

## #Vor dem Sport - Pushing

Red Bull, belebt Körper und Geist (\*46 kcal) 3

## #Nach dem Sport - Erfrischend

Der klassische **Isodrink** (\*19 kcal) 0,2l | 3  
Isodrink, Zitrone

Fitnessschorle-**Waldfrucht** (\*23 kcal) 0,2l | 3  
Waldfruchtschorle, Beeren

Squashwasser (\*50 kcal) 0,2l | 3  
Bitter Lemon + Soda, Limette

---

\*Nährwertangaben; kcal = Kalorien auf 100ml



## #Nach dem Sport – Aufbauend

**Allstars** Eiweißshake 3  
Vanille, Schoko, Erdbeer  
uvm.

### Schorlen 0,3l

*Vio!* Naturtrübe Apfelsaftschorle 3

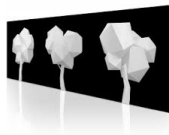
*Vio!* Fruchttige Johannisbeerschorle 3

---

## Säfte und Nektar 0,2l

Granini Orange	2,8
Granini Apfel	2,8
Granini Kirsch	2,8
Granini Banane	2,8
Granini Kirsch-Banane	2,8

## Softies 0,33l



Coke	3
Coke Zero	3
Coke Light	3
Fanta	3
Sprite	3
Lift	3
<i>Schweppes</i> Bitter Lemon 0,2l	2,8
<i>Schweppes</i> Ginger Ale 0,2l	2,8
<i>Schweppes</i> Tonic Water 0,2l	2,8

---

## **Wasser** 0,25l

Gerolsteiner still 2,2

Gerolsteiner medium 2,2

## **Kaffee & Tee**

Kaffee klein 2

Kaffee groß 2,5

Milchkaffe 3,2

Cappuccino 3,2

Latte Macchiato 3,5

Espresso 2

Tee (div. Sorten) 2

*Coffee  
First*

## **Schokoladig**

Heiße Schoki 3,5

mit Sahne 4

Kalte Schoki 3,5

mit Sahne 4

---

# Wein & Sekt

## Sekt

Hausmarke Glas 0,1l	4
Flasche 0,7l	18

## Weißwein (trocken)

Grauer Burgunder Rhh./Pf. QbA.

Glas 0,2 l; Flasche 0,75l	4,7   18
---------------------------	----------

## Weißwein (lieblich)

Riesling Maybach Qualitätswein

Glas 0,1l   0,2l; Flasche 0,75l	5,2   19
---------------------------------	----------

## Rosé (lieblich)

Zinfandel 2015 USA,

Glas 0,1l   0,2l; Flasche 0,75l	4,7   18
---------------------------------	----------

## Rotwein (trocken)

Shiraz Cabernet 2015, South Eastern

Glas 0,2l; Flasche 0,75l	5,2   19
--------------------------	----------

## Weißweinschorle

Grauburger, Soda, Glas 0,2 l	4,5
------------------------------	-----



## Fancy

### Hugo

Weißwein, Holunderblütennote, Minze, Eis 0,2l | 6

### Aperol Sprizz

Weißwein, Soda, Aperol, Orange, Eis 0,2l | 6

### Lillet Wild Berry

Schweppes WB, Lillet, Beeren, Eis 0,2l | 6

## Cocktails

**Mojito** spritzig frisch, mit dem Geschmack von Limette und Minze 6,9

**Pina Colada** leicht cremig mit Kokos-, Ananas-Geschmack 6,9

**Mai Tai** exotischer Geschmack nach Mandel mit Orange 6,9

**Sex on the Beach** Orange-, Pfirsichgeschmack, fruchtig- süß 6,9

**Planters Punch** Ananas, Granatapfel 6,9

## Mocktails



**Virgin Colada** mit Kokos-, Ananas-Geschmack 5,8

**Virgin Mojito** spritzig frisch, Limette und Minze 5,8

**Safer Sex on the Beach** Orange-, Pfirsichgeschmack, fruchtig- süß 5,8

**Virgin Mai Tai** exotischer Geschmack nach Mandel mit Orange 5,8

**Virgin Punch** Ananas, Granatapfel 5,8

---

<b>Biere vom Fass</b>	0,3   0,5
Stauder	3   4,8
Diebels	3   4,8
Radler, Kree, Alster	3   4,8
Grevensteiner	3   4,8

### Flaschenbiere 0,33l

<i>Stauder</i> – Pils alkoholfrei	3
<b>Fiege</b> Pils, Bernstein	3
Desperados	3,7

### Alternative 0,33l

Malzbier	3
Fassbrause Zitrone	3



### Weizen 0,5l

Erdinger hell oder alkoholfrei	4,5
Franziskaner dunkel	4,5
mit Banane	4,7

---

Snacks von drüben.... #bowlingcenter

WARME KÜCHE 16.30 UHR – 21.30 UHR  
SAMSTAG 12-21 UHR  
SONNTAG 12-18 UHR  
MONTAG + DIENSTAG RUHETAG

**Pizza-Baguette** 19cm **5**

**Margherita** Tomatensoße, Edamer-/Mozzarella Käsemischung  
(vegetarisch)

**Schinken** Tomatensoße, Edamer-/Mozzarella Käsemischung +  
Schinken

**Gemüse** Tomatensoße, Edamer-/Mozzarella Käsemischung + Paprika  
und Brokkoli (vegetarisch)

NEU! +++

**Crunchy Sticks (vegetarisch) 8 Stck. 3,9**

Margherita  
Spinaci

+ Dip **1 je Dip**



... schön, dass du da bist.

---