

Inhalt

| | |
|-------------------|----|
| Vorwort | 7 |
| Kartenverzeichnis | 13 |
| Abkürzungen | 13 |

Praktische Reisetipps

| | |
|----------------------|----|
| Reise und Preise | 16 |
| Klima und Gesundheit | 23 |
| Leben und Überleben | 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 Niederelbe entlang | 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 |