

**PRESSEINFORMATION****Lebensfreude. Im Quadrat.**

Mannheim ist Lebensfreude: Es schmeckt, es passt, es atmet, es feiert und es fließt ... Die Voraussetzungen dafür sind einfach großartig: Zwei Drittel der Stadtfläche bestehen aus Grünflächen und bieten grenzenlose Möglichkeiten für Freizeit und Sport. Die Planken zählen seit langem zu den besten Shopping-Meilen Deutschlands. Multikulturelle Gastronomie und ein bewegtes Nachtleben mit bunter Partyszene machen die weltoffene Metropole, in der Menschen aus rund 170 Nationen zu Hause sind, lebenswert.

Deutschlandweit ist Mannheim als Shoppingstadt bekannt und läuft damit häufig größeren Nachbarn wie Frankfurt und Stuttgart den Rang ab. Statt lange Wege in Kauf nehmen zu müssen, finden Shoppingbegeisterte und Schnäppchenjäger alles, was das Herz begehrt in kürzester Distanz zueinander. Von den großen Flagshipstores wie Tommy Hilfiger, BOSS und MANGO bis hin zu Geheimtipps wie der Papeterie Papyrien, dem Frauenbuchladen Xanthippe oder Bücher Bender, Mannheims Buchhandlung mit über 225-jähriger Tradition, und hochwertigen Möbelgeschäften in Zentrumslage wie BoConcept und Freisberg. Insbesondere das Traditionshaus engelhorn zieht überregional Kundschaft an. Ein VIP Bereich, in dem sich jeweils ein Mitarbeiter persönlich um seinen Kunden kümmert, sorgt dort für Wohlfühlatmosphäre. In mehreren kleinen Passagen kann man überraschende Fachgeschäfte entdecken: Von individuellem Schmuck bis hin zu Mannheims Wasserturm aus Schokolade – hier wird jeder fündig. Ungefähr 2.500 Einzelhandelsgeschäfte und über 5 km Schaufenster hat die Mannheimer Innenstadt zu bieten. Im Zentrum am Paradeplatz kreuzen sich alle Straßenbahnlinien. Hinzu kommen 12.000 öffentliche Parkplätze in unmittelbarer Nähe, die für ein entspanntes Shopperlebnis sorgen.

Besucherinnen und Besucher sollten sich mehrere Tage in Mannheim gönnen, um die Geheimnisse Mannheims ausgiebig erkunden zu können. Die Hotels², eine Vereinigung Mannheimer Hotels, die gemeinsam die Entwicklung des Tourismus in der Quadratestadt fördert, sorgt während des Aufenthalts für die perfekte Unterkunft. Zahlreiche Hotels in allen Kategorien von der familiengeführten Pension bis zum preisgekrönten Design-Hotel stehen dafür zur Verfügung. Speicher 7 heißt das historische Speichergebäude aus den 50er Jahren, das nach seiner Renovierung als Hotel in neuem Glanz erstrahlt. Das Design-Hotel mit Bar und Terrasse erhielt den European Hotel Design Award 2013 in der Kategorie Architecture of the Year. Im Sommer wird die Terrasse zum Sonnendeck, auf



dem man am Rande des Rheins mit Blick auf den Hafen eine kühle Erfrischung genießen kann.

Geschmacksentdeckern sind in Mannheim auch andernorts keine Grenzen gesetzt. Türkisch, Chinesisch, Indisch, Polnisch, Japanisch, Italienisch, Griechisch, Ungarisch und Afghanisch – Köstlichkeiten aus aller Welt sind hier zu finden. In unzähligen Cafés lässt es sich wunderbar entspannen: Darunter die allseits bekannten und beliebten Cafés Herrdegen, Prag und Flo. Wagemutige probieren die schärfste Currywurst der Stadt, Genießer speisen in einem der vier? Mannheimer Restaurants, die vom renommierten Gastronomieführer Guide Michelin mit einem Stern ausgezeichnet wurden. Als eine von neun deutschen Städten kann Mannheim mit dem „Amador“ seit 2011 auch ein Drei-Sterne-Restaurant vorweisen und beschert damit kulinarische Hochgenüsse. Und für das Dessert ist auch gesorgt, denn Dario Fontanella erfand hier 1969 das Spaghetti-Eis. Bis heute kann man in der Traditionseisdiele immer neue Kreationen probieren. Wer genauer wissen möchte, wie die köstlichen Erfrischungen zubereitet werden, kann den Spezialisten in der „gläsernen“ Eismanufaktur Aperto bei der Arbeit über die Schulter sehen.

