darf man sich auch darauf klopfen. Tickets für den Kabarettabend in der Fleiner FLINA bekommt ihr für 19,90 Euro an den Vorverkaufsstellen in Flein und Heilbronn oder online bei Reservix. Weitere Infos findet ihr unter [www.flein.de](http://www.flein.de).

**WANN: 11.11.17 (20 Uhr)  
WO: FLINA, Flein**



**HOUSE BAR @ CLUB KAISER**

Am 24. November eröffnen Josha (Kowalski) und Mana (Südklang) die House Bar im Club Kaiser! Über den Dächern von Heilbronn servieren die Jungs Deep House und funky House Music in einmaliger Atmosphäre – die perfekte Location und optimale Voraussetzungen, um den Alltag einfach mal Alltag sein zu lassen. Vergesst wummernde Speaker, Go-Go-Girls in Käfigen oder hektische LED-Lichter. An diesem Abend wird getanzt, gekillt und die angenehme Seite des Nachtlebens gefeiert. Denn House Bar mit Josha und Mana an den Decks, das heißt im Klartext: Kein Schnickschnack – einfach gute Musik, gute Drinks und gute Leute!

**WANN: 24.11.17  
WO: Club Kaiser, Heilbronn**



phonk  
11.17

club  
mobilat

**Basement  
Soul**



**10.11.2017**  
**MOBILAT**

# TALKBOX



PETRA (55)

Ich bin Masseurin, in meinem Beruf dreht sich also viel um Entspannung. Man kann sagen, die Menschen kommen zu mir, wenn sie sich etwas gönnen möchten. Ich habe gelernt, die Entspannungsmethoden wie autogenes Training oder progressive Muskelentspannung auch für mich selbst zu nutzen. Meinen Kunden Entspannung zu ermöglichen, das entspannt mich mittlerweile auch selbst. Um den Kopf richtig frei zu bekommen, gehe ich gern spazieren. Ich gehe ganz bewusst durch den Wald und nehme alle Farben und Düfte wahr. Meine Akkus lade ich am besten alleine für mich auf. Ich gehe auch gern mit Freunden aus und gönne mir ein leckeres Abendessen in einem Restaurant. Das ist eine andere Art von Entspannung, auch das genieße ich sehr.



CONSTANTIN (20)

Sich etwas zu gönnen bedeutet für mich, etwas zu machen, was man ansonsten für zu dekadent, überflüssig oder übertrieben hält. Wenn ich mich selbst belohne, gönne ich mir meistens ein extra langes Mittagschläfchen oder ein Getränk in meiner Lieblingsbar. Meistens ist es aber einfach so, dass ich „verantwortungsloser“ mit meiner Zeit umgehe und ich statt wichtigen Dingen – wie der Uni oder Tätigkeiten im Haushalt – Freunde und Spaß vorziehe, um mir etwas zu gönnen.

## „WAS MACHST DU, WENN DU DIR ETWAS GÖNNEN MÖCHTEST?“



COSIMA (17)

Ich brauche das Gleichgewicht zwischen Arbeit und Freizeit, um meine Motivation aufrecht zu erhalten. Sonst bin ich schnell resigniert und lass es einfach ganz. Auch beim Lernen halte ich mir die Abende konsequent frei. Feiern gehen finde ich dann aber eher unentspannt, ich lasse lieber die Seele baumeln und backe einen Kuchen, einfach so für mich. Backen klappt immer und ist damit eine gute Abwechslung zu den Frustrationen im Leben. Während dem Abi habe ich abends auch gern gebadet und dabei Pink Floyd gehört, das hat mich vor den Prüfungen echt runtergebracht. Ich finde, man muss einfach auch mal zufrieden mit sich sein und sagen „Ja, das passt jetzt so“. Viele meiner Mitschüler konnten das nicht. Die hatten im Abi dann zwar ein paar Punkte mehr, trotzdem war ich im Endeffekt besser dran, glaube ich. Vor allem mit meinem Kuchen.



DAVID (21)

Wo ich entspanne, ist mir eigentlich egal. Hauptsache, die richtigen Leute sind dabei. Ob in einer Bar oder einfach im Auto und ein bisschen durch die Gegend fahren, ich brauch nur gute Musik und gute Laune. Ich gönne mir dann auch gern... darf man so was wie ein kühles Wulle sagen, oder ist das Schleichwerbung? Also so ein kaltes Bier kann schon ganz schön entspannend sein. Im Sommer fahre ich richtig gerne mit ein paar Leuten an den See. Und wenn das Wetter mal schlecht ist oder ich keine Lust auf Gesellschaft – außer die meiner Freundin natürlich – habe, dann leg ich gern die Füße hoch und lass mich von einem Film berieseln.

## DER PHONK SAUNA-GUIDE

*Gerade bei kalten Temperaturen gibt es wohl kaum etwas so Entspannendes wie einen Saunabesuch. Und als positiven Nebeneffekt stärkt so ein bisschen Schwitzen bei Hitze auch noch das Immunsystem. Heilbronn und die Region halten zum Glück einige Angebote bereit, mit denen ihr relaxt durch den November kommt – in unserem Guide zeigen wir euch, wo ihr euch zurücklehnen könnt.*

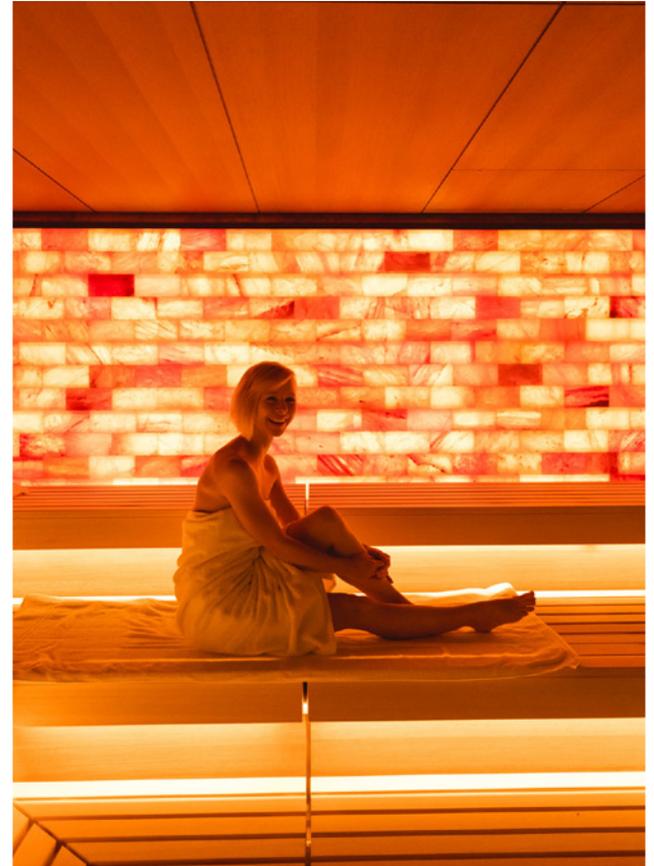
## PASCHA HAMAM HEILBRONN

Ein Hamam ist ein orientalisches Bad, in dem es sich ganz um Wohlbefinden und Körperpflege drehen soll. Der Ursprungsgedanke des Hamam liegt in der Reinigung von Körper und auch Geist. Die türkische Badekultur reicht 800 Jahre zurück und hat ihren Ursprung in Mittelanatolien und Istanbul. Heute noch beginnt die Badezeremonie mit der „Hamam-Dusche“, die die Muskeln des Körpers entspannt und die Poren für die weitere Behandlung öffnet. Im Anschluss wird die Haut durch Peelings und Schaummassagen sanft gereinigt und die Durchblutung angeregt. So wird die Haut gestrafft und geschmeidig gehalten. Danach folgen Ruhe und Entspannung – das Pascha Hamam Heilbronn verfügt nicht nur über Ruheräume, sondern auch ein Bistro. Wer Lust bekommen hat, sich von der türkischen Badekultur verwöhnen zu lassen, kann sich gratis unter 07131 / 8987131 informieren oder gleich in der Karlstraße 45 vorbeischaun.



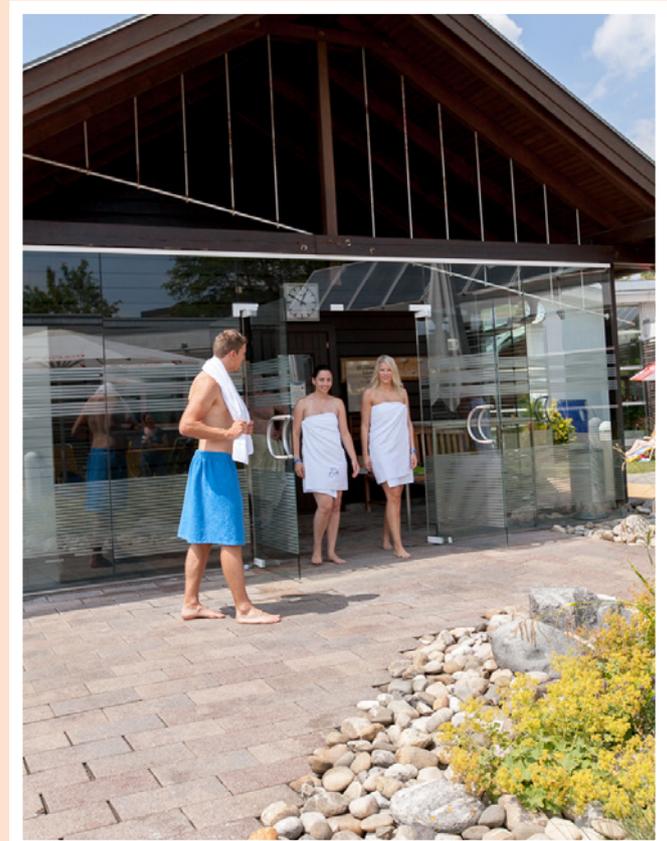
## NEUES AUS DEM SOLEO SAUNABEREICH

Die Sommerpause hat das Soleo genutzt, um den Saunabesuch für alle Gäste noch schöner und entspannender zu gestalten. Seit dem 1. September ist die neue Salzsauna eröffnet. Die Salzsteine an den Wänden sorgen nicht nur für eine angenehme Atmosphäre, sondern auch für verbesserte Luftqualität, was einen noch längeren Aufenthalt ermöglicht und den Genuss steigert. Auch die lange Saunanacht kehrt nach der Pause zurück, der Soleo-Saunagarten hat ebenso eine kleine Erneuerung bekommen. Wer neugierig geworden ist, schaut am besten selbst in der Unteren Neckarstraße 21 vorbei und lässt sich in einem der zahlreichen Saunaräume verwöhnen. Saunafans können zwischen Kräutersauna, Steinsauna, Kleosauna, Panoramasauna oder der neuen Salzsauna wählen. Mehr Impressionen findet ihr unter [www.heilbronner-bae-der.de](http://www.heilbronner-bae-der.de).



