

Unterwegs in den Niederlanden

Eine Reise durch den Norden der Niederlande.....	6
Die Niederlande aktiv erleben	13
Familienurlaub in den Niederlanden	17
Die Touren in diesem Buch	17

Wander- und Erlebnistouren

DIE PROVINZ NOORD-HOLLAND.. 23

1 Radtour am IJsselmeer	32
<i>Von Onderdijk nach Enkhuizen</i> <i>(3 h 30, 37 km, ↓140 m)</i>	

Ein Meer aus Süßwasser	36
Wie das IJsselmeer entstand	

2 Seefahrerstadt Hoorn	38	4 Entlang der Grachten	47
<i>Der Julianapark und der</i>		<i>Amsterdam und der Vondelpark</i>	
<i>historische Hafen</i>		<i>(4 h, 12,1 km, ↓140 m)</i>	
<i>(2 h 15, 6,1 km, ↓10 m)</i>		Die Gardinensteuer	
3 Auf dem Zuiderzee Pad	42	<i>eine moderne Legende</i>	54
<i>Von Monnickendam nach Edam</i>		5 Wijk aan Zee	56
<i>(5 h, 14,3 km, ↓120 m)</i>		<i>Strandhäuschen und Hochlandrinder</i>	
		<i>(3 h 30, 10,5 km, ↓130 m)</i>	

6 Eilandspolder	60
<i>Dorf und Polderlandschaft</i>	
<i>(2 h 15, 6,7 km, ↓110 m)</i>	
7 Alkmaar vom Wasser aus.....	64
<i>Kanutour durch das historische</i>	
<i>Städtchen</i>	
<i>(2 h, 6,2 km)</i>	
8 Wandern im Duinreservaat ...	68
<i>Dünen und Wald bei Bergen</i>	
<i>(3 h 15, 9,7 km, ↓150 m)</i>	
9 Durch die Schoorlser Dünen ...	72
<i>Bergauf und Bergab nach</i>	
<i>Bergen Aan Zee</i>	
<i>(2 h 30, 26,6 km, ↓130 m)</i>	
10 Die höchste Düne	76
<i>Eine Heidewanderung von Schoorl</i>	
<i>(4 h, 10,4 km, ↓90 m)</i>	
11 Wald, Dünen und Strand	82
<i>Von Sint Maartenszee nach Petten</i>	
<i>(3 h 15, 9,2 km, ↓130 m)</i>	
12 Het Zwanenwater	86
<i>Die Dünenseen bei Callantsoog</i>	
<i>(2 h, 6 km, ↓110 m)</i>	
Vögel in den Niederlanden	90
13 Marinemuseum Den Helder ..	92
<i>Ein besonderes Highlight für</i>	
<i>Landratten und Seebären</i>	
<i>(4 h)</i>	
Die Niederlande als	
Seefahrernation	96
<i>Das »Goldene Zeitalter« und die</i>	
<i>Ostindien-Kompanie</i>	
14 Die Dünen von De Bollekamer	98
<i>Zu Besuch bei den Hochlandrindern</i>	
<i>(2 h 15, 6,3 km, ↓110 m)</i>	
15 Auf dem Skillepaadje	102
<i>Von Den Burg nach Oudeschild</i>	
<i>(2 h 45, 7,7 km, ↓130 m)</i>	
16 Waalenburg und	
Oudeschild	107
<i>Mit dem Rad auf dem Skillepaadje</i>	
<i>(2 h 15, 21,8 km, ↓130 m)</i>	
17 De Muy und De Slufter	112
<i>Vogelparadies am gebrochenen Deich</i>	
<i>(4 h 30, 13 km, ↓130 m)</i>	
18 Um die Spitze von Texel ...	118
<i>Fahrradtour von De Koog nach</i>	
<i>Oosterend und zum Leuchtturm</i>	
<i>(4 h, 36,8 km, ↓150 m)</i>	
DIE PROVINZ FRIESLAND	124
19 Rund um Vlieland	132
<i>Die Insel mit dem Fahrrad erkunden</i>	
<i>(2 h, 21,7 km, ↓140 m)</i>	
20 Von Süd nach Nord	137
<i>Wanderung von einer Küste zur</i>	
<i>anderen auf Vlieland</i>	
<i>(2 h 15, 6,6 km, ↓140 m)</i>	
Das Wattenmeer	142
<i>ein einzigartiges Ökosystem</i>	
21 Strand, Wald und	
Leuchtturm	144
<i>An der Spitze Amelands</i>	
<i>(3 h, 8,7 km, ↓120 m)</i>	
Licht an der Küste	150
<i>Die schönsten Leuchttürme der</i>	
<i>Niederlande</i>	
22 Die Amelandroute	152
<i>Um Ameland mit dem Fahrrad</i>	
<i>(4 h, 41 km, ↓160 m)</i>	
Der Atlantikwall	158
<i>Die Niederlande im Zweiten</i>	
<i>Weltkrieg</i>	
23 Kloster Clearcamp Pad	160
<i>Auf den Spuren der alten Mönche</i>	
<i>(4 h 45, 14,2 km, ↓110 m)</i>	

