

GLÜCK

Das kostenlose Magazin von WestLotto



TAGSÜBER RADELN,
ABENDS FEIERN:
NRW-RADTOUR 2025 > 6

LOTTO-SUPERDING:
GARANTIERT GELD ZURÜCK > 3

Mittwoch, 26. März
Jackpot rd.

27

 **LOTTO 6 aus 49[®]**
Mio. Euro Gewinnchance 1 : 140 Mio.



Wichtiger Hinweis!

Es kommt immer wieder vor, dass registrierte Kunden vergessen, Infos zu Adressen und Kontoverbindungen zu aktualisieren. Diese sollten

aber immer auf dem neuesten Stand sein, schon in eigenem Interesse. Diese Daten können in WestLotto-Annahmestellen geändert werden oder über den QR-Code.

GLÜCKSPILZE

Gewinner aus Nordrhein-Westfalen



- Freitag, 21. März: **512.436 Euro** in den Kreis Recklinghausen / **3 x 72.247,50 Euro** nach NRW



- Mittwoch, 19. März: **4 x 18.324,30 Euro** nach NRW
- Samstag, 15. März: **6 x 18.128,80 Euro** nach NRW



- Samstag, 15. März: **2 x 77.777 Euro** nach NRW



- Samstag, 22. März: **100.000 Euro** in den Kreis Wesel



- Samstag, 22. März: **11.473,50 Euro** in den Kreis Mettmann

Überregionale Gewinner

Eurojackpot

- Freitag, 21. März: **5 x 512.436 Euro** nach Spanien, Dänemark, Finnland, Kroatien und in die Slowakei / **21 x 72.247,50 Euro** nach Baden-Württemberg, Bayern (4), Berlin, Hessen (4), Sachsen, Sachsen-Anhalt, Schleswig-Holstein, Thüringen, Norwegen (4), Italien, Dänemark und Finnland
- Dienstag, 18. März: **2 x 1.018.444,20 Euro** nach Baden-Württemberg und Berlin / **3 x 382.903,40 Euro** nach Dänemark, Finnland und in die Tschechische Republik

Spiel 77

- Mittwoch, 19. März: **3 x 77.777 Euro** nach Hessen, Baden-Württemberg und Brandenburg
- Samstag, 15. März: **5 x 77.777 Euro** nach Bremen, Berlin (2) und Sachsen (2)

SUPER 6

- Samstag, 22. März: **4 x 100.000 Euro** nach Baden-Württemberg (2), Berlin und Niedersachsen
- Mittwoch, 19. März: **2 x 100.000 Euro** nach Niedersachsen

LOTTO 6aus49

- Samstag, 22. März: **5 x 1.281.331,20 Euro** nach Baden-Württemberg, Bayern (2), Bremen und Hamburg
- Mittwoch, 19. März: **22 x 18.324,30 Euro** nach Schleswig-Holstein (2), Bayern (3), Niedersachsen (3), Hessen, Rheinland-Pfalz, Baden-Württemberg (7), Berlin (3), Sachsen-Anhalt und Brandenburg
- Samstag, 15. März: **42 x 18.128,80 Euro** nach Schleswig-Holstein (3), Bayern (4), Niedersachsen (6), Hessen (7), Rheinland-Pfalz (4), Baden-Württemberg (10), Sachsen (4), Mecklenburg-Vorpommern, Brandenburg (2) und Thüringen

GlücksSpirale

- Samstag, 15. März: **100.000 Euro** nach Hessen / **6,5 x 10.000 Euro** nach Bayern, Niedersachsen (2), Baden-Württemberg (2,5) und Mecklenburg-Vorpommern

TOTO 13er Ergebniswette

- Samstag, 22. März: **6 x 11.473,50 Euro** nach Bayern (3), Baden-Württemberg, Hessen und Niedersachsen



Foto: Vostok/Moment via Getty Images

Butler-Service und Gourmet-Dinner: Luxuriöses Zugreisen ist gefragt, hat aber seinen Preis.

Luxus auf der Schiene

Wer Zugfahren bisher nur vom Pendeln zur Arbeit kennt, dürfte staunen: Es gibt Luxuszüge, in denen die Fahrgäste rundum verwöhnt werden – Zweibett-Suite, Gourmet-Dinner und Butler-Service inklusive. Die Reisebranche berichtet von einer steigenden Nachfrage nach dieser Reiseform, die oft an Vorbilder wie den legendären Orient-Express anknüpft. Für einen vier- bis fünftägigen Trip müssen oft 10.000 Euro und mehr berappt werden.

Kein Gedränge

Shiki-Shima heißt beispielsweise der Luxuszug Japans. Bei frischen Sushi-Kreationen rollen draußen exotische Landschaften vorbei. Der Zug hat zehn Wagen, nimmt aber nur 34 Passagiere mit – Gedränge im Abteil gibt es garantiert nicht. Zu einer Safari wird die Zugfahrt wiederum im Ghan: Der australische Schienenkreuzer rollt mehr als 3.000 Kilometer durchs Outback. Eine Bahnreise und Zeitreise zugleich wäre mit dem Orient-Express möglich. Seit 1883 steht dieser Name für höchsten Luxus auf Schienen. Allerdings hat der hohe Standard auch seinen zumeist fünfstelligen Preis.

Eurojackpot

Ob durch die Wüste, den Dschungel oder europäische Metropolen – mit einem gut gefüllten Bankkonto kann selbst Zugfahren zum Traumurlaub werden. Warum also das eigene Glück nicht auf die Schiene setzen? Per Hauptgewinn bei Eurojackpot würde selbst das teuerste Zugticket der Welt drinsitzen.

In Deutschland lizenzierter Anbieter (www.gluecksspiel-whitelist.de). Teilnahme ab 18 Jahren. Glücksspiel kann süchtig machen! Hilfe und Beratung unter BlÖG: 0800 1372700 (kostenlos). www.check-dein-spiel.de. Jackpot-Chance 1 : 140 Mio.

Jede Menge 200-Euro-Gewinne

Das Hundertfache des Einsatzes zurückbekommen? Beim Rubbellos SATTE 200, das zwei Euro kostet, stehen die Chancen dafür gut. Denn es bietet – wie der Name bereits andeutet – besonders viele 200-Euro-Gewinne. Daneben warten auch Beträge zwischen zwei und 40 Euro.

So funktioniert's

Rubbeln Sie alle €-Zeichen und GEWINN-Felder auf. Finden Sie eine Ihrer zwei Gewinnzahlen

unter einem der aufgerubbelten GEWINN-Felder, gehört der darunterstehende Betrag Ihnen.

- Preis: 2 Euro
- Spitzengewinn 200 Euro (Chance 1:1.000)
- sechs Gewinnchancen je Los
- Mehrfachgewinne sind möglich
- erhältlich in jeder WestLotto-Annahmestelle, in der WestLotto-App und online unter

 www.westlotto.de



Mit diesem Los wären insgesamt
40 Euro gewonnen worden.

Garantiert Geld zurück mit dem Lotto-SuperDing

ZIEHUNG AM 19. APRIL (OSTERSAMSTAG)

50 Chancen auf den Jackpot von LOTTO 6aus49 (und natürlich alle anderen Gewinnklassen) – und die Hälfte des Einsatzes für ein komplettes Paket wird garantiert erstattet, von 82,50 Euro gibt es 42,50 Euro zurück: Das funktioniert nur mit dem Lotto-SuperDing, das in allen WestLotto-Annahmestellen, in der WestLotto-App und online zu bekommen ist! Wer würde sich diese Gelegenheit entgehen lassen?

Das ist das Lotto-SuperDing: Beim LSD wird zusätzlich zur Ziehung am 19. April (Ostersonntag) ein weiterer Gewinnrang bei LOTTO 6aus49 ausgespielt.

- Mit einem kompletten LSD werden automatisch 50 aufeinanderfolgende Losnummern erstellt.
- In einer separaten Ziehung werden zwei zweistellige Gewinnzahlen ermittelt. Die Erste liegt zwischen 0 und 49, die Zweite ergibt sich durch die Addition von 50 zur ersten Gewinnzahl.
- Mit 50 fortlaufenden Losnummern ist in jedem Fall eine der beiden Gewinnzahlen dabei – für die garantiert 42,50 Euro ausgezahlt werden.
- Die letzte Ziffer der Losnummer ist jeweils die Superzahl. Und vielleicht wird damit sogar der Lotto-Jackpot geknackt.
- Das Lotto-SuperDing ist nur in Nordrhein-Westfalen erhältlich

und auf 200.000 vollständige Pakete begrenzt.

- Die Teilnahme erfolgt per QuickTipp. Wer möchte, hat auf dem Spielschein zwölf Felder zum Selbstauffüllen, die restlichen werden per QuickTipp ergänzt.
- Das LSD wird über einen eigenen Spielschein gespielt, den es in WestLotto-Annahmestellen, auf westlotto.de und in der WestLotto-App gibt.

 www.westlotto.de

Über diesen QR-Code kann ein Video aufgerufen werden, in dem das Lotto-SuperDing erklärt wird.



Das Lotto-SuperDing ist online und in allen WestLotto-Annahmestellen erhältlich.



„Besenftigendes“ Geschmackserlebnis

HISTORISCHE SENFMÜHLE IN DER EIFEL HÄLT
JAHRHUNDERTALTE TRADITION LEBENDIG



Von Oliver Schönfeld

Mit lautem Getöse setzt der betagte Antrieb zwei schwere Mühlsteine aus Lavabasaltstein in Bewegung. Nur wenige Sekunden später füllt ein aromatischer, leicht säuerlich-scharfer Duft den Raum und aus der Mahlanlage strömt feinsten Munschauer Senf in die bereitgestellten Eimer. Der Besuch bei den Senfmüllern in der Eifel sorgt im Nu für eine freie Nase – und für Einblicke in jahrhundertealte handwerkliche Methoden.

Geheime Rezeptur

„Bei uns wird der Senf grundsätzlich zweimal gemahlen. Das verleiht ihm eine homogene, angenehme Konsistenz“, verrät Ruth Breuer, die heutige Chefin der Senfmühle. Doch bevor es ans Mahlen geht, bekommt die – selbstverständlich streng geheime – Rezeptur noch genügend Zeit, um sich zu entwickeln. „Senfmehl kann das Drei- bis Vierfache des eigenen Volumens an Flüssigkeit aufnehmen. Deshalb lassen wir die Mischung zunächst ruhen, damit sie ihr volles Aromen-Bouquet entfalten kann.“



Ursenf: Nur eine von 23 Sorten, die die Mühle bislang produziert.

Bereits in fünfter Generation: Ruth Breuer leitet die traditionsreiche Senfmühle.

Familientradition

In fünfter Generation setzt Ruth Breuer eine mittlerweile fast 150-jährige Familientradition fort. Im Jahr 1882 begründete Clemens August Breuer gemeinsam mit seinem Bruder Heinrich die Senfherstellung in Monschau. Ein Meilenstein folgte schon 1895 mit dem Ausbau zur offiziellen „Dampfsenffabrikation“ – statt Wasserkraft trieb nun eine der ersten Dampfmaschinen in der Eifel die Mahlanlage an. Seit vielen Jahrzehnten läuft der Antrieb mittlerweile elektrisch, aber nicht minder beeindruckend. Der historische Gebäudekomplex im Laufental schmiegt sich idyllisch in die Eifellandschaft.

Feine Aromen

Als Manufaktur kann die Munschauer Mühle bis zu 400 Kilogramm Senf pro Tag produzieren – verschwindend gering im Vergleich zur industriellen Fertigung, die 30 Tonnen und mehr schafft. Dafür wird der Senf aus der Eifel klassisch kaltgemahlen und erhält so Gelegenheit, besonders feine Aromen herauszubilden. „Die Basis für alle Senfvarianten ist unser seit Generationen unverändertes Urrezept ‚Moutarde de Montjoie‘.

Dieses verfeinern wir anschließend mit unterschiedlichsten weiteren Zutaten“, erklärt Ruth Breuer weiter.

Evergreen

Ob Honig, Estragon, Orange oder eine süßliche Variante mit Malzbier – aus insgesamt 23 Senfsorten im uralten Steinguttopf können die Kunden im Lädchen der Mühle den persönlichen Favoriten auswählen.

Ein Evergreen ist auch der neu aufgelegte Kaisersenf anno 1897, der anlässlich eines Besuchs von Wilhelm I. in der Region entstand.



Kreativität

„Das Experimentieren mit Rezepturen und neuen Erzeugnissen macht mir einfach riesigen Spaß. Egal, ob eingelegtes Senfkrütschen, unser Senf-Kaffee-Sahnelikör oder Senf-Wellnessprodukte“, sagt Ruth Breuer. Die Kreativität beim Entwickeln neuer Geschmackserlebnisse hat sie wohl von ihrem Vater Guido Breuer geerbt, der im Dezember 2024 verstarb. Getreu der Maxime „Mensch, besenftige dich“ hat die Familie zusammen 17 neue Senfsorten und noch so manches andere Schmankerl ersonnen – zum Beispiel die feinen Senfpralinen mit Schokolade aus dem nahen Belgien, die es bis heute in der Senfmühle zu kaufen gibt. Und mit Ruth Breuers Sohn Emil steht bereits die sechste Generation in den Startlöchern, um den Familienbetrieb mit rund 50 Mitarbeitenden einmal fortzuführen.

Bücher

Keine Frage, ein Leben ohne Senf wäre für die Breuers kaum vorstellbar. „Vom Frühstück bis zum Abendbrot: Senf gehört bei uns einfach zu jeder Mahlzeit dazu. 30 Kilo pro Jahr verbrauchen wir als Familie bestimmt“, berichtet Ruth Breuer mit ihrem ansteckenden Lachen. Die Leidenschaft für die scharfe Zutat hat sie zudem in Buchform verewigt. Ein Senf-Kochbuch – teils mit Unterstützung

von Sterneköchen – ein Senf-Backbuch sowie ein Kinderbuch mit der Senfmaus Emil hat die studierte Germanistin in den vergangenen Jahren bereits veröffentlicht. „Bald erscheint mein zweites Kinderbuch, in dem Emil eine Zeitreise auf den Spuren des Senfs unternimmt. Und auch eine Ketchup-Ratte wird dann auftreten.“

Nächste Sorte

Gleichzeitig arbeitet sie bereits an Senfsorte Nummer 24. Dabei wird Wacholder als typisches Eifeler Gewächs eine zentrale Rolle spielen. Keine Frage, bei der Suche nach einem scharfen Geschmackskick werden den Breuers auch in Zukunft nicht die Ideen ausgehen.

» www.senfmuhle.de

- Senf gilt als eines der ältesten Gewürze der kulinarischen Welt. Bereits die Ägypter, Griechen und Römer kannten den Senf als Würzpulver und nutzten ihn beispielsweise für das Konservieren von Fleisch. In Europa wurde er etwa im 10. Jahrhundert heimisch, zuerst in Deutschland und Frankreich.
- Die historische Munschauer Senfmühle ist ganzjährig geöffnet. Führungen für Einzelpersonen finden von März bis Oktober mittwochs und freitags um 11 und 14 Uhr statt. Gruppenführungen ab zwölf Personen sind auf Anfrage möglich.

