

Umstellung auf Sommerzeit am 29. März 2026

Übersicht März 2026



Dieses Jahr passiert die **Sonne** den **Frühlingspunkt** am 20. März um 15:46 Uhr und damit haben wir astronomischen **Frühling**. **Merkur** ist nicht beobachtbar. **Venus** wird langsam zum Abendstern. **Mars** bleibt unbeobachtbar. **Jupiter** beherrscht den Nachthimmel und zieht sich vom Morgenhimmel zurück. **Saturn** ist nicht zu sehen. Am 29.3 **bedeckt** der **Mond** den **Regulus**.

Fixsternhimmel

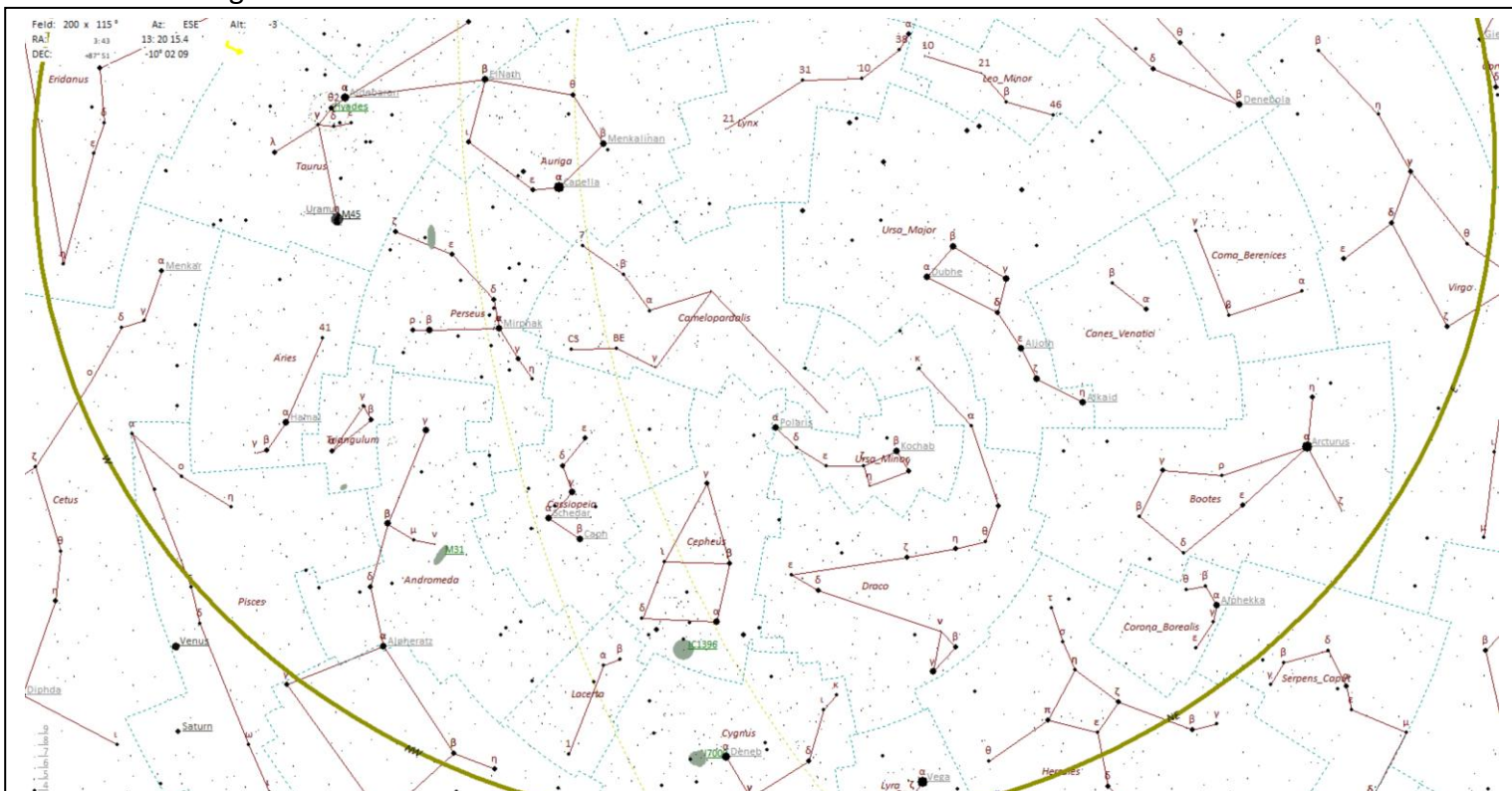
Mitte März zur "Standardbeobachtungszeit", um 22:00 Uhr (MEZ) stehen die Wintersternbilder Großer Hund (**Canis Major**), Orion (**Orion**), die Zwillinge (**Gemini**) und der Stier (**Taurus**) in der westlichen Hemisphäre. Im Nordosten - schon fast im Zenit - steht der große Wagen (**Ursa Major**), während Kassiopeia (**Cassiopeia**) schon nach unten gesunken ist. Der Krebs (**Cancer**) wandert gerade durch den Meridian. Es ist die günstigste Zeit, dieses unscheinbare Sternbild zu betrachten. Leicht ist der Löwe (**Leo**) zu erkennen. Ihm folgt im Tierkreis die Jungfrau (**Virgo**), die langsam im Osten aufgeht.

