

RAPUNZEL

Kind & Events

SEPTEMBER BIS MÄRZ | 2019/2020

Vegan ist ungesund

Comedy-Kochshow

außerdem im Programm:

Fräulein Brehms Tierleben

Fit durch den Winter

Allgäuer Sagen

u. v. m.

Wir machen Bio aus Liebe.

Rapunzel KULTURkost

*„Sei du selbst die Veränderung,
die du dir wünschst für diese Welt.“ (Mahatma Gandhi)*

Liebe Rapunzel Freundinnen und Freunde,

in welcher Welt wollen wir leben? Diese Frage bewegt uns als Naturkosthersteller dazu, ein eigenes Kulturprogramm auf die Beine zu stellen. Denn mit unseren Events und Kinovorführungen möchten wir zu den großen und manchmal auch ganz kleinen Fragen konstruktive Alternativentwürfe anbieten: Anregungen, Inspiration, Austausch für ein – trauen wir uns das ruhig zu sagen – besseres Leben und Miteinander.

Gleichzeitig wollen wir mit unseren Events Freude schenken. Genuss gehört eben genauso zu Rapunzel – von Anfang an. In diesem Sinne hoffen wir, dass wir Ihnen mit unserem Kulturprogramm auch dieses Mal einen Raum bieten können, in dem Sie sich wohl fühlen – und den Sie immer mit Gewinn wieder verlassen.

Ihr Rapunzel Kulturkost-Team



www.rapunzel.de/erleben

Wir machen Bio aus Liebe.

Event & Kino im September

Bitte reservieren Sie unter
08330/529-1156 oder kulturkost@rapunzel.de

Rapunzel Bio-Laden
bis 19 Uhr geöffnet



KABARETT: FRÄULEIN BREHMS TIERLEBEN – ARTGERECHTE UNTERHALTUNG GARANTIERT!

Donnerstag, 12. September | 16 Uhr für Kinder (ab 8 Jahre): Bühne frei für den Wolf
Eintritt: 7 € | 19 Uhr für Erwachsene: Die Rauchschalbe | Eintritt: 14 €

Fräulein Brehm geht auf Forschungsreise und weitet Augen, Ohren und Sinne, um die wilde Tierwelt Europas zu verstehen. Das sinnliche Bühnenabenteuer verknüpft handfeste Wissenschaft, praktische Feldforschung und tiefe Einblicke in tierische Zusammenhänge zu einem theatralischen Ganzen – artgerechte Unterhaltung nicht nur für Erwachsene. Ob das kontrovers diskutierte Thema Wolf oder die erstaunlichen Leistungen der Rauchschalbe – immer gibt es Wissenswertes über das geheimnisvolle Tier zu erfahren und auch durchaus was zu lachen.



KINO: DIE WIESE – EIN PARADIES NEBENAN

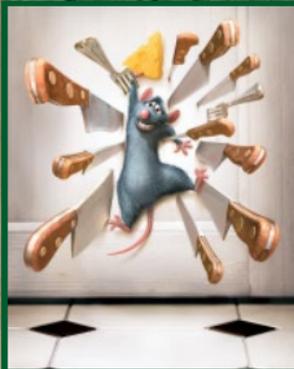
Dienstag, 24. September, 18 Uhr und 20 Uhr (2 Vorstellungen) | Eintritt: 6 € im Rapunzel Kino
Dokumentarfilm, Deutschland 2019 | 93 Minuten | FSK 0

Sie ist das Paradies nebenan: die Wiese. Nirgendwo ist es so bunt, so vielfältig und so schön wie auf einer blühenden Sommerwiese. Eine faszinierende Welt, in der ein Drittel unserer Pflanzen- und Tierarten zu Hause ist. Diesen Lebensraum zeigt der Dokumentarfilm in beeindruckenden Aufnahmen. Ein Familienfilm zum Staunen und Genießen und zugleich ein Aufruf zum achtsamen Umgang mit einer Landschaftsform, deren fortschreitender Rückgang schwerwiegende Auswirkungen haben kann.

3-Gänge-Menü (16 €) vor der 20-Uhr-Vorstellung ab 18 Uhr.

