



Beliebtes Stehrevier: Surferbucht am Hafen

# Aktiv auf Norderney

Der klassische Inselurlauber freut sich auf langes Strandlaufen am Flutsaum oder ist mit dem Fahrrad unterwegs. Aber auch darüber hinaus bietet Norderney jede Menge Freizeitmöglichkeiten.

Vom Angeln über Beachvolleyball und Gymnastik bis zum Windsurfen ist alles dabei – dem Aktivurlaub sind kaum Grenzen gesetzt. Zudem gibt es auf Norderney eine ganze Reihe sportlicher Großveranstaltungen (→ S. 142); vielfach können sich auch Gäste und Einheimische in unterschiedlichen Sportarten und zahlreichen Wettkämpfen messen, sei es bei einem Volkslauf (Cityabendlauf) oder einem Triathlon, bei einem Golf- oder einem Reitturnier.

Selbst Profis wissen die Trainingsmöglichkeiten auf Norderney zu schätzen, und zwar nicht nur Vertreter der typischen Inselformen wie Windsurfen oder Beachvolleyball. So verzichten immer wieder einmal Fußballbundesligisten (vor allem Werder Bremen und Eintracht Frankfurt, aber auch der Hamburger SV, Bayer Leverkusen, der VfL Wolfsburg, FC Schalke 04 und der 1. FC Köln) auf südliche Gefilde und verlegen während der Sommerpause (im Juli) zur Saisonvor-

bereitung ihr Trainingslager auf die nahe Nordseeinsel (logiert wird dann zumeist im Strandhotel Georgshöhe). Auch kleinere Vereine haben längst die guten Trainingsmöglichkeiten auf der Insel für sich entdeckt. Immer wieder kann man daher Sportmannschaften bei ihren morgendlichen Strandläufen, bei zahlreichen Trainingseinheiten oder bei einem Testspiel auf dem Fußballplatz des TuS Norderney beobachten.

## Angeln

Norderney ist kein klassisches Angelrevier, dennoch ist das Brandungsangeln oder das Prielangeln rund um die Insel problemlos möglich. Ein Fischeischein wäre gut, ist aber in Niedersachsen als einzigem Bundesland (noch) nicht überall zwingend vorgeschrieben. In den Gewässern um Norderney kann also jeder **scheinfrei angeln** (den Personalausweis sollte man dabei haben). Auf allzu viel Fisch darf

man aber ohnehin nicht hoffen, schließlich gibt es rings um die Insel jede Menge Seehunde, die sehr erfolgreiche Konkurrenten der Brandungsangler sind. Als das beste Inselangelrevier gelten die Bühnen der Westküste. Im Hafen und an den Badefeldern ist das Angeln generell untersagt, in den Salzwiesen zur Vogelbrutzeit.

## Beachvolleyball

Die feinsandigen Strände bieten Beachvolleyballern optimale Bedingungen. An einigen Strandabschnitten gibt es daher entsprechende **Spielfelder** mit Netz, die rege frequentiert werden. Mitunter wird für Jugendliche und Erwachsene ein Turnier organisiert; ansonsten kann man jederzeit einfach mit Gleichgesinnten nach Herzenslust pritschen und baggern.

## Boule

Für diejenigen, die eine eher ruhige Kugel schieben wollen, ist auf Norderney auch gesorgt. Hinter dem Conversationshaus wurden unter dem Blätterdach des Kurgartens eigens schöne **Boule-Spielfelder** angelegt. Wer keine eigenen Kugeln dabei hat, kann sich in der Gastronomie des Conversationshauses (→ kurPalais, S. 141) Boule-Kugeln ausleihen.