## SAUNAWELT AQUATOLL

Wer noch keinerlei Erfahrung mit dem Thema Sauna hat, der sollte die Saunawelt des Aquatoll Freizeitbades besuchen. Hier werden nämlich Einsteiger- und Informationskurse angeboten, zu denen man sich unter [www.aquatoll.de/saunawelt](http://www.aquatoll.de/saunawelt) online anmelden kann. Besonderes Highlight ist auch das Angebot eines Baby-Sauna-Kurses. Egal ob Panorama-Sauna, Blockhaus-Sauna, Kleo-Sauna oder finnische Sauna, hier kommt jeder Besucher auf seine Kosten. Entspannung und Erholung lassen sich anschließend in den Ruheräumen finden, für Nachteulen ist das Saunabaden an ausgewählten Tagen auch bis spät in die Nacht möglich. Das Aquatoll hat übrigens annähernd 365 Tage im Jahr geöffnet, richtige Saunafans müssen also in den Sommermonaten nicht auf ihren Saunagang verzichten.



## CUBEESCAPE – IN NUR EINER STUNDE ZURÜCK IN DIE FREIHEIT

*Du stehst in einem kleinen Raum, um dich herum ist alles dunkel. Du rüttelst du an der Tür hinter dir – verschlossen. Dein Herzschlag wird schneller, panisch schaut du durch den Raum und eilst zu der Tür gegenüber – verschlossen. Du bist gefangen und den einzige Weg zurück in die Freiheit findest du, indem du einen kühlen Kopf bewahrst und die Gehirnzellen zum Glühen bringst.*

„Exit Game“ nennt sich das Spiel, bei dem man sich aus einem Raum befreien und gleichzeitig eine vorgegebene Mission erfüllen muss. Genau das bieten die zwei Heilbronner Marc-Simon und Sebastian Perger seit Januar 2015 an und waren damit einer der sechs ersten Escape Rooms in Deutschland.

„Wir haben 2014 durch einen Bekannten zum ersten Mal von sogenannten Escape Rooms gehört und uns durch das Rätsel des deutschlandweit ersten Konzepts gespielt“, erzählt Sebastian. Nach nur einem Mal brannten die Jungs für die Real-Life-Exit-Games und erkannten das Potenzial, das hinter diesen Spielen steckt. Bereits im September 2015 mieteten sie sich die Räumlichkeiten ihres ersten Standortes in der Allee an. In nur drei Monaten richteten die Cousins zwei Räume ein, bei denen die gesamte Idee plus die konzeptionelle Umsetzung von ihnen kommt.

„Wir sind sehr stolz darauf, dass wir unsere Escape-Räume komplett selbstständig erarbeiten. Wir bauen für jeden Raum ein eigenes Rätsel auf, wir platzieren die Hinweise und alles andere nach unserer eigenen Vorstellung“, verrät uns Sebastian. Dementsprechend aufwendig ist es, die Räume umzubauen. Umso glücklicher sind Marc-Simon und Sebastian, am 1. November ihren zweiten Standort im Heilbronner WTZ-Turm eröffnen zu können. Die neue Location bietet Platz für vier weitere Themenräume und stellt die perfekte Ergänzung zu den bisherigen zwei Räumen „Vernissage“ und „Raum der Wünsche“ dar. „Der Raum „Vernissage“ ist der perfekte Raum für Einsteiger“, weiß Sebastian. „Auf einer Schwierigkeitsskala von 1 bis 10 ist dieser Raum eine 4, der „Raum der Wünsche“ hingegen ist bereits eine 7,5 und damit für fortgeschrittene Spieler.“ Die neuen Themenräume „Weltreise No1“, „Weltreise No2“, >>>



**CubeEscape - 1.Standort**  
**Allee 29**  
**74072 Heilbronn**

**CubeEscape - 2.Standort**  
**Im Zukunftspark 10**  
**74076 Heilbronn**

**Tel.: 07131/9733329**  
**www.cube-escape.de**

**WTZ-Turm (Wohlgelegen)**

„Reaktorunfall“ und „Die Heimsuchung“ bieten den fortgeschrittenen Spielern komplizierte Rätsel mit einem Schwierigkeitsniveau ab 8 und lehren sie das Gruseln. „Wir haben in unserem Horrorraum „Die Heimsuchung“ einen Dezibel-Messer eingebaut. Bei einem Wert über 80 dB werden den Spielern fünf Minuten abgezogen. Hier braucht man sehr starke Nerven und das ist auch unser einziger Raum, für den man volljährig sein muss“, erzählt Sebastian.

Nicht nur Privatgruppen kommen aus der ganzen Region nach Heilbronn zum EscapeCube. Auch große Unternehmen wie Kaufland, LIDL und Audi verbringen dort ihre Teamvents oder veranstalten sogar Assessment-Center.

Zum Abschluss unseres Gesprächs verrät uns Sebastian zwinkernd: „Heilbronn ist definitiv nicht unser letzter Standort, wir haben bereits Pläne für weitere EscapeCubes. Ihr dürft gespannt bleiben!“

*Wir bedanken uns herzlich bei Sebastian und Marc-Simon für das Gespräch, wünschen ihnen für die Zukunft alles Gute und freuen uns, die zwei bald wiederzusehen – vielleicht schon in neuer Umgebung? [RK]*



jeder zehnte neukunde bekommt die Begutachtung geschenkt\*

\*anwendbar gültig ab 01.07.2017 bis zum 31.12.2017

schnell.  
bequem.  
zuhause.

langlife coaching  
mpu-vorbereitung

## CHEAT DAY

Wie sieht der perfekte Cheat Day aus? Und wie sinnvoll ist es eigentlich, sich trotz – oder gerade wegen – einem strengem Trainingsplan ab und zu mal richtig was zu gönnen? Das haben wir zwei Jungs gefragt, die es wissen müssen: die beiden Fitnesstrainer Roland Erb und Stefan Weissgerber.

### ROLAND ERB



**Wenn du mal ausnahmsweise all dein Wissen über gesunde Ernährung außen vor lässt, wie sieht dann dein perfektes Essen aus?**

Na, so ganz außen vor würd ich es auch da nicht lassen, denn richtig gutes Essen kommt schließlich auch aus richtig guten Lebensmitteln. Als Foodfan und absoluter Flexitarier liebe ich einfach Essensvielfalt und kombiniere gerne coole Dinge. Also warum nicht mal zum regionalen Edelburger-Dealer des Vertrauens und eine Kombi aus brotlosem Burger mit würzigem Salat, Rucola, Avocado, Ziegenkäse, schön scharfer Soße und Süßkartoffel-Frites.

**Wie hältst du es am Cheat Day – selber kochen, essen gehen oder Essen bestellen?**

So ein Cheat Day ist oft situativ. Man geht bewusst mit Freunden oder Familie was essen, verlässt kurz sein eigentliches Ernährungssystem, versucht aber je nach Karte das Beste draus zu machen. Wer selbst den Herd anschmeißt, hat natürlich noch mehr Kontrolle. Ich mach ehrlich gesagt beides gerne.

**Wie integriert man einen Cheat Day richtig in seinen Trainingsplan? Macht das Konzept des Cheat Days überhaupt Sinn?**

Das ist im Ernährungcoaching in unseren enjoy-Studios immer ein heiß diskutiertes und beliebtes Thema. Es hängt immer davon ab, welches Ernährungssystem und welche Trainingsziele du verfolgst. Wie dementsprechend deine Makronährstoff- und Kalorienbilanz sowie dein Training momentan aussieht. Cheat Days können ganz verschiedene Nutzen für dich haben.

Im Carb-Backloading füllst du deine Speicher wieder auf, in starken Kaloriendefiziten pushst du kurzfristig wieder den Stoffwechsel oder im langfristigen Fitnesslifestyle hilft er dir, dich in Punkto Motivation immer mal wieder für deine Ernährungsdis-

ziplin zu belohnen. Aber wie bereits in der letzten YUMMY!-Ausgabe erwähnt: Wer täglich Spaß an gesunder und funktioneller Ernährung hat, braucht eigentlich keinen typischen Cheat Day.