Wer die überflüssigen Kalorien vom guten Essen wieder loswerden möchte, erhält in der Quadratestadt dazu ausreichend Gelegenheit: 135 überdachte Sportstätten, 83 Kegelbahnen, sechs Minigolfplätze und acht Billiardsäle, ein Motor- und Segelfluggplatz und viele weitere Sportmöglichkeiten stehen zur Auswahl. Zudem besteht rund ein Drittel des Stadtgebiets aus Natur- und Landschaftsschutzgebieten, wie der Reißinsel und Silberpappel oder dem Waldpark. Zum Joggen, Radfahren oder Nordic Walking ist Mannheim somit ein wahres Paradies. Wer am Wasserturm mit seiner wunderschönen Jugendstilanlage los joggt, ist innerhalb von 15 Minuten an Mannheims Rheinpromenade. Ebenso schnell erreicht man den Neckar. Auch der 42 Hektar große Luisenpark und sein kleiner Bruder, der Herzogenriedpark, laden zum Minigolf spielen oder Joggen im Grünen ein. Wer fleißig trainiert hat, kann anschließend am jährlich stattfindenden Dämmermarathon teilnehmen, der durch Mannheim und Ludwigshafen führt. Mehr als 11.000 Läuferinnen und Läufer waren 2013 bei dem zur Abendzeit beginnenden Marathon dabei. Für alle Radfans bietet sich eine Tour in den nahegelegenen Odenwald an. Auf Inlinern geht es von Mitte April bis Anfang Oktober alle 14 Tage bei der Mannheimer „Skate Night“ zwischen 24 und 35 km durch und um Mannheim herum auf Tour. Für Entspannung nach dem Training sorgen anschließend Spas, Wellness-Oasen und Massagesalons direkt in der Innenstadt.



Auch „Passivsportler“ kommen auf ihre Kosten: 280 Sportvereine, 32 Bundesligavereine sowie regelmäßig stattfindende internationale Sportveranstaltungen wie das Albert-Schweitzer-Basketballturnier für Junioren und das traditionelle Maimarkt Reit- und Springturnier lassen die Herzen der Sportfans höher schlagen. Die Mannheimer Adler begeistern das Publikum auf dem Eis, während die Rhein-Neckar Löwen im Handball glänzen. Beide Vereine spielen in der SAP Arena, einer der beeindruckendsten Veranstaltungshallen Deutschlands. Neben den beiden großen Vereinen, sollten sich Sportbegeisterte den SV Waldhof und Grün-Weiss Mannheim ebenfalls nicht entgehen lassen.

Nach einem ereignisreichen Tag ist in der Quadratestadt aber noch lange nicht Schluss. Mannheims Nachtleben ist bunt und vor allem geprägt von einer vielseitigen Musikszene. Mehr als 40 Bars, Clubs und Kneipen gibt es in und um die Quadrate, viele davon im Szeneviertel Jungbusch. Egal, ob man gemütlich bei einem Drink zusammensitzt oder zu Rock, Pop, Techno oder Elektro tanzt, für jeden Geschmack ist etwas dabei. Ein besonderes Erlebnis ist das Turmcafé Stars im Stadthaus N1. In luftiger Höhe kann man dort Cocktails trinken und das Treiben auf dem Paradeplatz verfolgen. Wenn im Sommer bei heißen Temperaturen die Sehnsucht nach Abkühlung steigt, sind die Mannheimer Beach-Bars genau das Richtige: Neckarstrand, OEG Citybeach, Hafen49 und Playa del Ma – Sonnenanbeter haben die Wahl.

Mannheim bietet alle Vorteile einer Mega-City und lässt trotzdem genug Raum für Entspannung und Erholung. Shopping, kulinarische Spezialitäten aus der ganzen Welt und ein abwechslungsreiches Nachtleben treffen auf Uferpromenaden an Rhein und Neckar und weitläufige innerstädtische Grünflächen. Die Einheimischen genießen diese einzigartige Mischung und tragen dazu bei, dass Mannheims Lebensfreude weit über die Grenzen der Metropolregion hinaus strahlt.