



GAST & RAST

Die heimliche Hauptstadt Polens Willkommen in Krakau

Bei Gast & Rast zeigen wir gerne auch Insider, die nicht auf der üblichen Urlaubsrouten stehen. Auf eine Rundreise durch Polen empfehlen wir in diesem Monat die polnische Stadt Krakau, die mit ihrer prächtigen Historie aufwartet.

mehr ab S. 3

Inhalt

IM BLICKPUNKT

Krakau, die heimliche Hauptstadt Polens

3

TOURISMUS

ITB feiert 60-Jähriges – Eine Nachlese

5

HOTELLERIE

Reisen zu Schlosshotels und Herrenhäusern

7

In Diskretion & Sterneküche: Das Parkhotel Egerner Höfe am Tegernsee

8

GASTRONOMIE

Weine entdecken direkt beim Winzer

9

Spargelhof Kremmen serviert wieder frischen Spargel

10

ON TOUR

Breslau, die Stadt auf den zwölf Inseln

11

Reisetipp: Limburg an der Lahn

14

KULTUR

Bunburysieren für Anfänger und Fortgeschrittene

16

Saisonbeginn im Filmpark Babelsberg

17

„Behind the Music“ im Allgäu: Herbert Knaup und die Impulso Tenors

18

Impressum

Herausgeber:

Gast & Rast – Magazin für Tourismus, Hotellerie und Gastronomie, ein Unternehmen aus Berlin
Otternweg 4, 13465 Berlin

Redaktionsleitung:

Frank Pfuhl

Vi.S.d.P:

Frank Pfuhl

Redaktion Berlin:

Frank Pfuhl

Telefon:

+49 30 401 097 84

Redaktion Dresden:

Stephan Trutschler

Telefon:

+49 351 795 979 00

E-Mail:

info@gastundrast.com

Titelfoto:

Max Patzig

Konzept, Gestaltung,

Satz:

meeco Communication Services GmbH, Dresden

Vertrieb:

E-Paper an Brancheninteressierte (Tourismus, Hotellerie, Gastronomie) in Deutschland

Krakau, die heimliche Hauptstadt Polens

Wenn Leute nach Polen reisen wollen, denken sie meist zuerst an Warschau oder die verschiedenen Orte an der Ostsee. Doch mit Krakau lockt eine echte Reise-Perle. Warum sich ein Besuch lohnt.

Warschau, Danzig, Breslau, Lodz, Stettin – wer an Polen denkt, hat oft diese Städte im Sinn. Doch im Süden des Landes, rund 250 Kilometer von der Hauptstadt Warschau entfernt, liegt mit Krakau eine Stadt, die reich an Geschichte ist und eines der schönsten Stadtzentren in Europa bietet. Bis 1596 war Krakau die Hauptstadt des Königreichs Polen, jetzt ist sie mit ihren über 800.000 Einwohnern immer noch die zweitgrößte Stadt unseres östlichen

Nachbarlandes. Davon merkt man allerdings recht wenig, wenn man durch die prächtige Altstadt schlendert. Sie gleicht einer Stadt in der Stadt. An den weitgehend autofreien Straßen stehen Jahrhunderte alte Häuser, die auch heute noch zeigen, wie das Leben damals war. Alle paar Kreuzungen finden sich sympathische kleine Kirchen, die teils dicht an dicht zwischen den Wohngebäuden stehen. Der zentrale Platz Rynek Główny

ist Dreh- und Angelpunkt in der Altstadt. Er bietet Orientierung und ist selbst für Einheimische die Anlaufstelle, wenn sie Spezialitäten kaufen oder gut essen gehen wollen. In der Mitte des Platzes steht nämlich die große Markthalle. Dort gibt es Süßwaren, Tücher, Deko-Artikel sowie Taschen und Schmuck. Um die „Krakauer Tuchhallen“ herum, so der Name der historischen Markthalle, befinden sich gute Restaurants mit großzügigen Terrassen, die sogar in der kalten Jahreszeit rege genutzt werden, da sie beheizt werden. Von dort haben Besucher der Stadt auch eine wunderbare Sicht auf die Türme der Marienkirche. Jede volle Stunde ertönt da nicht der Gong der Glocken, sondern ein Trompeter spielt eine Melodie. Das macht er durch verschiedene Fenster in drei Himmelsrichtungen, sodass man von jeder Stelle des Platzes eine gute Sicht auf ihn hat – und so auch von überall wunderbar hört, was er spielt.

Kleine Kirchen gibt es in der Altstadt viele.



Am Rande der Altstadt, direkt am Ufer der Weichsel, wartet das Wawel-Schloss. Es war ab dem Jahr 1040 der Sitz der Könige. Jetzt ist es ein UNESCO-Weltkulturerbe. Auf dem gar nicht mal so großen Kalkhügel „Wawel“ befindet sich neben dem Schloss auch ein Dom (hier liegt übrigens August der Starke begraben – allerdings kann man seinen Sarg nicht besichtigen) und andere historische Gebäude aus verschiedenen Stilepochen, etwa der Gotik, Romantik und Barock. Durch den Hügel ziehen sich spektakuläre Höhlen. Einer Legende nach soll dort einmal ein Drache gelebt haben. Ein Ritter namens Krak habe diesen erlegt, sodass dort eine Stadt gegründet werden konnte – das heutige Krakau. Die Bauten kann man von außen kostenfrei ansehen, für weitere Besichtigungen werden (angemessene) Eintrittsgelder verlangt.

Wer von der Altstadt aus zum Wawel läuft, kann in gleicher Richtung die Weichsel überqueren und gelangt dann in das jüdische Viertel. Bis um das Jahr 1800 war Kazimierz eine eigenständige Stadt, seitdem gehört es zu Krakau. Während der Pogrome in den 1490er Jahren in Warschau fanden viele Juden im Osten Kazimierz' Unterschlupf. Die Gegend entwickelte sich zum Zentrum der polnischen Juden, nach einiger Zeit kamen sie sogar aus Böhmen, Deutschland oder auch Italien dahin, um

Schutz zu finden. In den 1930er Jahren lebten etwa 64.000 jüdische Menschen in Krakau, die meisten von ihnen in Kazimiers. Sie machten in der Summe ein Viertel der Stadtgesellschaft aus. Doch fast alle von ihnen wurden vom NS-Regime ermordet. Nach und nach siedelten sich Juden erneut an. So gibt es noch heute zahlreiche große Synagogen in dem Viertel zu sehen. Auch die Emaillewarenfabrik von Oskar Schindler, der durch Zwangsbeschäftigung über 1.000 Juden vor der Deportation bewahrte, kann besichtigt werden. Nach Steven Spielbergs Film „Schindlers Liste“ aus dem Jahr 1993 erlebte das Viertel einen Aufschwung. Inzwischen gibt es viele jüdische Lokale und Geschäfte sowie einige Museen, die über die düstere Zeit Krakaus informieren. Auf dem zentralen Plac Nowy gibt es jetzt gutes Streetfood und Flohmärkte. Einmal im Jahr findet in dem Viertel ein jüdisches Kulturfestival statt. Einen etwa einstündigen Fußmarsch entfernt von der Altstadt liegt der Kosciuszko-Hügel im Westen Krakaus. Er wurde künstlich aufgeschüttet und einem polnisch-amerikanischen Kriegshelden gewidmet, der unter anderem gegen die Aufteilung Polens unter Russland, Preußen und Österreich gekämpft hat. Von dem Hügel aus kann man wunderbar die Stadt überblicken. Bei gutem Wetter soll man