### STEFAN WEISSGERBER



**Wenn du mal ausnahmsweise all dein Wissen über gesunde Ernährung außen vor lässt, wie sieht dann dein perfektes Essen aus?**

Das perfekte Essen gibt es nicht. Es kommt ganz auf deinen Alltag an. Wenn du wenig Zeit hast, muss es schnell und simpel sein. Wenn du wenig Geld hast, muss es günstig sein. Wenn du fit werden willst, muss es frisch und nährstoffreich sein. Je nach Ziel und Umständen gibt es da verschiedene Ansätze. Alles in allem braucht der menschliche Körper nun mal gewisse Nährstoffe, um lange gesund und vital zu bleiben.

**Wie hältst du es am Cheat Day – selber kochen, essen gehen oder Essen bestellen?**

Da ich daheim eigentlich nur gesunde Lebensmittel habe, gehe ich zum cheaten gerne auswärts essen. Das gibt dem Ganzen dann auch einen besonderen Touch und man kann verschiedene Gerichte im Restaurant testen, ohne auf Fitness achten zu müssen.

**Wie integriert man einen Cheat Day richtig in seinen Trainingsplan? Macht das Konzept des Cheat Days überhaupt Sinn?**

Durch den Cheat Day hast du körperlich keine Vorteile, es ist eher für die Psyche gedacht. Damit sollen sich Anfänger nach einer erfolgreichen Woche belohnen. Da macht ein Plan durchaus Sinn. Als Fortgeschrittener eignen sich Cheat Meals eher, da Disziplin und Wissen bereits vorhanden sind. Cheat Meals ergeben sich automatisch an stressigen Tagen oder wenn man mit Freunden unterwegs ist. Allerdings sollten Cheat Meals auch wirklich nur ein bis zweimal in der Woche stattfinden und es sollte bei einem Cheat Meal am Tag bleiben.

[FD]

21

## CHILLERS – DER PERFEKTE BURGER

Unsere Suche nach dem besten Burger in Heilbronn hat uns ins CHILLERS geführt. Dort haben wir Inhaber Dominik getroffen, der sich heute selbst hinter den Grill gestellt hat, um uns die Wissenschaft eines wirklich guten Burgers näher zu bringen.

Das Allerwichtigste dabei sind frische und qualitativ hochwertige Zutaten. „Aus Teilen eines Trabbis kann eben kein Ferrari werden“, meint Dominik. Für den klassischen CHILLERS-Burger wird 100 Prozent Rindfleisch verwendet, welches das Lokal vom Metzger bezieht, da das perfekte Burgerfleisch vorzugsweise aus der Schulter oder dem Sirloin genommen wird. Natürlich zeigt sich das auch im Preis des Fleisches – doch unser Ziel war ja nicht den günstigsten, sondern den besten Burger ausfindig zu machen.

Der zweitwichtigste Part direkt nach dem Fleisch sind die Gewürze. Auf ein 180-Gramm-Patty kommen ungefähr 4 Gramm an Gewürzen, die dem Burger Pepp verleihen. Die Gewürze sollten aus Salz, Pfeffer, Paprika, Zwiebel- sowie Knoblauchgranulat bestehen. Die Menge kann dabei je nach Geschmack variieren. Wichtig ist, das Fleisch mit den Gewürzen gut durchzukneten, bis es eine feste Masse ohne Zwischenräume gibt. Für das Brötchen wird im CHILLERS am liebsten Vollkorn oder Sauerteig

verwendet. Auch hier ist die Qualität von Bedeutung, da die Billigvarianten schnell auseinanderfallen und beim Essen eine riesen Sauerei anrichten können. Daher bitte keine 0815-Standard-Burgerbrötchen verwenden.



Beim Braten solltet ihr darauf achten, dass das Fleisch nicht zu dünn ist und die Temperatur nicht zu heiß – 160 bis 170° C sind perfekt. Kein Öl verwenden, der Burger hat genug eigenes Fett. Das Fleisch nach zwei bis drei Minuten wenden und darauf achten, dass es innen noch eine ganz leichte rosa Farbe hat, so bleibt der Burger schön saftig! Keine Angst, bei frischem Rindfleisch kann überhaupt nichts passieren. Die Brötcheninnenseiten sollten auf jeden Fall getoastet werden, damit der Zucker karamellisiert, was eine zusätzliche Geschmacksnote verleiht. Zum Schluss noch die goldene Regel beim Belegen: das Salatblatt zuerst auf die Unterseite des Brötchens legen, so weicht es nicht durch.



Bei den Gästen am beliebtesten sind übrigens der Classic Burger oder Classic Cheese Burger. Am Ende unseres Besuchs im CHILLERS durften wir uns selbst davon überzeugen, dass Theorie hier auch entsprechend in die Praxis umgesetzt wird. Wer selbst in den Genuss des perfekten Burgers kommen will, sollte also schleunigst vorbeischaun! [AB]



## MOVIES / FILMSTARTS NOVEMBER 2017



## BAD MOMS 2

START: 09.11.2017



## PADDINGTON 2

START: 23.11.2017

Weihnachten steht vor der Tür: Wie für die meisten Mütter beginnt auch für für Amy (Mila Kunis), Carla (Kathryn Hahn) und Kiki (Kristen Bell) nun die stressigste Jahreszeit. Alles soll perfekt sein für die Liebsten. Doch die die Damen sind so gefrustet von den Vorbereitungen, dass sie sich dem ganzen Wahnsinn nur noch entziehen wollen. Doch mit einer winzigen Kleinigkeit haben sie nicht gerechnet: den eigenen Müttern (Susan Sarandon, Cheryl Hines und Christine Baranski). Der Überraschungsbesuch entpuppt sich schnell als Albtraum, denn die Macken der älteren Frauen zerren ordentlich an den Nerven ihrer Töchter. Wer wird sich am Ende durchsetzen – die ältere oder die jüngere Generation? Und kann Weihnachten unter diesen Umständen überhaupt noch gerettet werden?

Paddington (Deutsche Stimme: Elyas M'Barek) ist begeistert: Für den 100. Geburtstag von Tante Lucy hat er ein antikes Pop-up-Bilderbuch über London gefunden. Nun braucht er dringend Geld. Begeistert bietet Paddington in der Nachbarschaft seine Arbeitskraft an. Die einzelnen Jobs erledigt der Bär dann ebenso leistungsfähig wie diese zielsicher im Chaos münden! Paddington ist und bleibt einfach ein Tollpatsch! Nach getaner Arbeit begleitet Paddington die Familie Brown eines Abends auf den Jahrmarkt. Dort entdeckt Henry Brown (Hugh Bonneville) seinen Liebblingsschauspieler Phoenix Buchanan (Hugh Grant), der Paddington sogar zu sich auf die Bühne holt. Als der Bär von dem Buch erzählt, wird der frühere Star sofort hellhörig. Nur kurze Zeit später wird das Buch gestohlen! Paddington, der als Zeuge vor Ort ist, heftet sich an die Fersen des Diebes, wird jedoch von der Polizei selbst für den Langfinger gehalten. Können die Browns ihrem Liebingsbären helfen und Paddingtons Unschuld beweisen, bevor er im Gefängnis versauert? Der Meistertdieb scheint mit allen Wassern gewaschen zu sein ...

CINEMAXX

## MÄNNERABEND

„JUSTICE LEAGUE“

Vorpremiere am Mittwoch, 15. November



\*Solange der Vorrat reicht.

2 Bier  
bestellen, nur  
1 bezahlen!Ausschank ab  
16 JahrenEine  
PLAYBOY  
Ausgabe  
geschenkt!

Mit Unterstützung von:

PLAYBOY   BECK'S

cinemaxx.de/ma

4 Euro  
sparen!

„JUSTICE LEAGUE“

am Mittwoch, 15. November.

Diesen Coupon abgeben und zu zweit 4 Euro beim Männerabend sparen! Nur beim Kauf von 2 Tickets an der Kinokasse. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatten.





LIAM GALLAGHER  
AS YOU WERE



WU-TANG  
THE SAGE  
CONTINUES...



ALEX  
CHRISTENSEN  
CLASSICAL 90S  
DANCE



## AUDIO

Auf die Frage, ob der seit Jahren öffentlich ausgetragene Zwist mit Bruder Noel eigentlich nur inszeniert sei, antwortete Liam Gallagher kürzlich knapp: „We don't like each other, man.“ Eine Oasis-Reunion sollten sich Fans also weiterhin lieber abschminken, dafür präsentiert der ehemalige Frontmann hier sein Solo-Debüt. Das zeigt erfreulicherweise, dass Gallagher sowohl als Sänger gereift ist, dabei aber nichts von seiner Rotzigkeit eingebüßt hat. Und zum Glück versucht er nicht, wie eine Neuauflage seiner früheren Band zu klingen, sondern geht auf folk-angehauchten Songs wie „Chinatown“ oder dem treibenden Opener „Wall of Glass“ durchaus eigene Wege. Gutes Ding!

Nein, „The Sage Continues...“ ist kein vollwertiges neues Album der legendären Rap-Crew aus Staten Island. In Person von Mathematics durfte hier aber der langjährige Live-DJ des Clans einen Soundteppich zaubern, der stark an die Wu-Hochzeit Mitte der Neunzigerjahre erinnert. Neben Jungs wie RZA, Ghostface Killah, Method Man oder Raekwon schauen dabei auch Wegbegleiter wie Redman und Streetlife vorbei. Vor allem der ungezwungene Rahmen tut der Platte ziemlich gut, der unverwechselbare Mix aus Soul-Samples, Kung-Fu-Film-Zitaten und dem Zusammenspiel der verschiedenen Wu-Members funktioniert auch 2017 hervorragend.