Tagsüber radeln, abends feiern

NRW-RADTOUR 2025 VOM 17. BIS 20. JULI –
ANMELDUNG NOTWENDIG

Jeder darf dabei sein – vom 17. bis 20. Juli (Donnerstag bis Sonntag) heißt es wieder: NRW-Radtour. Bereits zum fünfzehnten Mal laden WestLotto, NRW-Stiftung und WDR 4 hierzu ein. In diesem Jahr führt die Strecke am Rhein entlang, von Leverkusen über Köln und Neuss wieder zurück. Unterwegs geht es durch Naturlandschaften und an Kultureinrichtungen vorbei, die von der NRW-Stiftung gefördert werden. Die Routen sind vollständig ausgeschildert und werden von der Polizei, den Maltesern und ADFC-Tour-Scouts begleitet. Neben einem Reparaturservice können alle Dauergäste auch einen Gepäckservice nutzen. Getreu dem Motto „Tagsüber radeln und abends feiern“ finden als Höhepunkt und Abschluss jeder Etappe die WDR 4 Sommer-Open-Airs statt. Dies sind die einzelnen Tagesetappen:

Neuss,
Freithof

03

Pause in Monheim
am Rhein, MarienburgPause in
Dormagen,
Zollfeste Zons

04

Leverkusen,
NeulandparkPause in
Bergisch
Gladbach,
Kardinal
Schulte
Haus

01

Köln,
Schokoladen-
museum

02

Pause in Hürth,
Strandbad
Otto-Maigler-See

01

**Donnerstag, 17. Juli,
Leverkusen – Köln,
45 km**

Tourstart ist am ehemaligen Landesgartenschau Gelände Neulandpark. Auf einer kleinen Bergetappe führt die Tour nach Bergisch Gladbach zum Konrad-Adenauer-Platz. Die erste Etappe hat ihr Ziel am Schokoladenmuseum in Köln.

02

**Freitag, 18. Juli,
Köln – Köln, 60 km**

Auf der zweiten Etappe wird ein Rundkurs gefahren, mit Start im Rheinauhafen und Mittagspause inklusive Badestopp am Strandbad Otto-Maigler-See in Hürth. Die Etappe endet wieder am Schokoladenmuseum mit einem zweiten großen WDR 4 Sommer-Open-Air.

03

**Samstag, 19. Juli,
Köln – Neuss, 65 km**

Auf der dritten Etappe geht es rheinabwärts nach Dormagen, wo die Zollfeste Zons die Radler willkommen heißt. Am Rheinufer mit angrenzendem idyllischen Stadtkern wird gerastet. Eine Besichtigung der historischen Altstadt ist lohnenswert. Nach insgesamt 65 km ist der Freithof in Neuss erreicht, die letzte Übernachtung bei der NRW-Radtour 2025.

04

**Sonntag, 20. Juli,
Neuss – Leverkusen,
45 km**

Monheim am Rhein ist letzter Zwischenstopp

auf der vierten Etappe von Neuss zurück nach Leverkusen. Vor traumhafter Kulisse verabschiedet sich die Tour an der Marienburg.

Dauer- und Tagesgäste

Die Teilnahme ist als Dauergast für alle vier Tage oder als Tagesgast für ein bis vier Etappen möglich. Wichtig: Alle Mitradler müssen sich anmelden. Für Dauerteilnehmer ist dies bereits jetzt möglich, für Tagesgäste voraussichtlich ab 1. Juni. Infos zu Übernachtungsmöglichkeiten und -preisen finden sich in einer Broschüre, die in WestLotto-Annahmestellen ausliegt sowie im Internet. Anmeldungen sind ab sofort in WestLotto-Annahmestellen möglich und online.



www.nrw-radtour.de

i

Veranstalter und Partner

- WestLotto bietet seit 70 Jahren in Nordrhein-Westfalen Lotterie- und Wettprodukte an. Jährlich erwirtschaftet WestLotto hohe Millionenbeträge, die an gemeinnützige Institutionen aus den Bereichen Sport, Kultur, Wohlfahrt sowie Natur- und Denkmalschutz verteilt werden.

www.westlotto.de

- Die NRW-Stiftung, die im Wesentlichen aus Lotteriemitteln von WestLotto finanziert wird, unterstützt viele Natur- und Kulturprojekte in NRW. Entlang der Strecke liegen in diesem Jahr die Rheinaue Urdenbacher Kämpfe mit dem historischen Gutshof Haus Bürgel, die Stadtmauer von Zons, das Orangerie-Theater in Köln und das Industriemuseum Freudenthaler Sensenhammer in Leverkusen.

www.nrw-stiftung.de

- WDR 4 ist der einzige Radiosender, der die Hits der 80er Jahre feiert und dabei über alles Wichtige aus NRW und der Welt informiert.

www.wdr4.de

Stressiger Alltag

WIE ESSE UND LEBE ICH GESÜNDER?

„Ich habe einen Job, der wahnsinnig auslaugt, und ich will ihn noch ein paar Jahre machen. Da sollte ich ein bisschen mehr auf mich achten.“ Das hat die Grünen-Politikerin Ricarda Lang im Interview mit dem „ZEITmagazin“ gesagt. Ihrer eigenen Gesundheit zuliebe hat sie mehrere Veränderungen angestoßen: weniger unterwegs essen, häufiger selbst kochen, mehr und besser schlafen. Und auch: eine Gewichtsabnahme. Viel Stress, wenig Zeit für eine ausgewogene Ernährung, Frust, weil man sich in der eigenen Haut so nicht wohlfühlt. Das dürften viele Menschen kennen. Daniela Krehl, Ernährungsexpertin der Verbraucherzentrale Bayern, erklärt, mit welchen kleinen Maßnahmen man daran etwas ändern kann:

Tip 1: Das Snackverhalten verändern

Nebenbei am Rechner fix einen – oder gleich mehrere – Schokoriegel vernichten: Dass das eine ungesunde Gewohnheit ist, ist klar. „So kommen am Ende des Tages viele Kalorien dazu, die man gar nicht bewusst wahrnimmt“, sagt Daniela Krehl. Was den Snackhunger ausbremsen kann? Abgeschlossene Mahlzeiten, die gut sättigen. Das beginnt schon mit dem Frühstück, das man am besten nicht ausfallen lässt. „Es gibt ausreichend Studien, die darauf hinweisen, dass Menschen, die frühstücken, häufig ein besseres Gewichtsmanagement haben“, sagt Krehl. Ideal ist etwa Vollkornbrot mit Frischkäse und Gemüse. Das liefert dem Körper viel Ballaststoffe und Proteine, die bis zum Mittag satt halten. Ohne Snack geht es nicht? Wem es so geht, der findet in Nüssen eine nährstoffreichere Alternative zu Schokolade oder Gummibärchen. „Sie liefern viele Ballaststoffe, Eiweiß und hochwertige Fettsäuren“, sagt Daniela Krehl. Am besten nimmt

man sich höchstens eine Handvoll und verstaut die Tüte dann wieder in Büroschublade oder Tasche – Nüsse sind ziemlich kalorienreich.

Tip 2: Mahlzeiten mit Grünzeug beginnen

„Unser Körper signalisiert erst nach etwa 20 Minuten, dass er satt ist“, sagt Daniela Krehl. Wer sein Essen – etwa unter Stress – herunterschlingt, nimmt in dieser Zeit deutlich mehr zu sich als derjenige, der sein Essen bewusst genießt und gründlich kaut. Diesen Effekt kann man sich zunutze machen. Und zwar, indem man Mahlzeiten mit den Beilagen wie dem Salat oder dem Gemüse beginnt, wie Daniela Krehl rät. „Das sind Lebensmittel, die meist sehr wenig Kalorien haben, aber eine wahnsinnige Füllmenge im Magen geben.“ Das heißt aber nicht, dass man die kalorienreicheren Speisen verbieten sollte. „Gegen eine Currywurst oder ein Schnitzel ist gar nichts zu sagen. Aber essen Sie vorher noch einen Apfel und trinken Sie ein Glas Wasser. Dann ist schon eine gewisse Füllmenge im Magen – und vielleicht reicht einem dann auch die halbe Currywurst“, sagt Krehl.

Tip 3: Vorkochen statt sich etwas holen

Hier eine belegte Laugenstange, da ein Salat: Wer wenig Zeit hat, isst oft unterwegs. Das Problem: Auch bei vermeintlich gesunden To-go-Mahlzeiten wie Salaten, Bowls oder Veggie-Burgern kauft man sich oft mehr Zucker ein als gedacht. Ein Marktcheck der Verbraucherzentralen von Anfang 2024 zeigte: Das können schnell mehr als 20 Gramm sein. Zur Einordnung: 50 Gramm Zucker sollte man am Tag maximal zu sich nehmen. Wer sich selbst einen Salat schnippelt oder den Rest Suppe vom Vorabend zum Aufwärmen

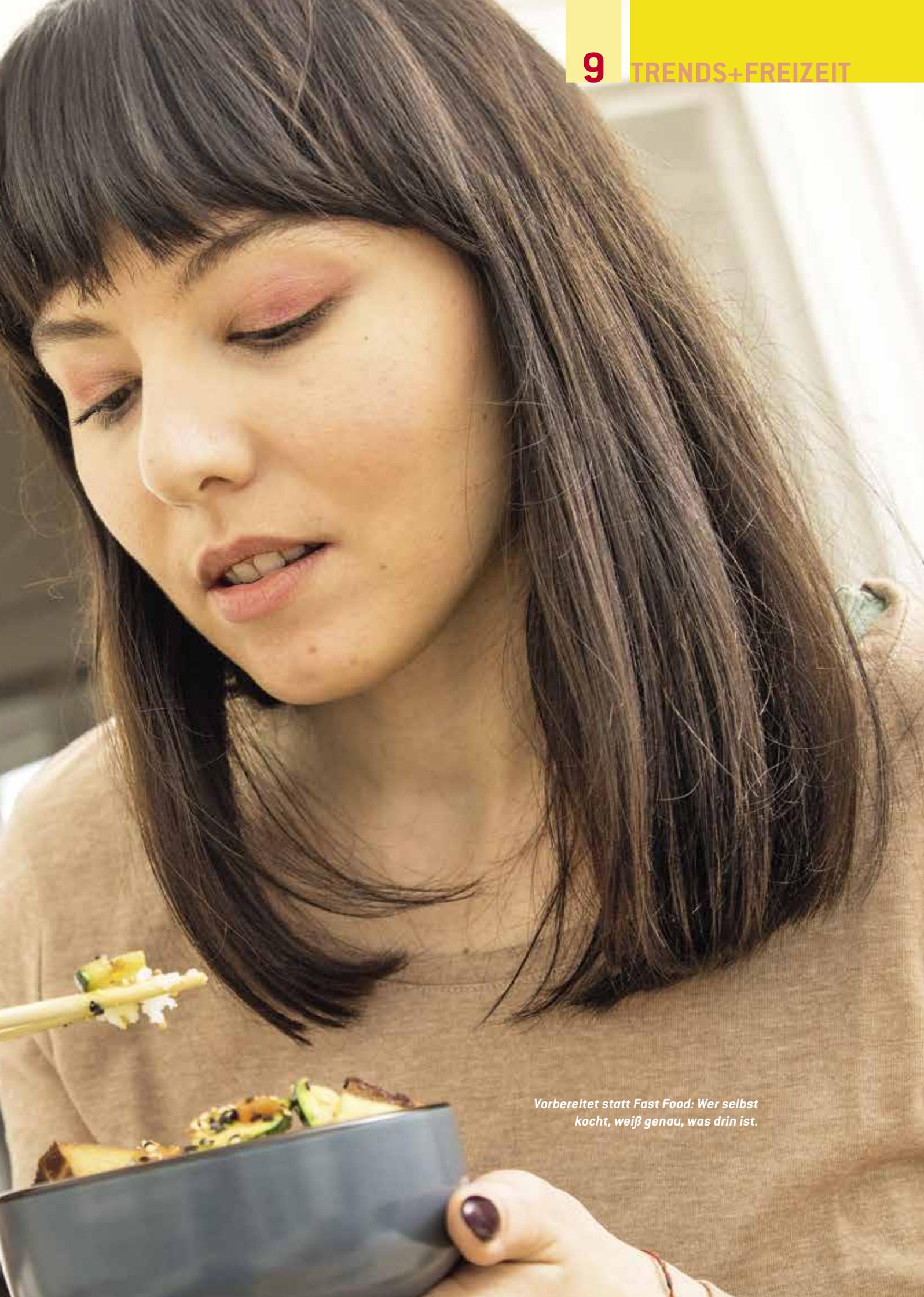
mit an den Arbeitsplatz mitnimmt, weiß genau, was drinsteckt. Auch viele Kantinen bieten mittlerweile gesündere Optionen, etwa eine Salatbar.

Tip 4: Bewegung in den Alltag holen

Möchte man gesünder leben, reicht es nicht aus, nur an der Ernährung zu schrauben. Gerade wer sein Gewicht im Blick behalten möchte, kommt um regelmäßige Bewegung nicht herum. Mit gleich mehreren positiven Effekten: Wir können dadurch Stress besser loslassen, der Körper verbraucht Energie und baut auf Dauer Muskeln auf: „Je größer der Muskelanteil im Körper ist, desto höher ist der Grundumsatz. Desto mehr Kalorien verbrauchen wir also allein im Sitzen“, sagt Daniela Krehl. Ein Anfang, der meist auch an stressigen Tagen machbar ist – die Alltagsbewegung erhöhen: „eine Bushaltestelle früher aussteigen, in der Mittagspause mit den Kolleginnen und Kollegen eine kleine Runde rausgehen“, zählt Daniela Krehl Möglichkeiten auf. Motivieren kann dabei ein Schrittzähler – vor allem dann, wenn man sich ein konkretes Ziel gefasst hat, zum Beispiel 8.000 Schritte am Tag. „Vielleicht motiviert das dazu, am Abend doch zum Supermarkt zu laufen, anstatt mit dem Auto hinzufahren“, sagt Daniela Krehl.

Tip 5: Eine Baustelle nach der anderen angehen

Generell gilt: Wer gesündere Routinen aufbauen will, nimmt sich am besten nicht zu viel vor. Am Anfang reicht eine einzige Baustelle: „Zum Beispiel, auf gesüßte Getränke zu verzichten und sich das für zwölf Wochen vorzunehmen. So lange dauert es, bis eine Gewohnheit zur Routine wird“, sagt Daniela Krehl.



Vorbereitet statt Fast Food: Wer selbst kocht, weiß genau, was drin ist.

Zutat

ZITRUSFASERN:

Gesund, unkompliziert und vielseitig – genau so sollte die moderne Alltagsküche sein. Doch oft scheitert es an den richtigen Zutaten. Was, wenn es eine Lösung gäbe, die nicht nur wertvolle Ballaststoffe liefert, sondern auch Kohlenhydrate reduziert und sogar Ei in veganen Rezepten ersetzt? Die Antwort steckt in der Schale von Zitronen: Zitrusfasern. Während sie in der Profiküche längst etabliert sind, entdecken nun immer mehr Hobbyköche das Potenzial dieser natürlichen Zutat.