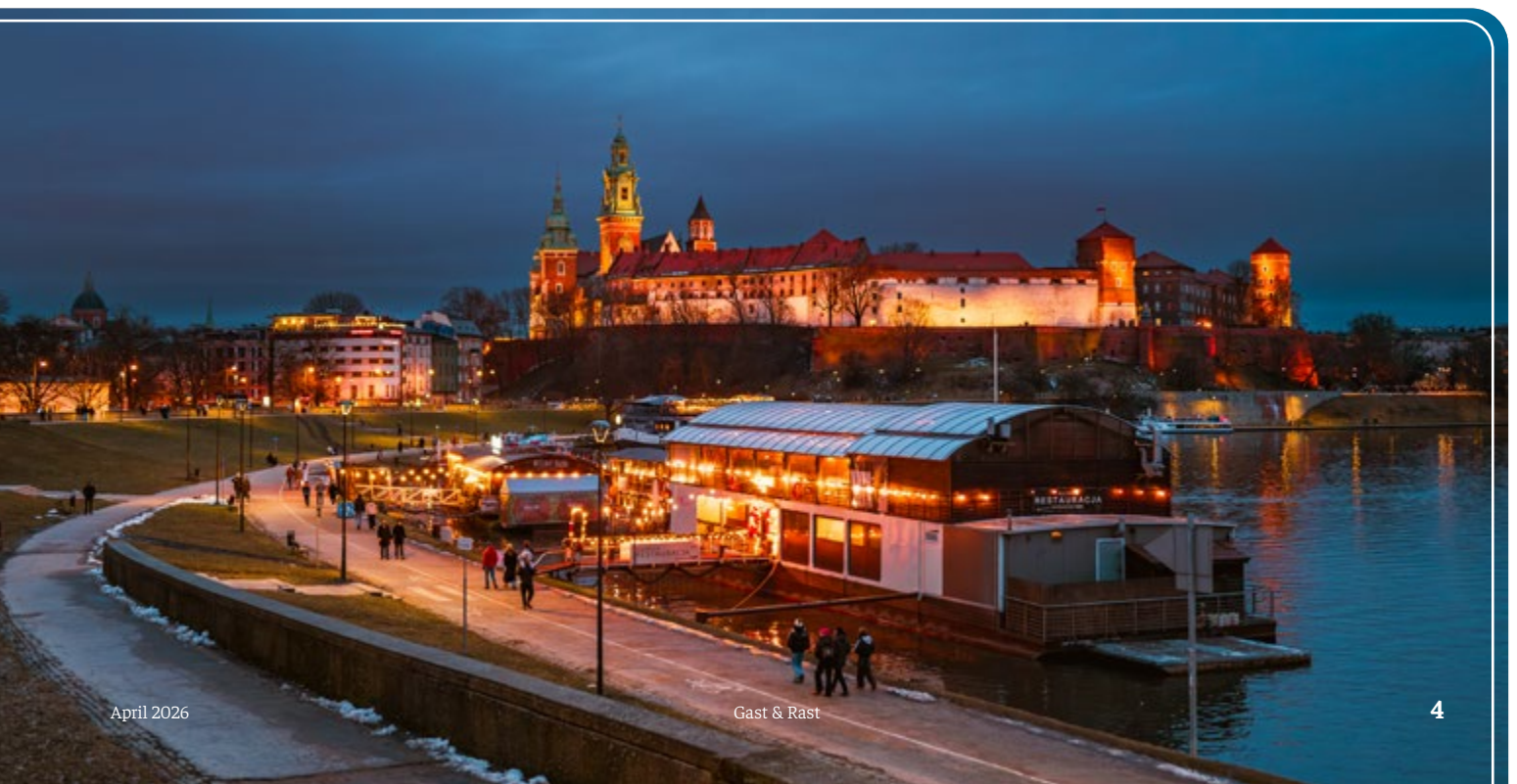


Der aufgeschüttete Hügel wurde dem Kriegshelden Kosciuszko gewidmet.

sogar bis ins Tatra-Gebirge sehen können. Ein Museum im ehemaligen Verteidigungswall des 34 Meter hohen Hügels informiert detailliert über die Kämpfe Polens und Tadeusz Kosciuszkos. Zwischen dem Museum und dem Hügel liegt ein Café, in dem man sich stärken kann.

Anreise-Tipp: Direktflüge gibt es von Frankfurt (Main), München und Düsseldorf. Genauso entspannt geht es mit den polnischen Eurocity-Zügen, die ab Berlin und Frankfurt (Oder) beziehungsweise Leipzig, Riesa und Elsterwerda nach Krakau fahren. Die Pünktlichkeit des polnischen Bahnbetreibers PKP ist hervorragend. Tickets werden ab 20 Euro verkauft.

Text | Fotos: Max Patzig



ITB feiert 60-Jähriges – Eine Nachlese

Die Weltleitmesse für den touristischen Bereich lockte wieder nach Berlin: Insgesamt präsentierten sich auf der ITB 5.601 Aussteller aus 166 Ländern.

Auch wenn die ITB in diesem Jahr wieder über fast 100.000 Fachbesucher begrüßen durfte, gab es doch auch einige, die sich darüber nicht so richtig freuen konnten: Die Berliner. Ja, die Hotels waren wieder gebucht, auch wenn teilweise Mondpreise die Aufenthalte an den Rand des Bezahlbaren rückten. Und ja, die Gäste ließen auch in den Restaurants der Stadt ordentlich Geld und sorgten auch hier für ordentlich Umsatz. Aber: vielen Berlinern fehlt ihre „eigene“ Reisemesse immer noch. Bis zur Corona-Pandemie konnten die Fachbesucher sich von Mittwoch bis Freitag austoben und am Wochenende durften die Berliner ihre Messe ausgiebig studieren. Bundesländer wie Sachsen hatten fast ganze Hallen für ihre Tourismusangebote angemietet und wollten so die Bewohner der Bundeshauptstadt und Umgebung animieren, ihren Urlaub entsprechend dort zu verbringen. Danach versuchten andere Messen, sich in Berlin zu etablieren – scheiterten allerdings. Jedes Jahr hofft man erneut, die Messe würde sich – zumindest an zwei Tagen – wieder der Gesamtbevölkerung öffnen. Der legendäre DeLorean aus dem Kultfilm „Zurück in die

Zukunft“ im Eingangsbereich könnte ein Zeichen ein oder auch nur Werbung für ein gleichnamiges Musical in Hamburg. Fraglich war in diesem Jahr die Aussage, dass die Messe ausgebucht sei. Dabei waren einige Hallen komplett geschlossen und in anderen wurden mobile Wände eingebaut. Insgesamt präsentierten sich auf der ITB Berlin 5.601 Aussteller aus 166 Ländern. An den drei Fachbesuchertagen nutzten fast 100.000 Besucher aus aller Welt die Messe, um intensive Gespräche zu führen, Netzwerke zu pflegen und Geschäftsbeziehungen voranzubringen.

