

## ***Inhalt***

Vorwort	7
Kartenverzeichnis	13
Abkürzungen	13

## **Praktische Reisetipps**

Reise und Preise	16
Klima und Gesundheit	23
<i>Leben und Überleben</i>	28

## **Die Nordsee**

Damals und heute	34
Nationalpark Niedersächsisches Wattenmeer	41
Wind und Wetter	49
Land und Leute	58

## **Ostfriesland von Leer bis Harlesiel**

Geschichte	84
Reisedokumente	89
Leer	90
Von Leer nach Emden	99
Emden	101
Von Emden über Greetsiel nach Norddeich	114
Norden und Norddeich	130
Von Norddeich nach Harlesiel	138

## **Die oldenburgische Küste von Carolinensiel bis Blexen**

Geschichte	160
Carolinensiel	162

Wangerland	166
Wilhelmshaven	172
Der Jadebusen	185
Butjadingen	197

## **Von Bremerhaven über Cuxhaven nach Stade**

Geschichte	212
Bremerhaven	215
Durchs Wurster Land	230
Weiter nach Norden!	238
Cuxhaven	239
Otterndorf	261
Die <i>Niederelbe entlang</i>	266
Stade	269

## **Anhang**

Nachwort	280
Weiterführende Literatur	281
Die Störtebekerstraße im Internet	282
Fährverbindungen mit den Ostfriesischen Inseln	283
Sommerferien	290
Register	308
Der Autor	312