

# INHALT

|  |    |   |
|--|----|---|
| Ostfrieslands<br>Gesichter                     | 10 |   |
| <i>Portrait einer<br/>Landschaft</i>           | 18 | Ostfriesland<br>in Bildern                        |
|  |    | <i>Bildteil mit ausführlichen<br/>Legenden</i>    |
| Boßeln<br>und Klootscheeten                    | 24 |   |
| <i>Sport und Spaß<br/>im Nordwesten</i>        | 30 | Ostfriesen<br>machen Geschichte                   |
|  |    | <i>Von Störtebeker,<br/>Henri Nannen und Otto</i> |
| Walfänger, Robben-<br>schläger, Krabbenfischer | 36 |   |
| <i>Leben am und<br/>vom Meer</i>               | 44 | Tee für alle, Bohnen-<br>suppe ist Männersache    |
|  |    | <i>Von ostfriesischen<br/>»Nationalgetränken«</i> |
| Natur aus Wasser,<br>Wind und Sand             | 52 |   |
| <i>Das Wattenmeer<br/>und die Inseln</i>       | 62 | Wo Ozeandampfer<br>durch Wiesen gleiten           |
|  |    | <i>Hightech auf dem<br/>platten Land</i>          |
| Auf einen Blick                                | 64 |   |
| <i>Ausflugstipps für<br/>Ostfriesland</i>      | 66 | Chronik   |
|  |    | <i>Daten zur Geschichte<br/>Ostfrieslands</i>     |