Trotz der teilweise eingeschränkten Flugverbindungen, nicht nur wegen des Iran-Krieges, konnte man Stände aus aller Welt besuchen. Spannend dabei wieder der der Ukraine: Trotz des russischen Angriffskrieges setzt man dort auch auf Tourismus, jetzt und vorsorglich auch schon mal für die Zeit danach. Ganz auf deutsche Besucher ausgerichtet zeichnete sich auch der Stand von Syrien, der zu einer Reise in dieses Land einlädt. Richtig gelesen. Jetzt. Da stellt sich manchem Messebesucher die Frage: „Ist denn da nicht Krieg? Haben wir in Deutschland nicht Hunderttausend-



TOURISMUS

de Syrer, die geflohen sind? Und jetzt soll man dort Urlaub machen (können)?“ Ganz anders der Stand von Israel: Außer den Messebauern, die wieder einen großartigen Stand bauten, scheint er verwaist – bis auf Security-Mitarbeiter, die aufpassten, dass niemand den Stand betritt.

Auch die Presseevents werden immer weniger. Sri Lanka hielt als eines der wenigen Länder die Fahne hoch und lud wieder zur Pressekonferenz, während andere Länder und vor allem auch Regionen in Deutschland und Europa immer weniger unternehmen. Da die Medienvertreter dennoch vor Ort sind und sich organisieren, haben die Anbieter von Presseterminen die Chance, dass auch eher „kleine“ Themen ein eher „großes“ Presseecho hervorrufen. Klare Aufgabe fürs nächste Jahr: Aussteller, kümmert euch um die Medienleute und gebt ihnen Futter! „Zurück in die Zukunft“ könnte die ITB für viele wieder etwas aufwerten!

Text | Fotos: Peter Dyroff



Polnische Spitzenköche ließen ganze Menüs verkosten

ANZEIGE



communication
services and solutions

PAPAGEIEN PRINZIP

**Ihre Botschaft –
gehört, gesehen, gemerkt!**

Erfolgreiche Kommunikation
braucht Klarheit und
Wiedererkennung.
Mit der richtigen Strategie
bleibt Ihre Marke im Kopf –
stark, einprägsam,
unverwechselbar.



Reisen zu Schlosshotels und Herrenhäusern

Schlosshotel Kronberg im Taunus

Wo einst Adelige residierten, öffnen heute prächtige Schlosshotels und stilvolle, moderne Herrenhäuser ihre Tore und verwandeln den Aufenthalt in ein unvergessliches Erlebnis.

Ein Schlosshotel ist ein Erlebnis. In prunkvollen Sälen, von weitläufigen Parkanlagen umgeben, mit knisternden Kaminen und eleganten Zimmern tauchen Gäste in eine Welt ein, die man sonst nur aus Filmen kennt. Diese historischen Anwesen wurden liebevoll restauriert und vereinen majestätische Architektur mit modernem Komfort. Geschichte wird in jedem Gewölbe und Treppenaufgang erlebbar. Hinzu kommen erstklassiger Service, erlesene Küche und oft ein luxuriöser Spa-Bereich. In Deutschland locken Schlösser zwischen Rhein und Elbe, in Österreich verbergen sich elegante Herrenhäuser inmitten al-

piner Landschaften, in Frankreichs Loire-Tälern reihen sich prächtige Chateaus aneinander und in Polen begeistert das Hirschberger Tal mit der höchsten Schloßserdichte Europas. Wer es mystisch mag, findet in den schottischen Highlands unvergessliche Anwesen. Jedes der Häuser hat seinen eigenen Charakter, von prachtvoll über romantisch bis geheimnisvoll. Schlosshotels sprechen Reisende an, die Romantik, Kultur und Genuss suchen. Ob als Paar auf Wochenendreise, als Familie oder als Genießer, der die Ruhe schätzt. Auch für Hochzeiten bieten Herrenhäuser und Schlösser den perfekten Rahmen.

Wer dabei Wert auf persönliche Beratung und ausgewählte Reiseziele legt, ist bei spezialisierten Reiseveranstaltern bestens aufgehoben. Mit über 35 Jahren Erfahrung und dem Anspruch, Urlaubsträume zu verwirklichen, begleitet SCHÖNE-REISEN aus Dresden und Freital seine Gäste von der ersten Beratung bis zur Rückkehr nach Hause. Empfehlungen gibt es online oder direkt in einer der sieben Filialen.

Text: Dr. Sandra Wirth | Foto: PR

Mehr Informationen unter:

www.schoene-reisen.de/schlosshotel

ANZEIGE

Finde dein Traumhotel

Riesige Hotelauswahl mit Preisvergleich



Neue Hotel-Buchungsseite mit größerer Auswahl als Booking und Expedia. Made in Sachsen.



HOTELLERIE

In Diskretion & Sterneküche: Das Parkhotel Egerner Höfe am Tegernsee

Am Rand von Rottach-Egern, wenige Minuten vom Tegernsee entfernt, liegt das Parkhotel Egerner Höfe wie ein Rückzugsort für jene, die das Offensichtliche längst hinter sich gelassen haben. Mehrere Gebäude gruppieren sich um Gärten, Wege und Innenhöfe.

Es sind nicht die großen Gesten, mit denen sich dieses Haus inszeniert. Keine laute Architektur, kein demonstrativer Luxus. Stattdessen: Zurückhaltung, Präzision. Und eine fast altmodisch anmutende Vorstellung von Gastlichkeit, die man in dieser Konsequenz nur noch selten findet.

Ein Haus der leisen Töne

Wer hier eincheckt, betritt keinen klassischen Empfangsraum, sondern wird beinahe beiläufig in eine Welt eingeführt, die sich erst nach und nach erschließt. Materialien, Licht, Proportionen – alles ist durchdacht. Die Zimmer und Suiten folgen dieser Haltung: großzügig, ruhig, mit klarer Linienführung und einem Gespür für Details, das man eher aus privaten Residenzen kennt. Der Luxus des Hauses definiert sich nicht über Sichtbarkeit, sondern über Selbstverständlichkeit. Nichts wirkt inszeniert und genau darin liegt der Unterschied zu anderen Fünf-Sterne-Hotels.

