

# INHALT

<b>Vorwort</b>	8
<b>Willkommen bei den oberen Zehntausend</b>	10
<b>Bruckmann-Tourenfinder</b>	12
<b>Piktogramme erleichtern den Überblick</b>	15
<b>Watt- und Wasserwunderwelten</b>	16

## **Zu Fuß**

<b>1 Naturschutzgebiet Kudensee</b>	22
Versteckte Schönheit der Marsch	
<b>2 Treibselweg Friedrichskoog</b>	26
Zur schnellsten Insel der Welt	
<b>3 Rund um Wesselburen</b>	28
Auf Hebbels Dichterpfad	
<b>4 Eiderdamm und Katinger Watt</b>	30
Die junge Wilde	
<b>5 Von St. Peter-Bad ins Dorf</b>	32
Streifzug durch Sandsalzwiesen	
<b>6 Von St. Peter-Bad nach Ording</b>	34
Ab durch die Dünen	
<b>7 Geradeheraus auf Nordstrand</b>	38
Von Hafen zu Hafen	
<b>8 Hallig Hooge</b>	42
Auf der Ringelansrunde	
<b>9 Hallig Langeneß</b>	44
Zum Leuchtturm hin	
<b>10 Naturschutzgebiet Rickelsbüller Koog</b>	46
Im Paradies der Nonnengänse	
<b>11 Auf dem Marschpfad</b>	48
Stippvisite in Dänemark	
<b>12 Kampen und der Weststrand</b>	52
Wellenbrecherrunde auf Sylt	

## **Mit dem Rad**

<b>13</b>	<b>Expressroute am Nord-Ostsee-Kanal</b>	56
	Canal Grande up platt	
<b>14</b>	<b>Top of Friedrichskoog</b>	58
	Auf der Seehundroute	
<b>15</b>	<b>Naturerlebnis Speicherkoog</b>	60
	Neuland in der Meldorfer Bucht	
<b>16</b>	<b>Im Grenzland von Tönning</b>	62
	Eidermündung per Rad	
<b>17</b>	<b>Sandbank von Westerhever</b>	66
	Schafe am Strand	
<b>18</b>	<b>Vor Husums Toren</b>	70
	Sturm und Storm	
<b>19</b>	<b>Rund um Pellworm</b>	72
	Mitten im Meer	
<b>20</b>	<b>Beltringharder Runde</b>	74
	Koog ist nicht Koog	
<b>21</b>	<b>Hallig Langeneß</b>	78
	Von Warf zu Warf	
<b>22</b>	<b>Dagebüller Deiche</b>	80
	Schimmelreitertour	
<b>23</b>	<b>Wiedingharder Runde</b>	82
	Kaum was muss, richtig viel kann	
<b>24</b>	<b>Sylter Nordschleife</b>	86
	Sportlich in Aktion	
<b>25</b>	<b>Panoramaroute auf Rømø</b>	90
	Lohnender Dänemarkbesuch	

## **Entspannt am Wasser**

<b>26</b>	<b>Naturschutzgebiet Kleve</b>	96
	Sonnenwiese auf dem Spiekerberg	
<b>27</b>	<b>Salzwiesenpfad Friedrichskoog</b>	98
	Es war einmal ein Hafen	
<b>28</b>	<b>Auf nach Helgoland</b>	100
	Im Raubtierkindergarten	

<b>29 Am Eidersperrwerk</b>	102
Große Brutkolonienchau	
<b>30 Badestelle Böhl</b>	104
Südlichster Sandstrand von SPO	
<b>31 Schobüller Seebrücke</b>	106
Deichfreie Ausblicke	
<b>32 Holmer Siel auf Nordstrand</b>	108
Das Ende der Insel	
<b>33 Schlüttsiel</b>	110
Mit viel Gefühl	
<b>34 Auf dem Richie-Hügel</b>	112
Im tiefen Herz	
<b>35 Dreinselblick in Utersum</b>	114
Im Hier und Jetzt auf Föhr	
<b>36 Amrumer Vogelkoje</b>	116
Naturerlebnisraum Meeram	
<b>37 Schifffahrt an der Nordseeküste</b>	118
Deckpassagenabenteuer	

## **Aktiv am Wasser**

<b>38 Badestelle Klein-Westerland</b>	122
Sonnenaufgang am Nord-Ostsee-Kanal	
<b>39 Badestelle Kaiser-Wilhelm-Koog</b>	124
Wie wild darf's denn sein?	
<b>40 Büsum</b>	126
Muschelsuchen im Winterwunderwatt	
<b>41 Badeecke Vollerwiek</b>	128
Am grünen Grasstrand	
<b>42 Wellenreiten in St. Peter-Ording</b>	130
Riders on the Storm	
<b>43 Alte Warft Stufhusen</b>	132
Teststrecke für Wattwanderer	
<b>44 Von Nordstrand nach Amrum</b>	134
Robinson-Feeling garantiert	
<b>45 Im Beltringharder Koog</b>	136
Raum für die Natur	

<b>46 Hamburger Hallig</b>	138
Zu den Austernfischern	
<b>47 Amrumer Odde</b>	140
Wahre Naturschönheit	
<b>48 Hörnum Odde</b>	144
Südspitzencheck	
<b>49 Strandsauna im Listland</b>	146
Heißer Tipp für kalte Tage	
<b>50 Strände auf Rømø</b>	150
Hygge und Meer	

**PS:** 156

**Register** 158

**Impressum** 160