## Fahrradfahren

Fahrradfahren und Inselurlaub, das gehört irgendwie zusammen – und kein Zweifel, Norderney ist eine Fahrradinsel, zumal viele Gäste ihr Auto auf dem Festland zurücklassen. Das Rad ist durchaus praktisch, weil es nicht nur schöne Touren ermöglicht, sondern das morgendliche Brötchenholen beim Bäcker ebenso erleichtert wie den Weg zum Strand; vor den Strandzugängen wurden deshalb große Fahrradparkplätze angelegt. Das Fahrrad ist das am meisten in Anspruch genommene Verkehrsmittel auf der Insel. Die ist dementsprechend durch ein breites und



Hügelig: die Dünenwege

natürlich gut **beschildertes Wegenetz** erschlossen, wobei man sich dank der übersichtlichen Größe ohnehin kaum verfahren kann. Extra Fahrradwege gibt es allerdings nur wenige auf der Insel, die grün markierten Wege sind im Regelfall auch für Spaziergänger bzw. Wanderer gedacht. Bitte also daran denken, dass Fußgänger hier „Vorfahrt“ haben. Ab dem Parkplatz am Ostheller ist der Inselosten ausschließlich den Fußgängern bzw. Wanderern vorbehalten. Zudem ist das Fahrradfahren auf der Kurpromenade und in der Fußgängerzone verboten.

Es liegt in der Natur der Sache, dass man beim Radfahren auf einer Nordseeinsel mit teils heftigem (Gegen-)Wind und auch mit dem einen oder anderen Regenschauer rechnen muss. Sofern Sie ohne E-Bike unterwegs sind, wird die Tour vor allem bei stürmischen Westwinden dann mitunter zur „Tort(o)ur“. Leider nehmen die Linienbusse keine Fahrräder (oder Bollerwagen) mit.

Natürlich kann man sich überall auf der Insel einen guten Drahtesel ausleihen, über zehn **Fahrradvermieter** gibt es in der Stadt. Die meisten Fahrradvermieter haben darüber hinaus E-Bikes, Kinder- und Jugendräder, Kinderanhänger sowie Kindersitze und anderes Zubehör im Angebot. In der Hochsaison macht es mitunter Sinn, das Rad rechtzeitig vorzubestellen (das geht allerdings nicht bei jedem Vermieter). Dass man mit den geliehenen Rädern nicht durch Sand, Salzwasser oder Schlamm fahren darf, sollte selbstverständlich sein (dann wird eine Reinigungspauschale fällig). Bei fast allen Verleihstationen kann man Saisonräder auch käuflich erwerben.

**Radwege** Die Insel verfügt über ein (Rad-)Wegenetz von 26 km. Drei Radrouten sind auf der Insel markiert. Es handelt sich allerdings um genau die gleichen Wege, die auch als Wanderwege und als **Planeten-Wanderweg** (3,6 km Länge), **Wald-Dünenweg** (6,3 km) und **Polder-Wattweg** (11,5 km) auf S. 54 kurz beschrieben sind. Die Wege sind im Inselplan, der in der Tourist-Information erhältlich ist, eingezeichnet. Der Routenverlauf lässt sich zudem online unter [norderney.de](http://norderney.de) abrufen.

**Geführte Fahrradtour** Lockere „Classic-Tour“ über die Insel. Dauer 2:30 Std., Fahrstrecke ca. 10 km. März bis Okt. jeden Di um 14 Uhr (Hochsaison auch Do 14 Uhr). Pro Person 12 € (Kinder Mindestalter 12 J.). Zudem gibt es eine „Info-Aktiv-Tour“. Dauer 3:30 Std., Strecke ca. 20 km, Mi 14 Uhr, 17 €. Fahrräder selbst mitbringen. Treffpunkt jeweils beim Reisebüro Norderney (Adolfsreihe 6), Voranmeldung dort oder unter [norderney-direkt.de](http://norderney-direkt.de) erforderlich. ☎ 04932-8689990.

**Mietpreise** Die Mietpreise für Leihfahrräder liegen je nach Ausstattung bei 10 € pro Tag (E-Bike 25 €), 38 € pro Woche (E-Bike 120 €).

**Vermietstationen** **Bike & Fun**, Herrenpfad 16, ☎ 0160-91731700, [bike-und-fun-norderney.de](http://bike-und-fun-norderney.de).