Rein pflanzlich

Zitrusfasern sind natürliche Lebensmittelzutaten und werden direkt aus Zitrusfrüchten gewonnen. Sie sind in Deutschland in Form eines hellen, geschmacks-

GEMÜSE-LASAG



für eine gesunde Küche

VEGANE UND GLUTENFREIE ALTERNATIVE

und geruchsneutralen Pulvers küchenfertig erhältlich. Das Produkt ist rein pflanzlich und wird in Deutschland hergestellt. Bereits seit Jahren werden Zitrusfasern in der Gastronomie eingesetzt.

Ballaststoffe

Zitrusfasern bestehen zu über 80 Prozent aus wertvollen Ballaststoffen, die gleich mehrere Vorteile bieten, so das Portal obx-medizindirekt.de. Sie regen die Darmtätigkeit an, halten die Verdauung in Schwung, fördern eine gesunde Darmflora, können dazu beitragen, den Blutzuckerspiegel stabil zu halten und zu einem langanhaltenden Sättigungsgefühl verhelfen. Sich länger satt fühlen: Das ist ein Aspekt, der besonders für

Menschen interessant ist, die auf eine kohlenhydratreduzierte Ernährung setzen.

Zutaten austauschen

Ernährungsexperten wissen längst: Der Schlüssel zu einer gesunden und ausgewogenen Ernährung liegt nicht im Verzicht, sondern im cleveren Austausch der verwendeten Zutaten. Oft schrecken neue Bestandteile allerdings Verbraucher ab: Denn ihre Verwendung erscheint kompliziert. Doch genau hier punkten Zitrusfasern: Sie lassen sich mühelos in den Küchenalltag integrieren. Ein Teelöffel genügt, um eine Soße sämig zu machen oder ein Dressing zu stabilisieren. Dank ihres hohen Ballaststoffanteils und der kalorienarmen Eigenschaften

eignen sich Zitrusfasern ideal für Low-Carb- und bewusste Ernährungskonzepte. Sie machen satt, ohne zu belasten.

Einfache Anwendung

Zitrusfasern sind nicht nur gesund, sie machen auch die Zubereitung in der Küche einfacher. Statt Stärke oder Mehlschwitze zur Bindung von Soßen und Suppen – einfach Zitrusfasern verwenden. Statt Ei in Burgerpatties oder Dressings – Zitrusfasern. Der Effekt: weniger leere Kalorien, mehr wertvolle Nährstoffe in Form von Ballaststoffen. Für eine ausgewogene Ernährung empfiehlt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung eine tägliche Ballaststoffaufnahme von 30 Gramm – ein Ziel, das viele Menschen in Deutschland nicht erreichen.

Neutraler Geschmack

Besonders in der pflanzlichen Küche bieten Zitrusfasern eine smarte Alternative zu tierischen Produkten. In Rezepten, die sonst Ei enthalten, übernehmen sie die Funktion des natürlichen Binders. Gerade bei Dips, Saucen oder veganen Burgerpatties zeigt sich ihre Stärke: Einfach mit etwas Wasser oder pflanzlicher Milch vermengen und fertig ist die perfekte Konsistenz. Ein weiterer Vorteil: Zitrusfasern sind neutral im Geschmack und lassen sich mühelos in süßen wie herzhaften Gerichten einsetzen. Ob in einem cremigen Salatdressing, einem frischen Smoothie oder einem knusprigen Bratling – die Zitrusfaser passt sich flexibel an. Folgendes Rezept zeigt, wie einfach die Anwendung ist:

NE MIT AMARANTH-BOLOGNESE UND VEGANER BÉCHAMELSAUCE



Zutaten für vier Portionen:

- 300 g Amaranth
- 400 ml Wasser
- 2 TL Gemüsebrühepulver
- 1 Flasche Passata (690 g)
- 1-2 EL Arrabiatagewürz
- Salz, Pfeffer
- 800 g Zucchini
- 20 g Kokosöl
- 200 ml Mandeldrink
- 6 g Zitrusfaser
- Salz
- Pfeffer
- 2 EL Hefeflocken
- Muskatnuss

So wird's gemacht:

1. Für die Amaranth-Bolognese: Amaranth mit Wasser, Gemüsebrühepulver, Passata sowie Arrabiatagewürz in einen Topf geben und 30 Minuten garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Inzwischen Zucchini waschen, putzen und mit einem Spar-

schäler zu dünnen Scheiben abziehen.

3. Für die vegane Béchamel-Sauce: Kokosöl in den Mixtopf einer Küchenmaschine geben und 30 Sek./100 °C/Stufe 1 schmelzen. Mandeldrink, Zitrusfaser, Salz, Pfeffer zugeben, 5 Sek./Stufe 5 mixen, dann 6 Min./90 °C/Stufe 3 erhitzen. Hefeflocken unterrühren, mit Muskat abschmecken.
4. Backofen auf 180 °C (160 °C Umluft) vorheizen.
5. Etwas Amaranth-Bolognese in einer Auflaufform (ca. 30 x 23 x 7 cm) verteilen. Eine Lage Zucchini dicht an dicht einschichten. Vorgang wiederholen, bis Amaranth-Bolognese und Zucchini aufgebraucht sind. Mit Zucchini enden.
6. Béchamelsauce darauf verteilen. Im heißen Ofen ca. 40 Min. backen, bis die Zucchini weich sind.

Ihre Glückssterne

vom 29. März – 4. April 2025



Widder (21.3. – 20.4.)
Sie nehmen sich Zeit für entspannte Stunden, lassen Ihren Gedanken freien Lauf und spüren, dass Sie Ihrer Intuition vertrauen können. Glückstag: Dienstag



Stier (21.4. – 20.5.)
Engagiert und beharrlich setzen Sie sich für Ihre Belange ein. In die Liebe bringen Sie unter Venus frischen Wind. Glückstag: Donnerstag



Zwillinge (21.5. – 21.6.)
Es kann lohnend sein, nochmals auf alles zu schauen, was bisher nicht rundgelaufen ist. Ein zweiter Anlauf kann die erhofften Ergebnisse liefern. Glückstag: Dienstag



Krebs (22.6. – 22.7.)
Sie spüren, wie tief Ihre Gefühle sind. Unter Venus sprechen Sie über das, was Sie bewegt. Zeigen Sie, wie geborgen Sie sich fühlen. Glückstag: Mittwoch



Löwe (23.7. – 23.8.)
Sie haben unter Neptun zahlreiche kreative Einfälle, merken aber auch, dass es vorteilhaft ist, nichts zu überstürzen. Notieren Sie Wichtiges. Glückstag: Montag



Jungfrau (24.8. – 23.9.)
Nicht alles gelingt wie erhofft und Ruhe zu bewahren sowie aufgeschlossen für Veränderungen zu sein, kann weiterhelfen. Glückstag: Dienstag



Waage (24.9. – 23.10.)
Neues anzugehen, kann in Ihrem Sinne sein, doch einiges stellt sich noch unklar dar. Bleiben Sie geduldig, und lassen Sie sich nicht täuschen. Glückstag: Freitag



Skorpion (24.10. – 22.11.)
Sie faszinieren fantasievoll und setzen entschlossen um, was Sie überlegt haben. Ausdauer beweisen Sie, wenn manches nicht sofort gelingt. Glückstag: Freitag



Schütze (23.11. – 21.12.)
Im Emotionalen können Sie durch das Vorgehen Ihrer Lieben etwas verwirrt sein. Steigern Sie sich nicht in negative Gedanken hinein. Glückstag: Donnerstag



Steinbock (22.12. – 20.1.)
Ein Streit lässt sich beilegen, die Versöhnung ist wundervoll und Sie starten erfreut, was von Bedeutung ist und sich finanziell lohnen kann. Glückstag: Dienstag



Wassermann (21.1. – 19.2.)
Veränderungen können bereichern und Sie möchten manches weiterentwickeln, was Ihnen am Herzen liegt. Warten Sie manche Entwicklungen ab. Glückstag: Freitag



Fische (20.2. – 20.3.)
Ruhige Momente stärken und elanvoll erledigen Sie dann Wichtiges. Sie faszinieren mit Ihrem Agieren, und auch die Liebe erhält Frische. Glückstag: Donnerstag



Foto: shironosov/Stock via Getty Images

Diese Woche im Kreuzworträtsel zu gewinnen!

Der Camcorder eignet sich auch für Video-Chats (Abb. ähnlich).

Filmen wie die Profis!

Ob für Vlogs, Familienfeiern oder kreative Projekte – dieser Camcorder ist ideal für alle, die gestochen scharfe Videos und brillante Fotos aufnehmen möchten. Der 3-Zoll-Bildschirm lässt sich um 270 Grad schwenken, während der 18-fache Digitalzoom für flexible Aufnahmen sorgt. Dank LED-Fülllicht sind auch bei schlechten Lichtverhältnissen klare und brillante Ergebnisse möglich. Besonders praktisch für YouTuber: Funktionen wie Zeitraffer, Loop-Aufnahme, Videopause und Selfie-Modus bieten kreativen Spielraum. Zudem lässt sich die Kamera während des Ladevorgangs nutzen – ideal für lange Aufnahmen. Mit der Webcam-Funktion ist der Camcorder auch für Live-Streams und Video-Chats perfekt. Aufgrund der einfachen Bedienung und der 360°-Fernbedienung ist er sowohl für Anfänger als auch für Profis geeignet.

• Wir verlosen einen 4K-Camcorder mit LED-Fülllicht und Fernbedienung.

Teilnahmebedingungen

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

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

Tel.-Nummer 01 37 9 91 11 00

(50 Cent pro Anruf inkl. MwSt aus dem deutschen Netz.)

Einsendeschluss: 31. März 2025, 18 Uhr

Teilnahme ab 18 Jahren, der Hauptwohnsitz muss in NRW liegen. Bis 18 Uhr muss Ihr Anruf bzw. Ihre E-Mail bei WestLotto registriert sein. Postkarten, Briefe, Fax oder andere Mitteilungsformen werden nicht berücksichtigt. Mehrfachteilnahmen werden ausgeschlossen. Mitarbeiter von WestLotto und deren Angehörige dürfen nicht teilnehmen. Sollten mehr richtige Lösungen eingehen als Preise vorhanden, entscheidet unter Aufsicht das Los. Gewinne können weder umgetauscht noch ausgezahlt oder übertragen werden (Rechtsweg ausgeschlossen). Auslieferung ab Lager. Modellabweichungen sind möglich.



WÖRTERBAUM

Bilden Sie aus den neun Buchstaben des Wörterbaums Begriffe mit mindestens vier Buchstaben.

F

Lösungsbeispiele: SEIL, REICH, FELS

E

H

C

E

L

I

S

R

Auflösung aus GLÜCK 11: FEUERHOLZ

Neue Wertung:

vier- und fünfbuchstabile Wörter: 1 Punkt
sechs- und siebenbuchstabile Wörter: 2 Punkte
achtbuchstabile Wörter: 5 Punkte
neunbuchstabiges Wort: 10 Punkte
Wörter, die den Buchstaben in der Baumspitze enthalten, zählen doppelt.

56 Punkte und mehr: hervorragend

31 bis 55 Punkte: sehr gut
bis 30 Punkte: gut

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------|---------------------------------|-----------------------------|--------------------------|------------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|---------------------------|--------------------------|----------------------------|------------------------|-------------------------------|------------------------|-------------------------|------------------|
| Schulleiter | englisch: Erde | 5 | Gerichtsschreiber | kleine Krebse im Plankton | Forschungseinrichtung | herankommen | Stadt bei Avignon | Heil- und Gewürzpflanze | 11 | englisch: Ende | alte Kreidestufe (geolog.) | Grund für Rutschgefahr | dt. Luftschiffpionier, † 1942 | EDV-Begriff (Internet) | französische Hafenstadt | englisch: Irrtum |
| Vater in der Kindersprache | Papierzählmaß | 16 | Steuer im MA. | ein-facher Schrank | spannende Filme (Kw.) | Zwang | 17 | skand. Hirtenhorn | 1 | Schiffstau-spanngerät | 19 | Schiffsbau-anlage | höflicher Mann | Kerbtier-schaden | | |
| besitz-anzei-gendes Fürwort | eine Eis-speise (Pflirsich ...) | altrömi-sche Hundert-schaft | streiten | hart-näckig, ver-bissen | 2 | künst-liche Rinden-zeichen | Boxhieb | 15 | Hof um eine Licht-quelle | chemi-sches Element | japan. Gesell-schaft-erin | 18 | Flüssig-keits-maß (Abk.) | junge Frau | | |
| ausgest. Riesen-lauf-vogel | seem.: Wasser-ablauf-loch | gemalte Stadt-ansicht | ein Arbeits-platz | zustim-mender Ausruf | abge-standen | Vorname des Autors Walsers | portug. See-fahrer, † (V. da ...) | japan. Gesell-schaft-erin | 18 | Flüssig-keits-maß (Abk.) | | | | | | |
| Wäh-rungs-einheit in GB | Krieger im MA. | Ein-spruch (Mz.) | gemalte Stadt-ansicht | ein Arbeits-platz | zustim-mender Ausruf | abge-standen | Vorname des Autors Walsers | portug. See-fahrer, † (V. da ...) | japan. Gesell-schaft-erin | 18 | Flüssig-keits-maß (Abk.) | | | | | |
| Back-ware | 7 | ver-muten | Variante | raum-sparend ver-packen | Zeichen-trick-figur (Biene) | Schell-fisch-art | Sauer-kirsche | deutsche Vorsilbe: schnell | 4 | super-kurzer Rock | | | | | | |
| Fluss durch Hessen | Gebirge in Böhmen | englisch: Tante | mittel-los | winziges Längen-maß | heftiger Kopf-schmerz | Fremd-wortteil: mittel | Frauen-unter-kleidung (Abk.) | Wort-ende: Insel | 12 | | | | | | | |
| Double für ge-fährliche Szenen | 10 | Schla-ger-sänger (Andy) | Verdau-ungs-organ | weiches Schwer-metall | englisch: Baum | | | | | | | | | | | |
| Spiel-fläche im Theater | 13 | Männer-kurz-name | Staat in West-afrika | arab. Namens-teil | Über-bringer | | | | | | | | | | | |
| Elektri-zität | Herr-scher-sitz | ein Umlaut | großer kasachi-scher See | chem. Zeichen für Ru-thenium | | | | | | | | | | | | |
| mit dem Internet ver-bunden | Säugling | 9 | Land-kreis in Japan | Geistes-blitz | | | | | | | | | | | | |

Auflösung des Rätsels Nr. 12/2025

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| L | S | F | L | E | A | F |
| M | I | T | T | A | G | E |
| E | L | R | U | B | K | A |
| G | A | G | A | R | I | N |
| S | E | R | I | E | N | E |
| S | N | E | N | T | L | E |
| O | P | T | I | K | M | A |
| F | U | E | L | L | E | S |
| B | A | R | A | R | A | T |
| P | S | T | A | A | T | U |
| L | U | C | A | S | U | R |
| V | O | R | L | E | B | E |
| I | V | O | L | L | E | N |
| R | A | O | S | Y | N | S |
| D | E | L | L | E | S | A |
| U | B | E | H | A | R | N |
| S | A | T | I | R | E | S |
| Z | O | F | E | D | E | B |
| U | F | M | I | K | E | S |
| R | E | S | E | E | S | S |

[1-14] SCHAFFENSKRAFT

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|

Teilnahme an Gewinnspielen: Hinweise zu Ihren Rechten und den gesetzlichen Grundlagen zum Datenschutz

Verantwortlich im Sinne der EU-Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) für die nachfolgend beschriebene Datenverarbeitung ist die Westdeutsche Lotterie GmbH & Co. OHG (siehe Impressum).