Die größten Hits aus der Golden Era des Eurotrance mit einem klassischen Orchester umsetzen, das klingt natürlich erstmal ähnlich sinnvoll wie ein MTV Unplugged mit Skrillex. Andererseits sind Songs wie „Rhythm Is a Dancer“ oder „What Is Love“ natürlich unbestrittene Großstaten der jüngeren Musikgeschichte und müssen alle Jahre wieder auf irgendeine Compilation gepresst werden. Nun also mit Streichern, Pauken und Trompeten und dem unterschweligen Label „Techno - Jetzt auch in anspruchsvoll!“. Aber wer soll sich das ernsthaft mehr als einmal anhören – und wieso ist eigentlich „Du hast den schönsten Arsch der Welt“ nicht mit dabei? [FD]

# THE ROOMS CLUB.



SOUL  
MADONNAS  
RNB - SOUL - HIP-HOP

VAL  
HOLY 21  
DJ ROCKSAM  
KILLING MY SOUL

24.11  
FREITAG

DOORS OPEN: 23:00 UHR  
ALL NIGHT LONG:  
FREIER EINTRITT FÜR ALLE LADIES

## GADGETS



**COFFEE-TO-GO-  
BECHER**

Du kannst auf deinen morgendlichen Kaffee nicht verzichten, bist aber beim besten Willen nicht dazu im Stande, eine halbe Stunde früher aufzustehen um ihn anständig zu genießen? Dann ist dieser Coffee-To-Go-Becher genau das richtige für dich. So kannst du unterwegs dein geliebtes Heißgetränk zu dir nehmen und gleichzeitig etwas für die Umwelt tun. Denn die üblichen Einwegbecher sorgen für unnötige Müllproduktion – pfui! Außerdem schmeckt der Kaffee aus dem stylischen Porzellanbecher viel besser und weniger nach Pappe.



**LAVALAMPE**

Wie konnte dieses stylische Wohnaccessoires in Vergessenheit geraten? Angepasst an Zeitgeist und das Motto „All Black Everything“ kommt die Lavalampe zurück in unsere Wohnzimmer. In schwarz mit rosé-goldenen Highlights – ein Traum für jeden, der Home-Decor-Seiten auf Instagram folgt. Das sind gute Nachrichten für alle Lavalampen-Fans, die sich bisher nicht getraut haben, ihre Lieblingstücke auch bei Besuch auf den Tisch zu stellen. Endlich ist die Lavalampe wieder in!



**SPRUCHKERZE „2018  
WIRD BESSER“**

2017 war bisher nicht durchweg schlecht, hatte jedoch seine Schattenseiten. Wenn verrückte Präsidenten und Diktatoren mal wieder Stress machen, sag dir: 2018 wird besser. Sag es dir am besten immer wieder, so brennt sich dieser Satz ins Unterbewusstsein ein. Damit du dran denkst, stell am besten eine oder gleich mehrere dieser Kerzen bei dir in der Wohnung auf. Schafft auch gleichzeitig eine kuschelige Herbstatmosphäre in kalten Zeiten.



**SWIMMING-  
POOL-BETTWÄSCHE**

Du träumst davon, professioneller Schwimmer zu werden, hast aber nach dem Seepferdchen das Schwimmtraining irgendwie vernachlässigt? Kein Problem, mit deiner neuen Bettwäsche fühlst du dich wie Brustschwimm-Weltmeister Marco Koch, ohne tatsächlich mehrmals die Woche ins Wasser zu gehen. Das spart eine Menge Zeit und Kraft, macht aber trotzdem irgendwie ein bisschen glücklich. Stylisher Eyecatcher für dein Schlafzimmer!



**„I WILL SURVIVE“-  
BLUMENTOPF**

Der Winter naht, die Topfpflanzen zittern schon. Ob Balkon-Palmen oder Blümchen in der Wohnung, das Grünzeug reagiert ja mitunter äußerst empfindlich auf kälteres Klima. Aber auch der grüne Daumen unerfahrener Hobbygärtner sorgt hin und wieder dafür, dass Pflanzen die Köpfe hängen lassen. Also packst du sie in diesen funktionalen Übertopf aus Keramik, der das Motto vorgibt und Mut macht: „I will survive!“



**DEKOSCHRIFTZUG**

Im Büro, in der Schule, der Uni oder in den eigenen vier Wänden: „Tagsüber Zirkus, abends Theater“ beschreibt den ganz normalen, verrückten Alltag manchmal nur allzu gut. Da es keinen Sinn macht, diese Tatsache zu verdrängen, hängt man sich einfach dieses Schild an die Wand und nimmt die Sache mit Humor. Denk immer daran: Manche Menschen bezahlen viel Geld dafür, ein solches Spektakel miterleben zu dürfen und du kannst das jeden Tag haben. FOR FREE. Du solltest dankbar sein.

[AB]

Bilder: © design3000.de

## TECH-NEWS


**APP DES MONATS: LAKE –  
TIME WELL SPENT**

Wir sind sehr glücklich darüber, dass Malbücher endlich auch in der Welt der Erwachsenen gesellschaftlich anerkannt sind. Das Kolorieren von aufwendig gestalteten Malvorlagen macht nicht nur Spaß, es entspannt auch Körper und Geist. Wie schön ist das Leben, wenn man sich lediglich mit der Frage auseinandersetzen muss, welche Farbe man als nächstes für sein Kunstwerk verwenden möchte. Mit der App trainiert man außerdem sein ruhiges Händchen und bekommt richtig Lust, mal wieder kreativ zu sein. Mit Lake gelingen auch Bilder, wenn man ansonsten künstlerisch weniger talentiert ist – aber trotzdem Lust auf Malen und Farben hat. Zeit ist nicht verschwendet, wenn du sie mit Dingen verbringst, die dich entspannen und glücklich machen. „Lake“ gibt es für iOS-Geräte kostenlos im App-Store.

Bilder: © Lake 2017


**GOOGLE UND LEVI'S ENTWICKELN  
SMARTE JEANSJACKE**

Ein Jahr ist es her, dass Levi's und Google sich zusammengetan haben, um gemeinsame Produkte auf den Markt zu bringen. Ergebnis ihrer Zusammenarbeit: Die smarte Jeansjacke. Sie sieht auf den ersten Blick wie das ganz normale Commuter-Trucker-Modell aus, welches seit jeher auf den Stangen im Levi's-Shop hängt – ist jedoch via Bluetooth und deinem Smartphone verbunden. Durch Wischen und Tippen auf dem linken Ärmel lassen sich Anrufe annehmen oder Musik abspielen. Praktisch für Motorradfahrer ist die Navi-Funktion oder das Vorlese-Feature für wichtige Textnachrichten. Die Jeansjacke ist mit Android- und iOS-Geräten kompatibel. Ob es sich um eine wertvolle technische Neuerung oder eine ganz witzige, jedoch völlig unnötige Spielerei handelt, liegt im Auge des Betrachters. Die Levi's Commuter Trucker-Jacke mit der Jacquard by Google-Technologie ist derzeit noch ausschließlich in den USA erhältlich und kostet euch 350\$.

[AB] Bilder: © 2017 LEVI STRAUSS & CO.



## RICHARD DEACON – ABOUT TIME

Obwohl der Brite Richard Deacon für seine Skulpturen bereits mit dem renommierten Turner Prize ausgezeichnet wurde, bezeichnet er sich selbst viel lieber als „Hersteller“ denn als Bildhauer. Trotz der abstrakten Natur seiner Installationen spielen die Werke des in Wales geborenen Künstlers oftmals auf anatomische Formen an. „Meine Arbeit dreht sich um Materialität“, sagt der Plastiker selbst und erklärt damit die funktionale Bedeutung der verschiedenen Stoffe, die er verwendet. Ob Stahl oder Aluminium, Sperrholz oder Kunststoff, alles wird handwerklich umgesetzt und erfüllt scheinbar einen bestimmten Zweck – nur welchen, das ist dem Betrachter überlassen. „Es gibt ein relativ fundamentales Bedürfnis beim Menschen, chaotische Eindrücke zu verstehen, Dinge in Form zu bringen“, erklärt der Künstler.

Dieses Bedürfnis beobachtete Deacon schon früh in der eigenen Familie, sowohl Vater als auch Bruder waren mechanisch begabt und durchaus im Stande, beispielsweise ein Auto zu reparieren. Auf den jungen Richard trifft das jedoch nicht so recht zu: „Ich mag den Geruch von Schmierfett oder Benzin an meinen Händen nicht und kann Dinge nicht zum Funktionieren bringen.“ Dafür

ist er neugierig auf die Welt – und künstlerisch begabt.

Unter anderem am Londoner Royal College of Art studierte Deacon, heute ist er selbst Gastdozent an verschiedenen Kunsthochschulen. Der Hang zur Frage nach Ordnung im Chaos ist jedoch geblieben. So trägt eine seiner bekanntesten Skulpturen auf dem Gelände der University of Warwick den simplen Titel „Let's Not Be Stupid“. Eine Konstruktion aus gewundenem Metall und Nieten, industriell einwandfrei umgesetzt – und doch völlig ohne offensichtliche Funktion.