**Blue Bikes**, Herrenpfad 2, ☎ 0174-1334366, [blue-bike-noderney.de](http://blue-bike-noderney.de).

**Charly's Freizeitcenter** (Fahrrad- und Gokart-Verleih), Im Gewerbelände 1 und am Fähranleger, ☎ 04932-2858, [norderney.cc](http://norderney.cc).

**Drahtesel**, Herrenpfad 21, ☎ 04932-4980397, [drahteselnorderney.de](http://drahteselnorderney.de).

**Friesenrad**, Bismarckstr. 14, ☎ 0176-84270538, [friesenrad.com](http://friesenrad.com).

**Insel-Bike**, Hafenstr. 1 (300 m vom Fähranleger entfernt), ☎ 04932-1326, [insel-bike-norderney.de](http://insel-bike-norderney.de).

**Kranich GmbH**, Karlstr. 4, ☎ 04932-9338290, und Friedrichstr. 4, ☎ 04932-840444, [kranichbike.de](http://kranichbike.de).

**Kurt's Fahrradshop**, auch E-Bikes, elektrische Rollstühle und Bollerwagen. Nordhelmstr. 73, ☎ 04932-935530, [kfs-norderney.de](http://kfs-norderney.de).

**Molli**, Luciusstr. 13 (gegenüber der Schule, Ecke Jann-Berghaus-Str. 72), ☎ 04932-3449.

**Fahrradverleih Müller**, Weserstr. 11, ☎ 04932-991995, [fahrradverleihmueller.jimdo.free.com](http://fahrradverleihmueller.jimdo.free.com).

**Nordsee-bike (E-Bikes)**, Langestr. 15, ☎ 04932-9913980, [nordsee-bike.de](http://nordsee-bike.de).

**E-Rad Toni**, Winterstr. 4, ☎ 04932-990777, und Filiale **Rad Toni**, Jann-Berghaus-Str. 62, ☎ 04932-3378, [radtoni.de](http://radtoni.de).

## Golf

Norderney hat den einzigen Dünengolfplatz der Ostfriesischen Inseln. Er liegt in sanft hügeligem Gelände etwa in Inselmitte zwischen einem Campingplatz und dem kleinen Flugplatz. Es handelt sich um einen 9-Loch-Platz, der neben dem Golfplatz Budersand auf Sylt einer von nur zwei *Links Courses* in Deutschland ist. Mit einem *Links Course* ist nicht gemeint, dass man die Bahnen links herum spielt. Vielmehr bezeichnet dieser Begriff eine besondere Art von Golfplätzen, die sich auf sog. Linksland befinden, also in einer kargen, unfruchtbaren und normalerweise recht windigen Dünenlandschaft. Durch die schnelle Entwässerung des sandigen Dünenbodens sind die von zahlreichen tiefen Topfbunkern flankierten Spielbahnen auf einem Links Course besonders trocken und die Grüns damit extrem schnell.

Der Golfclub Norderney e. V. wurde schon 1927 gegründet und zählt damit zu den ältesten Golfclubs in Deutsch-



An der Georgshöhe/Nordstrand: Minigolf mit Aussicht

land. Vor Ort gibt es im Clubhaus auch einen gut sortierten Golfshop (Pro Shop) mit Verleih von (Elektro-)Trolleys und Leihsets.

**Golf Club Norderney e. V.**, ganzjährig geöffnet (Clubsekretariat nur im Sommerhalbjahr besetzt). Mitglieder anderer Golfclubs sind willkommen und können bereits ab mindestens Platzreife (PR) spielen. Tageskarte 75 € (9-Loch-Greenfee 48 €), ausschließliche Benutzung der Driving Range 6,50 €. Am Golfplatz 2, ☎ 04932-927156, [gc-norderney.de](http://gc-norderney.de).

### Gymnastik/Strandsport

Seit vielen Jahrzehnten werden – ganz traditionell – am Strand von Norderney erfrischende Gymnastik- und Kräftigungsübungen angeboten (Dauer: 45 Minuten); für viele Gäste sind diese vormittäglichen Turnübungen am Flutsaum ein unverzichtbares, Freude bereitendes und dazu noch gesundes Ritual. Hinzu kommen Veranstaltungen wie Yoga, „Dance Workout“, „Bauch – Beine – Po“ oder „Stretch and Relax“.