Bei Fragen zum Thema Datenschutz bei WestLotto können Sie sich an die oben genannte Adresse oder per E-Mail an unseren Datenschutzbeauftragten wenden (datenschutz@westlotto.de).

Beteiligen Sie sich an einem Gewinnspiel, verwenden wir Ihren Namen und Ihre Adressdaten für die Durchführung des Gewinnspiels und ggf. die Zusendung der Gewinne. Anhand des Geburtsdatums prüfen wir Ihre Volljährigkeit. Ihre Daten werden grundsätzlich ausschließlich von WestLotto verarbeitet und nicht an Dritte weitergegeben. Ausnahmen betreffen die Fälle, in denen der Gesetzgeber

die Weitergabe der Daten verlangt oder vorseht. Zur Überweisung von Geld-Gewinnen übermitteln wir die hierfür erforderlichen Daten an unser Bankinstitut. Zur Zustellung von Sachgewinnen kann die Weitergabe an unseren Gewinnspielpartner oder eine Logistikfirma nötig sein.

Wir löschen Ihre Daten drei Monate nach dem Gewinnspiel. Sofern seitens WestLotto Gewinne überwiesen oder Sachgewinne ausgeliefert wurden, speichern wir Ihre Daten und den entsprechenden Betrag aus buchhalterischen und anderen gesetzlichen Gründen für die Dauer der jeweils gesetzlich bestimmten Speicherpflichten.

Wenn Sie sich über sämtliche Datenschutzrechte in Zusammenhang mit WestLotto-Angeboten oder -Produkten informieren wollen, erkundigen Sie sich bitte hierzu unter www.westlotto.de/dsgvo oder lassen Sie sich die Datenschutzhinweise in der WestLotto-Annahmestelle ausdrucken.

IMPRESSUM

Westdeutsche Lotterie GmbH & Co. OHG · Redaktion GLÜCK
 Weseler Straße 108-112 · 48151 Münster · E-Mail: glueckzeitung@westlotto.com · westlotto.com · **Fragen und Anregungen:** WestLotto-Service-Center · Tel.: 0251/7006 1222 · E-Mail: info@westlotto.com · **Gesamtleitung:** Carolin Schumacher · **Leitender Redakteur:** Martin Gruse · **Redaktion:** Yvonne Rathmann, Britta Stapelbroek, Frerik Drügemöller · **Layout und Produktion:** Anita Müller, Bianca Imbrenda, Julian Heinen, Lara Wildrath, Weiss-Intermedia · **Herstellung, Druck:** Weiss-Druck · Hans-Georg-Weiss-Str. 7, 52156 Monschau · **Themendienst:** dpa-Magazin · **Titelfoto:** Jens Naumann

Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Bildmaterial und Unterlagen wird keine Haftung übernommen. Veröffentlichung der Systeme sowie alle Zahlenangaben ohne Gewähr. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung der Redaktion.

 www.blauer-engel.de/uz195

Dieses Druckerzeugnis ist mit dem Blauen Engel ausgezeichnet.

LOTTO 6aus49®

Mittwoch, 19. März 2025

| | | |
|------------------|-----------|--------------------|
| Spieleinsatz | | Euro 25.789.617,60 |
| Gewinnzahlen | | Superzahl |
| 9 13 29 30 32 38 | | 8 |
| Klasse 1 (6+SZ) | unbesetzt | 21.544.464,10 |
| Klasse 2 (6) | unbesetzt | 3.884.480,00 |
| Klasse 3 (5+SZ) | 26 x | 18.324,30 |
| Klasse 4 (5) | 270 x | 5.259,70 |
| Klasse 5 (4+SZ) | 1.868 x | 210,90 |
| Klasse 6 (4) | 16.194 x | 57,70 |
| Klasse 7 (3+SZ) | 38.347 x | 20,70 |
| Klasse 8 (3) | 330.771 x | 11,30 |
| Klasse 9 (2+SZ) | 299.737 x | 6,00 |

| | | |
|---------------------------------------|--|-----------|
| Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge | | Superzahl |
| 9 13 29 32 38 30 | | 8 |

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

| | | |
|------------|-------------------|---|
| 19.02.2025 | 4 8 10 25 28 44 | 3 |
| 26.02.2025 | 12 17 22 24 29 45 | 7 |
| 05.03.2025 | 4 22 26 29 45 46 | 7 |
| 12.03.2025 | 2 14 26 37 38 46 | 2 |

Samstag, 22. März 2025

| | | |
|-------------------|-----------|--------------------|
| Spieleinsatz | | Euro 46.937.251,20 |
| Gewinnzahlen | | Superzahl |
| 11 20 28 30 35 41 | | 3 |
| Klasse 1 (6+SZ) | unbesetzt | 25.064.757,90 |
| Klasse 2 (6) | 5 x | 1.281.331,20 |
| Klasse 3 (5+SZ) | 57 x | 15.339,50 |
| Klasse 4 (5) | 509 x | 5.120,30 |
| Klasse 5 (4+SZ) | 3.473 x | 208,10 |
| Klasse 6 (4) | 29.103 x | 58,90 |
| Klasse 7 (3+SZ) | 67.275 x | 21,70 |
| Klasse 8 (3) | 558.917 x | 12,30 |
| Klasse 9 (2+SZ) | 522.304 x | 6,00 |

| | | |
|---------------------------------------|--|-----------|
| Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge | | Superzahl |
| 30 41 11 20 35 28 | | 3 |

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

| | | |
|------------|-------------------|---|
| 22.02.2025 | 6 8 12 26 28 34 | 0 |
| 01.03.2025 | 11 25 26 30 36 44 | 8 |
| 08.03.2025 | 13 25 26 27 41 44 | 5 |
| 15.03.2025 | 6 11 30 35 36 47 | 0 |

Der Jackpot geht auf die Mittwochsziehung vom 26. März über.
Gewinnsumme in Klasse 1 rd. 27 Mio. Euro.

LOTTO 6aus49®

Gewinnchance in Klasse 1 = 1:139.838.160

| | | | | |
|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| 1 802 13 | 2 791 3 | 3 820 18 | 4 790 5 | 5 782 11 |
| 6 844 2 | 7 792 15 | 8 756 8 | 9 798 1 | 10 778 9 |
| 11 806 - | 12 753 7 | 13 716 1 | 14 761 3 | 15 755 13 |
| 16 802 12 | 17 775 7 | 18 785 10 | 19 792 30 | 20 736 - |
| 21 729 41 | 22 805 5 | 23 765 10 | 24 780 7 | 25 827 4 |
| 26 836 3 | 27 807 4 | 28 740 - | 29 776 1 | 30 778 - |
| 31 829 17 | 32 782 1 | 33 816 18 | 34 769 8 | 35 765 - |
| 36 782 2 | 37 772 3 | 38 820 1 | 39 767 11 | 40 776 17 |
| 41 810 - | 42 790 27 | 43 836 10 | 44 784 4 | 45 717 5 |
| 46 752 3 | 47 791 2 | 48 780 10 | 49 821 12 | |

| | | | | |
|---------------|----------------|---------------|---------------|----------------|
| 0 344 2 | 1 348 43 | 2 345 3 | 3 364 - | 4 370 17 |
| 5 365 4 | 6 358 19 | 7 370 5 | 8 333 1 | 9 331 30 |

LOTTO 6aus49® Wie oft gezogen (rote Zahl) · Superzahl (blaue Zahl) · Wie lange nicht gezogen (schwarze Zahl)

Bei jeder Ziehung entscheidet der Zufall über die gezogenen Zahlen.
Bekanntgabe der Gewinnzahlen im ZDF am Mittwoch, 18.54 Uhr, in der ARD am Samstag, 19.57 Uhr.

Spiel 77

Mittwoch, 19. März 2025

| | | |
|--------------|--------------------|-------------------|
| Spieleinsatz | | Euro 5.616.852,50 |
| Gewinnzahl | | 4 5 0 4 8 0 7 |
| Klasse 1 | Gewinnz. unbesetzt | 399.358,20 |
| Klasse 2 | 6 Endz. 3 x | 77.777,00 |
| Klasse 3 | 5 Endz. 17 x | 7.777,00 |
| Klasse 4 | 4 Endz. 215 x | 777,00 |
| Klasse 5 | 3 Endz. 1.989 x | 77,00 |
| Klasse 6 | 2 Endz. 21.505 x | 17,00 |
| Klasse 7 | 1 Endz. 250.987 x | 5,00 |

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

| | |
|------------|---------------|
| 19.02.2025 | 2 6 2 6 3 3 3 |
| 26.02.2025 | 5 9 1 7 2 5 0 |
| 05.03.2025 | 4 2 9 1 1 8 3 |
| 12.03.2025 | 9 9 8 7 3 6 8 |

Samstag, 22. März 2025

| | | |
|--------------|--------------------|--------------------|
| Spieleinsatz | | Euro 11.190.372,50 |
| Gewinnzahl | | 5 2 7 9 6 7 5 |
| Klasse 1 | Gewinnz. unbesetzt | 1.194.993,70 |
| Klasse 2 | 6 Endz. 3 x | 77.777,00 |
| Klasse 3 | 5 Endz. 52 x | 7.777,00 |
| Klasse 4 | 4 Endz. 501 x | 777,00 |
| Klasse 5 | 3 Endz. 4.653 x | 77,00 |
| Klasse 6 | 2 Endz. 46.297 x | 17,00 |
| Klasse 7 | 1 Endz. 442.022 x | 5,00 |

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

| | |
|------------|---------------|
| 22.02.2025 | 6 3 6 5 4 7 1 |
| 01.03.2025 | 9 3 1 4 9 5 6 |
| 08.03.2025 | 9 7 1 1 7 1 6 |
| 15.03.2025 | 1 0 5 9 2 0 5 |

Spiel 77

Gewinnchance in Klasse 1 = 1:10.000.000

SUPER 6

Mittwoch, 19. März 2025

| | | |
|--------------|-------------------|-------------------|
| Spieleinsatz | | Euro 2.488.857,50 |
| Gewinnzahl | | 2 2 6 2 7 8 |
| Klasse 1 | Gewinnz. 2 x | 100.000,00 |
| Klasse 2 | 5 Endz. 20 x | 6.666,00 |
| Klasse 3 | 4 Endz. 190 x | 666,00 |
| Klasse 4 | 3 Endz. 2.004 x | 66,00 |
| Klasse 5 | 2 Endz. 19.981 x | 6,00 |
| Klasse 6 | 1 Endz. 196.125 x | 2,50 |

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

| | |
|------------|-------------|
| 19.02.2025 | 9 6 3 4 9 8 |
| 26.02.2025 | 0 4 6 5 6 0 |
| 05.03.2025 | 5 0 4 7 4 8 |
| 12.03.2025 | 7 4 0 6 1 5 |

Samstag, 22. März 2025

| | | |
|--------------|-------------------|-------------------|
| Spieleinsatz | | Euro 4.860.319,19 |
| Gewinnzahl | | 2 5 5 5 0 7 |
| Klasse 1 | Gewinnz. 5 x | 100.000,00 |
| Klasse 2 | 5 Endz. 37 x | 6.666,00 |
| Klasse 3 | 4 Endz. 307 x | 666,00 |
| Klasse 4 | 3 Endz. 3.617 x | 66,00 |
| Klasse 5 | 2 Endz. 36.345 x | 6,00 |
| Klasse 6 | 1 Endz. 429.101 x | 2,50 |

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

| | |
|------------|-------------|
| 22.02.2025 | 1 9 8 3 5 8 |
| 01.03.2025 | 4 1 1 0 9 4 |
| 08.03.2025 | 2 4 5 4 7 8 |
| 15.03.2025 | 7 9 6 9 5 9 |

SUPER 6

Gewinnchance in Klasse 1 = 1:1.000.000

KENO

VON LOTTO

Gewinnzahlen

Ziehung Montag, 17. März

| | | | | |
|----|----|----|----|----|
| 8 | 12 | 14 | 17 | 18 |
| 20 | 25 | 31 | 35 | 37 |
| 41 | 44 | 49 | 51 | 52 |
| 59 | 64 | 65 | 66 | 68 |
| 0 | 6 | 1 | 3 | 1 |



Ziehung Dienstag, 18. März

| | | | | |
|----|----|----|----|----|
| 1 | 10 | 13 | 15 | 16 |
| 18 | 23 | 25 | 31 | 32 |
| 33 | 35 | 38 | 39 | 45 |
| 46 | 48 | 56 | 57 | 67 |
| 1 | 9 | 0 | 6 | 2 |



Ziehung Mittwoch, 19. März

| | | | | |
|----|----|----|----|----|
| 4 | 12 | 16 | 27 | 29 |
| 30 | 34 | 42 | 44 | 46 |
| 48 | 53 | 54 | 56 | 57 |
| 58 | 59 | 61 | 66 | 70 |
| 6 | 2 | 4 | 8 | 5 |



Ziehung Donnerstag, 20. März

| | | | | |
|----|----|----|----|----|
| 4 | 8 | 13 | 16 | 17 |
| 18 | 21 | 22 | 29 | 39 |
| 44 | 46 | 47 | 50 | 52 |
| 53 | 54 | 55 | 59 | 70 |
| 5 | 6 | 2 | 9 | 0 |



Ziehung Freitag, 21. März

| | | | | |
|----|----|----|----|----|
| 4 | 6 | 8 | 16 | 22 |
| 24 | 27 | 28 | 31 | 35 |
| 38 | 39 | 46 | 51 | 52 |
| 56 | 59 | 60 | 65 | 67 |
| 9 | 3 | 1 | 2 | 2 |



Ziehung Samstag, 22. März

| | | | | |
|----|----|----|----|----|
| 15 | 16 | 18 | 21 | 27 |
| 30 | 38 | 39 | 40 | 47 |
| 49 | 54 | 55 | 57 | 58 |
| 60 | 64 | 66 | 67 | 68 |
| 4 | 5 | 2 | 4 | 1 |



Ziehung Sonntag, 23. März

| | | | | |
|----|----|----|----|----|
| 3 | 6 | 8 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 20 | 25 |
| 40 | 43 | 49 | 50 | 53 |
| 55 | 56 | 65 | 69 | 70 |
| 7 | 2 | 2 | 4 | 1 |



Chance auf den Spitzengewinn: 1:2.147.181

Wie oft gezogen – Stand: 23. März 2025

| | | | | | | | | | |
|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 2077 | 2184 | 2148 | 2038 | 2064 | 2100 | 2118 | 2129 | 2179 | 2154 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 2094 | 2092 | 2079 | 2074 | 2106 | 2099 | 2079 | 2103 | 2059 | 2172 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 2115 | 2030 | 2072 | 2114 | 2121 | 2127 | 2160 | 2117 | 2147 | 2054 |
| 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 |
| 2104 | 2157 | 2198 | 2073 | 2089 | 2147 | 2062 | 2142 | 2155 | 2115 |
| 41 | 42 | 43 | 44 | 45 | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 |
| 2096 | 2076 | 2113 | 2137 | 2089 | 2063 | 2098 | 2085 | 2214 | 2142 |
| 51 | 52 | 53 | 54 | 55 | 56 | 57 | 58 | 59 | 60 |
| 2078 | 2114 | 2150 | 2071 | 2145 | 2104 | 2129 | 2126 | 2135 | 2130 |
| 61 | 62 | 63 | 64 | 65 | 66 | 67 | 68 | 69 | 70 |
| 2045 | 2065 | 2127 | 2190 | 2111 | 2159 | 2058 | 2101 | 2084 | 2118 |

KENO-Ziehung täglich um 19.10 Uhr im Internet (www.lotto.de/keno), ab 19.30 Uhr im WDR-Video-Text Seite 554, im hr fernsehen kurz vor der hessenschau um 19.29 Uhr.