Termine

Tag	Datum	Zeit	Was/Wo
Do	19.02.2026	19 Uhr	Himmelsanblick
Fr	20.02.2026	n.V.	allg. Beobachtung
Di	24.02.2026	03:44 - 05:42	Mond bedeckt Plejaden (M45)
Fr	06.03.2026	n.V.	allg. Beobachtung
Mo	16.03.2026	19:00 / 20:00	AkA Sitzung
Fr	20.03.2026	n.V.	allg. Beobachtung
Fr	20.03.2026	19:45 Uhr	Himmelsanblick
Sa	28.03.2026		Astronomietag
So	29.03.2026	20:27 - 21:27	Mond bedeckt Regulus (αLeo)

Sonne (gültig für Handeloh)

Datum	Beginn Dämm.	Aufgang	Kulmination		Untergang	Ende Dämm.
01.03.2026	05:53	07:09	12:33		17:58	19:14
10.03.2026	05:33	06:48	12:31		18:15	19:30
20.03.2026	05:08	06:24	12:28		18:34	19:50
31.03.2026	05:39	06:57	13:25		19:53	21:12



Handeloh	53.246 N	09.836 O	46m
Jesteburg	53.307 N	09.954 O	34m
Tostedt	53.282 N	09.712 O	61m
Buchholz	53.333 N	09.866 O	72m
Stelle	53.380 N	10.108 O	08m
Marxen	53.313°N	10.005 O	43m

PLANETENSICHTBARKEIT

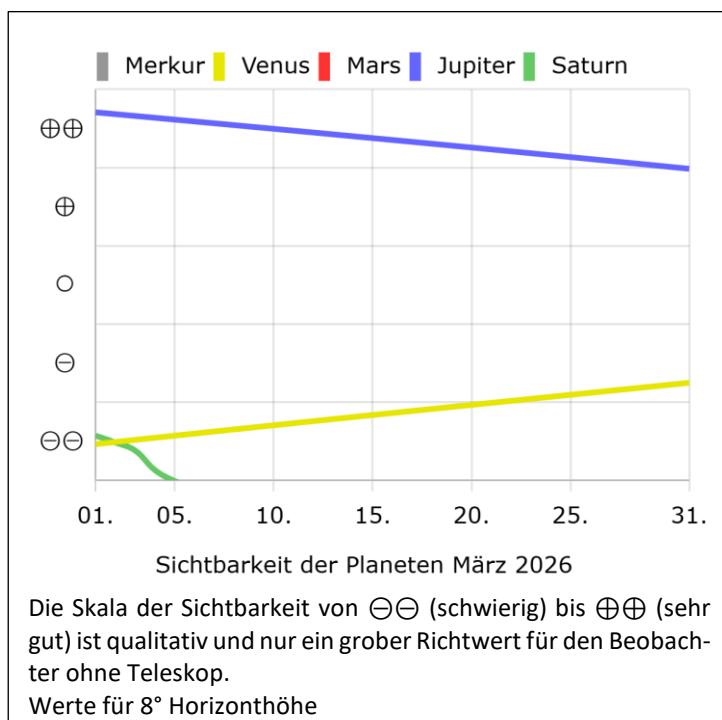
März	Datum	Aufgang	Beginn Sichtbarkeit	Kulmination	Ende Sichtbarkeit	Untergang	Pos	Helligkeit
Merkur	01.03.2026	07:06		13:08		19:09	Psc	2,2
	31.03.2026	06:24		11:45		17:08	Aqr	0,4
Venus	01.03.2026	07:39	17:30	13:23	18:09	19:08	Aqr	-3,9
	31.03.2026	07:35	19:26	14:41	20:50	21:49	Ari	-3,9
Mars	01.03.2026	06:57		11:50		16:43	Aqr	1,2
	31.03.2026	06:38		12:20		18:03	Aqr	1,2
Jupiter	01.03.2026	12:27	17:48	20:48	04:00 ►	05:10 ►	Gem	-2,4
	31.03.2026	11:31	19:46	19:53	03:05 ►	04:14 ►	Gem	-2,2
Saturn	01.03.2026	07:57	18:29	13:53	18:52	19:50	Psc	1,1
	31.03.2026	07:05		13:09		19:13	Psc	1,1