■ Im Rahmen des Strandsports Mai bis Mitte Sept. Mo–Fr um 10 und 11 Uhr am **Westbad** (Badehalle). Teilnahme kostenlos, Infos/Termine unter [norderney.de](http://norderney.de).

### Inliner, Skates und Longboard

Norderney eignet sich auch für ausgedehnte Inliner-, Skates- und Longboard-Touren, weil sich viele gut ausgebaute Rad- und Wanderwege durch die Insel ziehen. Beliebt ist derzeit der frisch geteerte und damit hervorragend zu fahrende Radweg neben der Straße vom Kiefernwäldchen im Osten der Stadt bis zum Leuchtturm. Auf der Promenade ist das Inlineskaten allerdings nicht gestattet, wohl aber das Longboarden.

Kinder und Jugendliche finden am Spielpark Kap Hoorn (→ S. 70) eine betonierte Skaterfläche mit Halfpipe und einigen Sprungelementen.

### Minigolf

Es gibt zwei Minigolfanlagen auf der Insel, die vom gleichen Betreiber unterhalten werden. Vom 18-Loch-Platz in den Vordünen der Georgshöhe am Januskopf hat man einen wunderbaren Blick über den Nordstrand und das Meer. Der zweite Platz mit ebenfalls 18 Löchern ist wesentlich einfacher; er be-

findet sich auf dem Gelände von Charly's Freizeitcenter beim Gewerbegebiet.

■ Minigolfplatz am Januskopf/Georghöhe, tägl. 11–19/20 Uhr (wechselnde Öffnungszeiten, aktuelle Angaben bei Google), oder bei Charly's Freizeitcenter (auch Fahrrad- und Gokart-Verleih), tägl. 10–17/18 Uhr, Im Gewerbegebiet 1, Erw. jeweils 6 €, Kinder (bis 10 J.) 5 €, ☎ 04932-2858, norderney.cc.

## Nordic Walking/Joggen

Norderney hat eine ganze Reihe gut befestigter Wege, die sich sowohl als Nordic-Walking- als auch als Joggingstrecken eignen. In Zusammenarbeit mit der Laufsportgruppe des Turn- und Sportvereins Norderney wurden sogar sieben besonders variantenreiche Laufsportwege entwickelt, die gleichermaßen als Jogging-, Nordic-Walking- und als Wanderrouten gedacht sind und von 3 bis 22 km Länge reichen. Selbstverständlich kann man daneben auf allen anderen Wegen dem Laufsport nachgehen und die schöne Insellandschaft erkunden. Für eine Joggingrunde durch Norderneys Dünenlandschaft, am Deich entlang der Wattseite und durch die Inselwäldchen findet sich allemal eine schöne Strecke, auch ohne

vorgegebene Route. Und kilometerweit über den unendlich langen und breiten Nordstrand zu laufen gehört ohnehin zu den größten Joggerfreuden.

**Nordic-Walking-Treff** Im Rahmen des Strandsports wird von Mitte Mai bis Ende Sept. tägl. außer Mi um 9 und 16.15 Uhr ab dem Weststrand (Badehalle) eine Nordic-Walking-Tour angeboten.

**Laufsportwege** Es gibt sieben mit S1 bis S7 farblich unterschiedlich gekennzeichnete Laufsportgeeignete Rundwege: S1 Promenadenrundweg (8 km), S2 Naturparklauf (16 km), S3 Weltnaturerbelauf (22 km), S4 Südstrandpolderrunde (5,5 km), S5 Thalasso-Plattform-Dünenweg (6,5 km), S6 Leuchtturm Rundweg (10 km), S7 Kurparkrundweg (3 km).

In der Tourist-Information (Conversationshaus) ist ein spezieller Flyer mit dem Routenverlauf dieser Rundtouren erhältlich. Eine Übersicht der laufsportgeeigneten Rundwege gibt's auch als Download im Internet (norderney.de).