Gewinnzahl

Freitag, 21. März 2025

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 2 | 0 | 1 | 3 | 5 | 9 | 6 |
|---|---|---|---|---|---|---|

Spieleinsatz: Euro 126.219,50

Spieleinsätze

- LOTTO 6aus49: 1,20 Euro* je Tipp
 - Spiel 77: 2,50 Euro* je Ziehung
 - SUPER 6: 1,25 Euro* je Ziehung
 - Eurojackpot: 2,00 Euro* je Tipp
 - GlücksSpirale: 5,00 Euro* je Ziehung
 - Sieger-Chance: 3,00 Euro* je Ziehung
 - KENO: 1, 2, 5 oder 10 Euro* je Tipp
 - plus 5: 0,75 Euro* je Ziehung
 - TOTO 13er Ergebniswette: 0,50 Euro* je Tipp
 - TOTO 6aus45 Auswahlwette: 0,65 Euro* je Tipp
 - Doppelte Sieben: 1, 2,50 oder 5 Euro* je Tipp
- *zuzüglich Bearbeitungsgebühr

Annahmeschluss

- LOTTO 6aus49 (mit Zusatzlotterien Spiel 77 und SUPER 6): mittwochs 18 Uhr und samstags 19 Uhr
- Eurojackpot: dienstags und freitags 19 Uhr
- GlücksSpirale und Sieger-Chance: samstags 19 Uhr
- KENO (mit Zusatzlotterie plus 5): täglich 18:30 Uhr
- TOTO 13er Ergebniswette: samstags 15 Uhr
- TOTO 6aus45 Auswahlwette: samstags 13 Uhr
- Doppelte Sieben: freitags 19 Uhr

Ziehungen der Gewinnzahlen

- LOTTO 6aus49: mittwochs 18.25 Uhr, samstags 19.25 Uhr (jeweils live im Internet)
- Zusatzlotterien Spiel 77 und SUPER 6: mittwochs 18.15 Uhr, samstags 19.15 Uhr
- GlücksSpirale und Sieger-Chance: samstags 19.15 Uhr
- Eurojackpot: dienstags und freitags ab 20 Uhr
- KENO: täglich 19.10 Uhr
- Doppelte Sieben: freitags 20 Uhr

Bekanntgabe der Gewinnzahlen

- LOTTO 6aus49: mittwochs und samstags direkt nach der Live-Ziehung im Internet / mittwochs 18.54 Uhr: ZDF (mit Zusatzlotterien Spiel 77 und SUPER 6) / samstags 19.57 Uhr: ARD (mit Zusatzlotterien Spiel 77, SUPER 6 und GlücksSpirale) sowie im Videotext von ARD und ZDF
- Eurojackpot: dienstags und freitags am späten Abend, Gewinnzahlen und -quoten im Internet sowie im Videotext von ARD und ZDF
- KENO: täglich ab 19.10 Uhr mit Zusatzlotterie plus 5 im Internet
- TOTO: im Internet sowie im Videotext von ARD und ZDF
- Doppelte Sieben: freitags nach der Ziehung im Internet

In Deutschland lizenzierter Anbieter (www.gluecksspiel-whitelist.de). Teilnahme ab 18 Jahren. Glücksspiel kann süchtig machen! Hilfe und Beratung unter BIÖG: 0800 1372700 (kostenlos). www.check-dein-spiel.de. Jackpot-Chance 1 : 140 Mio.

Dienstag, 18. März 2025

| Spieleinsatz | | | Euro 47.369.498,00 |
|--------------|-------|-----------|--------------------|
| Gewinnzahlen | | | Eurozahlen |
| 1 | 7 | 14 47 50 | 3 7 |
| Klasse 1 | {5+2} | unbesetzt | 85.924.152,44 |
| Klasse 2 | {5+1} | 2 | x 1.018.444,20 |
| Klasse 3 | {5+0} | 3 | x 382.903,40 |
| Klasse 4 | {4+2} | 48 | x 3.947,40 |
| Klasse 5 | {4+1} | 792 | x 299,00 |
| Klasse 6 | {3+2} | 2.362 | x 116,90 |
| Klasse 7 | {4+0} | 1.486 | x 116,90 |
| Klasse 8 | {2+2} | 36.504 | x 18,20 |
| Klasse 9 | {3+1} | 35.600 | x 18,20 |
| Klasse 10 | {3+0} | 67.851 | x 18,20 |
| Klasse 11 | {1+2} | 188.624 | x 9,10 |
| Klasse 12 | {2+1} | 511.387 | x 9,10 |

| Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge | | | Eurozahlen |
|---------------------------------------|----|--------|------------|
| 50 | 47 | 14 7 1 | 3 7 |

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

| | | | | | | | |
|------------|----|----|----|----|----|---|----|
| 18.02.2025 | 1 | 9 | 14 | 19 | 44 | 2 | 3 |
| 25.02.2025 | 28 | 31 | 38 | 42 | 48 | 3 | 10 |
| 04.03.2025 | 4 | 12 | 35 | 37 | 48 | 4 | 10 |
| 11.03.2025 | 15 | 18 | 22 | 23 | 44 | 1 | 11 |

Gewinnzahlen

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|
| 1 | 87 | 2 | 82 | 3 | 80 | 4 | 83 | 5 | 72 | 6 | 85 | 7 | 90 | 8 | 84 | 9 | 90 | 10 | 79 |
| 11 | 94 | 12 | 80 | 13 | 86 | 14 | 85 | 15 | 86 | 16 | 93 | 17 | 92 | 18 | 91 | 19 | 83 | 20 | 100 |
| 21 | 89 | 22 | 81 | 23 | 87 | 24 | 78 | 25 | 73 | 26 | 78 | 27 | 68 | 28 | 75 | 29 | 81 | 30 | 89 |
| 31 | 84 | 32 | 86 | 33 | 74 | 34 | 96 | 35 | 90 | 36 | 76 | 37 | 80 | 38 | 87 | 39 | 87 | 40 | 79 |
| 41 | 87 | 42 | 78 | 43 | 82 | 44 | 82 | 45 | 87 | 46 | 83 | 47 | 81 | 48 | 66 | 49 | 98 | 50 | 71 |

Eurozahlen

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|-----|---|-----|---|-----|---|-----|---|-----|---|-----|---|-----|---|-----|---|-----|----|-----|----|----|----|----|
| 1 | 154 | 2 | 143 | 3 | 178 | 4 | 161 | 5 | 177 | 6 | 153 | 7 | 162 | 8 | 171 | 9 | 139 | 10 | 131 | 11 | 46 | 12 | 55 |
|---|-----|---|-----|---|-----|---|-----|---|-----|---|-----|---|-----|---|-----|---|-----|----|-----|----|----|----|----|

Wie oft gezogen (rote Zahl) · Wie lange nicht gezogen (schwarze Zahl) · Ziehung der Gewinnzahlen immer dienstags und freitags. Bekanntgabe im ARD-Videotext, Seite 583 – ZDF-Videotext, Seite 564 und unter www.westlotto.de

Ziehung am Samstag, 22. März 2025

Spieleinsatz: Euro 4.735.785,50

| | | | | | |
|-----------|---------|---|-----------|---|---------|
| Klasse 1 | 7 | = | 107.979,3 | x | Euro 10 |
| Klasse 2 | 61 | = | 8.277,6 | x | 25 |
| Klasse 3 | 343 | = | 920,1 | x | 100 |
| Klasse 4 | 9820 | = | 78,8 | x | 1.000 |
| Klasse 5 | 04856 | = | 11 | x | 10.000 |
| Klasse 6 | 031081 | = | 1 | x | 100.000 |
| | 846380 | = | | | |
| Klasse 7* | 9754344 | = | 0 | x | 10.000 |

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

| | | |
|----------------------------|---------------|---------|
| Gewinnzahlen 22.02. | 8 | Euro 10 |
| | 3 0 | 25 |
| | 9 5 8 | 100 |
| | 4 7 2 7 | 1.000 |
| | 7 0 7 5 2 | 10.000 |
| | 0 5 3 3 6 1 | 100.000 |
| | 1 1 8 0 9 0 | 100.000 |
| | 0 4 3 7 3 8 7 | 10.000 |
| Gewinnzahlen 08.03. | 9 | Euro 10 |
| | 1 5 | 25 |
| | 9 1 9 | 100 |
| | 0 7 0 3 | 1.000 |
| | 6 7 8 3 7 | 10.000 |
| | 3 4 8 9 4 3 | 100.000 |
| | 3 9 5 1 7 1 | 100.000 |
| | 3 0 5 0 7 1 3 | 10.000 |

Die Sieger-Chance

Ziehung am Samstag, 22. März 2025

Spieleinsatz: Euro 513.729,00

| | | | | |
|--------------|-----------|---|---|------------|
| Klasse 1** | 16648 = | 3 | x | 10.000 |
| | 27866 = | | | |
| Klasse 2*** | 273445 = | 0 | x | Euro 5.000 |
| Klasse 3**** | 5720095 = | 0 | x | 1.000.000 |
| | 7808897 = | | | |
| | 8548582 = | | | |

als 10-Jahres-Rente auf Basis eines Kapitalstocks von 600.000,00 Euro

| | | |
|----------------------------|---------------|---------|
| Gewinnzahlen 01.03. | 9 | Euro 10 |
| | 8 8 | 25 |
| | 3 5 8 | 100 |
| | 2 9 4 5 | 1.000 |
| | 9 3 5 1 1 | 10.000 |
| | 0 5 9 3 3 2 | 100.000 |
| | 1 5 6 1 6 9 | 100.000 |
| | 2 6 1 1 4 3 4 | 10.000 |
| Gewinnzahlen 15.03. | 9 | Euro 10 |
| | 0 1 | 25 |
| | 5 3 4 | 100 |
| | 0 1 3 3 | 1.000 |
| | 0 1 6 9 8 | 10.000 |
| | 2 1 6 9 6 2 | 100.000 |
| | 7 8 8 1 5 5 | 100.000 |
| | 9 3 9 6 2 1 9 | 10.000 |

| | | |
|----------------------------|---------------|--------|
| Gewinnzahlen 22.02. | 1 4 5 4 1 | 10.000 |
| | 2 6 8 8 0 | 10.000 |
| | 7 7 2 0 9 6 | 5.000 |
| | 7 5 4 0 1 4 1 | 1 Mio. |
| | 7 9 6 6 5 9 3 | 1 Mio. |
| | 8 1 6 1 2 0 0 | 1 Mio. |
| Gewinnzahlen 08.03. | 6 6 9 1 3 | 10.000 |
| | 9 3 9 3 1 | 10.000 |
| | 0 6 8 4 3 9 | 5.000 |
| | 0 2 9 4 0 1 5 | 1 Mio. |
| | 8 2 8 5 3 5 5 | 1 Mio. |
| | 9 4 0 1 6 6 0 | 1 Mio. |

| | | |
|----------------------------|---------------|--------|
| Gewinnzahlen 01.03. | 1 8 9 0 7 | 10.000 |
| | 8 8 1 8 9 | 10.000 |
| | 1 5 4 3 0 6 | 5.000 |
| | 4 0 7 0 2 8 1 | 1 Mio. |
| | 7 5 9 3 1 2 2 | 1 Mio. |
| | 9 7 5 5 1 3 1 | 1 Mio. |
| Gewinnzahlen 15.03. | 0 3 6 0 2 | 10.000 |
| | 6 0 0 2 5 | 10.000 |
| | 4 9 2 1 7 3 | 5.000 |
| | 2 6 6 9 7 8 3 | 1 Mio. |
| | 4 2 7 0 9 2 6 | 1 Mio. |
| | 5 5 0 7 9 8 8 | 1 Mio. |

*Gewinnchance 1 : 10 Mio. • **Gewinnchance 1 : 50.000 • ***Gewinnchance 1 : 1 Mio. • ****Gewinnchance 1 : 3,4 Mio.