Kino & Event im Oktober

Bitte reservieren Sie unter
08330/529-1156 oder kulturkost@rapunzel.de



KINO: RATATOUILLE

**Dienstag, 8. Oktober, 17.30 Uhr und 20 Uhr (2 Vorstellungen) | Eintritt: 6 € | im Rapunzel Kino
Animationsfilm, USA 2007 | 111 Minuten | FSK 0**

Remy ist eine Ratte in Paris, aber in Essensresten wühlen ist nicht sein Ding. Denn der Feinschmecker träumt davon, ein großer Koch zu werden. Als er dem gutherzigen Küchenhelfer Alfredo begegnet, beschließen die zwei Außenseiter sich zusammenzutun. Bald sind ihre Kreationen in ganz Paris bekannt – doch können sie gegen Neider und Kritiker bestehen? Ein genussvoller Klassiker!

3-Gänge-Menü (16 €) vor der 20-Uhr-Vorstellung ab 18 Uhr.

Rapunzel Bio-Laden
bis 19 Uhr geöffnet



COMEDY-KOCHSHOW: VEGAN IST UNGESUND | MIT GORDON & ALJOSHA

**Donnerstag, 24. Oktober, 19 Uhr | Eintritt 18 € | im Rapunzel Kino
oder Freitag, 25. Oktober, 19 Uhr | Eintritt 18 € | im Rapunzel Kino (Zusatztermin)**

Mit Leichtigkeit eroberten sie das Internet und jetzt kommen sie zu Rapunzel: die YouTuber Gordon & Aljosha von „Vegan ist ungesund“ zeigen eine Kochshow der etwas anderen Art. Sie zaubern leckere vegane Gerichte für jeden Geschmack, garniert mit viel Witz, Klamauf und harten Fakten. Von Aperitiv bis Nachtisch ist alles dabei, inklusive einer guten Portion Chaos und Logorrhoe.

**Gewinnen Sie Freikarten! Wir verlosen für beide Abende je 5x2 Karten inklusive
Übernachtung. Teilnahme auf: www.rapunzel.de/gewinnspiel**

RAPUNZEL

KULTURkost mit Laden-Rabatt

Mit jedem Besuch einer Veranstaltung aus unserem Kino- und Event-Programm erhalten Sie 10% Rabatt* auf einen Einkauf im Rapunzel Bio-Laden.

Den Gutschein erhalten Sie an der Kasse der Veranstaltung. Er ist bis zu vier Wochen gültig.

*nicht kombinierbar mit anderen Angeboten



Kino & Event im November

Bitte reservieren Sie unter
08330/529-1156 oder kulturkost@rapunzel.de

Mit Filmgespräch:
Project Peace, Oberallgäu



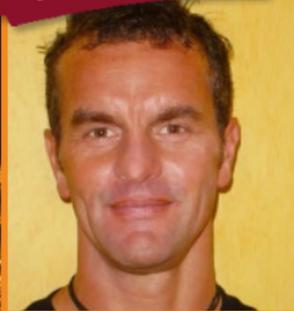
KINO: DAS STILLE LEUCHTEN – DIE WIEDERENTDECKUNG DER GEGENWART

Dienstag, 5. November, 17.30 Uhr und 20 Uhr (2 Vorstellungen) | Eintritt: 6 € | im Rapunzel Kino
Dokumentarfilm, Deutschland 2018 | 88 Minuten | FSK 0 | Deutsch und Original mit dt. UT

Meditation wirkt. Das beweisen nicht nur wissenschaftliche Untersuchungen, sondern erfahren auch immer mehr Menschen. Inzwischen haben „Bewusstheit“ und „Selbsterkenntnis“ in vielen Ausbildungsprogrammen ihren festen Platz gewonnen: von der französischen Jugendmannschaft des Fußballverbands über verschiedenste Schulen bis hin zum Project Peace, einem im Allgäu verorteten Bildungs- und Entwicklungsjahr für Frieden, Ökologie und Kulturwandel – einige Beispiele für unsere Wiederentdeckung der Gegenwart.

3-Gänge-Menü (16 €) vor der 20-Uhr-Vorstellung ab 18 Uhr.

