

# INHALT

<b>Vorwort</b>	9
<b>Willkommen in Ostfriesland und im Emsland</b>	10
<b>Bruckmann-Tourenfinder</b>	12
<b>Piktogramme und Anforderungen</b>	15
<b>Ostfriesland und das Emsland erfahren</b>	16

## DIE TOUREN

### Ostfriesische Küste

<b>1 Am Dollart</b>	<b>22</b>
Weener – Bunde – Ditzum	
<b>2 Durch die Krummhörn</b>	<b>28</b>
Greetsiel – Rysum – Pewsum – Pilsum	
<b>3 Auf alten und neuen Deichwegen</b>	<b>34</b>
Greetsiel – Norddeich – Norden – Neuwesteel	
<b>4 Hinter den Deichen</b>	<b>38</b>
Norden – Ostermarsch – Hage – Lütetsburg	
<b>5 Wattenmeer und Fischerhäfen</b>	<b>42</b>
Carolinensiel – Neuharlingersiel – Bensorsiel	
<b>6 Abstecher ins Wangerland</b>	<b>46</b>
Carolinensiel – Schillig – Horumersiel – Hohenkirchen	

### Ostfriesische Inseln

<b>7 Inselrunde Borkum</b>	<b>52</b>
Fähranlegestelle – Sternklippen – Ostland – Zentrum	

<b>8</b>	<b>Autofreies Juist</b>	<b>58</b>
	Fährhafen – Flugplatz – Dorf Juist – Loog – Billpolder	
<b>9</b>	<b>Mondänes Norderney</b>	<b>62</b>
	Fährhafen – Ostheller – Nordstrand – Inselzentrum	
<b>10</b>	<b>Runde auf der »langen Insel«</b>	<b>66</b>
	Fähranleger Langeoog – Ostende – Dorf	
<b>11</b>	<b>Romantisches Spiekeroog</b>	<b>70</b>
	Hafen – Nationalparkhaus – Sturmeck – Dorf	
<b>12</b>	<b>Von Turm zu Turm auf Wangerooge</b>	<b>74</b>
	Fährhafen – Uhrturm – Alter Leuchtturm – Westturm	

## **Ostfriesisches Fehnland**

<b>13</b>	<b>Fehn- und Seenroute</b>	<b>80</b>
	Timmeler Meer – Bagband – Wiesmoor – Großefehn	
<b>14</b>	<b>Mühlentour</b>	<b>84</b>
	Ostgroßefehn – Timmel – Westgroßefehn – Felde	
<b>15</b>	<b>Klosteroute</b>	<b>88</b>
	Timmeler Meer – Westgroßefehn – Ihlowerfehn	
<b>16</b>	<b>Um das Ewige Meer</b>	<b>92</b>
	Tannenhausen – Münkeboe – Berumerfehn – Eversmeer	
<b>17</b>	<b>Um das große Meer</b>	<b>96</b>
	Bedekarspel – Loppersum – Suurhusen	
<b>18</b>	<b>Zwei-Flüsse-Tour</b>	<b>100</b>
	Leer – Jümme – Amdorf	

## **Emsland**

<b>19</b>	<b>Historische Städte</b>	<b>106</b>
	Leer – Papenburg – Weener	
<b>20</b>	<b>Natur und Kultur im Grenzland</b>	<b>110</b>
	Papenburg – Bourtange	
<b>21</b>	<b>Land und Wasser</b>	<b>114</b>
	Heeder See – Steinbild – Sustrum – Dersum	

<b>22 Links und rechts der Ems</b>	<b>118</b>
Haren – Sustrum – Lathen	
<b>23 Durch den Naturpark Hümmling</b>	<b>122</b>
Sögel – Werpeloh – Esterwegen – Lorup	
<b>24 Hümmlinger Dörfer</b>	<b>126</b>
Sögel – Werlte – Rastdorf – Lorup	
<b>25 Natur trifft Kultur</b>	<b>130</b>
Sögel – Hüven – Groß Berßen – Stavern	
<b>26 Die Moorregion erfahren</b>	<b>134</b>
Haren – Barger-Compascuum – Altenberge	
<b>27 Durch das Hasetal</b>	<b>138</b>
Meppen – Haselünne – Amdorf	
<b>28 Naturpark Moorland</b>	<b>142</b>
Meppen – Groß Hesepe – Dalum-Wietmarscher Moor	
<b>29 Durch das Töddenland</b>	<b>146</b>
Lingen – Freren – Messingen	
<b>30 Wald und Wasser</b>	<b>150</b>
Emsbüren – Geesten – Lingen	

**PS:** 154

**Register** 157

**Impressum** 160