Auswahlwette / Wettrunde 13 vom 29./30.3.2025

| Spiel | Tag | Gastgeber | Tendenz | Vorrunde | Letzte 2 Jahre | | Gastgeber | Gast |
|-------|-----|---|---------|----------|----------------|-----|-----------|-------|
| 1 | SA | FC Bayern München (1) - FC St. Pauli (15) | 8-1-1 | 1:0 | - | - | UsSnU | nNnUs |
| 2 | SA | TSG 1899 Hoffenh. (14) - FC Augsburg (9) | 4-3-3 | 0:0 | 1:0 | 3:1 | SuSuN | uSuSs |
| 3 | SA | VfL Wolfsburg (8) - 1. FC Heidenheim 1846 (17) | 6-2-2 | 3:1 | - | 2:0 | SuSuN | nUnUs |
| 4 | SA | Borussia Mönchengladb. (7) - RB Leipzig (5) | 4-2-4 | 0:0 | 3:0 | 0:1 | SnSnS | UunUs |
| 5 | SA | Holstein Kiel (18) - SV Werder Bremen (12) | 3-3-4 | 1:2 | - | - | NnSuN | nNnSn |
| 6 | SA | Eintracht Frankfurt (4) - VfB Stuttgart (10) | 4-3-3 | 3:2 | 1:1 | 1:2 | sNnnS | nUnUn |
| 7 | SO | SC Freiburg (6) - 1. FC Union Berlin (13) | 5-3-2 | 0:0 | 4:1 | 0:0 | SsUuU | nNnSu |
| 8 | SO | Borussia Dortmund (11) - 1. FSV Mainz 05 (3) | 6-2-2 | 1:3 | 2:2 | 1:1 | NsSnN | SsSSu |
| 9 | SA | 1. FC Kaiserslaut. (4) - Fortuna Düsseldorf (8) | 4-3-3 | 4:3 | 0:3 | 1:3 | uNsuN | sUnNs |
| 10 | SO | SpVgg Greuther Fürth (12) - FC Schalke 04 (11) | 4-3-3 | 4:3 | - | 2:0 | NsSuN | sNsSn |
| 11 | SO | Preußen Münster (15) - Eintracht Braunsch. (16) | 4-3-3 | 1:1 | - | - | NsNnS | sNuUn |
| 12 | SO | SSV Jahn Regensb. (18) - 1. FC Nürnberg (7) | 3-3-4 | 3:8 | 0:0 | - | uNNuN | sUnSs |
| 13 | SO | PSV Eindhoven (2) - Ajax Amsterdam (1) | 5-2-3 | 2:3 | 3:0 | 5:2 | uuNsS | ssSSu |
| 14 | SA | Como 1907 (13) - FC Empoli (18) | 5-3-2 | 0:1 | - | - | SsNuN | NnUnN |
| 15 | SA | FC Venedig (19) - FC Bologna (4) | 2-3-5 | 0:3 | - | - | NuUUu | NssSs |
| 16 | SA | Juventus Turin (5) - CFC Genua 1893 (12) | 7-2-1 | 3:0 | - | 0:0 | sSsnN | sNuUs |
| 17 | SA | US Lecce (16) - AS Rom (7) | 2-3-5 | 1:4 | 1:1 | 0:0 | UnNnN | SssSs |
| 18 | SO | Cagliari Calcio (15) - AC Monza (20) | 5-3-2 | 2:1 | - | 1:1 | UnNuN | uNnNu |
| 19 | SO | AC Florenz (8) - Atalanta Bergamo (3) | 3-2-5 | 2:3 | 1:1 | 3:2 | nNsNs | uSuSn |
| 20 | SA | Real Sociedad San Sebastian (12) - Real Valladolid (20) | 7-2-1 | 0:0 | 0:1 | - | NsNnU | nNuNn |
| 21 | SA | Espanyol Barcelona (15) - Atletico Madrid (3) | 2-2-6 | 0:0 | 3:3 | - | NuSuN | uSsNn |
| 22 | SA | Deportivo Alaves (17) - Rayo Vallecano (9) | 4-3-3 | 0:1 | - | 1:0 | UnUsU | NnuNu |
| 23 | SO | FC Getafe (11) - FC Villarreal (5) | 3-3-4 | 1:1 | 0:0 | 0:0 | SnNsS | SuSNn |
| 24 | SA | Stade Reims (15) - Olympique Marseille (2) | 1-2-7 | 2:2 | 1:2 | 1:0 | nNNnU | sNsnN |
| 25 | SA | AS Monaco (3) - OGC Nizza (4) | 6-2-2 | 1:2 | 0:3 | 0:1 | sNsUS | SsSnu |
| 26 | SO | Toulouse FC (10) - Stade Brestois (9) | 4-3-3 | 0:2 | 1:1 | 0:3 | nSSuN | uUNsu |
| 27 | SO | Angers SCO (14) - Stade Rennais FC (12) | 3-3-4 | 0:2 | 1:2 | - | SUNnN | nsSnN |
| 28 | SO | AJ Auxerre (11) - Montpellier Herault SC (18) | 4-3-3 | 2:3 | 0:2 | - | UsnSU | NnNnN |
| 29 | SO | Le Havre AC (16) - FC Nantes (13) | 4-3-3 | 2:0 | - | 0:1 | nnSuN | NsNns |
| 30 | SA | NAC Breda (12) - FC Groningen (9) | 4-3-3 | 1:4 | - | 3:2 | NuNuU | NsSus |
| 31 | SA | Fortuna Sittard (8) - Sparta Rotterdam (15) | 3-3-4 | 1:1 | 0:0 | 0:2 | nNSsN | NNsUu |
| 32 | SA | Willem II Tilburg (16) - Almere City (18) | 5-3-2 | 1:0 | 1:1 | - | UnNnN | UNnNu |
| 33 | SA | PEC Zwolle (14) - RKC Waalwijk (17) | 5-3-2 | 1:1 | - | 1:2 | NuNnU | SsNnn |
| 34 | SA | NEC Nijmegen (11) - AZ Alkmaar (6) | 3-3-4 | 0:1 | 0:3 | 0:3 | uUNuS | SssNU |
| 35 | SO | FC Utrecht (3) - SC Heerenveen (10) | 6-2-2 | 1:1 | 1:0 | 0:2 | nUsSn | uUsNu |
| 36 | SO | Heracles Almelo (13) - FC Twente Enschede (5) | 2-2-6 | 0:5 | - | 2:2 | sNsnU | ssUsn |
| 37 | SO | Feyenoord Rotterdam (4) - Go Ahead Eagles Deventer (7) | 7-2-1 | 5:1 | 3:0 | 3:1 | sUsuS | sNsSs |
| 38 | SA | VfL Osnabrück (16) - TSV 1860 München (11) | 5-2-3 | 2:2 | 0:2 | - | uSnSn | nSsUs |
| 39 | SA | Waldhof Mannheim (14) - Borussia Dortmund II (15) | 5-3-2 | 1:0 | 2:1 | 1:3 | UsNsS | UnNUu |
| 40 | SA | Hansa Rostock (7) - 1. FC Saarbrücken (3) | 4-3-3 | 0:2 | - | - | NsssN | sSsNn |
| 41 | SA | SpVgg Unterhaching (20) - Alemannia Aachen (12) | 3-2-5 | 1:3 | - | - | sNUnN | uNnSs |
| 42 | SA | Energie Cottbus (2) - FC Erzgebirge Aue (10) | 5-2-3 | 3:1 | - | - | NnNuS | sSsNn |
| 43 | SA | DSC Arminia Bielefeld (4) - Hannover 96 II (19) | 7-2-1 | 4:1 | - | - | SsNsS | NnNUs |
| 44 | SO | FC Ingolstadt 04 (5) - FC Viktoria Köln (6) | 5-2-3 | 4:4 | 1:3 | 1:3 | NsNnS | UnNsU |
| 45 | SO | SG Dynamo Dresden (1) - SV Wehen Wiesbaden (9) | 6-2-2 | 0:1 | 3:1 | - | NsSuU | SnSuN |

Spiele 1-45 = Meisterschaftsspiele
 Spiele 1-8 = Bundesliga
 Spiele 9-12 = 2. Bundesliga
 Spiele 13 + 30-37 = 1. Liga Niederlande
 Spiele 14-19 = 1. Liga Italien
 Spiele 20-23 = 1. Liga Spanien
 Spiele 24-29 = 1. Liga Frankreich
 Spiele 38-45 = 3. Liga

u/U = Unentschieden, n/N = Niederlage
 Große Buchstaben = Auswärtsspiele
 Kleine Buchstaben = Heimspiele
 Zahlen in Klammern = Tabellenstand

Ergebniswette / Wettrunde 13 vom 29./30.3.2025

| Spiel | Tag | Gastgeber | Tendenz |
|-------|-----|---|---------|
| 1 | SA | FC Bayern München (1) - FC St. Pauli (15) | 8-1-1 |
| 2 | SA | TSG 1899 Hoffenh. (14) - FC Augsburg (9) | 4-3-3 |
| 3 | SA | VfL Wolfsburg (8) - 1. FC Heidenheim 1846 (17) | 6-2-2 |
| 4 | SA | Borussia Mönchengladb. (7) - RB Leipzig (5) | 4-2-4 |
| 5 | SA | Holstein Kiel (18) - SV Werder Bremen (12) | 3-3-4 |
| 6 | SA | Eintracht Frankfurt (4) - VfB Stuttgart (10) | 4-3-3 |
| 7 | SO | SC Freiburg (6) - 1. FC Union Berlin (13) | 5-3-2 |
| 8 | SO | Borussia Dortmund (11) - 1. FSV Mainz 05 (3) | 6-2-2 |
| 9 | SA | 1. FC Kaiserslaut. (4) - Fortuna Düsseldorf (8) | 4-3-3 |
| 10 | SO | SpVgg Greuther Fürth (12) - FC Schalke 04 (11) | 4-3-3 |
| 11 | SO | Preußen Münster (15) - Eintracht Braunsch. (16) | 4-3-3 |
| 12 | SO | SSV Jahn Regensb. (18) - 1. FC Nürnberg (7) | 3-3-4 |
| 13 | SO | PSV Eindhoven (2) - Ajax Amsterdam (1) | 5-2-3 |

Wettrunde 12 vom 22. - 23.3.2025



Spieleinsatz Euro 382.451,00
 Gewinn Tippreihe 0 0 1 1 1 2 1 2 2 0 1 1 1

| | | | | |
|----------|----------|-------|---|-----------|
| Klasse 1 | 0 Fehler | 7 | x | 11.473,50 |
| Klasse 2 | 1 Fehler | 113 | x | 406,10 |
| Klasse 3 | 2 Fehler | 1.311 | x | 35,00 |
| Klasse 4 | 3 Fehler | 8.375 | x | 6,80 |



Spieleinsatz Euro 120.290,95
 Gewinnzahlen Zus.-Spiel
 1 2 19 31 33 34 22

| | | | |
|----------|----------|-----------|-----------|
| Klasse 1 | {6} | unbesetzt | 24.058,20 |
| Klasse 2 | {5 + ZS} | unbesetzt | 3.007,20 |
| Klasse 3 | {5} | 7 | x 644,40 |
| Klasse 4 | {4} | 171 | x 52,70 |
| Klasse 5 | {3 + ZS} | 158 | x 28,50 |
| Klasse 6 | {3} | 2.947 | x 5,10 |

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

| | | | | | | | |
|------------|----|----|----|----|----|----|---------|
| 22.02.2025 | 1 | 6 | 8 | 9 | 14 | 39 | ZS {10} |
| 01.03.2025 | 13 | 14 | 15 | 27 | 29 | 32 | ZS {8} |
| 08.03.2025 | 5 | 6 | 8 | 20 | 22 | 40 | ZS {10} |
| 15.03.2025 | 4 | 5 | 14 | 19 | 28 | 31 | ZS {40} |

Ergebniswette Gewinnchance in Klasse 1 = 1 : 1.594.323
 Auswahlwette Gewinnchance in Klasse 1 = 1 : 8.145.060

Annahmeschluss der nächsten Wettrunde

Tototipps für die kommende Wett-
 runde müssen bis spätestens zu
 den folgenden Zeiten in den
 West-Lotto-Annahmestellen
 abgegeben worden sein:

- Annahmeschluss TOTO 13er Ergebniswette:
 Samstag, 29. März 2025 um **15:00 Uhr**
- Annahmeschluss TOTO 6aus45 Auswahlwette:
 Samstag, 29. März 2025 um **13:00 Uhr**



Rückblick **TOTO 13er** Ergebnisswette

Wettrunde 12 vom 22. - 23.3.2025

| | | |
|----------------|------------------|-----|
| 1 Deutschland | Italien | 3:3 |
| 2 Spanien | Niederlande | 2:2 |
| 3 Frankreich | Kroatien | 2:0 |
| 4 Portugal | Dänemark | 3:2 |
| 5 Georgien | Armenien | 6:1 |
| 6 Ungarn | Türkei | 0:3 |
| 7 Serbien | Österreich | 2:0 |
| 8 Schottland | Griechenland | 0:3 |
| 9 Island | Kosovo | 1:3 |
| 10 Slowenien | Slowakei | 0:0 |
| 11 Belgien | Ukraine | 3:0 |
| 12 Irland | Bulgarien | 2:1 |
| 13 CD Mirandes | Racing Santander | 2:1 |

Foto: Oliver Hardy/Getty Images for DFB



Die Partie zwischen dem VfL Wolfsburg und dem FC Bayern München vom 23. März 2024 sorgte erneut für einen Quotenhit. Das Bild zeigt, wie Ewa Pajor (r., Wolfsburg) mit Georgia Stanway (München) um den Ball kämpft. Die Münchnerinnen siegten letztlich mit 4:0.

Rückblick **TOTO 6aus45** Auswahlwette

Wettrunde 12 vom 22. - 23.3.2025

| | | |
|----------------------------|------------------------|-----|
| 1 Deutschland | Italien | 3:3 |
| 2 Spanien | Niederlande | 2:2 |
| 3 Frankreich | Kroatien | 2:0 |
| 4 Portugal | Dänemark | 3:2 |
| 5 Georgien | Armenien | 6:1 |
| 6 Ungarn | Türkei | 0:3 |
| 7 Serbien | Österreich | 2:0 |
| 8 Schottland | Griechenland | 0:3 |
| 9 Island | Kosovo | 1:3 |
| 10 Slowenien | Slowakei | 0:0 |
| 11 Belgien | Ukraine | 3:0 |
| 12 Irland | Bulgarien | 2:1 |
| 13 CD Mirandes | Racing Santander | 2:1 |
| 14 FC Malaga | Racing Ferrol | 2:0 |
| 15 FC Granada | Real Oviedo | 1:0 |
| 16 UD Levante | CD Castellon | 3:2 |
| 17 SD Eibar | SD Huesca | 2:1 |
| 18 Sporting Gijon | Albacete Balompie | 0:2 |
| 19 DJK Vilzing | FC Würzburger Kickers | 1:1 |
| 20 1. FC Schweinfurt 05 | TSV Schwaben Augsburg | 0:2 |
| 21 SpVgg Hankofen-Hailing | 1. FC Nürnberg II | 1:2 |
| 22 SV Meppen | SV Todesfelde | 1:1 |
| 23 Blau-Weiß Lohne | Holstein Kiel II | 0:1 |
| 24 VfB Oldenburg | Hamburger SV II | 0:0 |
| 25 FC Teutonia 05 Ottensen | Bremer SV | 0:3 |
| 26 Eintracht Norderstedt | SSV Jeddelloh | 1:1 |
| 27 1. FC Phönix Lübeck | SV Drochtersen/Assel | 1:0 |
| 28 Hessen Kassel | 1. Göppinger SV | 0:2 |
| 29 FC Homburg | FC Gießen | 3:2 |
| 30 SG Fulda-Lehnerz | SGV Freiberg | 1:2 |
| 31 Eintracht Trier | FSV Frankfurt | 3:3 |
| 32 Stuttgarter Kickers | Kickers Offenbach | 1:1 |
| 33 FC Cincinnati | Atlanta United FC | 2:2 |
| 34 Minnesota United FC | Los Angeles Galaxy | 2:2 |
| 35 Charlotte FC | San Jose Earthquakes | 4:1 |
| 36 Columbus Crew | New York City FC | 0:0 |
| 37 New York Red Bulls | Toronto FC | 2:1 |
| 38 Orlando City SC | Washington D.C. United | 4:1 |
| 39 Philadelphia Union | St. Louis City | 1:0 |
| 40 Sporting Kansas City | Los Angeles FC | 0:2 |
| 41 Nashville SC | CF Montreal | 3:0 |
| 42 Colorado Rapids | Portland Timbers | 0:3 |
| 43 Real Salt Lake | FC Dallas | 0:1 |
| 44 Seattle Sounders FC | Houston Dynamo | 0:0 |
| 45 Vancouver Whitecaps FC | Chicago Fire | 1:3 |

Neue Rekorde in der Frauen-Bundesliga

Höchstwerte bei den Gesamterträgen, gefüllte Stadien und erneut eine Topquote im Free-TV: Die Frauen-Bundesliga setzte in der Saison 2023/2024 neue Maßstäbe, erreichte wirtschaftlich Rekordwerte und bestätigte auch medial den Aufwärtstrend. Das sind die wesentlichen Erkenntnisse des Saisonreports, den der Deutsche Fußball-Bund (DFB) jetzt für die vergangene Spielzeit veröffentlicht hat.