Für sein Lebenswerk wird Richard Deacon nun mit dem Ernst Franz Vogelmann-Preis für Skulptur 2017 ausgezeichnet. Dazu zeigt die Kunsthalle Vogelmann vom 29. Oktober bis zum 25. Februar 2018 die Ausstellung „About Time“, in der gemeinsam mit dem Künstler ausgewählte Werke präsentiert werden. Erstmals öffentlich gezeigte Arbeiten aus der Frühzeit von Deacons Schaffen und prominente Einzelwerke machen diese Zusammenschau zu einem kulturellen Highlight in Heilbronn. [FD]

**Weitere Informationen zur Ausstellung „About Time“ findet ihr auf [www.museen-heilbronn.de](http://www.museen-heilbronn.de).**



Richard Deacon, *Big Time*, 2016, Courtesy Marian Goodman Gallery, Foto: Ian Coomans, Belgien



Richard Deacon, *Red Sea Crossing*, 2003, Staatsgalerie Stuttgart, Leihgabe der Freunde der Staatsgalerie seit 2010, Foto: John Berens, New York



Richard Deacon, *Untitled #1*, 1976, Courtesy of Richard Deacon Studio, Foto: Ken Adlard



Richard Deacon, *It's Like A Rock*, 2015, Courtesy Galerie Thaddaeus Ropac, Foto: Ken Adlard

# ENGAGIERT



# ROMANTISCH



## NOVACANE STORE – HERBST-STYLES

Zugegeben, der Herbst hat nicht so viele gute Seiten. Wir müssen uns vom geliebten Sommer verabschieden. Draußen wird es kalt und dunkel, Restaurants und Bars schließen ihre Terrassen. Die Freibadsaison geht zu Ende. Wer merkt, dass er langsam aber sicher in Winterdepressionen verfällt, sollte sich mit einem ausgiebigen Shoppingtrip ablenken. Worauf man sich in der dunkeln Jahreszeit nämlich WIRKLICH freuen kann, sind die Herbstklamotten. T-Shirt und Shorts kann jeder, mit dem Herbst kommen neue Farben, Stoffe und tausend Kombinationsmöglichkeiten. Echten Fashionliebhabern geht ab November erst richtig das Herz auf – zur Inspiration hat der Novacane Store zwei Outfits für den Herbst zusammengestellt!

### MÄDELS

- Jacket: Carhartt W` DETROIT (198,85 €)
- Sweater: Carhartt W` KINROSS (88,85 €)
- Pant: Carhartt W` PACKARD HIGHWATER (78,85 €)
- Sneaker: adidas CAMPUS (99,85 €)
- Beanie: Carhartt SHORT WATCH HAT (18,85 €)
- Watch: Kapten & Son JOY BRUSHED (119,00 €)



### JUNGS

- Jacket: Patagonia DOWN SWEATER (229,85 €)
- Shirt: Stüssy LONG TERRY (159,00 €)
- Pant: Carhartt CLUB PANT (88,85 €)
- Sneaker: Nike FLYKNIT RACER (~~159,85 €~~ 99,99 €)
- Beanie: Patagonia FISHERMANS ROLLED BEANIE (29,85 €)
- Gloves: Carhartt SCOTT (38,85 €)
- Watch: Komono WINSTON ROYALE (89,85 €)
- Glasses: Marshall BRYAN CABLE (~~134,90 €~~ 49,99 €)
- Wallet: Secrid MINIWALLET (49,85 €)

**Novacane Store**  
**Sülmerstraße 21**  
**74072 Heilbronn**  
[www.novacane-store.com](http://www.novacane-store.com)

## DJ BEATFLIP / BEHIND THE BEATS

### **Wie und wo hast du angefangen?**

Angefangen hat alles zusammen mit DJ DeQue und DJ Ruffmatic, als wir DuckYou.FM gegründet und regelmäßig im Keller geübt haben. Anfangs war es bei mir einfach nur aus Spaß, doch als wir dann den ersten Gig im Club hatten und die anderen beiden mich weiterhin mitgenommen haben, hat es mich gepackt. Wofür ich den zwei sehr dankbar bin.

### **Was macht aus einer coolen Party eine unvergessliche Nacht?**

Wenn die Location voll ist und die Leute eskalieren.

### **Was war das prägendste Erlebnis deiner Laufbahn?**

Das erste Mal alleine auflegen bei einem Newcomer Contest in Stuttgart.

### **Welcher Track regiert zurzeit die Dancefloors?**

Immer noch J-Balvin and Willy William mit „Mi Gente“ ;)

### **Was sind absolute No-Gos beim Auflegen?**

Unfreundliche Gäste, die auf ihre Liedwünsche bestehen...

## BRAIN STORMING

### **Digital oder Analog?**

Beides.

### **„Ein Guter Mix...“**

... muss erst motivieren und dann fett auf die Kacke hauen.

### **Großraumdisko oder kleiner Club?**

Beides cool.

### **Klassiker oder Aktuelles?**

Eine gute Mischung aus beidem.



## YUMMY! MIT SIMON ROBANUS VOM WILMA WUNDER

### **Wie würdest du das Wilma Wunder beschreiben?**

Kurz – wunderbar! Es ist ein Gastrokonzept, das den Puls der Zeit getroffen hat. Bewusste Ernährung sowie Nachhaltigkeit werden bei uns großgeschrieben. Vom Frühstück über Mittagessen, Kaffee und Kuchen, bis hin zum Abendessen und den anschließenden Cocktails wird hier jeder Wunsch erfüllt. Unsere Gäste sind ebenso bunt gemischt wie unser Interieur und unser Angebot. Von jung bis alt, vom Hipster bis hin zur Mutti sind hier bei uns alle willkommen.

### **Wenn ich heute noch nicht weiß, wo ich esse – warum muss ich auf jeden Fall zu euch?**

Da deutsche Küche wieder voll im Kommen ist und die neue Interpretation der Gerichte einzigartig ist. Vom Rote Beete Carpaccio, bis hin zur Kohlroulade ist für jeden was dabei.



### **Wie würdest du eure Philosophie in der Küche in drei Worten zusammenfassen?**

Herzlich. Detailverliebt. Innovativ.

### **Hast du ein persönliches Lieblingsgericht?**

Definitiv Pfannenkéis!

## SIMONS REZEPT AUS DEM WILMA WUNDER: PFANNENKEKS

### REZEPT (GERÄTE: HANDRÜHRGERÄT)

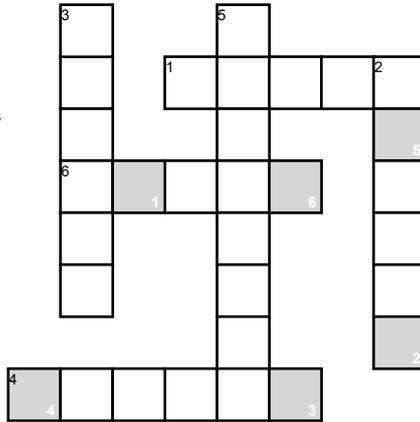
- 200 g Mehl (405 Weizenmehl der Cramer-Mühle)
- 1 Ei (Freiland-Bio-Ei vom Bauernhof)
- 1 TL Backpulver
- 1 EL Vanillezucker
- Eine Prise Salz
- Milch nach Bedarf (3,8 % Bio-Frischmilch vom Bauernhof)

### ZUBEREITUNG:

Eier trennen, Mehl, Backpulver, Eigelb und etwas Zucker und Salz im Mixer vermengen. Die Milch vorsichtig hinzugeben, bis eine cremige Masse entsteht. Eiweiß mit dem restlichen Zucker steif schlagen und unter die Masse heben. Butter in der Pfanne erhitzen und die Pancakes von beiden Seiten goldgelb braten. Nun mit kanadischem Ahornsirup und frisch aufgeschlagener Sahne genießen!

## PHONK´S CROSS

1. ... Bar
2. Cube
3. Richard
4. Der perfekte
5. Herbst-Styles by
6. ...Day



Der Gewinnerin des letzten Phonk´s Cross: **Viktoria T.** aus Bad Wimpfen



Zu gewinnen gibt´s die Phonk-Gutschein-Box. Powered by Wohnzimmer, Schümli, HNV, Size11, Novacane Store, Cinemaxx

LÖSUNG:



Lösungswort + Telefonnummer & Name an: [info@phonk-magazin.de](mailto:info@phonk-magazin.de)  
Einsendeschluss: 15. November 2017

# Social Queen



## DEIN SOZIALES JAHR BEIM ASB

- > Offene Behindertenhilfe
- > Behindertenfahrdienst
- > Krankentransport
- > Erste Hilfe Ausbildung
- > Ambulante und stationäre Pflege

INFOTELEFON:  
FSJ, BFD UND  
SOZIALES  
PRAKTIKUM  
07131/97 39 116

Wir helfen  
hier und jetzt



[info@asb-heilbronn.de](mailto:info@asb-heilbronn.de) · [www.asb-heilbronn.de](http://www.asb-heilbronn.de)  
[www.facebook.de/asb.heilbronn](https://www.facebook.de/asb.heilbronn)

Arbeiter-Samariter-Bund  
Baden-Württemberg e.V.  
Region Heilbronn-Franken

**JEDEN MONTAG****CHILLERS**

All you can Eat  
Chicken Wings / 9,99€  
Alle Cocktails 4,99 €  
Alle Cruncher 6,99 €

**ENCHILADA**

Caipi-Monday – Alle  
Caipirinhas den ganzen  
Abend zum Happy Hour  
Preis

**LEHNER'S**

Cocktail Casino | 18 - 22 Uhr  
Würfel den Preis  
für Euren Cocktail:  
1 Würfel pro Cocktail - die  
angezeigte Augenzahl ist  
der Preis für Euren Cocktail  
in Euro  
Ab 22 Uhr Happy Hour  
Cocktails 5,40 €  
Jumbo Cocktails 5,90 €