Kulinarik als Herzstück

Seine eigentliche Strahlkraft entfaltet das Parkhotel jedoch am Abend. Denn mit

dem Restaurant „Dichter“ beherbergt das Haus eine der spannendsten kulinarischen Adressen der Region. Unter der Leitung von Thomas Kellermann entstehen hier Gerichte, die klassische Produktküche mit moderner Präzision verbinden. Kellermann kocht unaufgeregt, beinahe leise – und gerade deshalb so eindrucksvoll. Seine Menüs verzichten auf Effekthascherei und setzen stattdessen auf Klarheit, Balance und Tiefe. Produkte stehen im Mittelpunkt, Zubereitung und Komposition folgen einer präzisen Logik. Das Ergebnis ist eine Küche, die nicht überwältigen will, sondern überzeugt. Der Gastraum selbst bleibt dieser Linie treu: reduziert, elegant, konzentriert auf das Wesentliche.

Tegernsee, neu gedacht

Der Tegernsee ist seit jeher Projektionsfläche für bayerische Lebensart, für Rückzug und Repräsentation gleichermaßen. Viele Häuser spielen diese Klaviatur laut und sichtbar. Die Egerner Höfe interpretieren die Region nicht über Folklore, sondern über Haltung. Der Bezug zur Umgebung ist spürbar, aber nie plakativ. Holz, Stein



und Farben verweisen auf die alpine Herkunft, ohne sich in Klischees zu verlieren. So entsteht auch für Gäste, die den Tegernsee bereits kennen, Neues.

Rückzug mit Anspruch

Auch jenseits der Kulinarik bleibt das Haus konsequent. Der Spa-Bereich folgt derselben Philosophie wie die Architektur: ein ruhiger Ort der Entschleunigung.

Fazit

Das Parkhotel Egerner Höfe versucht nicht, alles zu sein. Es will nicht gefallen um jeden Preis. Stattdessen setzt es auf eine klare Idee von Gastlichkeit – und zieht genau damit ein Publikum an, das genau das sucht und bleibt gerade deshalb im Gedächtnis.

Text: Götz A. Primke | Fotos: Parkhotel Egerner Höfe / PR

Weine entdecken direkt beim Winzer

Am 18. und 19. April kommt die Weinmesse „Baden-Württemberg Classics“ zum 13. Mal nach Dresden. Auch sächsische Winzer sind dabei, deren Weine natürlich verkostigt werden dürfen.

Wein probieren direkt beim Winzer – das kann man am 18. und 19. April wieder geballt in Dresden erleben. Dann findet dort die 13. Weinmesse „Baden-Württemberg Classics“ statt. Fast 40 Weingüter und renommierte Winzergenossenschaften aus Baden und Württemberg sind im Internationalen Congress Center Dresden zu Gast und haben rund 600 Weine, Sekte und Edelbrände dabei. In einer Sonderpräsentation stellen sich auch sächsische Weinbaubetriebe vor: das Weingut Lehmann aus Diesbar-Seußlitz und die Weinmanufaktur GmbH aus Meißen. Jeweils von 11 Uhr bis 18 Uhr kann man mit den Ausstellern über das Naturprodukt Wein, über Rebsorten, Boden und Klima ins Gespräch kommen, die Weine probieren und bestellen. Ob zum Spargelessen oder für die Sommerparty – die Aussteller haben viele Empfehlungen parat und spezielle Messeangebote kalkuliert. Dazu zählt eine spannende Auswahl an Weinen und Sekten ohne Alkohol. Begleitend kann man an geführten Winewalks über die Messe

teilnehmen. Touristische Highlights gibt es bei den Weinerlebnisführern aus Württemberg, an den Ständen der Stadt Mühlheim im Markgräflerland und von „Augustus Tours“ aus Dresden. Tickets gibt es für 20 Euro bei Eventim sowie vor Ort, die Verkostung der Weine ist inklusive.

Text: Sabine Mutschke | Fotos: Anke Wolten-Thom

Mehr Infos zur Veranstaltung:

www.bwclassics.de



Spargelhof Kremmen serviert wieder frischen Spargel

Die Spargelsaison 2026 ist eröffnet. Die Liebhaber des köstlichen Spargels können ab sofort wieder im Spargelhof Kremmen das Gericht der Könige tafeln. Schon die Römer haben sich am Spargel erfreut. Spargel war einst nur der Oberklasse vorbehalten ob seines hohen Preisniveaus.

Die Portion Spargel mit Petersilienkartoffeln und Sauce Hollandaise ist im Spargelhof Kremmen schon für 19,50 Euro erhältlich. Jede Portion Spargel kann der Gast auch mit Rührei, mit gekochtem oder geräucherten Schinken, mit Hähnchenbrust, mit Schnitzel vom Landschwein oder mit Lachsfilet bestellen. Ab dem 9. April bis einschließlich 25. Juni findet jeden Dienstag und Donnerstag ganztätig das SPARGEL-SATT-BUFFET statt. Der Gast zahlt 32,90 Euro und darf den ganzen Tag lang Spargel schlemmen. Jeden Freitag bietet der Spargelhof Kremmen während der Grünspargelernte „STEAK FRITES“ an. Man zahlt dafür ebenfalls 32,90 Euro.

Björn Wendlandt ist im Spargelhof Kremmen sowohl als Gastronomischer Leiter als auch als Weinsommelier tätig. Er gibt folgende Tipps für erwachsene Gäste: „Bleichspargel gilt als sehr zart und delikat. Dazu rate ich zu einem Silvaner aus dem Frankenland. Der Silvaner stammt vom Weingut Hans Wirsching. Wir bieten diesen Wein, was sehr selten ist, in

der 3-Liter-Flasche an. Der Frankenwein zeichnet sich durch eine sehr gute Säure aus. Man muss auch auf die hohe Mineralität hinweisen, die diesen Wein auszeichnet. Alte und junge Reben sind gut gemischt. Natürlich bieten wir den Wein aus dem Weingut Hans Wirsching auch in der 0,75-Literflasche an“.

Beim Spargel mit Hähnchenbrust empfiehlt der Weinsommelier, einen Riesling aus Frankreich zu bestellen. Der Riesling „Grand Cru Ollwiller“ ist „sehr ausgeglichen und offeriert einen Geschmack mit einer wunderschönen Länge. Der Weinkenner spürt sofort, dieser Riesling lagerte in einem Holzfass“. Für Freunde des Spargels mit Fleisch vom Landschwein rät Björn Wendlandt zum klassischen Bier. Der Gast, der den Spargel mit Fisch bevorzugt, sollte den „Picpoul de Pinet vom Weingut Hugues de Beauvignac aus Frankreich bestellen. Aromen von weißer Blüte, verbunden mit einer süßen Fruchtnote und einem Hauch Fenchel zeichnen diesen edlen Wein aus“. Für Freunde des



Wein ALZA Le Rosé aus den Vogesen

„STEAK FRITES“ rät er zu „ALZA Le Rose. Der Roséwein aus dem Elsass steht für saftige Beeren. Sie verschmelzen zu einer sehr erfrischenden Note und kreieren ein fruchtig belebendes Aroma. Das Anbaubiet von ALZA Le Rosé in den Vogesen bietet ein einzigartiges Klima. Heiße Sommer und kalte Wintertage verleihen dem Le Rosé seinen faszinierenden Geschmack“ ...