← Aufgang 1 Tag vorher / → Untergang ein Tag nachher / Achtung Daten am 31.März in MESZ

Merkur: steht in unterer Konjunktion und ist unbeobachtbar. **Venus:** setzt sich langsam als Abendstern durch. Am 8.3 zieht sie an Saturn vorbei. Am 20.3 ist der Himmelsanblick bestimmt spannend, wenn sie zusammen mit dem Mond zu sehen ist. **Mars:** bleibt noch unbeobachtbar. **Jupiter:** bremst seine rückläufige Bewegung ab und wird am 11.3 stationär in den Zwillingen. Er zieht sich vom Morgenhimmel zurück. Und seine Helligkeit nimmt leicht ab. **Saturn:** dürfte ab dem 10.3 nicht mehr wahrgenommen werden können.

STERNESCHNUPPENSTRÖME

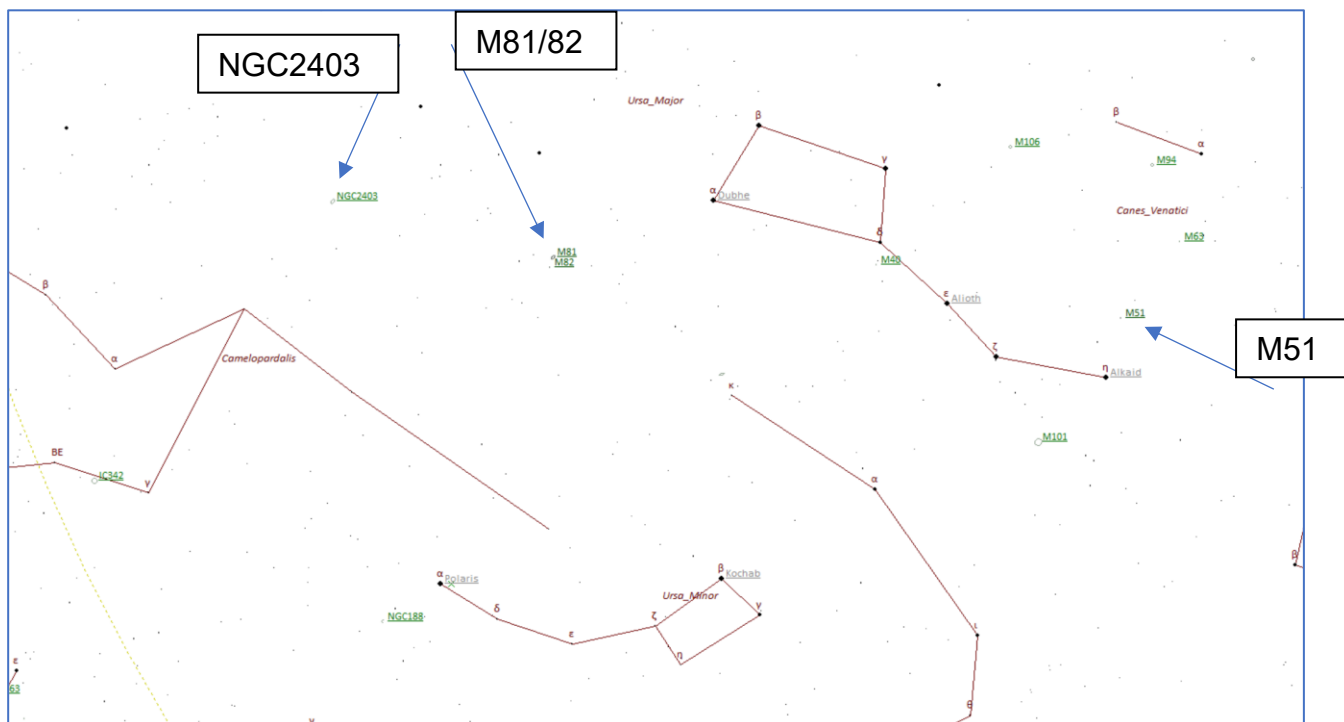
Virginiden: sind während des ganzen Monats in der Jungfrau zu sehen. Ihr Maximum haben sie um den 24. März.



