



Melanie Brozeit
Meine Auszeiten – Köln
Durchatmen & Kraft schöpfen
168 Seiten, EUR 16,00 (D)
ISBN 978-3-7700-2778-1

Erscheinungstermin: Juli 2026

Einfach mal raus – 70 Auszeiten in Köln und Umgebung

70 abwechslungsreiche Ausflugstipps von Melanie Brozeit

Frisch aufgebrühter Matcha-Tee im Sonnenschein, den Dom ganz für sich allein und Genusswanderungen in der Wahner Heide: In und um Köln finden sich zauberhafte Oasen der Ruhe und Entspannung. Die 70 schönsten stellt Melanie Brozeit in „**Meine Auszeiten -Köln**“ vor. Unter Palmen, auf Pilgerwegen, mit Wildkräutern und Quellwasser im Gepäck geht es durch die Domstadt.

Auch wer nur wenig Zeit hat, bekommt hier Inspirationen für erholsame Momente. Unter „Meine Atempause“ finden sich 25 Tipps, die sich mit einer Dauer von einer halben Stunde leicht in den Alltag integrieren lassen. Das kann ein Spaziergang am Rhein sein, eine musikalische Mittagspause, ein leckeres Eis am Kiosk oder ein Besuch im Schallplattenladen. Weitere 26 Tipps – wie etwa der Kinobesuch, die Besichtigung des Duftmuseums oder eine Tretbootfahrt – sind innerhalb von drei Stunden gut machbar. Etwas zeitaufwändiger sind die Ausflüge in den Kapiteln „Mein Tag Urlaub“ und „Meine Frei-Zeit“. Sie führen zum Beispiel an den Blackfoot Beach, auf die Zündorfer Groov oder in ein Tiny House im Naturschutzgebiet Westhovener Aue, aber auch in die Nachbarschaft der Domstadt, wie zum Kloster Knechtsteden in Dormagen, auf die Rheinische Apfelroute nach Bornheim oder zur königlichen Auszeit im Hotel Kameha Grand in Bonn.

Melanie Brozeit, die seit über 30 Jahren in Köln lebt, stellt fest: „ich entdecke die Stadt immer wieder neu. Diesmal von einer Seite, in der alles ruhiger zugeht, Dinge leiser sind, leiser sein dürfen. An der frischen Luft und in behaglichen Räumen. Orte, wo nichts sein muss, aber alles erlaubt ist, was Körper und Seele wärmt.“

Mit vielen Fotos, einer Übersichtskarte und Zusatzinformationen

Jeder Verwöhnort wird mit Foto auf einer Doppelseite vorgestellt, dazu gibt es kleine Exkurse und Tipps. Übersichtskarten am Anfang und Ende des Buches erleichtern die Planung der Ausflüge. So kann man den Alltag getrost für eine Weile hinter sich lassen.

„**Meine Auszeiten – Köln**“ ist im Droste Verlag erschienen und kostet 16,00 Euro.

PRESSEINFORMATION

Die Autorin:

Melanie Brozeit stammt aus dem Ruhrgebiet und ist seit 1993 Wahlkölnlerin aus Leidenschaft. Sie arbeitet als TV-Redakteurin und Autorin und liebt es, Geschichten mit Happy Ende zu erzählen. Köln ist für sie wie eine gute Freundin, mit der man Erlebnisse und Erinnerungen teilt, um gemeinsam neue Kapitel aufzuschlagen. Im Droste Verlag hat sie bereits mehrere Glücksorte-Bücher veröffentlicht, u.a. „*Glücksorte in Köln*“, „*Blaue Glücksorte in Köln*“, „*Glücksorte an Rhein und Erft*“ und „*Blaue Glücksorte im Ruhrgebiet*“.

Bisher in der Reihe „Meine Auszeiten“ erschienen (Stand Herbst 2026):

Allgäu, Bayerischer Wald, Bergisches Land, Berlin, Chiemgau, Hamburg, Köln, München, Ostwestfalen-Lippe, Pfalz, Rheingau, Ruhrgebiet, Saarland, Schwarzwald, Stuttgart, Westerwald

Unsere Reihen zu Zielen in Deutschland und der Welt:

- Einmal im Leben
- Glücksorte – u.a. „*Glücksorte in Köln*“, „*Grüne Glücksorte in Köln*“, „*Blaue Glücksorte in Köln*“
- Glückszeit für Familien
- Meine Auszeiten
- Mit dem Rad durch
- Quiz – u.a. „*Köln. Das Heimat-Quiz*“
- Radeln für die Seele – u.a. „*Radeln für die Seele. Rund um Köln*“
- Wandern für die Seele – u.a. „*Wandern für die Seele. In und um Köln*“
- Weinorte
- Zu Fuß durch – u.a. „*Zu Fuß durch Köln*“

PRESSESERVICE – Nicole Abeln - Tel. 0211/84 34 52 10 – Mail: n.abeln@droste-verlag.de

Druckfähige Daten

Für Rezensionen schicken wir Ihnen gerne druckfähige Dateien per E-Mail oder stellen sie Ihnen als Download zur Verfügung.

Honorarfreie Inhalte und Fotos

Inhalte aus unseren Büchern können wir Ihnen nach Absprache kostenfrei zur Verfügung stellen, z. B. zur Nutzung in redaktionellen Beiträgen.

Autor:inneninterviews

Gerne vermitteln wir Ihnen ein Interview.

ZUM VERLAG

Der Droste Verlag ist einer der führenden unabhängigen Verlage für Bücher in den Themenwelten Reiseführer, Sport- und Aktivreisen und Freizeitführer. Zudem publiziert Droste mit namhaften Partnern u. a. Fachbücher zu Politik und Zeitgeschichte.