

**HOLY  
HEMP**



# **CANNABIS ANBAU GUIDE**

Dieser Leitfaden dient als Grundlage für dein Anbauprojekt.



**NICE TO  
WEED YOU!  
WILLKOMMEN  
IN DER  
HOLY  
FAMILY.**



# **INHALT**

**EINLEITUNG** ..... 4-5

**WELCHE SAMEN?** ..... 6-8

**DIE GRUNDLAGEN** ..... 9-16

**DIE WACHSTUMS-  
PHASEN** ..... 17-30

**ERNTEN, TROCKNEN  
UND AUSHÄRTEN** ... 31-36

**LITERATUR** ..... 37-38



# **DEUTSCHLAND: DER LEGALE ANBAU VON CANNABIS IST ENDLICH REALITÄT!**

Was einst in vielen Teilen Europas nur toleriert wurde, ist hier nun vollständig legalisiert. Du hast dich also entschieden, dein eigenes Anbauprojekt zu starten?

Der Cannabisanbau ist wie das Spielen eines Instruments: leicht zu beginnen, aber es braucht Geduld und Zeit, um darin Meisterschaft zu erlangen. Lass dich nicht abschrecken - der Start ist simpel und kann je nach deinem Budget sowohl kostengünstig als auch luxuriös umgesetzt werden.





# **BEGINNE DEINE MARIHUANA- ANBAU-REISE MIT EINEM SOLIDEN FUNDAMENT.**

Sich frühzeitig mit den Basics vertraut zu machen, kann entscheidend sein für einen erfolgreichen Grow und um deine Erträge zu maximieren. Nachfolgend sind essentielle Schritte, die dir das nötige Rüstzeug geben, um im Cannabis-Gartenbau bald zum Profi zu avancieren. Dabei handelt es sich lediglich um eine kleine Starthilfe, denn der Cannabisanbau ist eine Kunst für sich. Den Rest holst du dir durch Erfahrung und Learning by Doing.

Pack's an und sieh zu, wie dein grüner Daumen Wunder wirkt!



# 1. WELCHE SAMEN SIND DIE RICHTIGEN FÜR MICH?



## SATIVA? INDICA? HYBRID?

Cannabispflanzen werden typischerweise in drei Hauptkategorien eingeteilt: Indica, Sativa und die weniger bekannte Ruderalis\*. Jeder Typ zeichnet sich durch spezielle Eigenschaften und Vorteile im Anbau und Wirkung aus. Über die Jahre haben Züchter durch Kreuzungen eine gigantische Vielzahl von Sorten entwickelt, und reine Landrassen (100% Sativa o. 100% Indica) sind mittlerweile selten geworden. Heutzutage beschreibt man Sorten dementsprechend oft als Indica-dominant oder Sativa-dominant, oder als ausgewogene Hybriden (50/50).

Typischerweise bieten Indica-dominante Sorten eine tief entspannende Wirkung, ideal zum Runterkommen nach einem stressigen Tag, während Sativa-dominante Sorten oft energie- und kreativitätsfördernd sind.

*\*Im Gegensatz zu den Indicas und Sativas werden Ruderalis-Sorten weniger für ihre psychoaktiven Effekte als für ihre einzigartige Fähigkeit geschätzt, automatisch zu blühen, unabhängig von Lichtverhältnissen.*





## **SATIVA - INDICA AUCH OPTISCH EIN UNTERSCHIED**

Cannabis Indica und Cannabis Sativa unterscheiden sich deutlich in ihrer Erscheinung. Indica-Pflanzen sind in der Regel kürzer und buschiger mit breiteren, dunkleren Blättern, was sie robust und gedungen macht. Sie wachsen oft schneller und haben eine kürzere Blütezeit im Vergleich zu Sativa-Pflanzen. Sativa hingegen ist bekannt für ihre Größe und schlanke Statur, oft erreichen sie eine beeindruckende Höhe. Ihre Blätter sind schmaler, länglicher und heller grün. Diese visuellen Unterschiede sind hilfreich, um die Sorten schon früh im Wachstumsprozess zu identifizieren.



**INDICA**



**SATIVA**



## **WAS BEDEUTET AUTO, FULL SEASON UND FAST FLOWERING?**

Wer sich für eine unserer Sorten entschieden hat, wird auf der Vorder- und Rückseite die Begriffe „Full Season“, „Fast Flowering“ und „Auto“ bemerken. Aber was steckt eigentlich dahinter?

