

# Inhalt

Cuxhaven – Niedersachsens Nordseenase . . . . .	9
Geschichten aus der Geschichte . . . . .	10
Die Macht des Geldes – der Untergang derer von Lappe . . . . .	10
Ein Haus namens Cuxhaven . . . . .	14
Aufruhr und Arien – der Weg zum Seebad . . . . .	16
Kanonendonner . . . . .	20
Stadt Cuxhaven . . . . .	21
Cuxhaven-City: Von der Elbe bis zum Schloß . . . . .	24
Alte Liebe . . . . .	24
Feuerschiff »Elbe 1« . . . . .	26
Vom Kaemmererplatz zum »Reyeschen Haus« . . . . .	27
Die Martinskirche und Schloß Ritzebüttel . . . . .	30
Nach Übersee mit Gleisanschluß – Steubenhöft und Amerika-Hafen . . . . .	32
»Frischfisch fangfrisch« – der Seefischmarkt . . . . .	33
Cuxhavener Attraktionen . . . . .	38
Altenbruch . . . . .	38
Döse . . . . .	42
Duhnen . . . . .	44
Grimmershörn . . . . .	48
Die Heidedörfer – Cuxhavener Hinterland . . . . .	48
Lüdingworth . . . . .	49
Sahlenburg . . . . .	53
Stickenburg . . . . .	59
Neuwerk . . . . .	61
Scharhörn – Insel auf Abruf . . . . .	67
Nigehörn – Insel von Menschenhand . . . . .	68
Landschaft zwischen Himmel und Meer – das Watt . . . . .	70
Ebbe und Flut . . . . .	73
Strandleben . . . . .	76
Strand-Expresß . . . . .	76
Beach-Volleyball . . . . .	78
Drachen steigen lassen . . . . .	78
Windsurfen . . . . .	79
Strandgymnastik . . . . .	79
Mit Kindern am Strand . . . . .	82
Hundestrände . . . . .	82

<b>Mehr Meer – Segeln vor Cuxhaven</b> . . . . .	84
<b>Segelhäfen</b> . . . . .	84
<b>Auf Schusters Rappen – Cuxhavener Wanderungen</b> . . . . .	88
<b>Cuxhaven gesundheitshalber – die »Cux-Kur«</b> . . . . .	97
<b>Helgoland – Fels in der Brandung</b> . . . . .	99
<b>Kurzgeschichte einer Insel</b> . . . . .	99
<b>Erlebnisreiches Helgoland</b> . . . . .	102
<b>Helgoländer Info-ABC</b> . . . . .	103
<b>Bremerhaven</b> . . . . .	105
<b>Das Deutsche Schifffahrtsmuseum</b> . . . . .	105
<b>Das Technikmuseum U-Boot Wilhelm Bauer</b> . . . . .	106
<b>Zoo am Meer</b> . . . . .	106
<b>Adressen in Bremerhaven</b> . . . . .	108
<b>Bederkesa und Umgebung</b> . . . . .	109
<b>Adressen in Bederkesa</b> . . . . .	112
<b>Adressen - ABC</b> . . . . .	113
<b>Index</b> . . . . .	121
<b>Karten</b> . . . . .	126-127