Handeloh	53.246 N	09.836 O	46m
Jesteburg	53.307 N	09.954 O	34m
Tostedt	53.282 N	09.712 O	61m
Buchholz	53.333 N	09.866 O	72m
Stelle	53.380 N	10.108 O	08m
Marxen	53.313°N	10.005 O	43m

FELDSTECHEROBJEKTE

M81, M82, NGC 2403, M31, M34, M35 und M51



Am 15. März steht der „Große Wagen“ fast im Zenit. M81/82 sind links (westlich) von Dubhe (α Uma) zu finden. NGC 2403 ist links von M81/82 zu finden. Auch M51 ist auf der Karte bei Alkaid (η Uma . Eta Ursae Majoris) zu finden.

M81 oder Bodes Galaxie – zu Ehren von Johann Elert Bode, der sie am 31. Dezember 1774 entdeckte, ist nach dem Andromedanebel und dem Dreiecksnebel die Galaxie, die uns mit 7m,0 am hellsten erscheint. Sie ist bereits mit einem Fernglas nordöstlich von Dubhe, gut erkennbar. Sie beinhaltet etwa 250 *Milliarden* Sterne und ist etwa 12 Millionen Lichtjahre von uns entfernt. Meist wird M81 zusammen mit **M82** abgebildet, auch weil die beiden Galaxien scheinbar senkrecht zueinander stehen. M82 und M81 sind gravitativ aneinander gebunden: Vor etwa 500 Millionen Jahren wurde M82 durch die Nähe zu M81 stark verändert. Sie ist eine der bestuntersuchten Starburstgalaxien.

NGC 2403 ist die Bezeichnung einer Spiralgalaxie im Sternbild Giraffe (**Camelopardalis**) und hat eine scheinbare Helligkeit von +8,2 mag. Damit zählt diese Galaxie, die leicht mit einem guten Feldstecher gesehen werden kann, zu den hellsten Galaxien des Nordhimmels. NGC 2403 wurde am 1. November 1788 vom deutsch-britischen Astronomen Wilhelm Herschel entdeckt. Die Galaxie ist Mitglied der so genannten M81 Galaxiengruppe, und etwa 12 Millionen Lichtjahre entfernt.