Bei Full Season und Fast Flowering\* handelt es sich um photoperiodische Samen. Das bedeutet, sie benötigen eine Veränderung des Lichtzyklus, um zu blühen. Beim Indoor-Anbau lässt sich dies durch die Reduzierung der täglichen Lichtstunden erreichen, während beim Outdoor-Anbau die natürliche Verkürzung der Tage im Herbst diesen Effekt herbeiführt.

Auto-Flowering Samen hingegen gehen nach einer gewissen Zeit automatisch in die Blüte und sind daher vor Allem für Anfänger die einfachere Option.

**WISSENSWERT:** Autoflowering Cannabis-Samen entstehen durch die Kreuzung einer herkömmlichen Cannabis-Sorte, sei es Sativa oder Indica, mit einer Cannabis Ruderalis Pflanze. Autoflowering Samen entstehen durch die Nutzung der natürlichen Eigenschaft der Ruderalis-Sorte, unabhängig von Lichtverhältnissen zu blühen.

*\*Wie Full Season Samen, nur eine etwas kürzere Blütephase*





# 2.DIE GRUNDLAGEN

**UM BESTMÖGLICH ZU  
WACHSEN UND DIR  
MÖGLICHST SAFTIGE  
KNOSPEN ZU LIEFERN,  
BENÖTIGT CANNABIS  
EINIGE GRUNDLEGENDE  
DINGE!**







# LICHT

Cannabis braucht täglich optimal über 18 Stunden Licht. Indoor wird dies mit speziell für den Cannabisanbau entwickelten Lampen und Timern gesteuert, während draußen die Pflanzen erst gepflanzt werden sollten, wenn sie über 12 Stunden Tageslicht und 8 Stunden direkte Sonneneinstrahlung bekommen.