**VERANDA 8**

The Day Astra  
Astra vom Fass -  
Pitcher 10 €

**JEDEN DIENSTAG****CHILLERS**

All you can Eat  
Ribs / 9,99€  
Alle Cocktails 4,99 €  
Alle Cruncher 6,99 €

**CLOCKS STEAK &  
SANDWICH BAR**  
Rocking Tuesday  
Surf and Rurf Day

**CLUB KAISER**

Alle Cocktails 7€

**COC**

**CAFE COCKTAIL BAR**  
Jägermeisterabend  
Jägershots 1€  
Jäger - Longdrinks 3,50€

**EBENE 3**

KoKi das kommunale Kino  
- Filmbeginn 20.15 Uhr -  
Eintritt 4,50€

**ENCHILADA**

Gambas Special  
1kg Riesengarnelen für 2  
Personen 28€

**LAUBE**

Dance & Bingo  
am Laube-Dienstag

**LEHNER'S**

Ab 22 Uhr Happy Hour  
Cocktails 5,40 €  
Jumbo Cocktails 5,90 €

**PEARLS & DIAMOND**

Mojito – Caipi – Tuesday  
jeder Mojito & jeder Caipi  
für nur 4,50€ & das den  
ganzen Abend

**VERANDA 8**

Tuesday Double  
Trinke 2 gleiche Cocktails  
zum Preis von einem

**JEDEN MITTWOCH****CHILLERS**

Burger Day  
10% auf alle Burger  
Alle Cocktails 4,99 €  
Alle Cruncher 6,99 €

**CLUB KAISER**

Alle Cocktails 7€

**ENCHILADA**

Ladies Night / Cocktail  
Happy Hour

**LEHNER'S**

Ab 22 Uhr Happy Hour  
Cocktails 5,40 €  
Jumbo Cocktails 5,90 €

**VERANDA 8**

Cuba Night  
Cuba Libre 5€

**JEDEN DONNERSTAG****CHILLERS**

Beer & Wings Day  
15% auf alle Bier-Pitcher &  
Chicken Wings  
Alle Cocktails 4,99 €  
Alle Cruncher 6,99 €

**CLOCKS STEAK &  
SANDWICH BAR**

Rocking Thursday  
Elvis lebt – Burger Tag

**CLUB KAISER**

Sundowner –  
After Work Party

**ENCHILADA**

Fajitas Tag, alle Fajitas nur  
12,90€

**LEHNER'S**

Ladies Night | 18 - 22 Uhr  
Für die Ladies alle Cocktails  
zum Happy Hour Preis  
Ab 22 Uhr Happy Hour für  
alle Cocktails 5,40 €  
Jumbo Cocktails 5,90 €

**VERANDA 8**

Warm Up  
Cocktail Happy Hour  
17 – 22 Uhr

**JEDEN FREITAG****CHILLERS**

Cocktail Happy Hour 17 –  
18 Uhr 2 for 1  
ab 22 Uhr Cocktails 4,99 &  
Cruncher 6,99 €

**CLUB KAISER**

Kaiser's Club & Lounge

**LEHNER'S**

Ab 22 Uhr Happy Hour  
Cocktails 5,40 €  
Jumbo Cocktails 5,90 €

**ROMY S**

Ladies genießen bis 24  
Uhr freien Eintritt. Die  
Gästeliste schließt um  
01:00 Uhr

**VERANDA 8**

We Love Caipis –  
Alle Caipis 5,50 €

**JEDEN SAMSTAG****LEHNER'S**

Ab 22 Uhr Happy Hour  
Cocktails 5,40 €  
Jumbo Cocktails 5,90 €

**VERANDA 8**

Suprise Cocktail - von  
18:00 bis 02:00 Uhr

**JEDEN SONNTAG****CHILLERS**

Cocktail Happy Hour  
17 – 18 Uhr  
2 for 1 ab 22 Uhr Cocktails  
4,99 & Cruncher 6,99 €

**EBENE 3**

**TANGO ARGENTINO**  
Beginn 18 Uhr,  
Eintritt frei

**LEHNER'S**

Familien Sonntag  
Ab 12 Uhr gibt es frischen  
Schweinebraten, eine halbe  
Schweinehaxe oder das  
Wirtschaftsschnitzel für  
nur 8,99 €  
Ab 22 Uhr Happy Hour  
Cocktails 5,40 €  
Jumbo Cocktails 5,90 €

**VERANDA 8**

Kaffee & frische,  
hausgemachte Kuchen

**JEDEN LETZTEN  
DONNERSTAG****LEHNER'S**

Patrick Noe & Friends live  
ab 20 Uhr – Eintritt frei!

**JEDEN LETZTEN  
SONNTAG****ENCHILADA**

All You Can Eat  
Dinnerbuffet für 14,90€  
Von 18:00-20:00 Uhr

**FREITAG, 03.11**

**BUKOWSKI**  
TRÄUM DOCH MAL  
MR LOVERLEE  
(Blackout / Istanbul)  
KOMMA LAUT (Oben Ohne)  
G-ONE (Kushida Records)

**CREME21**  
Soul2Soul  
DJ REG, DJ Steve Money,  
DJ N-Zoo

**GREEN DOOR**  
Thank God It's Friday  
"Cocktail Edition"  
Downtown DeeJays

**LAUBE**  
Friday - Die Party mit Jacky  
Promo Team vor Ort

**MOBILAT**  
Meridian House Menu  
Candy Pollard  
Sven Francisco

**ROMY S.**  
Nachtschicht

**THE ROOMS CLUB**  
Elektronische Maskerade  
Südklang

**SAMSTAG, 04.11**

**BUKOWSKI**  
5 JAHRE KRAUT&RÜBEN  
KRAUT&RÜBEN (N-ICE  
Kollektiv / Halle)  
RAWLEY (Tächno / Beat-  
brothers)  
T-WATCH (Bukowski-live)  
STEDT (Hartgas Podcast)

**CREME21**  
2000-er Party  
DJ Soulstar

**GREEN DOOR**  
GIRLS GIRLS GIRLS  
DJ LX

**LA BOOM**  
Time for Blackout mit bigFM  
DJ Rasimcan

**LAUBE**  
Funhouse -  
Yippie Yippie Yeah

**MALINKI**  
SOUL CHICKS SUPREME  
feat. DJ Serg

**MOBILAT**  
Laterne, Laterne  
Loop Skywalker,  
Knatter, Felus

**ROMY S.**  
A Night With... I Hate  
Models

**THE ROOMS CLUB**  
Killing my Soul  
DJ RockSam  
DJ Ortezz

**MONTAG, 06.11**

**PIANO WINE BAR**  
Lindy Hop Tanz Abend

**THE ROOMS CLUB**  
Day One Gastro Night  
DJ DeQue

**DIENSTAG, 07.11**

**LAUBE**  
Laube-Dienstag

**FREITAG, 10.11**

**BUKOWSKI**  
PLATZHIRSCH BUKOWSKI  
212FAHRENHEIT  
(Degree Records / Berlin)  
SUNA (La Nuit Rouge)  
SCHOENLOCKER  
(Bukowski-live)

**CREME21**  
LOGO die Disko  
DJ Double D., DJ Richie  
de Bel

**GREEN DOOR**  
Thank God It's Friday  
"Smirnoff Edition"  
Downtown DeeJays

**LA BOOM**  
Get Low

**LAUBE**  
Friday - Die Party

**MALINKI**  
DAME REGGAETON feat. DJ  
Spanish Fly

**MOBILAT**  
Basement Soul  
Cal Caprice all Night Long

**PIANO WINE BAR**  
Jam Session "Open Piano"

**ROMY S.**  
Nachtschicht



house bar

FUNKY HOUSE MUSIC & GOOD DRINKS  
JOSHA & MANA

24.11.17  
club kaiser



DATES

**THE ROOMS CLUB**

Caribbean Bay  
Miss Rockefeller

**SAMSTAG, 11.11**

**BUKOWSKI**

THE WILD BEAT  
JOSE M & TACOMAN (Get  
Physical / 100% Pure)  
EMANUELE RIZZO  
(Milchbar / Bukowski)  
LEX BÄR (Hartgas Podcast)

**CREME21**

Die Starparade  
SIS, DJ Joshua

**GREEN DOOR**

Die 90er Party  
DJ Hardy

**LA BOOM**

Girls in Love 2 Jahre -  
DJ Fantastic & DJ Andy

**LAUBE**

Heimspiel - „Man spricht  
Deutsch!“

**MALINKI**

6 JAHRE MALINKI feat. DJ  
Ray G & DJ Schilli

**MOBILAT**

Buss It Silly Walks -  
Buss Di Dance  
Main Floor  
Dancehall & Reggae  
silly Walks Discotheque  
(Hamburg)  
Yardstyle Sound (Heilbronn)  
Second Floor  
Drum `n Bass  
Mezyou Crew (Heilbronn)

Audiocommand (Heilbronn)  
Dj Junglic (Heilbronn)

**ROMY S.**

Stil vor Talent Nacht w./  
Kellerkind, Niko Schwind

**THE ROOMS CLUB**

Soul2Soul Badgirls Club  
DJ N - Zoo  
DJ Steve Money

**DIENSTAG, 14.11**

**LAUBE**

Laube-Dienstag

**MITTWOCH, 15.11**

**LAUBE**

IBU - rockt die Laube  
FH-Party

**PIANO WINE BAR**

Vernissage Gemäldeausstel-  
lung mit Özlem Kögel

**FREITAG, 17.11**

**BUKOWSKI**

HYSH? AKA NIEREICH  
(aka Niereich / Techno)  
MORITZ SCHEIT  
(Damaged Records)  
MOSQK (Damaged Records)