Wachstum

Das deutliche Wachstum der Erträge setzte sich fort: In der Saison 2023/2024 erzielten alle Klubs zusammen mit mehr als 31 Millionen Euro einen neuen Höchststand. Die durchschnittlichen Einnahmen verdoppelten sich innerhalb der vergangenen drei Spielzeiten auf 2,65 Millionen Euro pro Klub. Haupttreiber dieses Wachstums sind erhöhte Erträge aus Werbung und Sponsoring sowie die zusätzlichen Erträge aus der UEFA Women's Champions League.

Höchststand

Die insgesamt 379.653 Besucher an den 22 Spieltagen sorgten einmal mehr für einen neuen Höchststand und ließen die bisherige Bestmarke aus der Vorsaison (359.404) um mehr als 20.000 Fans ansteigen. Der Schnitt pro Partie stieg von 2.723 auf 2.876. Diese positive Entwicklung ist auch in den Spielerträgen sichtbar: Mit durchschnittlichen Einnahmen von 370.000 Euro pro Klub wurde ein neuer Rekordwert erreicht.

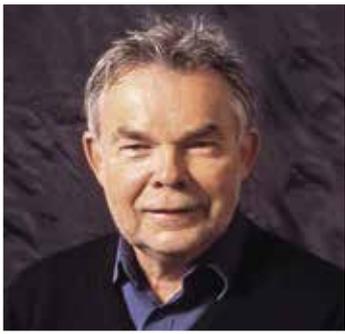
Anstieg

„Das zeigt, dass die Frauen-Bundesliga und damit auch der Frauenfußball eine immer größer wer-

dende Fangemeinde hat. Dennoch wissen wir, dass wir alle gemeinsam mehr Tempo an den Tag legen müssen, was Professionalisierung und Wachstum angeht, um in allen Bereichen positive Ergebnisse zu erzielen“, so DFB-Vizepräsidentin Sabine Mammitzsch. Die schon in den vergangenen Spielzeiten deutlich sichtbare Entwicklung, dass auf allen Ebenen und in allen Klubs intensiver in den Frauen- und Mädchenfußball investiert wird, hält weiter an und schlägt sich auch in den sportlichen Rahmenbedingungen für die Spielerinnen nieder: Der durchschnittliche monatliche Grundgehalt einer Spielerin lag in der Saison 2023/2024 bei etwa 4.000 Euro. Trotz der bestehenden Unterschiede zwischen den einzelnen Klubs ist in allen Vereinen ein Anstieg der Spielerinnengehälter zu beobachten.

Mehr TV-Zuschauer

Auch medial werden die Spielerinnen und die Frauen-Bundesliga mit ihren zwölf Vereinen sichtbarer. In der Saison 2023/2024 übertrugen Magenta-Sport und DAZN alle 132 Spiele live. Sport1, die ARD mit ihren dritten Programmen und das ZDF zeigten darüber hinaus 31 Spiele im Free-TV. Im Schnitt verfolgten diese Begegnungen circa 390.000 Zuschauer. In der Saison davor waren es rund 240.000 Zuschauer. Für eine Topreichweite sorgte erneut das Spitzenspiel zwischen dem VfL Wolfsburg und FC Bayern München am 17. Spieltag. Rund zwei Millionen Zuschauer sahen das Duell um die Meisterschaft live in der ARD. Diese Quote übertraf auch den Bestwert aus dem Vorjahr: Damals hatten 1,83 Millionen Zuschauer beim Spitzenspiel München gegen Wolfsburg im Ersten eingeschaltet.



Sportreporter-Legende Manni Breuckmann schreibt in seiner Kolumne über Themen rund um Fußball.

Und jetzt mal Tacheles!



In Dortmund kann für die Nationalelf nichts anbrennen, dachte ich mir am Sonntagabend zur Halbzeitpause, machte es mir auf dem Sofa bequem und schenkte mir ein Glas Primitivo ein. Die Nagelsmann-Boys führten mit 3:0 und nagelten ihren alten Rivalen förmlich an die Wand. Schon nach dreißig Minuten standen 15:1-Torschüsse auf dem Zettel. Eine absolute Machtdemonstration. Beim 2:0 wurde sogar Balljunge Noel zum Star. Während die Italiener vor einer Ecke noch schnell eine interne Podiumsdiskussion ansetzten, warf er Kimmich blitzschnell den Ball zu, der den Torschützen Musiala umgehend und präzise bediente.

Wasser in den Wein

Gedanklich kippte ich mir allerdings in der Halbzeit ein Schlückchen Wasser in den Wein. Denn diese Italiener haben mit den großen Mannschaften der Vergangenheit nur das azurblaue Trikot gemein. Zwei Weltmeisterschaften verpasst, vergangenes Jahr bei der EM in Deutschland gegen die Schweiz frühzeitig ausgeschieden: Zeichen eines brutalen Niedergangs.

Schwächephase

Und dann kam die zweite Halbzeit. Mit einem krassen deutschen Systemversagen. Mit unerklärlichen Wacklern und Fehlern in der Defensive. Einem Gegner, der schon am Boden liegt, darf es einfach nicht erlaubt werden, wieder so aufzustehen. Die Augen schmerzten wie sonst bei einem schwachen „Tatort“. Aber trotz der Schwitzhändchen bei vielen Fans: Deutschland steht im Halbfinale der Nations League. Die schwarz-weißen Anhänger im

Machtdemonstration und unerklärliche Aussetzer

Nach 2:1 und 3:3 gegen Italien steht Deutschland im Nations-League-Halbfinale. Am Ende kam überflüssige Spannung auf.

Dortmunder Fußballtempel ließen die Mannschaft auch in der Schwächephase nicht im Stich. Das im Juni anstehende Kleinturnier der letzten Vier wird in der Presse schon liebevoll „Mini-Heim-EM“ genannt. Dabei war die Nations League noch vor einem Jahr ein absolut überflüssiger Wettbewerb, der künstliche Spannung erzeugen und ein paar Euro mehr aus dem Fußballgeschäft pressen sollte. So ist es eben, nicht nur im Fußball: Der Duft des Erfolges benebelt die kritische Hirnmasse.

Umbau

Aber es hat sich ja auch tatsächlich was zum Positiven entwickelt im Nationalteam. Das wird durch eine schwache Halbzeit nicht zunichte gemacht. Nagelsmanns großer Umbau darf als gelungen bewertet werden, der Kader ist

breiter geworden, gegen Italien wurden die Ausfälle von ter Stegen, Wirtz, Havertz, Füllkrug und anderen weitgehend kompensiert. Und wenn an einigen Stellen die Qualität nicht ganz reicht, gleichen Kampfgeist und Siegermentalität die Defizite aus.

Motivierend

Julian Nagelsmann mit seiner motivierenden Art ist daran nicht ganz unschuldig. Sein Scheitern in München ist längst vergessen, er wirkt offen und glaubwürdig und ist jederzeit in der Lage, an den richtigen personellen Stellschrauben zu drehen. Im Italien-Hinspiel beispielsweise ersetzte er gleich in der Pause den Mainzer Jonathan Burkhardt durch Tim Kleindienst, der sich umgehend mit dem 1:1 einführte (und auch in Dortmund traf). Konsequenz war auch die Rück-

holaktion von Leon Goretzka nach gut einem Jahr Pause. Bei den Bayern sollte er im letzten Sommer schon abgeschoben werden, jetzt genießt er seinen zweiten Frühling. Und zu Kimmich fällt mir fast gar nichts mehr ein. Er ist ein wirklicher Anführer und hat sich jetzt offenbar auch noch entschlossen, jedes deutsche Tor vorzubereiten.

Intaktes Verhältnis

Auch das Verhältnis der Fans zur Nationalmannschaft ist wieder intakt. Wie bei einem Paar nach der Beziehungspause ist die Liebe neu entflammt. Die dunklen Stunden in der Endphase von Jogi Löw und unter Hansi Flick sind vergessen. Die neue Begeisterung lässt sich auch an den TV-Quoten ablesen. In der Ära Flick guckten im Schnitt nur acht Millionen zu, unter Nagelsmann als Chefcoach sind es 12,5 Millionen vor den Fernsehgeräten.

WM-Teilnahme

Nächstes Jahr im Juni/Juli wird mit nur ganz wenigen Teilnehmern (ich glaube, es sind 48) die nächste WM gespielt, in den USA, Mexiko und in Kanada (das dann wahrscheinlich schon ein US-Bundesstaat ist). Der Weg dorthin führt für das deutsche Nationalteam über Nordirland, die Slowakei und Luxemburg; das erste WM-Quali-Spiel findet am 7. September in Köln gegen Nordirland statt. Es ist ganz bestimmt nicht arrogant, die WM-Teilnahme fest einzukalkulieren.

Tim Kleindienst (2.v.r.) erzielte am Sonntagabend das 3:0 für Deutschland – am Ende ging die Partie gegen Italien 3:3 aus.



Foto: Alex Grimm/Getty Images

AKTUELLE TABELLEN vom 23. März 2025

| 1. Bundesliga | Sp | T | P | Heim | Ausw |
|---------------------------|----|-------|----|--------|-------|
| 1. Bayern München | 26 | 75:24 | 62 | 11 1 1 | 8 4 1 |
| 2. Bayer Leverkusen (M,P) | 26 | 59:33 | 56 | 8 3 2 | 8 5 0 |
| 3. FSV Mainz 05 | 26 | 44:28 | 45 | 6 4 3 | 7 2 4 |
| 4. Eintracht Frankfurt | 26 | 54:40 | 45 | 7 3 3 | 6 3 4 |
| 5. RB Leipzig | 26 | 41:33 | 42 | 7 4 2 | 4 5 4 |
| 6. SC Freiburg | 26 | 36:38 | 42 | 8 2 2 | 4 4 6 |
| 7. Bor. Mönchengladbach | 26 | 43:40 | 40 | 6 2 5 | 6 2 5 |
| 8. VfL Wolfsburg | 26 | 49:40 | 38 | 3 6 4 | 7 2 4 |
| 9. FC Augsburg | 26 | 29:35 | 38 | 6 4 3 | 4 4 5 |
| 10. VfB Stuttgart | 26 | 47:43 | 37 | 6 2 6 | 4 5 3 |
| 11. Borussia Dortmund | 26 | 45:41 | 35 | 7 3 3 | 3 2 8 |
| 12. Werder Bremen | 26 | 40:53 | 33 | 3 4 6 | 6 2 5 |
| 13. 1. FC Union Berlin | 26 | 23:39 | 27 | 4 4 5 | 3 2 8 |
| 14. TSG 1899 Hoffenheim | 26 | 32:48 | 26 | 3 4 6 | 3 4 6 |
| 15. FC St. Pauli (N) | 26 | 20:30 | 25 | 3 3 7 | 4 1 8 |
| 16. VfL Bochum | 26 | 27:52 | 20 | 3 3 7 | 2 2 9 |
| 17. 1. FC Heidenheim | 26 | 31:52 | 19 | 3 1 9 | 2 3 8 |
| 18. Holstein Kiel (N) | 26 | 38:64 | 17 | 3 2 8 | 1 3 9 |

| 1. Bundesliga Formtab. (6 Sp.) | Sp | S | U | N | T | Diff. | P |
|--------------------------------|----|---|---|---|-------|-------|----|
| 1. FSV Mainz 05 | 6 | 4 | 2 | 0 | 11:4 | 7 | 14 |
| 2. SC Freiburg | 6 | 3 | 3 | 0 | 9:2 | 7 | 12 |
| 3. FC Augsburg | 6 | 3 | 3 | 0 | 5:0 | 5 | 12 |
| 4. Bayern München | 6 | 3 | 2 | 1 | 13:5 | 8 | 11 |
| 5. Bayer Leverkusen | 6 | 3 | 2 | 1 | 10:6 | 4 | 11 |
| 6. Bor. Mönchengladbach | 6 | 3 | 1 | 2 | 11:10 | 1 | 10 |
| 7. RB Leipzig | 6 | 2 | 3 | 1 | 7:4 | 3 | 9 |
| 8. VfL Wolfsburg | 6 | 2 | 3 | 1 | 6:5 | 1 | 9 |
| 9. VfL Bochum | 6 | 2 | 2 | 2 | 9:9 | 0 | 8 |
| 10. TSG 1899 Hoffenheim | 6 | 2 | 2 | 2 | 6:8 | -2 | 8 |
| 11. 1. FC Union Berlin | 6 | 2 | 1 | 3 | 8:11 | -3 | 7 |
| 12. Eintracht Frankfurt | 6 | 2 | 1 | 3 | 9:13 | -4 | 7 |
| 13. Borussia Dortmund | 6 | 2 | 0 | 4 | 9:7 | 2 | 6 |
| 14. VfB Stuttgart | 6 | 1 | 2 | 3 | 10:13 | -3 | 5 |
| 15. 1. FC Heidenheim | 6 | 1 | 2 | 3 | 6:10 | -4 | 5 |
| 16. Holstein Kiel | 6 | 1 | 2 | 3 | 7:12 | -5 | 5 |
| 17. FC St. Pauli | 6 | 1 | 1 | 4 | 2:8 | -6 | 4 |
| 18. Werder Bremen | 6 | 1 | 0 | 5 | 6:17 | -11 | 3 |

| 2. Bundesliga | Sp | T | P | Heim | Ausw |
|----------------------------|----|-------|----|-------|--------|
| 1. Hamburger SV | 26 | 58:32 | 48 | 7 6 0 | 6 3 4 |
| 2. 1. FC Köln (A) | 26 | 40:31 | 47 | 7 3 3 | 7 2 4 |
| 3. SC Paderborn 07 | 26 | 44:32 | 45 | 7 2 4 | 5 7 1 |
| 4. 1. FC Kaiserslautern | 26 | 46:40 | 43 | 6 5 2 | 6 2 5 |
| 5. 1. FC Magdeburg | 26 | 53:41 | 42 | 2 7 4 | 9 2 2 |
| 6. Hannover 96 | 26 | 34:26 | 42 | 7 5 1 | 4 4 5 |
| 7. 1. FC Nürnberg | 26 | 46:39 | 41 | 8 2 3 | 4 3 6 |
| 8. Fortuna Düsseldorf | 26 | 43:38 | 41 | 5 4 5 | 6 4 2 |
| 9. SV Elversberg | 26 | 45:32 | 40 | 7 2 5 | 4 5 3 |
| 10. Karlsruher SC | 26 | 44:46 | 37 | 6 3 4 | 4 4 5 |
| 11. FC Schalke 04 | 26 | 43:46 | 33 | 5 2 6 | 4 4 5 |
| 12. SpVgg Greuther Fürth | 26 | 37:48 | 33 | 5 3 5 | 4 3 6 |
| 13. Darmstadt 98 (A) | 26 | 45:43 | 31 | 5 4 4 | 3 3 7 |
| 14. Hertha BSC | 26 | 38:43 | 29 | 2 2 8 | 6 3 5 |
| 15. Preußen Münster (N) | 26 | 27:34 | 26 | 3 4 6 | 3 4 6 |
| 16. Eintracht Braunschweig | 26 | 24:49 | 23 | 4 4 5 | 1 4 8 |
| 17. SSV Ulm 1846 (N) | 26 | 25:32 | 20 | 2 4 6 | 1 7 6 |
| 18. Jahn Regensburg (N) | 26 | 14:54 | 16 | 4 3 6 | 0 1 12 |