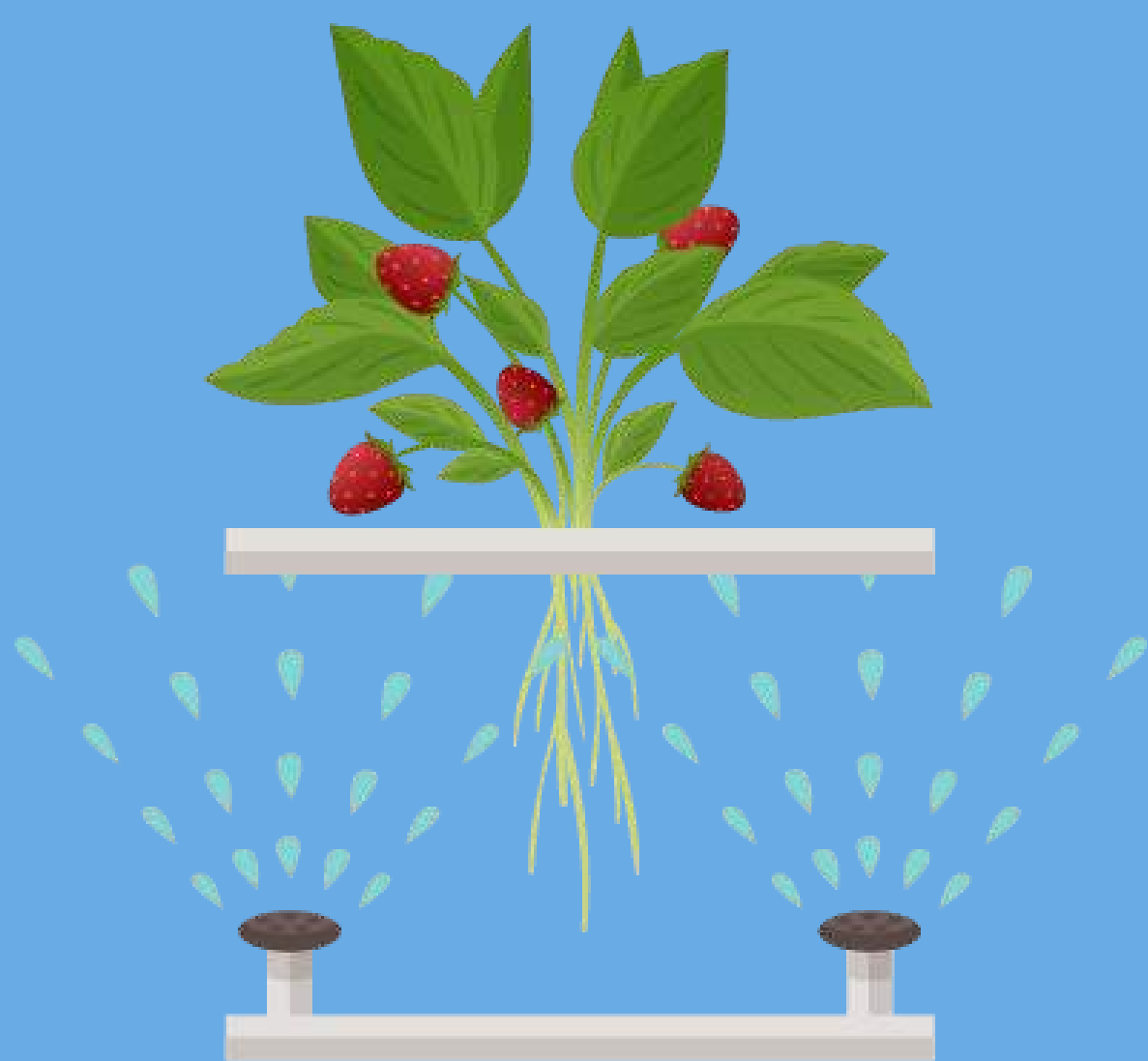


# ANBAU-MEDIUM

**Pflanzenerde** ist die beliebteste Wahl für den Cannabisanbau, und es gibt sogar spezielle Erden dafür. Es gibt aber auch Alternativen ohne eigene Nährstoffe wie z.B.

**Kokosfasern, Perlite, Vermiculit oder Steinwolle.**

Bei Methoden wie **Aeroponik**, **Hydroponik** (Tiefwasserkultur) werden keine festen Medien verwendet. Stattdessen hängen die Wurzeln frei und nehmen Nährstoffe direkt aus einer Wasserlösung auf.



**AEROPONIC**



**HYDROPONIC**





# LUFT

**Gute Luftzirkulation ist entscheidend**, um Schimmel und Schädlinge zu vermeiden. Draußen sorgt der natürliche Wind dafür, indoor sind Ventilatoren, sowie Frischluftzufuhr und einen Ab-  
luftauslass nötig.

**TIPP:** Indoor sind Aktivkohlefilter unverzichtbar, um starke Gerüche zu filtern. Outdoor kann es erforderlich sein, Schutzbarrieren zu installieren, um die Pflanzen vor starken Winden zu schützen.





# WASSER

**Wasser ist essentiell!** (Besonders große Pflanzen benötigen viel Feuchtigkeit) Indoor wird Wasser auch genutzt, um Nährstoffe zu den Pflanzen zu transportieren. Achte darauf, dass die Wassertemperatur der Umgebungstemperatur entspricht.

**TIPP:** Nutze effiziente Bewässerungssysteme wie die Tropfbewässerung, um die Wasserverteilung zu optimieren, und Sorge für eine gute Drainage, um Staunässe zu vermeiden.