Handeloh	53.246 N	09.836 O	46m
Jesteburg	53.307 N	09.954 O	34m
Tostedt	53.282 N	09.712 O	61m
Buchholz	53.333 N	09.866 O	72m
Stelle	53.380 N	10.108 O	08m
Marxen	53.313°N	10.005 O	43m

M51, die **Whirlpool-Galaxie** (auch als **Strudelgalaxie** oder NGC 5194/5195 bezeichnet) ist eine große Spiralgalaxie im Sternbild Jagdhunde (**Canes Venatici - CVn**) mit einer scheinbaren Helligkeit von 8m,4. Die Entfernung von unserem Sonnensystem beträgt wahrscheinlich etwa 28 Millionen Lichtjahre, doch gibt es auch abweichende Ergebnisse zwischen 15 und 37 Millionen Lichtjahren. M 51 ist ein interessantes Objekt für Amateurastronomen. Für die Beobachtung der Galaxie ist auf jeden Fall ein Teleskop notwendig, oder wenigstens ein Großfernglas mit überdimensionierter Öffnung. Eine Beobachtung in der Stadt ist so gut wie unmöglich, am besten sucht man sich einen Standort ohne Lichtverschmutzung **Sofern die Öffnung des Teleskops kleiner als 10 cm ist, lässt sich lediglich ein länglicher Fleck erkennen.** Erst bei Öffnungen von 20 cm und mehr lassen sich die Spiralarme beobachten. Mit Hilfe der Astrofotografie ist es möglich sogar die H-II-Regionen abzulichten und dunkle Staubfahnen zu sehen.

Messeir 31 (M31)

Die **Andromedagalaxie** (auch Andromedanebel) ist eine Spiralgalaxie und im Messier-Katalog als **M31** und im **New General Catalogue** als NGC 224 verzeichnet. Sie ist im Sternbild Andromeda (Andromeda), nach dem sie benannt ist, zu finden. In klaren Nächten kann sie mit bloßem Auge, trotz ihrer visuellen Helligkeit von 3m,5, nur von einem dunklen Standort aus gesehen werden. Sie ist das fernste Objekt, das regelmäßig mit bloßem Auge gesehen werden kann. Sie ist etwa 2,5 Millionen Lichtjahre von uns entfernt, hat einen Durchmesser von etwa 140.000 Lichtjahren und beinhaltet ca. 400 Milliarden Sterne. Sie ist das massereichste Mitglied der „Lokalen Gruppe“ zu der auch die Milchstraße gehört.

Messier 34 (auch NGC 1039) ist ein mittelgroßer offener Sternhaufen im Perseus mit einer scheinbaren Helligkeit von 5m,2 und ist zwischen den Sternen Algol (**β Per**) und Alamak (**γ And**) zu finden. Da M34 nur rund 100 Sterne enthält, die sich über mehr als Vollmondbreite erstrecken, ist diese Anhäufung von Sternen relativ unauffällig. Im Feldstecher 8×30 lediglich als zartes Sterngrüppchen zu erkennen, zeigen sich ab 10×50 ein Dutzend Sterne im Gesichtsfeld. Im Fernrohr hingegen wirkt der Sternhaufen ab 50-facher Vergrößerung zunehmend zerstreuter.

M35 (auch NGC 2168) ist ein reichhaltiger offener Sternhaufen in den Zwillingen, nahe dem Sommerpunkt. (Der Sommerpunkt ist der nördlichste und höchste Punkt der scheinbaren Sonnenbahn. Hier erreicht die Sonne ihre höchste Stellung über dem Himmelsäquator (+23,4° Deklination) Der Sommerpunkt liegt heute im Sternbild Stier an der Grenze zu den Zwillingen. Vor über 2000 Jahren lag er noch im Sternbild Krebs, weshalb man auch vom Wendekreis des Krebses spricht.) Mit einer scheinbaren Helligkeit von +5,1 mag ist er bei besonders klarem Himmel schon mit bloßem Auge erkennbar. Er steht beim Fuß des rechten Zwillings (Sterne μ, η und 1 Gem). Im Feldstecher als zartes Sternwölkchen erkennbar, zeigt M35 bei 30-facher Vergrößerung schon in einem kleinen Fernrohr, wie deutlich er sich von seiner Umgebung abhebt.