Rapunzel Bio-Laden
bis 19 Uhr geöffnet



VORTRAG: FIT DURCH DIE DUNKLE JAHRESZEIT | VON JOHANN STROMANN

Donnerstag, 21. November, 19 Uhr | Eintritt 9 € | im Rapunzel Casinosaal

Wie erhalten wir uns möglichst lange gesund und leistungsfähig? Und lassen uns dabei auch von den kürzer werdenden Tagen nicht einschüchtern? Johann Stromann – Ex-Profisportler, Sport- und Gesundheitsexperte, Bundesliga-Fitness- und Athletiktrainer, klärt auf über Zivilisationskrankheiten und wie wir ihnen vorbeugen können. Aus langjähriger praktischer und theoretischer Erfahrung weiß er, was wir tun können, damit wir uns auch in der dunklen Jahreszeit mit Wohlbefinden, Kraft und Ausdauer durchzusetzen wissen. Denn wir formen uns selbst zu glücklicheren Menschen.

Event & Kino im Dezember

Bitte reservieren Sie unter
08330/529-1156 oder kulturkost@rapunzel.de

Rapunzel Bio-Laden
bis 19 Uhr geöffnet



GESCHICHTEN ZUM JAHRESENDE: MYTHEN – SAGEN – LICHTBILDKLÄNGE VON BÄRBEL BENTELE

Donnerstag, 5. Dezember, 19 Uhr | Eintritt 9 € | im Rapunzel Casinosaal

Wildkräuterfrau und Sagenzählerin Bärbel Bentele leitet das Kalenderjahr aus mit mythischen Geschichten. Sie schöpft dabei tief aus der Sagenwelt der Allgäuer Alpen und lässt uns aus alten Überlieferungen heraus die Verbundenheit zwischen den Menschen, Erde und Himmel neu spüren. So gewinnen wir im dunkelsten Monat, in dem sich das Licht neu entzündet, neue Klarheit und Kraft.

Begleitet werden die Erzählungen von „LichtBild Klänge“: eine Symbiose aus wunderschönen Schwarz-weiß-Bildern aus dem Allgäu (Peter Krahe) mit Klängen von vuimera.

Mit Filmgespräch:
Barbara Altmann,
Rohstoffsicherung
Rapunzel



KINO: FAIR TRADERS – TRUE STORIES OF ETHICAL BUSINESS

Dienstag, 10. Dezember, 17.30 Uhr und 20 Uhr (2 Vorstellungen) | Eintritt: 6 € | im Rapunzel Kino
Dokumentarfilm, Schweiz 2018 | 89 Minuten | FSK 0

Drei Akteure der freien Marktwirtschaft übernehmen Verantwortung für die Gesellschaft und nachfolgende Generationen: Sie wirtschaften nachhaltig. Der Film blickt auf Karrieren von erfolgreichen Unternehmerinnen und Unternehmern in unterschiedlichen Stadien, die lokal, national und international agieren und Markt und Moral vereinbaren: Bio-Baumwoll-Pionier Patrick Hohmann, Bio-Ladnerin und Food-Waste-Aktivistin Claudia Zimmermann und manomama-Gründerin Sina Trinkwalder. Drei Vorreiter, die Mut machen!
3-Gänge-Menü (16 €) vor der 20-Uhr-Vorstellung ab 18 Uhr.



RAPUNZEL

Schlemmen bei Rapunzel!

Bio essen – wo Bio herkommt!

Ein kulinarischer Abstecher ins Rapunzel Casino gefälltig? Dann treffen Sie sich doch zu einem echten Rapunzel Frühstück oder Mittagessen – und genießen Sie Bio, wo Bio herkommt.

Unser Special:

Rapunzel Gaumenkino vor der 20-Uhr-Vorstellung

3-Gänge-Menü, ab 18 Uhr
Reservierung: 08330/529-1156

Der Rapunzel-Speiseplan:

- Mo.** Pasta al dente oder Kartoffelvarianten
- Di.** vegane Gerichte
- Mi.** Fleisch oder Fisch (+ vegane oder vegetarische Alternativen)
- Do.** vegetarische Gerichte
- Fr.** Süßspeise & Co.

