

## INHALT

### DAS IST DIE NORDSEEKÜSTE

- 8** Friesischer Nationalsport
  - 12** Ostfriesenwitze
  - 16** Teezeremonie
  - 20** Wunderwelt Wattenmeer
  - 24** Schätze des Meeres
- .....

### TOUREN

- 30** Unterwegs an der Nordseeküste
  - 31** Ostfriesische Impressionen
  - 34** Radtour durch Butjadingen
  - 37** Immer nordwärts
- .....

### ZIELE VON A BIS Z

- 42** ★★ Amrum
- 50** ● Auf Walfangfahrt bis  
hoch in den Norden
- 53** Aurich
- 57** Baltrum
- 60** Borkum

|            |                                      |
|------------|--------------------------------------|
| <b>62</b>  | ● Klaasohm                           |
| <b>66</b>  | Bredstedt (Bräist)                   |
| <b>69</b>  | ★★ Bremerhaven                       |
| <b>74</b>  | ● Von Bremerhaven in die Welt        |
| <b>78</b>  | ● Leuchtturm Roter Sand              |
| <b>81</b>  | ★ Brunsbüttel                        |
| <b>84</b>  | ● Der Nord-Ostsee-Kanal              |
| <b>86</b>  | Büsum                                |
| <b>89</b>  | Butjadingen                          |
| <b>90</b>  | ● Grünkohl und Pinkel                |
| <b>95</b>  | Carolinensiel · Harlesiel            |
| <b>97</b>  | ★ Cuxhaven                           |
| <b>104</b> | Dornum · Dornumersiel                |
| <b>107</b> | ★ Emden                              |
| <b>112</b> | Esens · Bensersiel                   |
| <b>115</b> | ★★ Föhr                              |
| <b>124</b> | ★ Friedrichskoog                     |
| <b>127</b> | ★★ Friedrichstadt                    |
| <b>131</b> | Garding                              |
| <b>133</b> | ★★ Greetsiel · Krummhörn             |
| <b>139</b> | ★★ Halligen                          |
| <b>150</b> | Heide                                |
| <b>152</b> | ★★ Helgoland                         |
| <b>159</b> | ★ Husum                              |
| <b>165</b> | ★ Jever                              |
| <b>169</b> | ★ Juist                              |
| <b>173</b> | Land Wursten                         |
| <b>177</b> | Langeoog                             |
| <b>182</b> | Meldorf                              |
| <b>185</b> | Neuharlingersiel                     |
| <b>188</b> | ★ Neuwerk                            |
| <b>191</b> | Niebüll (Naibel)                     |
| <b>194</b> | ● Letzter Künstler<br>vor der Grenze |
| <b>196</b> | ★ Norden · Norddeich                 |
| <b>202</b> | ● Robin Hood der Meere               |
| <b>204</b> | Nordenham                            |
| <b>206</b> | ★ Norderney                          |
| <b>213</b> | ● Leuchtzeichen am Horizont          |
| <b>269</b> | Nordstrand                           |
| <b>216</b> | Otterndorf                           |
| <b>218</b> | Pellworm                             |
| <b>222</b> | ★ St. Peter-Ording                   |
| <b>237</b> | ★★ Spiekeroog                        |
| <b>230</b> | ★★ Sylt                              |
| <b>248</b> | ★ Tönning                            |

- 252** Varel · Dangast
  - 257** Wangerland
  - 259** Wangerooge
  - 263** ★ Wilhelmshaven
- 

## ■ HINTERGRUND

- 272** Die Region und ihre Menschen
  - 276** ● Sonne, Mond und Meer
  - 284** ● Leben im Watt
  - 288** ● Die Nordseeküste  
auf einen Blick
  - 290** Geschichte
  - 302** ● Nordfriesisches Ständerhaus
  - 297** Kunst und Kultur
  - 305** Interessante Menschen
- 

## ■ ERLEBEN & GENIESSEN

- 314** Bewegen und Entspannen
- 318** ● Wat(t) für Erlebnisse!
- 322** Essen und Trinken
- 324** ● Typische Gerichte
- 330** ● Kulttier von der Küste
- 335** Feiern

- 339** Shoppen
  - 342** Übernachten
- 

## ■ PRAKTISCHE INFORMATIONEN

- 350** Anreise · Reiseplanung
  - 352** Auskunft
  - 353** Kurtaxe
  - 354** Lesetipps
  - 356** Reisezeit
  - 358** Verkehr
- 

## ■ ANHANG

- 361** Register
  - 366** Bildnachweis
  - 367** Verzeichnis der Karten  
und Grafiken
  - 370** Impressum
-