Text: Volker Neef | Foto: Frank Pfuhl



DER ARTIKEL GEHT NOCH WEITER!
GRATIS AUF GASTUNDRASST.COM

WEITERLESEN

Mehr Infos zur Location unter:

spargelhof-kremmen.de

Breslau, die Stadt auf den zwölf Inseln

Breslau, Hauptstadt der Woiwodschaft Niederschlesien und Kulturhauptstadt Europas des Jahres 2016, wird von manchen Touristikern als das Venedig an der Oder gerühmt, denn sie erstreckt sich über zwölf Inseln, die durch insgesamt 112 Brücken verbunden sind.

Der Alte Marktplatz –
das Schmuckstück von Breslau

Alle Wege in Breslau führen zum mittelalterlichen Marktplatz Rynek, schlicht als „Der Ring“ bezeichnet. Mit seinen Maßen von 205 mal 175 Metern ist er einer der größten in Europa. Die Besucher werden hier zu einer wunderschönen architektonischen Rundreise eingeladen. Sie beginnt bei den farbenfrohen Giebelhäusern rund um den Markt, den vielen imposanten Kirchen in Backsteingotik und führt über prunkvolle Barockbauten bis zu eleganten klassizistischen Gebäuden.

Einen Höhepunkt stellt zweifellos mitten auf dem Marktplatz das Alte Rathaus dar, das bis heute mit seiner Kunst der Steinmetze Glanz und Reichtum der mittelalterlichen Handelsstadt ausstrahlt. An seinem Schmuckgiebel an der Südostseite fällt eine astronomische Uhr ins Auge, auf der eine Sonnenkugel mit goldenem Finger die Uhrzeit anzeigt.

Das Alte Rathaus auf dem Marktplatz Rynek

Eine der ältesten Bierschenken Europas
Das Alte Rathaus hat noch eine Sehenswürdigkeit zu bieten, die der Besucher sogar ganzjährig verkosten kann – den berühmten Schweidnitzer Keller, Piwnica Świdnicka. Die Bierstube gibt es seit mehr als 750 (!) Jahren – Handelsleute waren seit jeher durstig – und avanciert damit zu einer der ältesten Bierschenken in Europa. Seit dem Jahr 2022 wird hier auch vor Ort in den Kellerräumen gebraut, übrigens

fast nur für den eigenen Bedarf. Der Gast kann unter einem Dutzend edelster Kreationen auswählen. Wer kennt schon die historische Biersorte Defenstracja, ein in Eichenfässern gereiftes Dunkelweizenbier, oder das Lagerbier Kruk mit einem tiefen Aroma von Kaffee, dunkler Schokolade und Vollkornbrot.

Selbstverständlich wird hier eine der Spezialitäten von Breslau serviert – frisch zubereitete Piroggen mit verschiedenen





Füllungen, klassisch mit Quark oder auch weihnachtlich mit Gänsefleisch. Als Vorspeise bietet sich die schlesische Suppe Zurek an, eine saure Mehlsuppe mit Weißwurst und Ei.

Viele Restaurants in Breslau machen Werbung mit ihrer regionalen Küche und betonen dabei, dass ihre Cuisine durch die Historie der Stadt inspiriert wurde. Dazu gehört das traditionelle „Restauracja Wroclawska“, seit 2025 mit einer Empfehlung im Michelin-Guide ausgestattet. Im Angebot ist eine Vielzahl von typisch schlesischen Gerichten, wie Bigos Wroclawski, ein Schmorgericht mit Rotkohl, Speck, Schweine- und Rindfleisch in einer Honig-Apfel-Rosinen-Rotweinsauce, serviert auf einem Baguette-Brot. Und als Dessert sollte man unbedingt eine Waffel mit frischen Früchten in einem der zahlreichen Cafes der Altstadt probieren.

Barocke Sinfonie in der Uni Breslau

Ein Spaziergang durch die Zeitgeschichte der Stadt muss unbedingt zum Hauptgebäude der Universität Breslau führen. Sie wurde Anfang des 18. Jahrhunderts als

Jesuitenkolleg gegründet und zog in die Räume der früheren königlichen Burg ein. Den Besucher erwartet eine unvergleichliche Pracht. Das beginnt bereits an dem blau-goldenen geschmückten Portal des Haupteingangs, auf dem die Insignien des Gründers der Universität Kaiser Leopold I. zu sehen sind – ein L und eine römische Eins – sowie der doppelköpfige Adler des Österreichisch-Habsburger Reiches.

Im Oratorium Marianum, einem Saal, der ursprünglich den Jesuiten als Kapelle zur Verehrung der heiligen Jungfrau Maria diente, beeindruckten die prachtvollen Fresken des Barockmalers Johann Christoph Handke. Zu Ende des Zweiten Weltkrieges wurde dieser Gebäudeteil völlig zerstört und die Fresken wurden erst im Jahr 2013 neu geschaffen, anhand von Farbfotografien aus dem Jahr 1944. Ihr Maler, der deutsche Künstler Christoph Wetzel, hat auch die Fresken in der Kuppel der Dresdner Frauenkirche ausgeführt.

Über die Kaisertreppe führt der Weg in den ersten Stock in die Aula Leopoldina. Vom Boden bis zur Decke ist hier eine barocke farbenfrohe Sinfonie zu erleben. In Wandporträts wird an die Gelehrten und Förderer der Uni erinnert. Hier werden bis heute akademische Feiern in alter Tradition durchgeführt, das Studienjahr eröffnet, Diplome und Promotionsurkunden übergeben und Ehrendoktorwürden verliehen. Johannes Brahms komponierte anlässlich der Verleihung der Ehrendoktorwürde an ihn im Jahr 1879 seine Akademische Fest-Ouvertüre, die mit den Klängen der Studentenhymne „Gaudeamus Igitur“ als majestätisches Finale schließt.

Bronzene Zwerge als Wahrzeichen

Sie sind an Gehwegen, Haus-Fassaden und sogar Laternenmasten zu entdecken und sind unangefochten die unübersehbaren Wahrzeichen der Stadt: die Krasnale, 20 bis 30 cm hohe bronzene Zwerge.