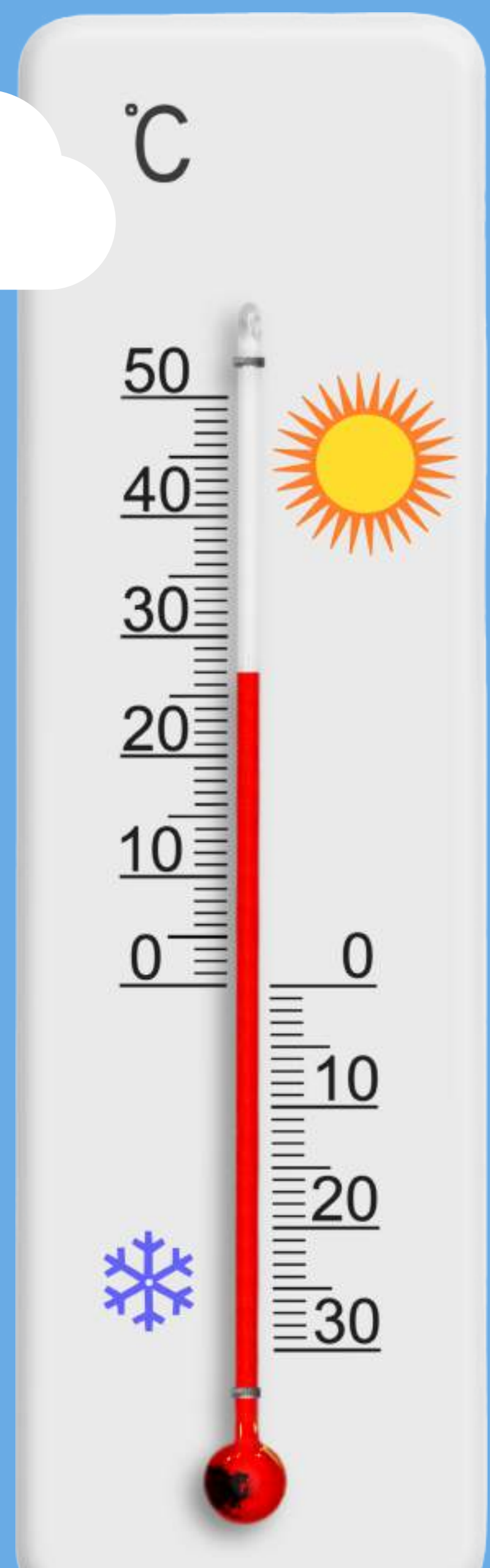


# TEMPERATUR

## **Ideal sind 27 Grad Celsius.**

Extreme Temperaturen können Stress verursachen und das Wachstum hemmen. Mach dich mit deinem lokalen Klima vertraut, um den idealen Zeitpunkt für die Aussaat zu bestimmen. Für den Cannabisanbau im Freien sind Temperaturen zwischen 20°C und 30°C ideal. Nachttemperaturen sollten möglichst nicht unter 12°C fallen, da kältere Temperaturen das Wachstum verlangsamen können.

Indoor kannst du das perfekte Klima durch den Einsatz von Ventilatoren, Klimaanlage, Heiz- und Kühlgeräten erreichen.





# NÄHRSTOFFE

Cannabispflanzen benötigen drei Nährstoffe in großen Mengen. Diese Makronährstoffe sind **Stickstoff (N)**, **Phosphor (P)** und **Kalium (K)** und bilden den Eckpfeiler der Gesundheit von Cannabispflanzen. Gute Erde, angereichert mit Kompost, lebenden Organismen, Vitaminen und Mineralien unterstützt das Pflanzenwachstum. In Hydrokulturen werden spezialisierte Nährstoffmischungen verwendet.

**TIPP:** Es gibt spezielle Erden, die für den Cannabisanbau über den gesamten Wachstumszyklus hinweg entwickelt wurden. Diese Erden sind so zusammengesetzt, dass sie die richtige Struktur, Belüftung und Nährstoffbalance bieten, um Cannabis vom Keimen bis zur Ernte optimal zu unterstützen.







# LUFTFEUCHTIGKEIT

Beim Outdoor-Anbau hast du keine Kontrolle über die Luftfeuchtigkeit, da du den natürlichen Wetterbedingungen ausgesetzt bist. Der Vorteil dabei ist, dass sich deine Pflanzen an die wechselnden Bedingungen anpassen müssen. Dies stärkt ihre Widerstandsfähigkeit und macht sie insgesamt robuster. Indoor ist es wichtig, die Luftfeuchtigkeit von der Keimung bis zur Blüte zu kontrollieren, um eine gesunde Umgebung für das Pflanzenwachstum zu gewährleisten.

**TIPP:** Indoor kann die Luftfeuchtigkeit unter Verwendung von Luftentfeuchtern oder -befeuchtern geregelt werden.





# 3. DIE WACHSTUMS- PHASEN

**CANNABIS DURCHLÄUFT VERSCHIEDENE WACHSTUMS- PHASEN, BEGINNEND MIT DER KEIMUNG, GEFOLGT VON DER VEGETATIVEN PHASE UND ABSCHLIESSEND DER BLÜTE- PHASE. JEDE PHASE ERFORDERT SPEZIFISCHE BEDINGUNGEN HINSICHTLICH LICHT, WASSER UND NÄHRSTOFFEN, UM OPTIMALE WACHSTUMS- ERGEBNISSE ZU ERZIELEN.**







# KEIMUNG UND CANNABIS-SÄMLINGE

Dein Cannabiszucht-Abenteuer startet mit der Keimung der Samen. Um ihren Lebenszyklus zu starten, müssen drei wichtige Bedingungen erfüllt sein: Wasser, die richtige Temperatur und ein guter Standort.

Cannabis anzubauen ist mehr Kunst als Wissenschaft, ohne starre Regeln, die es zu befolgen gilt. Es ist kein Ablauf, den man einfach auswendig lernen kann, sondern eine Fähigkeit, die man perfektionieren muss. Es gibt viele wirksame Wege, Cannabis zu keimen. Mit der Zeit wirst du herausfinden, welche Methode für dich am effektivsten ist.