Öffnungszeiten und Preise:

Frühstücksbüffet	9 €	9.00–10.30 Uhr
Mittagsmenü mit Salatbüffet und Suppe	9 € vegetarisch/vegan 15 € mit Fleisch/Fisch	12.00–13.30 Uhr
Gaumenkino (am Kinoabend)	16 €	18.00–20.00 Uhr

Aktueller Speiseplan unter www.rapunzel.de/speiseplan.html

Kino & Event im Januar

Bitte reservieren Sie unter
08330/529-1156 oder kulturkost@rapunzel.de



KINO: UNSERE GROSSE KLEINE FARM

**Dienstag, 14. Januar, 18 Uhr und 20 Uhr (2 Vorstellungen) | Eintritt: 6 € | im Rapunzel Kino
Dokumentarfilm, USA 2018 | 91 Minuten | FSK 0 | Deutsch und Original mit dt. UT**

Ein Aussteigerpaar aus Los Angeles wagt den großen Traum: die Gründung einer eigenen Öko-Farm. Doch Apricot Lane wird zur Herausforderung. Von den Vorbesitzern ausgelagte Böden, gierige Schnecken und Kojoten, Dürren und Überschwemmungen gefährden jeden gewonnenen Schritt aufs Neue. Und trotzdem tragen die Anstrengungen Früchte. Mit viel Leidenschaft und Ausdauer verwirklichen Molly und John ihre Vision. Heute ist Apricot Lane ein Vorzeige-Bio-Betrieb. Eine preisgekrönte, filmische Liebeserklärung!

3-Gänge-Menü (16 €) vor der 20-Uhr-Vorstellung ab 18 Uhr.

Rapunzel Bio-Laden
bis 18 Uhr geöffnet



EVENT: SAMENFEST | SAATGUTBÖRSE – VORTRÄGE – BESICHTIGUNG

**Samstag, 25. Januar, 10-18 Uhr | Eintritt: 5 € (nur Saatgutbörse),
10 € (Saatgutbörse + Fachvorträge) | im Rapunzel Casinosaal, Saal Allgäu (OG) & Kino**

Das bunte Festival rund um den Bio-Garten. Schwerpunkt der Vorträge sind dieses Mal Boden und -fruchtbarkeit: Wie „lebt“ Boden, welche Organismen halten ihn lebendig? Wie wirken sich Fruchtfolge und Bodenbearbeitung auf die Erde aus? Was macht Kompostierung besonders fruchtbar? Schlendern Sie über den großen Bio-Saatgutmarkt und entdecken Sie dabei selten gewordene Sorten oder tauschen selbst gewonnenes Saatgut. Auch eine Betriebsbesichtigung mit Museum und Rapunzel Produktion steht auf dem Programm. Das Casino bietet Snacks und Kuchen. Kommen, sehen, säen!

Kino im Februar

Bitte reservieren Sie unter
08330/529-1156 oder kulturrkost@rapunzel.de



KINO: WELCOME TO SODOM – DEIN SMARTPHONE IST SCHON HIER

**Dienstag, 4. Februar, 18 Uhr und 20 Uhr (2 Vorstellungen) | Eintritt: 6 € | im Rapunzel Kino
Dokumentarfilm, Österreich 2018 | 92 Minuten | FSK 6 | Original mit dt. UT**

Eine der größten Müllhalden Europas liegt in Afrika. In Agbogbloshie, Ghana, leben 6.000 Menschen auf verseuchter Erde und recyceln den Elektroschrott der westlichen Welt. Im Vordergrund der bildstarken und überraschungsreichen Doku stehen die Schicksale von Menschen, die am untersten Ende der globalen Wertschöpfungskette stehen – dort, wo vermutlich auch die Tablets, Smartphones und Computer landen werden, die wir morgen kaufen! „Mehr Kino geht nicht.“ (Amnesty Journal)

3-Gänge-Menü (16 €) vor der 20-Uhr-Vorstellung ab 18 Uhr.



KINO: 25 KM/H

**Dienstag, 25. Februar, 17.30 Uhr und 20 Uhr (2 Vorstellungen) | Eintritt: 6 € | im Rapunzel Kino
Komödie, Deutschland 2018 | 116 Minuten | FSK 6**

Nach dreißig Jahren treffen Georg und Christian bei der Beerdigung ihres Vaters erstmals wieder zusammen. Sofort geraten sich die ungleichen Brüder in die Haare. Aber nach einer durchzechten Nacht besinnen sie sich auf einen Jugendtraum. Noch in der gleichen Nacht satteln sie ihre Mofas und brechen im Schneckentempo auf zu einer Reise zwischen Schwarzwald und Rügen. Auf ihrer Tour voller skurriler Begegnungen entdecken die beiden sich und das Leben neu. Ein humorvolles Roadmovie.