Ihr Ursprung geht auf ein Stück spannende Zeitgeschichte zurück. Als die damalige Regierung der Volksrepublik Polen von 1981 bis 1983 das Kriegsrecht ausrief, erwuchs ein breiter Widerstand, der sich mit skurrilen Zwergen-Graffitis und Demonstrationen in Zwergenkostümen in der Öffentlichkeit bemerkbar machte. Zwanzig Jahre später erinnerten Künstler an diese Zeit und setzten eine regelrechte Invasion der kleinen Kumpane in Gang.

Papa Zwerg war der erste seiner Art und wurde 2001 aufgestellt. Er ist etwas größer als die anderen und steht am Eingang der Altstadt auf einem Stein in Form eines überdimensionalen Daumens. Inzwischen gibt es über 1000 Zwerge und ständig kommen neue hinzu. Es scheint fast eine Modeerscheinung zu sein, dass sich die Verkaufsläden einen Zwerg vor die Tür stellen. So sitzt vor dem Juwelierladen ein Zwerg mit einem Diamantring, vor einem Bankgebäude tippt ein Zwerg auf seinem Computer, vor einem Hotel schläft ein Zwerg in einem kleinen Bettchen. Und vor dem 2015 eröffneten Nationalen Forum für Musik, dem größten Konzerthaus Polens, steht gleich ein ganzes Zwergenorchester.

Kathedrale auf der Dominsel

Ein beliebter Spazierweg führt aus der Altstadt an die Oder und hinüber zur Dominsel, Ostrow Tumski. Hier nahm die Stadt Breslau vor mehr als tausend Jahren ihren Anfang und hier erhebt sich auch die gewaltige Kathedrale St. Johannes der Täufer. Sie stammt in ihrer heutigen gotischen Form aus dem 13. und 14. Jahrhundert und erlebte viele An- und Umbauten. Nach schweren Zerstörungen im Zweiten Weltkrieg wurden im Jahr 1991 die Turmspitzen auf die nun knapp 100 Meter hohen Türme gesetzt.

Deckenfresko des Barockmalers Johann Christoph Handke in der Aula Leopoldina der Universität Breslau





Das blaue Audienzzimmer von Friedrich Wilhelm III. im Schloss von Breslau

Auf der Dominsel, die übrigens heute keine Insel mehr ist, stehen noch alle 102 Gaslaternen. Sie werden in der Dämmerung von einem Lampenanzünder in Betrieb gesetzt und im Morgengrauen wieder gelöscht. Ein Ausweg, wenn per Blackout in Europa der Strom für Straßenlampen abgeschaltet ist?

1000 Jahre Stadtgeschichte

Bei einem Bummel durch die Altstadt entdeckt der Besucher einen mit 19 Bronze-Plaketten gepflasterten Geschichtspfad mit den wichtigsten historischen Ereignissen für die Stadt. Er beginnt im Jahr 1000 mit der Errichtung des ersten Bistums, geht weiter über die Mongolen-Invasion, die Herrschaft Böhmens, der Habsburger und der Preußen bis zur Festung Breslau und der Solidarnosc-Bürgerbewegung der 80er Jahre. Der Weg ist eine passende Einführung zum Besuch des Museums im Stadtschloss mit der Ausstellung „1000 Lat Wroclawia“, 1000 Jahre Wroclaw.

Friedrich II. kaufte ein im Jahr 1719 errichtetes Palais und baute es zur Breslauer Residenz der Hohenzollern aus. Einige besonders geschichtsträchtige Räume des Schlosses wurden originalgetreu einge-

richtet. So der gelbe Salon, den der preußische König Friedrich Wilhelm III. im Jahr 1813 während des Befreiungskrieges gegen Napoleon als Arbeitszimmer nutzte. Hier proklamierte er die von seinen Generälen Scharnhorst und Gneisenau verfasste allgemeine Mobilmachung und hier wurde das russisch-preußische Bündnis besiegelt. Im blauen Audienzzimmer traf er sich mit dem russischen Zaren Alexander I. Auf dem Weg durch die Geschichte der Stadt im 20. Jahrhundert angelangt, wird die katastrophale Zerstörung von Breslau im Jahr 1945 dokumentiert wie auch der Beschluss der alliierten Siegermächte von Jalta über neue Grenzen in Osteuropa. Breslau wurde zu Wroclaw und erlebte als einzige Stadt einen fast vollständigen

Bevölkerungsaustausch. Bis ins Jahr 1947 wurde die deutsche Bevölkerung zwangsumgesiedelt, währenddessen Polen insbesondere aus den nun zur Sowjetunion gehörenden ukrainischen Gebieten hier ansässig wurden.

Denkmal des anonymen Passanten

Im letzten Raum der Ausstellung beeindruckt die Figurengruppe „Denkmal des anonymen Passanten“. Das Original des Denkmals befindet sich in Breslau an der Straßenkreuzung Swidnicka/ Pilsudskiego. Dargestellt sind insgesamt 14 lebensgroße Figuren, auf der einen Seite versinken sieben Passanten im Boden, darunter eine Frau mit Kinderwagen, auf der anderen Straßenseite tauchen sieben Personen wieder auf. Das Denkmal erinnert an die Zeit des Kriegsrechts in Polen, als massiv gegen die Opposition vorgegangen wurde und Menschen in den Untergrund gingen oder ganz „verschwanden“.

Die Ausstellung „1000 Jahre Wroclaw“ erzählt faktenreich ein Stück spannende Geschichte der Deutschen und Polen mit vielen den meisten Besuchern unbekannten Details, die viel mehr Nähe als Distanz beider Völker zeigen. In diesem Sinne ist allen deutschen Touristen auch ein Stück Bildungsurlaub in Breslau zu wünschen.

Text | Fotos: Ronald Keusch



DER ARTIKEL HAT IHNEN GEFALLEN?
MEHR GIBT ES AUF GASTUNDRAST.COM

MEHR LESEN

Blick auf die Dominsel mit Kreuzkirche (links) und Kathedrale



Reisetipp: Limburg an der Lahn

2012 erlangte Limburg traurige Berühmtheit durch den sogenannten „Protzbischof“ und dessen überteuerten Umbau des Bischofssitzes am Domberg. Dabei hat die Stadt auch ohne diesen Skandal viel zu bieten, vor allem historische Bausubstanz, so dass sich ein Besuch für Touristen definitiv anbietet.

Verkehrsgünstig gelegen an der Strecke von Köln nach Frankfurt, ist Limburg sowohl mit dem Auto als auch mit dem Zug hervorragend erreichbar. Zugegeben, der große ICE-Bahnhof wirkt mitten im Gewerbegebiet etwas verloren und erst einmal unfreundlich auf Touristen. Aber ein regelmäßiger Busverkehr bringt Reisende zuverlässig in die Altstadt, wo zahlreiche Hotels und Restaurants auf Gäste warten. Ein Wochenende sollte man sich schon nehmen für die Altstadt. Immerhin wollen mehr als 1.100 Jahre Stadtgeschichte erkundet werden. Und tatsächlich gibt es reichlich Zeugnisse aus den vergangenen Jahrhunderten zu bestaunen.