# DIREKT INS MEDIUM

Pflanze die Samen gleich in das Anbaumedium (z.B. Pflanzenerde), um Stress durch Umpflanzen zu vermeiden. Es ist oft einfacher, sie zuerst in einem kleinen Topf keimen zu lassen und dann später in den Garten oder in größere Töpfe umzupflanzen.







# PAPIERTUCH- METHODE

Samen werden auf ein befeuchtetes Papiertuch auf einem Teller gelegt und an einem warmen, dunklen Ort platziert. Um die Feuchtigkeit zu erhalten, decke sie mit Plastikfolie oder einem umgedrehten Teller ab. Innerhalb von ein paar Tagen bis zu einer Woche sollten die Samen keimen.





# JIFFIES (TORFQUELL- TOPF), PLUGS UND STEINWOLLE STARTERWÜRFEL

Im Handel erhältliche Hilfsmittel für die Samenkeimung. Sobald die Sämlinge stabil sind, können sie ohne Wurzelbeschädigung an ihren endgültigen Standort verpflanzt werden.







# IN WASSER

Einfach Samen in enzymreiches Wasser legen, bis du die Wurzelspitze siehst, dann in dein Medium setzen. Der Sämling wird schnell keimen und etwa eine Woche später die Oberfläche durchbrechen.







# DIE WACHSTUMS- PHASE

Die vegetative Phase, auch Wachstumsphase genannt, startet, wenn die Pflanzenblätter beginnen, Licht für die Photosynthese zu nutzen. In dieser Phase wachsen die Pflanzen aktiv.







# OUTDOOR

Outdoor beginnt das schnelle Wachstum der Cannabis-Pflanzen im Frühling mit zunehmenden Tageslichtstunden und setzt sich bis in den Sommer fort. Mit genügend Platz können die Pflanzen sehr groß werden.

Solange es mehr als zwölf Stunden Tageslicht gibt, bleibt Cannabis in der Wachstumsphase (ausgenommen sind Autoflowering Samen, da diese automatisch in die Blüte gehen). Je weiter man vom Äquator entfernt ist, desto kürzer ist diese Phase, bevor die Pflanzen blühen.

**Regelmäßige Überprüfung der Pflanzen auf Schädlinge, Krankheiten und Nährstoffmängel ist entscheidend.** Anpassungen bei Licht, Wasser, Nährstoffen oder der Umgebung sollten basierend auf der Beobachtung der Pflanzengesundheit und -entwicklung vorgenommen werden.





# INDOOR

In der vegetativen Phase des Indoor-Cannabisanbaus ist es wichtig, mehrere Faktoren sorgfältig zu managen: Stelle sicher, dass deine Pflanzen **etwa 18 Stunden Licht pro Tag von hochwertigen Grow-Lichtern wie LEDs oder Metalldampflampen** erhalten. Die Temperatur sollte zwischen 20°C und 30°C und die Luftfeuchtigkeit zwischen 40-60% liegen. Achte auf eine gute Luftzirkulation und Belüftung, um Schimmel und Krankheiten vorzubeugen.

Achte auch auf die Schädlingskontrolle und setze bei Bedarf natürliche Pestizide ein. Diese Maßnahmen fördern gesunde und kräftige Pflanzen, die gut auf die Blütephase vorbereitet sind.





# TIPPS UND TRICKS

**Topping und Fimming** sind Techniken, um Cannabis buschiger wachsen zu lassen und eine höhere Blütenproduktion zu fördern. Beim Topping wird die Triebspitze entfernt, was zwei neue Triebe fördert. Fimming kürzt die Spitze nur teilweise, was mehrere neue Triebe erzeugt.

Beim **Auslichten** werden untere oder innere Blätter und Zweige der Cannabis-Pflanze entfernt, die wenig Licht bekommen oder die Luftzirkulation stören. Dies fördert ein gesünderes Wachstum der verbleibenden Teile, verbessert die Licht- und Luftversorgung und reduziert das Risiko von Schimmel und Krankheiten.

Bei **Scrogging (Screen of Green)** wird ein Netz oder Gitter über den Pflanzen angebracht, durch das die Zweige gewebt werden, um sie horizontal auszubreiten. Dies steigert die Lichtaufnahme und fördert ein gleichmäßiges Wachstum, was zu höheren Erträgen führt. (V.A. Indoor-Anbau)

**Low-Stress Training (LST)** formt die Pflanze durch sanftes Biegen und Binden ihrer Zweige, wodurch sie breit und flach wächst. Dies verbessert die Lichtaufnahme und fördert ein ausgeglichenes Wachstum der gesamten Pflanze.