**CREME21**

Soul2Soul  
DJ Rapture, DJ Case

**GREEN DOOR**

ONLY the BEST - Das Beste  
von 1990 bis heute!  
DJ Teach

**LAUBE**

Friday - Die Party

**MALINKI**

FLASHBACK FRIDAY

**MOBILAT**

20 Jahre mobilat Club

**ROMY S.**

Nachtschicht

**THE ROOMS CLUB**

Global Player

**SAMSTAG, 18.11**

**BUKOWSKI**

NATÜRLICHES TANZVER-  
HALTEN  
M.IN (Desolat / Trapez /  
Systematic)  
SPEC X (Toy Club)  
AMAN (Milchbar)

**CREME21**

Creme 21 Birthday Sash  
DJ Soulstar

**GREEN DOOR**

DALE Reggaeton  
Deejay Jeliel & Special Guest

**LA BOOM**

Six Signs of La Boom mit  
Radio DJ Boulevard Bou

**LAUBE**

Funhouse - 90'er VideoDjing  
mit DJ BIG L

**MALINKI**

BOYFRIEND OUT OF TOWN,  
YEAH! feat. DJ Serg



11/17

**FR 03.11. / THANK GOD IT'S FRIDAY  
COCKTAIL EDITION  
DOWNTOWN DEEJAYS**

**SA 04.11. / GIRLS GIRLS GIRLS  
DJ LX**

**FR 10.11. / THANK GOD IT'S FRIDAY  
SMIRNOFF EDITION  
DJ TEACH**

**SA 11.11. / DIE 90ER PARTY  
DJ HARDY**

**FR 17.11. / ONLY THE BEST  
DJ TEACH**

**SA 18.11. / DALE REGGAETON  
DEEJAY JELIEL & SPECIAL GUEST**

**MI 22.11. / ULTRAVIOLETT FH PARTY  
DJ TEACH**

**FR 24.11. / DIE 2000ER PARTY  
DJ AXEL P.**

**SA 25.11. / HERZKLOPFEN  
DOWNTOWN DEEJAYS**

**GREEN DOOR  
THE CLUB**

Charlottenstraße 190 | Heilbronn | green-door.de

## MOBILAT

20 Jahre mobilat Club

## PIANO WINE BAR

Konzert "Soul Connection"  
Unplugged

## ROMY S.

From Another Mind  
Anetha  
(Blocaus Series / Paris)

## THE ROOMS CLUB

Killing my Soul  
DJ RockSam  
DJ Papi13

## MONTAG, 20.11

## THE ROOMS CLUB

Day One Gastro Night  
DJ DeQue

## DIENSTAG, 21.11

### LAUBE

Laube-Dienstag

## MITTWOCH, 22.11

### GREEN DOOR

ULTRAVIOLETT - FH Party  
DJ Teach

## DONNERSTAG, 23.11

### PIANO WINE BAR

Weinprobe mit Holzapfel  
Weingut

## FREITAG, 24.11

### BUKOWSKI

TECHNO, LIEBE &  
BUKOWSKI  
ANDY TREX  
(Bush Record / Nexus)  
KLANGAGENT  
(Andere Welt)  
BVFES (Hartgas Podcast)

### CLUB KAISER

House Bar  
Josha & Mana

### CREME21

90-er Party  
DJ Quesd

### GREEN DOOR

Die 2000er Party  
Axel P.

## LAUBE

Friday - Die Party

## MOBILAT

Klangvorhang 10  
TripAdLib

## ROMY S.

Nachtschicht

## THE ROOMS CLUB

Soul Madonnas  
Djane Val  
DJ RockSam

## SAMSTAG, 25.11

### BUKOWSKI

AUTAKT AM HAFEN  
DEAFHOES  
(Material / Mexico)

GERO JANSEN (Intec Digital)  
MICHEAL OTTEN

## CREME21

La Crema Latina  
DJ Christian Valdivieso, DJ  
Surprise

### GREEN DOOR

HERZklopfen  
Downtown DeeJays

## LA BOOM

Geburtstags Party - DJ  
Fantastic & DJ Andy

### LAUBE

Schlagernacht

## MALINKI

B-DAY SPECIAL PARTY feat.  
DJ Maaleek & DJ Schilli

## MOBILAT

Wortsport Lounge

1. Floor  
Steve Unique [Wortsport]  
Marc [Cosmo Gang]
2. Floor  
Yardstyle Sound  
[Buss Di Dance]

## ROMY S.

Ritter Butzke Nacht  
Martin Landsky, Hrnsn u.a.

## THE ROOMS CLUB

I Love Reggaeton  
DJ Manu  
DJ Masbam

## DIENSTAG, 28.11

### LAUBE

Laube-Dienstag

Mit  
Kinderecke  
für die  
Kleinen

# Jeden Sonntag Frühstücksbrunch bei Wilma

09:00 – 15:00 Uhr | 11,90 Euro

Kinder von 4 bis 11 Jahren bezahlen pro Lebensjahr 1 Euro.

SÜLMERSTRASSE 40 | HEILBRONN | WILMA-WUNDER.DE  

WILMA  
WUNDER

ESSEN  
TRINKEN



# COME WITH YOUR GANG



**WAS PASST AM BESTEN ZU BBQ & BURGERN?  
JAAAAA, RICHTIG! BIER!**

KOMMT ZU VIERT ZUM ESSEN UND BEKOMMT DEN  
ZWEITEN **PITCHER BIER FOR FREE!** PROST!

TÄGLICH AB 11 UHR GEÖFFNET - MIT MITTAGSTISCH!



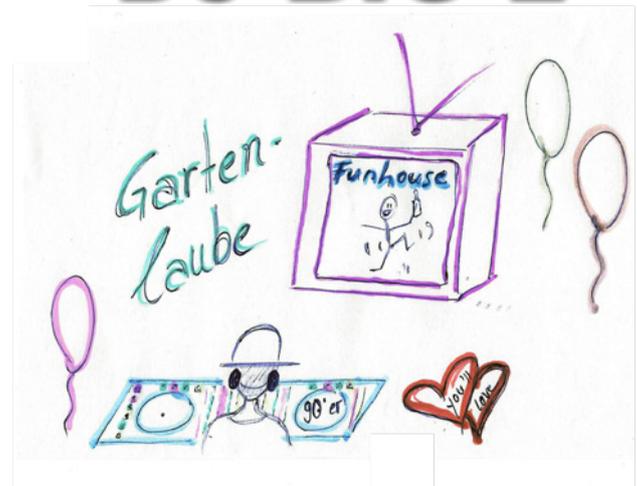
Kaiserstraße 2 // Heilbronn // Tel. 07131-5946910 // [heilbronn@burgerheart.com](mailto:heilbronn@burgerheart.com)  
Check [www.burgerheart.com](http://www.burgerheart.com) oder folge uns auf Facebook & Instagram!

**DIGI NIGHTS**  
connecting nightlife



# LAUBE.HN

## DJ BIG L



Sehen auf was getanzt wird...

**90er - VideoDJing**

**Sa.18.11.17**

# DIE ENCHILADA-WOCHE

## MONTAGS // CAIPI MONDAY

Alle Caipis zum Happy Hour Preis - den ganzen Abend lang!

## DIENSTAGS // GAMBAS ESPECIAL

1kg Riesengarnelen - mit frischem Salat und knusprigem Knoblauchbrot für 2 Personen nur 28,-!

## MITTWOCHS // LADIES NIGHT

Alle Cocktails für alle Ladies zum Special Preis - all night long!

## DONNERSTAGS // FAJITAS DAY

Fajitas mit verschiedenen Dips, Salat & Tortillas zum Selbstbefüllen - zum Specialpreis von 12,90!

## JEDEN LETZTEN SONNTAG IM MONAT:

### MEXIKANISCHES DINNERBUFFET

#### ALL U CAN EAT

ab 18 Uhr 14,90 p.P.

(Kinder bis 6 Jahre frei, 6 - 12 Jahre 7,50)



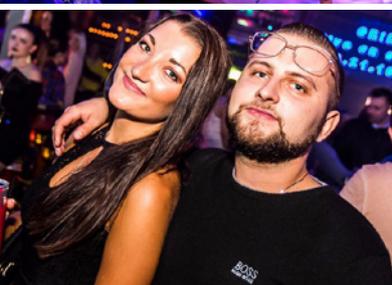
# GAMBAS ESPECIAL



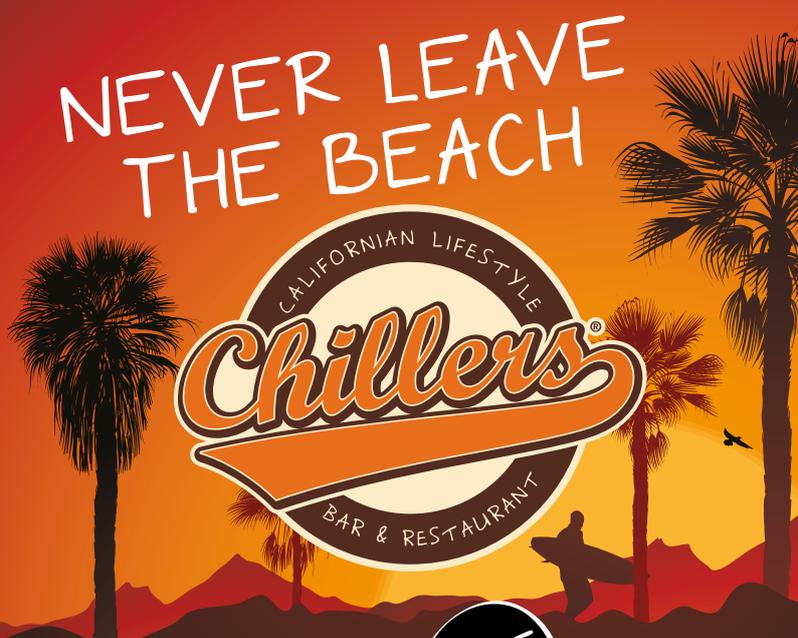
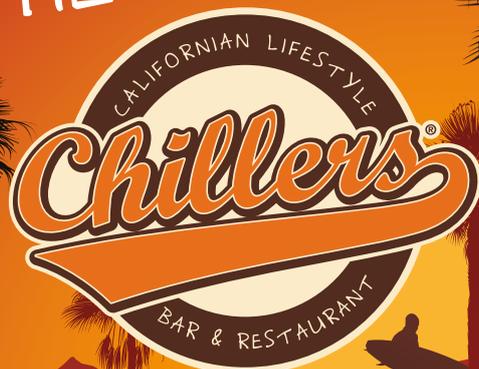
**1 KG RIESENGARNELEN FÜR ZWEI**  
IN DER PFANNE MIT KNOBLAUCHÖL  
GEBRATEN UND MIT EINEM SPRITZER  
WEIßWEIN ABGERUNDET. DAZU SERVIEREN  
WIR SALAT UND KNOBLAUCHBROT!  
**NUR 28,-\***

\* 1KG ROHGEWICHT VOR ZUBEREITUNG. NUR SOLANGE DER VORRAT REICHT.