Den schönsten ersten Eindruck verschafft sich der geneigte Tourist von der alten Lahnbrücke mit ihrem markanten Brückenturm aus. Seit dem 13. Jahrhundert überspannt die Brücke die Lahn. Von hier aus sieht man den alles überragenden Dom, der auf einem Kalkfelsen hoch über

der Stadt thront. Dahinter versteckt sich die Burg Limburg. Das mächtige Bauwerk aus dem 13. Jahrhundert ist leider nicht zu besichtigen, aktuell finden hier Umbauarbeiten für das Stadtarchiv statt. Den Dom hingegen sollte man am besten im Rahmen einer Führung besuchen. Für eine Gebühr von drei Euro wurden wir zwei Stunden durch alle Winkel des Doms geführt und erfuhren Spannendes zur Geschichte des Kirchengebäudes und der Stadt, die

eng miteinander verknüpft sind, über den Kirchenstifter Konrad Kurzbold, die bei Restaurierungsarbeiten wiederentdeckten Fresken oder den Taufstein mit seiner unentschlüsselten Symbolik. Seit der Restaurierung in den Jahren 1968 bis 1972 erstrahlt der Dom wieder in seiner mittelalterlichen Farbgebung. Im Bischofssitz nebenan befindet sich das Diözesanmuseum, die luxuriös umgebaute Bischofswohnung wird für das Museum genutzt.

Fachwerkhäuser in der Altstadt



Der mittelalterliche Altstadt kern ist größtenteils erhalten und absolut sehenswert. Fachwerkbauten, teils noch aus dem 13. Jahrhundert, ganze Häuserkomplexe und Straßenzüge sind gut restauriert zu bewundern. Mit dem Römer 2-4-6 befindet sich eines der ältesten freistehenden Fachwerkhäuser Deutschlands in Limburg. An der Plötze, einem der vielen mittelalterlichen Plätze, findet man Hermann's Café – nach Aussage von Mitarbeitern der Tourist-Information mit dem leckersten Kuchen der Stadt. Gut geschmeckt hat es auf jeden Fall! Zur Verdauung empfiehlt sich ein Bummel durch die Altstadt, vorbei an den herrlich schiefen Häusern und krummen Gassen. Zahlreiche kleine Geschäfte, Weinstuben und Cafés lassen die Stadt lebendig wirken, selbst an einem verregneten Februartag. Leider sind viele Sehenswürdigkeiten wie das Domschatzmuseum oder das alte Rathaus mit der Kunstsammlung über die Wintermonate geschlossen. Wer also die historischen Bauten auch von innen besichtigen möchte, kommt lieber in der wärmeren Jahreszeit. Doch im Februar ist die Stadt nicht überlaufen, die Domführung fast eine Privatführung und man freut sich umso mehr über die Einkehr im warmen Café.

Text | Fotos: Sabine Ulbrich



Limburger Dom Katholische Stadtkirche, ehemalige Franziskanerkirche aus dem 14. Jahrhundert



Katholische Stadtkirche, ehemalige Franziskanerkirche aus dem 14. Jahrhundert



Der (möglicherweise) beste Kuchen der Stadt in Hermann's Café

Bunburysieren für Anfänger und Fortgeschrittene

Nach „Solo Sunny“ kommt mit „Mein Freund Bunbury“ ein weiteres DDR-Musical ins Stammhaus der Landesbühnen Sachsen nach Radebeul. Damit beweist man, dass ein Stoff aus dem 19. Jahrhundert mit Musik aus den 1960er Jahren im 21. Jahrhundert Erfolg haben kann.

Musik aus der DDR liegt aktuell voll im Trend. Zahlreiche Künstler und Bühnen setzen sich mit den musikalischen Hinterlassenschaften aus 40 Jahren real existierendem Sozialismus auseinander – und freuen sich über reichlich Zuspruch und volle Säle. In Radebeul hatte jetzt „Mein Freund Bunbury“ an den Landesbühnen Sachsen Premiere vor ausverkauftem Haus. Das Musical von Gerd Natschinski wurde 1964 in Berlin uraufgeführt, bezieht sich aber auf die Komödie „Ernst sein ist alles“ (Originaltitel: „The Importance of Being Earnest“), die Oscar Wilde bereits 1895 auf die Bühne brachte. Dabei handelt es sich um eine Satire auf die englische Aristokratie und deren Scheinheiligkeit, die sich nach außen bieder und regeltreu gibt, hinter verschlossenen Türen durch allerlei Tricks und Schwindeleien jedoch das Leben zu genießen weiß. So dient bei Wilde wie bei Natschinski der Besuch eines gewissen Bunbury stets als perfekte Ausrede, um ungeliebten Terminen und Menschen aus dem Weg zu gehen und selbst unter dessen Namen ein zweites Leben zu führen.

Natschinski verlegte die Handlung in die 1920er Jahre und konnte so amerikanische Musik wie Charleston oder Black Bottom einarbeiten. Sie steht für das freie, selbstgewählte Leben der Figuren unter falscher Identität, während sie in ihren offiziellen Rollen eher durch klassischen Walzer oder Tango charakterisiert sind. Diese Bandbreite an Musik ist sicherlich – neben der amüsanten Geschichte mit all ihren Verwirrungen und Rollenwechseln – der Hauptgrund für den Erfolg des Musicals. Und wie man bei der Premierenfeier in Radebeul erfahren konnte, auch eine der größten Herausforderungen für das Ensemble. Denn die Landesbühnen haben eine Opernsparte. Moderne Tänze wie Charleston, Black Bottom oder gar Steptanz gehören nicht zur klassischen Ausbildung. Daher holte man sich Unterstützung aus der Musicalsparte: die Rolle des Jack Worthing wird alternierend von Janik Harneit und – wie im Fall der Premiere – von Gero Wendorff gespielt. Das diesen die Kombination aus Tanz und Gesang im Blut liegt, spürt man. Wendorff agiert mit ganz anderer Leichtigkeit, wird neben



Hauptdarstellerin Franziska Abram zum Star der Show. Publikumsbeliebter ist jedoch ganz klar Andreas Petzoldt in seiner Doppelrolle als Diener Jeremias und John – und dies ganz ohne großen Gesangspart. Zur Verstärkung der Tanzszenen holte sich Intendant Manuel Schöbel, der auch für die Inszenierung verantwortlich zeichnet, Unterstützung beim Dresdner Heinrich-Schütz-Konservatorium. Zehn junge Tänzerinnen, von denen jeweils sechs pro Vorstellung auf der Bühne stehen, wurden für die Tanzszenen ausgewählt. Alles in allem eine tanzfreudige, bunte Inszenierung, mit tollen Melodien, viel Humor, kleinen Überraschungen und unglaublich viel Spielfreude. Das macht Spaß, das unterhält und ist eine Hommage an die Künstler der DDR-Zeit, die es geschafft haben, trotz staatlicher Zensur großartige Werke auf die Bühne zu bringen.