# DIE BLÜTEPHASE

In dieser Zeit entwickeln sich **charakteristische Aromen und Blütenmuster**, die typisch für die gewählte Sorte sind. Die Blütephase folgt auf die vegetative Phase und hat spezifische Stadien, die bei allen Cannabispflanzen gleich sind.

Im Freien beginnt die Blütephase meist nach dem Sommer, wenn der Herbst naht. Indoor bestimmst du den Beginn der Blüte durch Einstellen des Lichtzyklus auf 12 Stunden Licht und 12 Stunden Dunkelheit, ausgenommen sind Autoflowering-sorten.

**Zu Beginn der Blütephase ändert sich das Wachstumsmuster der Pflanze deutlich.**

Anstatt geradlinig zu wachsen, beginnen die Zweige in einem Zickzackmuster zu wachsen und rücken näher zusammen, was auf eine klare Differenzierung hinweist.







# APD & AUTOS

**Abhängig von der Art reagiert Cannabis auf hormonelle Veränderungen, die es weiter vegetieren oder zu blühen beginnen lassen. Es gibt typischerweise zwei Typen, APD (photoperiodisch) und selbstblühende (Auto-Flowering):**

APD-Pflanzen oder Absolute Photo Determinate Pflanzen (unsere Full Season & Fast Flowering Sorten), benötigen ein bestimmtes Hormon, das auf Licht reagiert, um weiterzuwachsen, ohne zu blühen. Dieses Hormon verhindert die Blüte, solange es aktiv ist. Allerdings wird es inaktiv, sobald die Lichtmenge abnimmt und die Nächte länger werden. Wenn die Nachtphase 12 Stunden oder mehr erreicht, beginnt die Blütephase.

Bei selbstblühenden Cannabis-Sorten, auch Auto-Flowering genannt, wird dieses Hormon mit dem Alter der Pflanze inaktiv. Sobald die Pflanze ein bestimmtes Alter erreicht hat, stoppt sie die Produktion dieses Hormons und beginnt zu blühen, unabhängig von den Lichtverhältnissen. Dies kann bereits zwei Wochen nach der Keimung geschehen.





# DEN AUFBAU EINER CANNABISPFLANZE IN DER BLÜTEPHASE



## Trichome

*Trichome sind winzige, haarartige Strukturen auf Cannabisblättern und -blüten, die Cannabinoide, Terpene und Harze produzieren, welche die Potenz und das Aroma der Pflanze bestimmen. Trichome sehen oft aus wie winzige, glänzende Kristalle, besonders reichlich auf den Blüten und den angrenzenden Blättern.*

## Colas

*Der Begriff „Colas“ bezeichnet die Spitzen der weiblichen Cannabis-pflanze, wo sich die größten und dichtesten Blütenstände (**mehrere Blütenkelche**) bilden.*

## Blütenstempel

## Zuckerblätter



## Fächerblätter



# BLÜHEN

**Nach der ersten Wachstumsphase beginnen sich die eigentlichen Blüten zu entwickeln.**

An den Verzweigungspunkten der Zweige bilden sich schnell kleine Blütenkelche, die zu Büscheln heranwachsen und von feinen Haaren, den Stempeln, bedeckt sind. Diese Strukturen fangen an, begehrtes Harz zu produzieren, das sich auf den Stempeln, Kelchen und Blattoberflächen ansammelt. Die Blütenkelch-Büschel dehnen sich an ihren Spitzen aus, um Platz für neue Blütencluster und spezielle Knospenblätter zu machen. Im Vergleich zu den dünneren Zuckerblättern sind diese neuen Blätter dicker, kleiner, oft stark gekräuselt und reich an Harz. Mit der Zeit werden sie teilweise von den wachsenden Blütenclustern verdeckt.

Über die Wochen hinweg vermehren sich diese Blütencluster und formen große Colas, die mit Harz beladenen Trichomen überzogen sind. Mit fortschreitender Reife füllen sich die Kelche und Trichome mit immer mehr Harz. Die volle Reife der Pflanzen rückt schnell näher.





# 4. ERNTEN, TROCKNEN & AUSHÄRTEN

**IN DEN LETZTEN WOCHEN VOR DER ERNTE VERZICHTET MAN AUF DIE ZUGABE VON NÄHRSTOFFEN UND SPÜLT DIE PFLANZEN MIT KLAREM WASSER AUS. DIES SORGT DAFÜR, DASS DIE KNOSPEN EINEN REINEN GESCHMACK HABEN, FREI VON RÜCKSTÄNDEN VON NÄHRSTOFFEN UND SALZEN.**





# WANN IST MEIN CANNABIS REIF?



Nun sind die Pflanzen reich an Trichomen, die Stempel ziehen sich zurück und ändern ihre Farbe zu Tönen wie Tieforange, Mauve, Braun oder Scharlach, abhängig von der Sorte. **Die Harzsäcke (Trichome) schwellen an und verändern ihre Farbe erst von klar zu milchig und dann zu bernsteinfarben.** Die Blütencluster wirken fast, als würden sie platzen.