## Reiten

Am endlosen, flachen Strand oder auf dem Wattboden entlangzugaloppieren gilt als Traum eines jeden Reiters – vielleicht nur übertroffen von einem Vollmond-Ausritt am Strand. Auf Norderney hat man zu beidem Gelegenheit. Oder aber man lässt sich hoch zu Ross

### Reitertraum: Galopp am endlos weiten Strand



gemütlich durch die Dünen tragen und genießt so die Inselnatur. Es gibt speziell markierte Reitwege; die Infrastruktur für Reiterfreunde ist somit außerordentlich gut, egal ob man das eigene Pferd mitbringt oder ob man auf dem Pferd oder Pony eines Norderneyer Reiterhofs reitet. Denn natürlich können Kinder und Erwachsene hier das Erlernen, was für viele das größte Glück auf Erden bedeutet. Das Angebot reicht vom Ponyreiten für Kinder bis zur Ausbildung von Dressur- oder Springreitern.

Auch der Pferdewettkampfsport genießt auf der Insel ein hohes Ansehen. Jedes Jahr im September treffen sich viele Reitsportbegeisterte zur Jagdreiterwoche. Höhepunkt ist eine Schleppjagd, also eine Art Fuchsjagd, bei der eine Hundemeute einer ausgelegten Duftspur aus Heringslake über die Dünen und über den Strand folgt, dahinter die Reiter in Jagdmontur. Und ebenfalls im September wird auf Norderney für gewöhnlich ein großes Reit- und Springturnier veranstaltet.

**Reitwege** Im Inselosten sind Reitrouuten mit orangen Pfosten markiert. Die Routen mit einer Gesamtlänge von 40 km führen mitten durch die Dünen und am Strand entlang. Ein Inselplan mit den Wander- und Reitwegen ist in der Tourist-Information erhältlich.

**Reiterhöfe Reitschule Junkmann**, Ausbildungsbetrieb mit Reithalle, Freiplätzen, Gästeböden und Weiden. Die Reitschule engagiert sich auch stark in Sachen Jagdwoche und Reitturnier. Lippestr. 23 (im Osten der Stadt), ☎ 04932-924150, reitschule-junkmann.de.

**Reiterhof Harms**, Pferdepension mit Reitplatz und Weiden im Osten der Insel hinter dem Leuchtturm auf der Domäne Tünback. Es gibt auch einen kleinen Campingplatz. Am Leuchtturm 11, ☎ 04932-2108, reiterhof-harms.de.

## Segway

Als Fahrer des futuristisch anmutenden, elektrisch angetriebenen Segways steht man zwischen zwei auf einer Achse angeordneten Rädern auf einer Plattform und hält sich an einer Lenkstange fest. Auch mit einem solchen

Gefährt lässt sich die Insel erkunden; entsprechende Touren werden angeboten. Keine Angst, es ist leichter, als es aussieht, weil das Fahrzeug weitgehend selbstbalancierend ist.

**LandTours** bietet nach persönlicher Einweisung eine etwa 3-stündige Inseltour an (mit Imbiss und Zwischenstopp im Cornelius Mediterraan oder am neysPlace). Tägl. 9.30 und 15 Uhr, max. 6 Teilnehmer (ab 14 J.), 79 € pro Person. Knyphausenstr. 2, ☎ 0172-2066005, landtours-norderney.de.

## Tennis

Auch Tennisspieler müssen auf der Insel nicht auf ihren „weißen Sport“ verzichten; schon 1894 entstand vor der Kaiserstraße eine der ersten Tennisanlagen Deutschlands. Wenngleich die windige Insel nicht immer ein Paradies für Tennisspieler ist, finden sich bei den Sportanlagen des TuS Norderney vier vom Sportheim und einem dichten Baumbestand erstaunlich windgeschützte Ascheplätze, die man als Gast problemlos vor Ort mieten kann.

■ Tennisplätze sind beim TuS Norderney von Mai bis Okt. über ein Online-System zu mieten oder werktags von 9 bis 11 Uhr auf der Anlage (17 € pro Std.). An der Mühle 6, Infos unter tus-norderney.de.