24 | Auf dem Zuiderzee Pad 164
*Zwischen Schafen von Stavoren
nach Hindeloopen*
(4 h 15, 12,5 km, ↑110 m)

25 | Wilde Wasserwelt..... 170
*Kanutour im Nationalpark
De Alde Feanen*
(2 h 30, 8,9 km)

**26 | Abenteuer mit nassen
Füßen 174**
Durch den Nationalpark De Alde Feanen
(3 h, 8,6 km, ↑110 m)

27 | Über den Steg ins Watt 180
Von Moddergat nach Wierum
(4 h 15, 12,5 km, ↑110 m)

28 | Schiermonnikoog 185
Einmal um die Insel
(6 h, 17,3 km, ↑130 m)

GRONINGEN UND DRENTHE 191

29 | Nationalpark Lauwersmeer.. 196
*Durch Feuchtgebiete und
Wälder im Vogelparadies*
(3 h, 9,4 km, ↑120 m)

30 | Dörfer und Warften..... 202
Fahrradtour durch Groningen
(2 h 30, 27,6 km, ↑150 m)

Der Mensch und das Wasser .. 208
*Siedlungsgeschichte in den
Niederlanden*

31 | Rondje Woudbloem 210
Mit dem Kanu durch die Kanäle
(2–3 h, 9 km)

32 | Bourtange 214
*Die Festung, die nie eingenommen
wurde*
(2–3 h)

33 | Alleen und Hünengräber... 218
Den Hondsrug mit dem Rad erkunden
(2 h 30, 27,8 km, ↑190 m)

34 | Der Wald von oben 223
*Über den Baumkronenpad
in die Wipfel*
(1 h 30, 4,4 km, ↑110 m)

35 | Drents-Friese Wold 227
Durch Heide und Wald
(3 h, 8,8 km, ↑130 m)

**36 | Mit den Schafen durch
die Heide 232**
Der Nationalpark Dwingelderveld
(2 h 30, 27 km, ↑180 m)

FLEVOLAND UND OVERIJSSSEL . 236

37 | Venedig der Niederlande... 240
Kanutour durch Giethoorn
(4–5 h, 15 km)

**38 | Giethoorn und die
Wasserdörfer 244**
*Radtour durch den Nationalpark
Werriben-Wieden*
(4–5 h, 48,8 km, ↑160 m)

39 | Schokland 250
Insel auf dem Trocken
(3 h 30, 10,4 km, ↑120 m)

40 | Oostvaardersplassen 256
Sumpfggebiet und Vogelparadies
(3 h 15, 10,1 km, ↑120 m)

Reiseinfos

Anreise in die Niederlande 263
In den Niederlanden unterwegs .. 264
Unterkunft und Übernachtung.... 267
Register 282
Impressum 283
Autorin 284