Diese Veränderungen signalisieren, dass die Erntezeit gekommen ist. Für einen höheren THC-Gehalt sollte man ernten, wenn etwa 20-30% der Trichome bernsteinfarben sind. Für ein vielfältigeres Cannabinoidprofil ist der ideale Zeitpunkt, wenn 60-80% der Trichome bernsteinfarben sind. Die optimale Erntezeit kann sich innerhalb von nur 24 Stunden ändern, daher ist genaues Beobachten sehr wichtig.





# ERNTE & TROCKNEN



## TROCKENTRIMMEN

**Bei dieser Methode werden nur die großen Blätter entfernt. Danach wird die ganze Pflanze für 20-30 Tage zum Trocknen aufgehängt.**

Diese Technik verbessert den Geschmack, das Aroma und die Wirkung des Cannabis, weil sie den natürlichen Stoffwechsel der Pflanze unterstützt. Außerdem schützen die Blätter die wertvollen Harze und Terpene während des Trocknens. Allerdings dauert dieser Prozess länger und birgt das Risiko, dass Schimmel entsteht, besonders wenn die Blüten zu feucht sind. Das Beschneiden der trockenen, spröden Blätter kann auch schwieriger sein.







# ERNTE & TROCKNEN

## NASSTRIMMEN:

**Hierbei werden alle Blätter entfernt, während die Pflanze noch steht. Anschließend wird die Pflanze weiter verarbeitet, indem man die Zweige zum Trocknen aufhängt oder die einzelnen Knospen auf Trockengestellen auslegt. (Meist im kommerziellen Anbau)**

Diese Methode beschleunigt den Trocknungsprozess und erleichtert das Trimmen, da die Blätter noch frisch und flexibel sind. Das Ergebnis sind oft sauberere und optisch ansprechendere Endprodukte. Allerdings kann diese Technik das Aroma beeinträchtigen, da die Terpene (Hauptkomponenten, die für die Geruchs- und Geschmacksprofile von Pflanzen verantwortlich sind), schneller verloren gehen können.





**ÜBERPRÜFE REGELMÄSSIG, OB DIE BLÜTEN ÜBERTROCKNEN ODER SCHIMMEL ANSETZEN. WENN DÜNNE ZWEIGE LEICHT BRECHEN UND DICKE NOCH ETWAS FLEXIBEL SIND, IST DIES EIN GUTES ZEICHEN. DAS CHLOROPHYLL IN DEN KNOSPEN BAUT SICH AB UND WIRD DURCH DIE CHARAKTERISTISCHEN FARBEN DER SORTE ERSETZT, WIE HELLBRAUN, BLASSES GRÜN ODER SOGAR TIEFES BLAU UND LILA.**







# AUSHÄRTEN

**Verstaue die getrockneten Knospen locker in einem gut verschließbaren Glasgefäß. Öffne den Deckel täglich für die ersten zwei Wochen, um überschüssige Feuchtigkeit freizusetzen und Schimmelbildung zu vermeiden.**

Nachdem die Blüten sich trocken anfühlen, genügt es, das Glas einmal wöchentlich zu öffnen. Achte darauf, dass deine harte Arbeit nicht durch Unachtsamkeit zunichte gemacht wird.

Das Aushärten kann so lange fortgesetzt werden, wie du möchtest. Beachte, dass die psychoaktiven Verbindungen in Cannabis stärker werden, wenn sie korrekt ausgehärtet sind, was mindestens sechs Wochen unter idealen Bedingungen dauert. Je länger die Aushärtungszeit, desto glatter das Raucherlebnis. Bewahre die Gläser an einem dunklen, kühlen Ort auf, um den THC-Abbau zu minimieren.