## Wandern

Norderney ist keine typische Wanderinsel, zu sehr dominieren die Freizeitradler. Dennoch kann man an der frischen Nordseeluft ausgiebige Wanderungen durch die Inselnatur unternehmen. Das **Wegenetz** umfasst immerhin 80 km. Dabei lässt sich gelegentlich von einer der Aussichtsdünen die Insel überblicken und das nächste Ziel anpeilen. In der Inselmitte sind viele Spazierwege noch gepflastert; vor allem im schönen und weitgehend unberührten Inselosten sind die durch die Ruhe- und Zwischenzone des Nationalparks führenden (oft sandigen) Wanderwege meist nur schmale Pfade. Sechs speziell gekennzeichnete Wanderwege hat das Staatsbad Norderney ausge-

wiesen. Sie sind – ebenso wie die Insel-Radwege – mit grünen Pfosten markiert (die Markierung der Reitwege ist dagegen orange). Allerdings sind diese Wanderwege keine Rundtouren, sodass bei der effektiven Wanderzeit noch der eventuelle Rückweg dazugerechnet werden muss (oder man fährt mit dem Bus zurück). Wer Rundwege bevorzugt, sollte sich lieber an die sieben (mit S1 bis S7) gekennzeichneten Laufsportwege halten, die ebenfalls problemlos erwandert werden können (→ S. 52).

Und natürlich bietet sich die Insel für kilometerlange **Strandspaziergänge** an. Fast die gesamte Inselnordseite kann man am Strand entlanglaufen (insgesamt etwa 14 km) und dabei vor allem im Ostteil der Insel fernab der Stadt die himmlische Ruhe genießen. Und auch wer nicht so lange am Flutsaum unterwegs ist – das Strandlaufen ist an sich schon Erholung pur, und reichlich aerosolhaltige Seeluft gibt's obendrein. Geradezu klassisch ist der (5 km lange) Weg von der Stadt an der Nordhelmsiedlung vorbei durch ein Dünenal über den sog. **Zuckerpad** (mit Aussichtsdüne) zur Weißen Düne (Restaurant). Über den Strand kann man dann wieder ebenso lange in die Stadt zurücklaufen.

Zu empfehlen ist ferner die **Wanderung zum Wrack** ganz im Inselosten; diese Anstrengung sollte man während des Norderney-Urlaubs einmal auf sich nehmen. Theoretisch kann man schon von der Stadt aus loslaufen, dann sind es hin und zurück jedoch 30 km Fußweg. Stattdessen ist der Parkplatz Ostheller als Startpunkt zu empfehlen, der 9 km von der Innenstadt entfernt ist. Für eine ausführliche Tourenbeschreibung → S. 41.

**Streckenwanderwege** Ein Inselplan mit den Wanderwegen ist in der Tourist-Information erhältlich. Der Routenverlauf ist zudem auch online unter [norderney.de](http://norderney.de) abrufbar.

**1. Planeten-Wanderweg** (3,6 km, 1 Std.): Dieser Weg ist nichts anderes als der am Stadt-

rand nördlich des Südstrandpolders fast schnurgerade nach Osten (zum Campingplatz) führende Wanderweg (Alter Postweg), an dem auf einer Strecke von 1,9 km die in Größe und Abstand maßstabsgetreuen und mit Infotafeln versehenen Modelle der neun Planeten unseres Sonnensystems zu finden sind.

**2. Wald-Dünenweg** (6,3 km, 1:45 Std.): Vom Conversationshaus in der Innenstadt führt die Strecke vorbei an der Waldkirche durch das Kiefernwäldchen und an der Meierei vorbei über den Karl-Rieger-Weg bis zum Campingplatz Um Ost. Von dort geht es durch das Erlenwäldchen zum Flugplatz (Bushaltestelle).

**3. Dünenweg** (6,4 km, 1:45 Std.): Beginnend an der Georgshöhe führt dieser Weg an der Nordhelmsiedlung vorbei über den Zuckerpad bis zum Wasserwerk und weiter bis zum Leuchtturm (Bushaltestelle).