3-Gänge-Menü (16 €) vor der 20-Uhr-Vorstellung ab 18 Uhr.

Event im März

Bitte reservieren Sie unter
08330/529-1156 oder kulturkost@rapunzel.de

Rapunzel Bio-Laden
bis 19 Uhr geöffnet



MULTIVISIONSSHOW: IM LAND DES WINDES – RAD-ABENTEUER IN RUSSLAND & KASACHSTAN | MIT TANJA UND DENIS KATZER

Donnerstag, 5. März, 19 Uhr | Eintritt: 14 € | im Rapunzel Casinosaal

Die Rad-Abenteurer Tanja und Denis Katzer nehmen in ihrer Multivisionsshow mit auf ihre außergewöhnliche Reise von Westrussland über die Weiten der kasachischen Steppe bis Südsibirien. Sie erfahren sagenhafte Gastfreundschaft, nächtigen in Barracken, Klöstern und im Zelt. Tanja und Denis trotzen auf dem Fahrrad allen Widrigkeiten: 55 Grad Hitze, über 3.000 Kilometer gnadenloser Gegenwind, Dauerregen, Millionen von Moskitos... Aber sie erleben auch außergewöhnliche Freundschaften, atemberaubende Naturerfahrungen – und ein Gefühl des Einsseins mit Mutter Erde.

Rapunzel Bio-Laden
bis 18 Uhr geöffnet



YOGA-TAGES-WORKSHOP (FÜR BEGINNER UND GEÜBTE)

**Samstag, 28. März, 9-22 Uhr | Kursgebühr: 75 € (Kurstunden, Verpflegung & Konzert)
Rapunzel Casinosaal & Casino**

Nach dem Erfolg des Rapunzel Yoga-Tages 2019 haben Sie wieder die Gelegenheit, in Legau einen Tag lang in die Welt des Yoga einzutauchen – von der alten indischen Philosophie bis zur modernen Flow-Stunde: Probieren Sie verschiedene Yoga-Stile aus, tanken Sie Kraft und finden Sie innere Ruhe, tauschen Sie sich mit anderen Yogis und Yoginis mit und ohne Erfahrung aus und schließen Sie den Tag mit einem Mantra-Konzert ab! Vollwertige, vegetarisch-vegane Rapunzel Verpflegung von früh bis spät ist inklusive.



Alle Termine auf einen Blick:

Do., 12.	09.	Bühnenabenteuer	Fräulein Brehms Tierleben
Di., 24.		Kino	Die Wiese – Ein Paradies nebenan
Di., 08.		Kino	Ratatouille
Do., 24.	10.	Comedy-Kochshow	Vegan ist ungesund
Fr., 25.		Comedy-Kochshow	Vegan ist ungesund – Zusatztermin
Di., 05.	11.	Kino	Das stille Leuchten (mit Filmgespräch)
Do., 21.		Fitness-Vortrag	Fit durch den Winter
Do., 05.	12.	Geschichten	Mythen & Sagen zum Jahresende
Di., 10.		Kino	Fair Traders (mit Filmgespräch)
Di., 14.	01.	Kino	Unsere große kleine Farm
Sa., 25.		Samenfest	Saatgutbörse – Vorträge – Besichtigung
Di., 04.	02.	Kino	Welcome to Sodom
Di., 25.		Kino	25 km/h
Do., 05.	03.	Multivisionsshow	Im Land der Winde
Sa., 28.		Workshop	Yoga – Balance für Körper, Geist und Seele

Betriebsführungen bei Rapunzel (mit vorheriger Anmeldung):

Jeden Mittwoch um 13.30 Uhr (außer an Feiertagen) und zusätzlich an jedem ersten Freitag im Monat um 13 Uhr (06.09., 11.10., 08.11., 06.12., 03.01., 07.02. und 06.03.).



Weitere Informationen unter www.rapunzel.de/erleben | Neues Programm ab April 2020

Wir machen Bio aus Liebe.