Handeloh	53.246 N	09.836 O	46m
Jesteburg	53.307 N	09.954 O	34m
Tostedt	53.282 N	09.712 O	61m
Buchholz	53.333 N	09.866 O	72m
Stelle	53.380 N	10.108 O	08m
Marxen	53.313°N	10.005 O	43m



Mond				
Di	03.03.2026	12:38	Vollmond	Leo
Di	03.03.2026	12:34	Totale Mondfinsternis	Leo
Di	10.03.2026		Mond im Apogäum (Erdferne), 404373 km	Sco
Mi	11.03.2026	10:39	Mond Letztes Viertel	Oph
So	15.03.2026	01:33	Mond bei Pluto, 0.008° Abstand	Cap
Di	17.03.2026	16:22	Mond bei Merkur, 1.888° Abstand	Aqr
Di	17.03.2026	21:45	Mond bei Mars, 0.554° Abstand	Aqr
Do	19.03.2026	02:24	Neumond	Psc
Do	19.03.2026	11:48	Mond bei Saturn, 3.271° Abstand	Psc
Do	19.03.2026	07:57	Mond bei Neptun, 2.096° Abstand	Psc
Fr	20.03.2026	10:21	Mond bei Venus, 2.954° Abstand	Psc
So	22.03.2026		Mond im Perigäum (Erdnähe), 366849 km	Ari
Mo	23.03.2026	06:40	Mond bei Uranus, 4.065° Abstand	Tau
Mi	25.03.2026	20:18	Mond Erstes Viertel	Gem
Do	26.03.2026	14:00	Mond bei Jupiter, 2.929° Abstand	Gem
So	29.03.2026		20:27 - 21:27 Mond bedeckt Regulus (α Leo)	Leo
Werte vom planetenrechner.de				

Handeloh	53.246 N	09.836 O	46m
Jesteburg	53.307 N	09.954 O	34m
Tostedt	53.282 N	09.712 O	61m
Buchholz	53.333 N	09.866 O	72m
Stelle	53.380 N	10.108 O	08m
Marxen	53.313°N	10.005 O	43m

ASTRONOMIETAG AM 28. MÄRZ 2026

Der bundesweite Astronomietag (<https://astronomietag.de/>) findet am Samstag, den 28. März 2026 statt.

Der Astronomietag 2026 steht ganz im Zeichen unseres kosmischen Nachbarn: Der zunehmende Mond steht während der gesamten ersten Nachthälfte hoch am Himmel. Zehn Tage nach Neumond sind die Bedingungen ideal, um mit Ferngläsern und großen und kleinen Teleskopen seine Kraterlandschaften zu erkunden. Besonders auffällig zeigt sich unmittelbar an der Tag-und-Nacht-Grenze die von der Sonne beleuchtete bogenförmige Bergkette des Jura gebirges, die die noch im Schatten liegende Regenbogenbucht einfasst: **der sogenannte Goldene Henkel**.