# NEVER LEAVE THE BEACH



SCHULGASSE 5-7  
74072 HEILBRONN

Tel. 07131 4059737 **FREE WIFI**



**GUTSCHEIN**

Ein 0,3l Bier oder 0,3l  
Softgetränk deiner Wahl  
beim Kauf eines Burgers

Nicht kombinierbar mit anderen Rabattaktionen

Werde unser Facebook Freund!

ALLE INFOS AUF UNSERER WEBSITE: [WWW.CHILLERS-BARS.COM](http://WWW.CHILLERS-BARS.COM)





# SHISHARIA

HANDPICKED HOOKAH ACCESSORIES

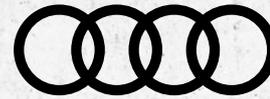
## WELCOME TO THE FUTURE OF SMOKING

- EXCLUSIVE HOOKAHS
- HANDPICKED ACCESSORIES
- TOBACCO FLAVOURS
- SELECTED E-CIGARETTES
- BLACKCOCO's COAL
- PREMIUM E-LIQUIDS

**SHISHARIA GMBH** | NECKARSULMER STR. 59 | 74076 HEILBRONN  
ÖFFNUNGSZEITEN: MO. - SA. 11:00 - 20:00 UHR  
TEL. +49 (0) 7131 - 133 59 - 20 | HELLO@SHISHARIA.DE  
WWW.SHISHARIA.DE



Audi Forum Neckarsulm



# After-Work meets Rockabilly



Der Kult lebt mit Boppin'B



**HNV-AKTIONSTAG:**

Sonntag, 12. Nov. 2017

Technik Museum Sinsheim & IMAX 3D Kino

Freier Eintritt bei Vorlage eines gültigen HNV-Fahrscheins.

Mehr unter:  
[www.h3nv.de](http://www.h3nv.de)

Do., 09.11.2017, 18:30 Uhr  
Audi Forum Neckarsulm

Kartenvorverkauf: Audi Forum Neckarsulm (07132 31-70110)  
und in allen Reservix-Vorverkaufsstellen ([www.reservix.de](http://www.reservix.de)).

Änderungen sind möglich. Weitere Informationen unter [www.audi.de/foren](http://www.audi.de/foren)



# OPTIKHAUS



WIR SUCHEN DICH  
in Vollzeit und/oder Teilzeit

Augenoptiker/in <

Auszubildende/r  
Augenoptiker/in

Augenoptikermeister/in <

**Bewirb dich jetzt!**

#### OPTIKHAUS FLEIN

Heilbronner Straße 20  
74223 Flein  
Fon 07131 2798177  
Fax 07131 2798175  
flein@optikhaus.hn

#### ÖFFNUNGSZEITEN

Mo., Di., Mi., Fr.:  
9.00 - 18.30 Uhr  
Do.: 9.00 - 19.00 Uhr  
Sa.: 9.30 - 14.00 Uhr

#### OPTIKHAUS LEINGARTEN

Eppinger Straße 2  
74211 Leingarten  
Fon 07131 4051040  
leingarten@optikhaus.hn

#### ÖFFNUNGSZEITEN

Mo., Di., Do., Fr.:  
9.00 - 12.30 & 13.30 - 18.30 Uhr  
Sa.: 9.00 - 14.00 Uhr  
Mi.: Ruhetag (geschlossen)

[www.optikhaus.hn](http://www.optikhaus.hn)

## IMPRESSUM / CLUBGUIDE

**PHONK. Der Reporter**  
Rieslingstraße 16  
D-74074 Heilbronn

Fon 0 71 31 / 20 33 842  
Fax 0 71 31 / 20 33 843  
info@phonk-magazin.de  
www.phonk-magazin.de

**Inhaber (ViSdP)**  
Saban Camili

**Konzeption & Grafik**  
Marijan Marić (MM)

**Redaktionsleitung**  
Florian Deckert (FD)

**Redaktion**  
Sina Böhringer (SB)  
Antonia Briol (AB)  
Sarah Millan (SM)  
Katrin Schelle (KS)  
Anna Martin (AM)  
Ramona Krauss (RK)  
redaktion@phonk-magazin.de

**Anzeigenleitung**  
Saban Camili  
info@phonk-magazin.de

Erscheinungsweise: zum 1. jeden Monats  
Verteilung: Großraum Heilbronn,  
Ludwigsburg, Sinsheim, Mosbach,  
Öhringen,...

Preis: kostenlos | Auflage: 10.000

*Die Verwendung von Inhalten ist nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages gestattet. Urheberrechte für Artikel, Fotos usw. bleiben beim Verlag. Aus redaktionellen Gründen können leserverfasste Beiträge sinngemäß gekürzt oder abgeändert werden. Für die Richtigkeit und Vollständigkeit veröffentlichter Artikel übernimmt der Verlag keine Gewähr. Die Veröffentlichung unverlangt zugesandter Artikel kann der Verlag nicht garantieren. Mit der Zusendung der Unterlagen überträgt der Reporter dem Verlag das Veröffentlichungsrecht. Haftung hinsichtlich der Anzeigeninhalte wird nicht übernommen. Angaben ohne Gewähr.*

## Clubguide Heilbronn

Barococo Nightclub | Schulgasse 1 | 74072 Heilbronn | www.barococo-nightclub.de

Bukowski Live | Hafenstr. 36 | 74076 Heilbronn | www.bukowski-live.de

Creme 21 - Der Club | Lichtenberger Str. 17  
74076 Heilbronn | www.creme21derclub.de

Ebene 3 | Berliner Platz 12 | 74072 Heilbronn  
www.ebene-3.de

Gartenlaube Heilbronn | Viehweide 13 |  
74080 Heilbronn | www.gartenlaube.com

Green Door | Charlottenstr. 190 | 74074 Heilbronn | www.green-door.de

Club Kaiser Skybar | Gottlieb-Daimler-Str.  
9d | 74076 Heilbronn | www.clubkaiser.de

La Boom | Daimlerstr. 67 | 74211 Leingarten  
www.diskotheek-laboom.de

Malinki Club | Raiffeisenstr. 43 | 74906 Bad Rappenau | www.malinkiclub.de

Mobilat Club | Salzstr. 27 | 74076 Heilbronn  
www.mobilat-club.de

Musikpark Heilbronn | Gottlieb-Daimler-Str.  
9d | 74076 Heilbronn  
www.musikparkheilbronn.de

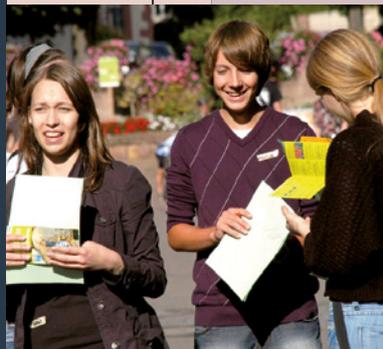
The Rooms Club | Etzelstr. 38 | 74076 Heilbronn | www.roomsclub.de

Romy S. | Lange Str. 7 | 70173 Stuttgart  
www.romy-s.de

## Bildungszentrum Heilbronn Sozialwissenschaftliches Gymnasium

www.kolping-  
bildungswerk.de

# Alles erreichen mit **Abitur**



**Infoabend:**  
**30. November 2017**  
**um 19:00 Uhr**

**Wir beraten Sie gerne.**

Kolping-Bildungszentrum Heilbronn  
Sozialwissenschaftliches Gymnasium  
Kilianstr.11 | 74072 Heilbronn | Tel. 07131 88864-80

# PEARLS AND GIN

Von uns, für Euch!

Unser sanfter und frischer handgemachter Gin besticht durch seine fruchtigen Noten von Feigen und Himbeeren.

The Perfect Serve:  
5 cl **PEARLS AND GIN**  
auf Eis, vier bis fünf Himbeeren  
und eine Zitronenzeste  
dazu ein Premiumtonic.

Genießt unseren Gin bei uns  
im **PEARLS AND DIAMOND**  
oder nehmt Euch direkt bei uns  
eine Flasche für zu Hause mit.

**Gintastic, cheers!**



[www.pearls-diamond.de](http://www.pearls-diamond.de)  
[www.shop.pearls-diamond.de](http://www.shop.pearls-diamond.de)

Pearls and Diamond  
Bahnhofstraße 31 in Heilbronn