Text: Sabine Ullrich | Fotos: René Jungnickel

Saisonbeginn im Filmpark Babelsberg

Am 1. April beginnt die neue Saison im Filmpark Babelsberg. An diesem historischen Ort sind seit der Gründung im Jahre 1912 mehr als 3.000 Kino- und Fernsehfilme entstanden. Hier kann man die wahre Filmgeschichte regelrecht wieder anfassen.

Wenn Sie die Ausgabe am Erscheinungstag lesen, wird Friedhelm Schatz, Geschäftsführer vom Filmpark Babelsberg, vor wenigen Minuten oder Stunden „Achtung! Ruhe im Filmpark! Drehbeginn für den Film SAISONERÖFFNUNG“ gerufen haben. Nach diesen Worten darf der Rummel beginnen in der Filmstadt Babelsberg und seinem Filmpark! Natürlich bietet Schatz mit seinem Team auch moderne Attraktionen und interaktive Erlebnisse an.

Eine große Vielfalt an Kulissen, Shows und Mitmach-Stationen lädt den Gast ein, auf Entdeckungstour zu gehen. Der Besucher erlebt die Stunt Crew Babelsberg täglich zwei Mal live. Stuntleute inszenieren rasante Actionszenen. Für kleine Gäste gibt es thematische Schatzsuchen. Während der Bootsfahrt durch Janoschs Traumland taucht man in eine märchenhafte Welt ein, während Filmsets aus Klassikern und Blockbustern zum Staunen einladen.



Geschäftsführer Friedhelm Schatz



Filmpark Babelsberg

Es heißt also wieder für große und kleine Cineasten: Auf zum Filmpark Babelsberg!

Text: Volker Neef | Fotos: BiWe / Frank Pfuhl

Mehr Infos zum Park unter:

www.filmpark-babelsberg.de



„Behind the Music“ im Allgäu: Herbert Knaup und die Impulso Tenors

Ein außergewöhnlicher Konzertabend im Allgäu: Schauspielstar Herbert Knaup erzählt die Geschichten hinter berühmten Arien und Popsongs – begleitet von den Impulso Tenors. Das exklusive Event findet am 18. Juli 2026 im Tannenhof Resort statt.

Musik, Geschichten und Alpenpanorama: „Behind the Music“ im Tannenhof im Allgäu

Manchmal entstehen besondere Kulturabende an Orten, an denen man sie zunächst gar nicht vermuten würde. Genau das ist der Fall bei „Behind the Music – Arien, Pop Songs und ihre Geschichten“, einem außergewöhnlichen Konzertabend am 18. Juli 2026 im Tannenhof Resort im Allgäu.

Im Mittelpunkt stehen der bekannte deutsche Schauspieler Herbert Knaup sowie die international auftretenden Impulso Tenors, die gemeinsam Musik, Erzählkunst und große Emotionen verbinden. Die Veranstaltung wurde kürzlich im Rahmen einer kleinen Pressekonferenz in München vorgestellt. Dabei wurde schnell klar: Dieses Projekt ist mehr als ein klassisches Konzert. Es ist eine musikalische Reise durch Oper, Pop und ihre Geschichten.

Ein Abend über die Geschichten hinter berühmten Songs

Unter dem Titel „Behind the Music“ verbinden die Künstler zwei Welten: große Opernarien und bekannte Popsongs. Doch statt eines reinen Konzerts steht die Geschichte hinter der Musik im Mittelpunkt. Schauspieler Herbert Knaup führt als Erzähler durch den Abend und erzählt Anekdoten, Hintergründe und überraschende Entstehungsgeschichten berühmter Werke. Zwischen den Erzählungen interpretie-

ren die Impulso Tenors bekannte Stücke aus Oper und Pop – emotional, kraftvoll und mit klassischer Gesangstechnik. Das Ergebnis ist ein Format, das Konzert, Lesung und musikalische Inszenierung miteinander verbindet.

Ein Schauspieler mit markanter Stimme

Der deutsche Schauspieler Herbert Knaup zählt seit vielen Jahren zu den prägnantesten Gesichtern des deutschen Films und Fernsehens. Einem breiten Publikum ist er unter anderem aus der erfolgreichen Klüftinger-Krimireihe bekannt, in der er den Allgäuer Kommissar verkörpert. Knaup ist jedoch weit mehr als ein TV-Star: Seine markante Stimme und seine Bühnenpräsenz machen ihn auch zu einem gefragten Sprecher und Rezitator. Bei „Behind the Music“ übernimmt er die Rolle des Erzählers – und führt das Publikum mit dramaturgischem Gespür durch die Geschichten hinter den berühmten Songs.

Die Impulso Tenors – Klassik trifft Pop

Die Impulso Tenors stehen für ein modernes Crossover-Konzept zwischen Oper, Klassik und Pop. Das Trio kombiniert ausgebildete Opernstimmen mit einem zeitgemäßen Repertoire und interpretiert sowohl klassische Arien als auch bekannte Popstücke in eigener musikalischer Handschrift. Ihr Stil orientiert sich an internationalen Erfolgsformaten wie den „Three Tenors“, setzt jedoch stärker auf erzählerische Dramaturgie und emotionale

Nähe zum Publikum. In Kombination mit Herbert Knaup entsteht so ein Format, das Musik und Storytelling miteinander verbindet.

Exklusive Bühne: Der Tannenhof

Austragungsort des Konzerts ist das renommierte Tannenhof Resort, Sport & Spa, ein luxuriöses Hideaway im Allgäu. Das Resort ist bekannt für seine ruhige Lage in den Alpen, großzügige Spa-Bereiche und eine anspruchsvolle Kulinarik. Gerade diese Atmosphäre macht den Ort zur idealen Bühne für ein Kulturformat wie „Behind the Music“. Die Kombination aus Konzertabend, alpiner Landschaft und exklusivem Ambiente verleiht der Veranstaltung einen besonderen Charakter – fernab der großen Konzerthallen. Kurztrip aus Berlin: Kulturabend und Alpenauszeit

Für Gäste von außerhalb – etwa aus Berlin – hat das Hotel ein attraktives Arrangement geschnürt. Besucher können den Konzertabend mit einem Aufenthalt im Tannenhof verbinden und so ein kulturelles Erlebnis mit einem entspannten Wochenende im Allgäu kombinieren. Gerade für Musikliebhaber und Kulturreisende bietet sich damit eine seltene Gelegenheit: ein intimer Konzertabend mit bekannten Künstlern in einem exklusiven Resort – eingebettet in die alpine Landschaft des Allgäus. Ein Kurztrip, der Musik, Natur und Erholung miteinander verbindet.

Text: Götz A. Primke