| 2. Bundesliga Formtab. (6 Sp.) | Sp | S | U | N | T | Diff. | P |
|--------------------------------|----|---|---|---|-------|-------|----|
| 1. SC Paderborn 07 | 6 | 4 | 2 | 0 | 12:4 | 8 | 14 |
| 2. Hamburger SV | 6 | 4 | 1 | 1 | 13:5 | 8 | 13 |
| 3. 1. FC Nürnberg | 6 | 4 | 1 | 1 | 11:5 | 6 | 13 |
| 4. SV Elversberg | 6 | 3 | 2 | 1 | 10:2 | 8 | 11 |
| 5. Hannover 96 | 6 | 2 | 4 | 0 | 7:5 | 2 | 10 |
| 6. SpVgg Greuther Fürth | 6 | 3 | 1 | 2 | 8:8 | 0 | 10 |
| 7. 1. FC Köln | 6 | 3 | 1 | 2 | 5:6 | -1 | 10 |
| 8. FC Schalke 04 | 6 | 3 | 0 | 3 | 6:7 | -1 | 9 |
| 9. 1. FC Kaiserslautern | 6 | 2 | 2 | 2 | 8:9 | -1 | 8 |
| 10. Fortuna Düsseldorf | 6 | 2 | 2 | 2 | 7:9 | -2 | 8 |
| 11. Eintracht Braunschweig | 6 | 2 | 2 | 2 | 6:10 | -4 | 8 |
| 12. 1. FC Magdeburg | 6 | 2 | 1 | 3 | 12:12 | 0 | 7 |
| 13. Karlsruher SC | 6 | 2 | 1 | 3 | 5:8 | -3 | 7 |
| 14. Preußen Münster | 6 | 2 | 0 | 4 | 4:6 | -2 | 6 |
| 15. Darmstadt 98 | 6 | 2 | 0 | 4 | 7:10 | -3 | 6 |
| 16. Hertha BSC | 6 | 1 | 1 | 4 | 7:10 | -3 | 4 |
| 17. SSV Ulm 1846 | 6 | 0 | 3 | 3 | 1:6 | -5 | 3 |
| 18. Jahn Regensburg | 6 | 0 | 2 | 4 | 2:9 | -7 | 2 |

| 3. Liga | Sp | T | P | Heim | Ausw |
|---------------------------|----|-------|----|-------|--------|
| 1. Dynamo Dresden | 29 | 54:31 | 53 | 8 5 1 | 7 3 5 |
| 2. Energie Cottbus (N) | 29 | 53:34 | 52 | 8 4 2 | 7 3 5 |
| 3. 1. FC Saarbrücken | 29 | 43:33 | 50 | 8 3 3 | 6 5 4 |
| 4. Arminia Bielefeld | 29 | 44:30 | 49 | 8 3 3 | 6 4 5 |
| 5. FC Ingolstadt 04 | 29 | 55:45 | 45 | 8 5 2 | 4 4 6 |
| 6. Viktoria Köln | 29 | 45:38 | 44 | 9 1 5 | 4 4 6 |
| 7. Hansa Rostock (A) | 28 | 40:35 | 44 | 9 4 2 | 4 1 8 |
| 8. SC Verl | 29 | 42:41 | 43 | 5 7 3 | 6 3 5 |
| 9. SV Wehen Wiesbaden (A) | 29 | 42:44 | 41 | 6 2 6 | 5 6 4 |
| 10. Erzgebirge Aue | 29 | 41:47 | 40 | 7 3 5 | 5 1 8 |
| 11. TSV 1860 München | 29 | 41:51 | 39 | 4 3 7 | 7 3 5 |
| 12. Alemannia Aachen (N) | 29 | 41:33 | 37 | 5 8 2 | 3 5 6 |
| 13. Rot-Weiss Essen | 29 | 39:42 | 37 | 6 5 4 | 4 2 8 |
| 14. SV Waldhof Mannheim | 29 | 35:34 | 36 | 7 4 3 | 2 5 8 |
| 15. Borussia Dortmund II | 29 | 41:43 | 35 | 6 4 5 | 3 4 7 |
| 16. VfL Osnabrück (A) | 29 | 39:46 | 35 | 5 4 5 | 4 4 7 |
| 17. VfB Stuttgart II (N) | 29 | 38:49 | 34 | 8 1 5 | 1 6 8 |
| 18. SV Sandhausen | 29 | 42:47 | 32 | 6 2 7 | 2 6 6 |
| 19. Hannover 96 II (N) | 29 | 36:57 | 26 | 4 2 8 | 3 3 9 |
| 20. SpVgg Unterhaching | 28 | 33:54 | 19 | 3 6 5 | 0 4 10 |

| 3. Liga Formtab. (6 Sp.) | Sp | S | U | N | T | Diff. | P |
|--------------------------|----|---|---|---|------|-------|----|
| 1. Arminia Bielefeld | 6 | 5 | 0 | 1 | 14:5 | 9 | 15 |
| 2. SV Waldhof Mannheim | 6 | 4 | 1 | 1 | 12:5 | 7 | 13 |
| 3. Rot-Weiss Essen | 6 | 4 | 1 | 1 | 8:3 | 5 | 13 |
| 4. Dynamo Dresden | 6 | 3 | 2 | 1 | 10:4 | 6 | 11 |
| 5. VfL Osnabrück | 6 | 3 | 1 | 2 | 10:6 | 4 | 10 |
| 6. VfB Stuttgart II | 6 | 3 | 1 | 2 | 9:8 | 1 | 10 |
| 7. Hansa Rostock | 6 | 3 | 1 | 2 | 9:9 | 0 | 10 |
| 8. TSV 1860 München | 6 | 3 | 1 | 2 | 8:10 | -2 | 10 |
| 9. 1. FC Saarbrücken | 6 | 3 | 0 | 3 | 9:10 | -1 | 9 |
| 10. Erzgebirge Aue | 6 | 3 | 0 | 3 | 7:8 | -1 | 9 |
| 11. Viktoria Köln | 6 | 2 | 2 | 2 | 8:7 | 1 | 8 |
| 12. Alemannia Aachen | 6 | 2 | 1 | 3 | 9:9 | 0 | 7 |
| 13. Energie Cottbus | 6 | 2 | 1 | 3 | 6:8 | -2 | 7 |
| 14. FC Ingolstadt 04 | 6 | 2 | 1 | 3 | 7:10 | -3 | 7 |
| 15. SV Wehen Wiesbaden | 6 | 2 | 1 | 3 | 5:8 | -3 | 7 |
| 16. SC Verl | 6 | 2 | 1 | 3 | 6:11 | -5 | 7 |
| 17. Borussia Dortmund II | 6 | 1 | 3 | 2 | 4:5 | -1 | 6 |
| 18. SpVgg Unterhaching | 6 | 1 | 2 | 3 | 7:8 | -1 | 5 |
| 19. Hannover 96 II | 6 | 1 | 1 | 4 | 9:18 | -9 | 4 |
| 20. SV Sandhausen | 6 | 0 | 1 | 5 | 5:10 | -5 | 1 |

| Frankreich 1. Liga | Sp | T | P | Heim | Ausw |
|------------------------------|----|-------|----|--------|--------|
| 1. Paris Saint-Germain (M,P) | 26 | 73:25 | 68 | 11 2 0 | 10 3 0 |
| 2. Olympique Marseille | 26 | 53:33 | 49 | 6 4 3 | 9 0 4 |
| 3. AS Monaco | 26 | 51:32 | 47 | 9 2 2 | 5 3 5 |
| 4. OGC Nizza | 26 | 50:31 | 47 | 8 4 1 | 5 4 4 |
| 5. Olympique Lyon | 26 | 50:33 | 45 | 8 2 3 | 5 4 4 |
| 6. OSC Lille | 26 | 40:28 | 44 | 8 3 2 | 4 5 4 |
| 7. Racing Straßburg | 26 | 41:33 | 43 | 7 4 1 | 5 3 3 |
| 8. FC Lens | 26 | 31:29 | 39 | 5 2 6 | 6 4 3 |
| 9. Stade Brest | 26 | 38:40 | 37 | 7 3 3 | 4 1 8 |
| 10. FC Toulouse | 26 | 33:29 | 34 | 4 4 5 | 5 3 5 |
| 11. AJ Auxerre (N) | 26 | 37:39 | 32 | 6 5 2 | 2 3 8 |
| 12. Stade Rennes | 26 | 35:37 | 29 | 7 1 6 | 2 1 9 |
| 13. FC Nantes | 26 | 29:43 | 27 | 4 4 5 | 2 5 6 |
| 14. SCO Angers (N) | 26 | 26:42 | 27 | 3 2 8 | 4 4 5 |
| 15. Stade Reims | 26 | 26:40 | 23 | 2 4 7 | 3 4 6 |
| 16. AC Le Havre | 26 | 26:55 | 21 | 2 1 10 | 4 2 7 |
| 17. AS St. Étienne (N) | 25 | 25:57 | 20 | 5 2 5 | 0 3 10 |
| 18. Montpellier HSC | 25 | 21:59 | 15 | 3 3 7 | 1 0 11 |

| Italien 1. Liga | Sp | T | P | Heim | Ausw |
|-----------------------|----|-------|----|--------|--------|
| 1. Inter Mailand (M) | 29 | 65:27 | 64 | 10 3 1 | 9 4 2 |
| 2. SSC Neapel | 29 | 45:23 | 61 | 10 2 2 | 8 5 2 |
| 3. Atalanta Bergamo | 29 | 63:28 | 58 | 7 4 3 | 10 3 2 |
| 4. FC Bologna | 29 | 49:34 | 53 | 9 5 1 | 5 6 3 |
| 5. Juventus Turin (P) | 29 | 45:28 | 52 | 7 7 1 | 6 6 2 |
| 6. Lazio Rom | 29 | 50:41 | 51 | 7 5 2 | 8 1 6 |
| 7. AS Rom | 29 | 44:30 | 49 | 10 1 4 | 4 6 4 |
| 8. AC Florenz | 29 | 46:30 | 48 | 9 3 3 | 5 3 6 |
| 9. AC Mailand | 29 | 44:33 | 47 | 7 6 2 | 6 2 6 |
| 10. Udinese Calcio | 29 | 35:39 | 40 | 7 2 6 | 4 5 5 |
| 11. FC Turin | 29 | 34:34 | 38 | 5 5 4 | 4 6 5 |
| 12. CFC Genua | 29 | 28:37 | 35 | 4 7 4 | 4 4 6 |
| 13. AC Como (N) | 29 | 35:46 | 29 | 5 4 5 | 2 4 9 |
| 14. Hellas Verona | 29 | 29:58 | 29 | 4 1 9 | 5 1 9 |
| 15. Cagliari Calcio | 29 | 28:44 | 26 | 4 4 7 | 2 4 8 |
| 16. US Lecce | 29 | 21:48 | 25 | 3 5 6 | 3 2 10 |
| 17. Parma Calcio (N) | 29 | 35:49 | 25 | 4 4 7 | 1 6 7 |
| 18. FC Empoli | 29 | 23:46 | 22 | 1 5 8 | 3 5 7 |
| 19. FC Venedig (N) | 29 | 23:42 | 20 | 3 5 6 | 0 6 9 |
| 20. AC Monza | 29 | 24:49 | 15 | 1 5 9 | 1 4 9 |

| Italien 1. Liga Formtab. (6 Sp.) | Sp | S | U | N | T | Diff. | P |
|----------------------------------|----|---|---|---|-------|-------|----|
| 1. AS Rom | 6 | 6 | 0 | 0 | 10:1 | 9 | 18 |
| 2. FC Bologna | 6 | 5 | 0 | 1 | 14:7 | 7 | 15 |
| 3. Inter Mailand | 6 | 4 | 1 | 1 | 9:5 | 4 | 13 |
| 4. Juventus Turin | 6 | 4 | 0 | 2 | 6:8 | -2 | 12 |
| 5. Atalanta Bergamo | 6 | 3 | 2 | 1 | 14:2 | 12 | 11 |
| 6. Udinese Calcio | 6 | 3 | 2 | 1 | 7:3 | 4 | 11 |
| 7. FC Turin | 6 | 3 | 2 | 1 | 10:7 | 3 | 11 |
| 8. CFC Genua | 6 | 2 | 3 | 1 | 7:5 | 2 | 9 |
| 9. Lazio Rom | 6 | 2 | 3 | 1 | 10:10 | 0 | 9 |
| 10. AC Mailand | 6 | 3 | 0 | 3 | 9:9 | 0 | 9 |
| 11. AC Como | 6 | 2 | 1 | 3 | 8:8 | 0 | 7 |
| 12. SSC Neapel | 6 | 1 | 4 | 1 | 7:7 | 0 | 7 |
| 13. AC Florenz | 6 | 2 | 0 | 4 | 6:7 | -1 | 6 |
| 14. Hellas Verona | 6 | 2 | 0 | 4 | 3:10 | -7 | 6 |
| 15. Parma Calcio | 6 | 1 | 2 | 3 | 6:7 | -1 | 5 |
| 16. Cagliari Calcio | 6 | 1 | 2 | 3 | 4:6 | -2 | 5 |
| 17. FC Venedig | 6 | 0 | 4 | 2 | 1:4 | -3 | 4 |
| 18. US Lecce | 6 | 0 | 2 | 4 | 3:7 | -4 | 2 |
| 19. AC Monza | 6 | 0 | 2 | 4 | 4:15 | -11 | 2 |
| 20. FC Empoli | 6 | 0 | 1 | 5 | 1:13 | -12 | 1 |

| Niederlande 1. Liga | Sp | T | P | Heim | Ausw |
|----------------------------|----|-------|----|--------|---------|
| 1. Ajax Amsterdam | 26 | 55:20 | 64 | 11 2 0 | 9 2 2 |
| 2. PSV Eindhoven (M) | 26 | 78:30 | 58 | 10 3 0 | 8 1 4 |
| 3. FC Utrecht | 26 | 46:39 | 49 | 6 2 5 | 8 5 0 |
| 4. Feyenoord Rotterdam (P) | 25 | 54:29 | 47 | 7 3 2 | 6 5 2 |
| 5. Twente Enschede | 26 | 52:37 | 46 | 9 3 1 | 4 4 5 |
| 6. AZ Alkmaar | 25 | 42:26 | 44 | 7 1 4 | 6 4 3 |
| 7. GAE Deventer | 26 | 47:40 | 44 | 9 3 2 | 4 2 6 |
| 8. Fortuna Sittard | 26 | 32:43 | 32 | 6 0 6 | 3 5 6 |
| 9. FC Groningen (N) | 25 | 24:33 | 31 | 6 5 2 | 2 2 8 |
| 10. SC Heerenveen | 26 | 32:46 | 31 | 6 6 1 | 2 1 10 |
| 11. NEC Nijmegen | 26 | 37:37 | 29 | 4 4 5 | 4 1 8 |
| 12. NAC Breda (N) | 26 | 28:44 | 29 | 6 3 4 | 2 2 9</ |

Auf die Rubbellose. Fertig. SPASS.

RUBBELLOSE



**SPITZENGESWINN
100.000€
MIT GEWINN-
VERDOPPLER**