

## **Die Insel im Profil ■ 6**

### **Ankommen und orientieren ■ 10**

#### **Die Insel erkunden ■ 18**

Spaziergang ■ 19

Fahrradtour ■ 34

Wanderung zum Wrack ■ 40

#### **Norderneys Strände ■ 44**

Nordstrand ■ 45 | Westbad ■ 45 | Weiße Düne (Oststrand) ■ 45 | Oase-Strand mit FKK-Bereich und Strandsauna ■ 46 | Hundestrände ■ 46

#### **Aktiv auf Norderney ■ 48**

Angeln ■ 48 | Beachvolleyball ■ 49 | Boule ■ 49 | Fahrradfahren ■ 49 | Golf ■ 50 |

Gymnastik/Strandsport ■ 51 | Inliner, Skates und Longboard ■ 51 | Minigolf ■ 51 |

Nordic Walking/Joggen ■ 52 | Reiten ■ 52 | Segway ■ 53 | Tennis ■ 53 | Wandern

■ 53 | Wattwandern ■ 54 | Wind- und Kitesurfen, Segeln, Wellenreiten, Paddeln ■ 56

#### **Wellness auf Norderney ■ 58**

#### **Norderney mit Kindern ■ 62**

Schönwetter-Programm ■ 63

Schietwetter-Programm ■ 68

Auf einen Blick ■ 71

#### **Ausflüge ■ 74**

Juist ■ 76

Baltrum ■ 81

Helgoland ■ 86

Norddeich ■ 91

#### **Nachlesen & Nachschlagen ■ 94**

#### **Ostfriesische Geschichte ■ 96**

#### **Nachrichten rund ums Meer ■ 110**

Die Gezeiten: Ebbe und Flut ■ 112 | Bernstein – das Gold der Nordseeküste ■ 113 |

Mehr als nur Möwen ■ 114 | Austern: Ein Ärgernis aus Sylt ■ 114 | Quallen: Lästige

Begleiter am Strand ■ 114 | Seehunde: Gesichter der Nordseeküste ■ 116 |

Kegelrobben: Seltene Wattenmeerbewohner ■ 117

## **Küstenlandschaften ■ 118**

Leuchttürme und Baken ■ 119

Windkraftanlagen ■ 120

## **Plattdüütsch ■ 122**

## **Übernachten ■ 124**

Hotels, Pensionen und Privatzimmer ■ 125 | Ferienwohnungen ■ 127 |

Jugendherbergen ■ 128 | Campingplätze ■ 129 | Schlafstrandkörbe ■ 129

## **Essen und Trinken ■ 130**

Typisch friesische Kost ■ 130 | Von Tee und Toten Tanten ■ 133 | Einkehrvielfalt ■ 134 |

Der kleine Luxus ■ 135 | Für jeden Tag ■ 136 | Schnelle Küche ■ 137 | Cafés und Bars

■ 138

## **Feste und Veranstaltungen ■ 140**

Kurkonzerte ■ 141

Die Highlights der Saison ■ 141

## **Norderney von A bis Z ■ 144**

Anreise ■ 144 | Ärztliche Versorgung ■ 146 | Barrierefreiheit / Menschen mit Behinde-

rung ■ 147 | Busverkehr ■ 148 | Einkaufen ■ 148 | Gästebeitrag (NorderneyCard)

■ 151 | Hunde ■ 152 | Inselrundfahrten ■ 152 | Internet ■ 153 | Information im Internet

■ 153 | Klima und Reisezeit ■ 154 | Literaturtipps ■ 156 | Strandkorbvermietung ■ 156 |

Spielbank ■ 157 | Taxi ■ 157 | Touristeninformation ■ 158 | Zeitungen und Zeitschriften

■ 158

## **Verzeichnisse ■ 160**

Kartenverzeichnis ■ 160 | Alles im Kasten ■ 160 | Fotonachweis ■ 161 | Impressum

■ 161 | Register ■ 165

 nachhaltig, ökologisch, regional

*meinTipp* Die besondere Empfehlung unseres Autors