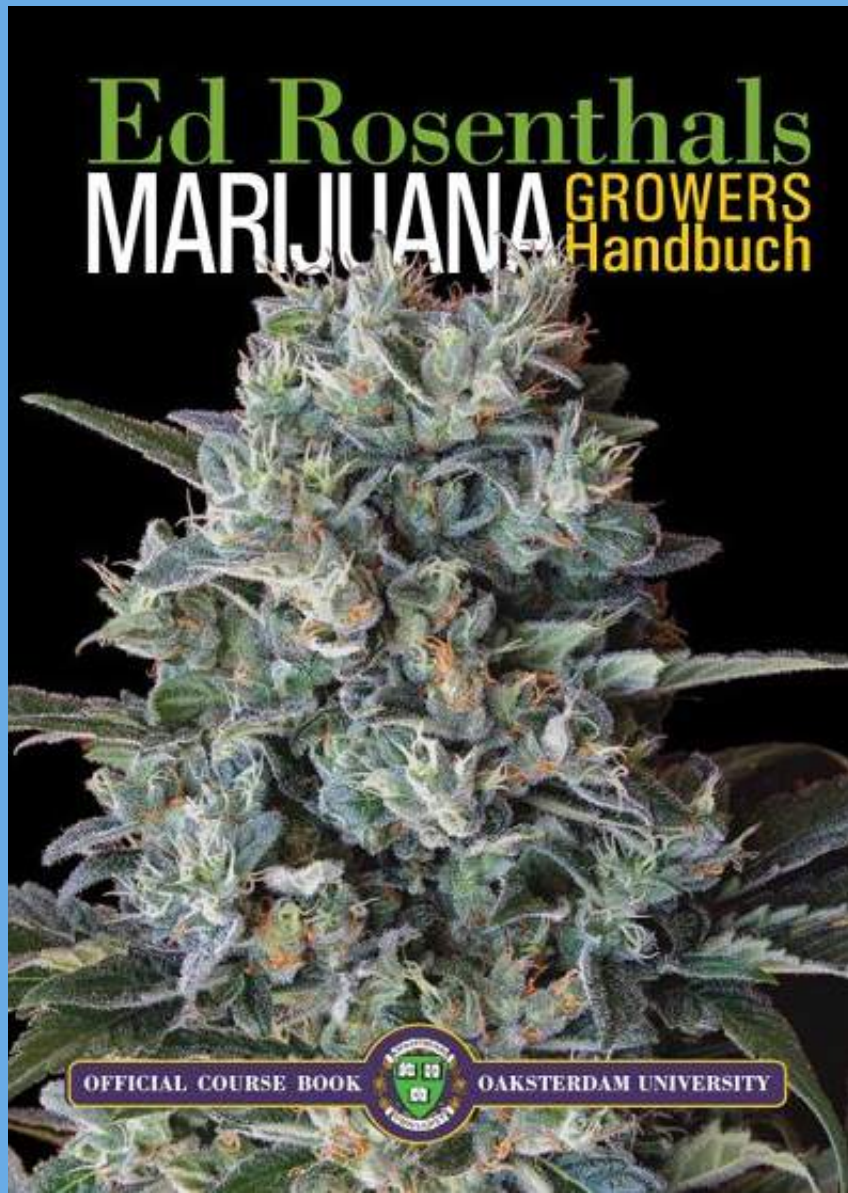


# 5. RESSOURCEN FÜR CANNABIS- ZÜCHTER: EMPFOHLENE BÜCHER, WEB- SITES & FOREN

Dieser Einsteigerleitfaden zum Cannabisanbau bietet einen ersten Überblick über wichtige Aspekte des Anbaus. Es gibt jedoch noch viel mehr zu lernen, wie etwa die benötigte Ausrüstung für den Indooranbau oder potenzielle Krankheitserreger, die deine Pflanzen befallen könnten. Hier findest du eine Auswahl an Quellen, wo du weitere Informationen finden kannst. Natürlich gibt es auch viele weitere Websites, Bücher und andere Medien, die dir beim Anbau helfen können. Recherche ist das A & O um auf dem neusten Stand zu bleiben und dir wertvolle Tipps und Tricks einzuholen.







## Cannabis Growers Handbuch

*von Ed Rosenthal*



## Marihuana Anbaugrundlagen - Der praktische Leitfaden für Cannabisfreunde

*von Jorge Cervantes*



## Marihuana Drinnen: Alles über den Anbau im Haus

*von Jorge Cervantes*

## WEBSITES:

[holy-hemp.de/blog](http://holy-hemp.de/blog)

[leafly.com](http://leafly.com) (englischsprachig)

## FOREN:

[Grower.ch](http://Grower.ch)

## YOUTUBE:

(hier gibt es aktuell v.A. noch englischsprachige Channels)

**From Seed to Stoned**

**Mr. Canucks Grow**

**Grow420Guide**

**Pott Planter** (deutschsprachig)