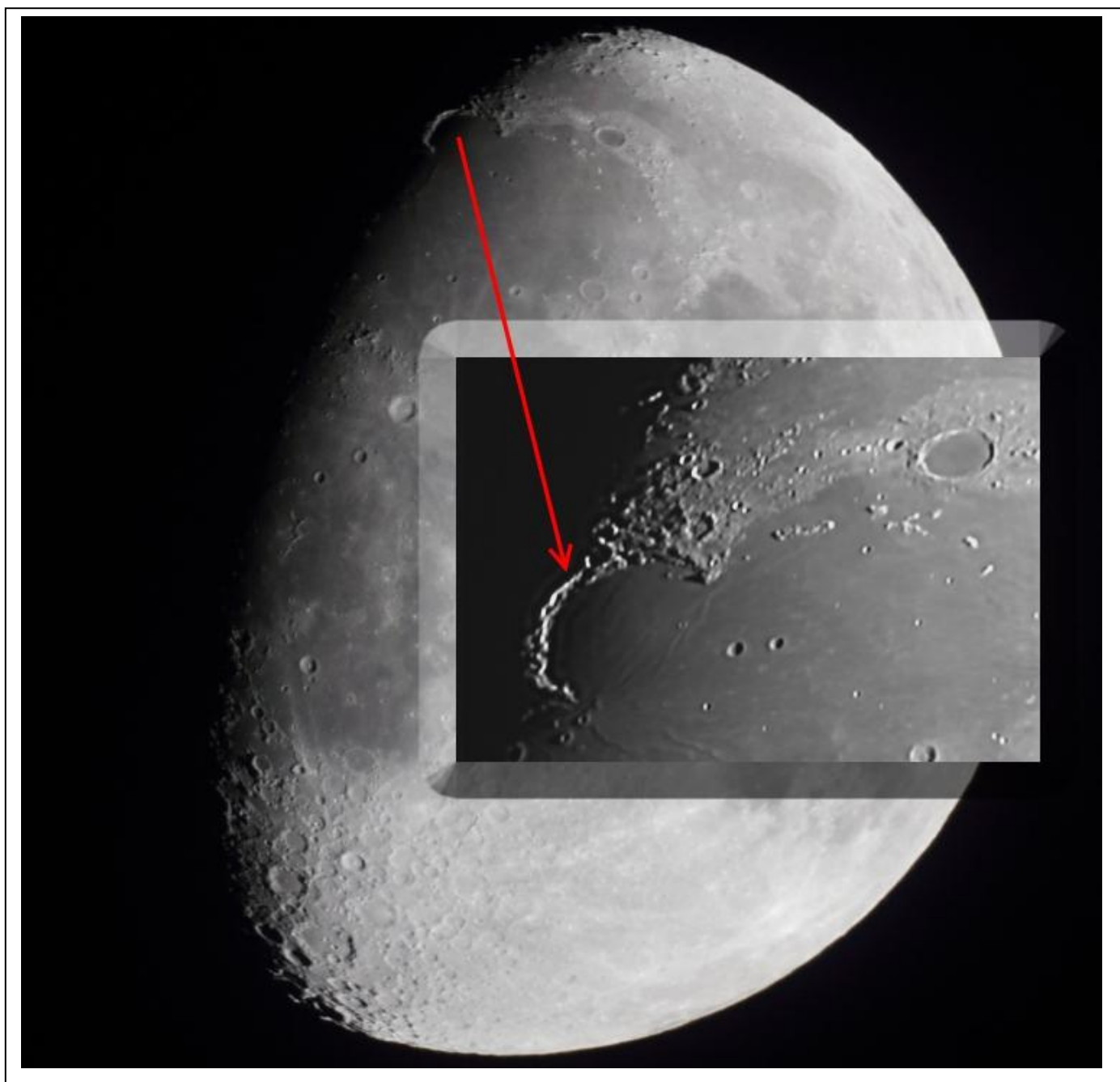
Abends steht auch **Jupiter**, der größte Planet unseres Sonnensystems, hoch am **Südwesthimmel**. Er ist so hell, dass er zusammen mit der **Venus** im **Westen** bereits eine knappe Stunde nach Sonnenuntergang noch vor den hellen Sternen des Wintersechsecks in der hellen Dämmerung auftaucht. Mit Fernglas und Teleskop zeigt er sich umgeben von den vier Galileischen Monden Io, Europa, Ganymed und Kallisto.

Beginn der Morgendämmerung 04:47
Ende der Abenddämmerung 20:06

Sonne	06:04	12:26	18:49	07:02	17:50
☾ Mond	13:08	21:16	05:00 ►	14:18	03:57 ►
☿ Merkur	05:28	10:48	16:08		
♀ Venus	06:41	13:39	20:39	19:03	19:41
♂ Mars	05:46	11:23	17:02		
♃ Jupiter	10:42	19:04	03:25 ►	19:17	02:17 ►
♄ Saturn	06:16	12:19	18:23		
♅ Uranus	07:44	15:42	23:40	20:52	22:36

Handeloh	53.246 N	09.836 O	46m
Jesteburg	53.307 N	09.954 O	34m
Tostedt	53.282 N	09.712 O	61m
Buchholz	53.333 N	09.866 O	72m
Stelle	53.380 N	10.108 O	08m
Marxen	53.313°N	10.005 O	43m

Goldener Henkel



Die flach stehende Sonne beleuchtet die Gipfel des Juragebirges am Rand der Regenbogenbucht (*Sinus Iridum*), während die Ebene selbst noch im Schatten liegt. Dadurch erscheint ein leuchtender Bogen am Terminator des Mondes, der wie ein Henkel aus der dunklen Seite herausragt. Mal sehen, ob wir ihn sehen werden