**4. Polder-Wattweg** (11,5 km, 3 Std.): Vom Startpunkt Conversationshaus geht es immer an der Wattseite der Insel entlang bis zum Parkplatz Ostheller (Bushaltestelle). Zunächst führt der Weg über den Südwestdeich zum Hafen, dann geht es weiter um die Surferbucht und den Südstrandpolderdeich. Schließlich führt die Wanderung um den Flugplatz und den Grohede immer über diesen südlichen Deich bis zum Ostheller.

**5. Dünen-Heller-Weg** (12,6 km, 3:30 Std.): Vom Parkplatz Ostheller führt diese Route über den schmalen und etwas holperigen Mittelweg bis an die Ostspitze der Insel. Auf dem Rückweg kann man noch vor der Möwendüne südwärts abbiegen, dann unterhalb der Düne in den Südweg einbiegen, der zurück zum Ausgangspunkt führt. So wird die Wanderung – zumindest teilweise – zur Rundtour. Auf dieser Südroute muss man allerdings (je nach Wetter- und Gezeitenlage) mitunter ziemlich feuchte bzw. sumpfige Stellen durchqueren.

**6. Strandweg** (13,7 km, 3:30 Std.): Von der Georgshöhe geht es auf dieser Tour immer ostwärts am Strand entlang bis zur Ostspitze Norderneys. Wegen des Mangels an Straßen im Inselosten sind der Wanderung allerdings noch einmal mind. 6 km hinzuzurechnen, bis man zumindest den Parkplatz Ostheller (Bushaltestelle) erreicht.

## Wattwandern

Ein besonderes Erlebnis ist natürlich eine Wattwanderung, die man unbedingt einmal unternehmen sollte. Auf



## Strandwanderung in der Einsamkeit: Ostspitze Norderney

dem Meeresboden unterwegs zu sein ist nicht nur eine Wohltat für die Füße, sondern auch ein faszinierendes Naturerlebnis. Aus Sicherheitsgründen sollte man das Watt aber nie allein, sondern nur in Begleitung eines staatlich geprüften Wattführers durchwandern, denn das Watt birgt Gefahren. Gewitter (bei Gewitterlage werden geführte Wanderungen vorsorglich abgesagt), plötzlich heraufziehender Seenebel, der die Orientierung erschwert, oder stark strömende Priele, die bei einsetzender Flut unerwartet schnell volllaufen und den Rückweg abschneiden, sind nicht zu unterschätzen.

Die Angebote an Wattwanderungen sind vielfältig. Für Familien mit (kleinen) Kindern empfehlen sich etwa die kurzen, ca. 1,5 km langen Familienwanderungen, die z. B. das Nationalparkhaus organisiert (zumeist in der hafennahen Surferbucht). Zudem bieten einige Wattführer etwa 4 km lange Rundgänge durch die inselnahe Wattenmeerlandschaft im Insel Süden an. Interessanter, wenn auch aufwendiger sind die ca. 8,5 km langen Festlandquerungen von Neßmersiel nach Norderney bzw. je nach Gezeitenrhythmus von Norderney zum Festland – meist erfolgt die Wanderung allerdings vom Festland zur Insel. Auch hier geleiten die Wattführer sicher und informativ durchs Watt. Zahlreiche Tagesausflügler wählen diese Variante für einen In-

selbesuch, doch auch Norderney-Urlauber unternehmen diese Streckenwanderung.

Gelaufen wird trotz winddichter Oberbekleidung mit kurzen Hosen und oft barfuß. Doch weil in jüngster Zeit immer mehr scharfkantige Pazifische Felsenaustern und ebenso scharfe Sandklaffmuscheln den Wattboden bevölkern, haben sich zum Schutz vor Schnittverletzungen leichte Turnschuhe (mit Socken), Surfschuhe oder „Beachies“ bewährt (das sind Watt-Socken mit weicher Silikonsohle). Zur Not tut es aber auch ein Paar alte Socken. Gummistiefel sind weniger geeignet, da man mit ihnen oft im Schlick stecken bleibt. Bitte an Sonnenschutz für Kopf und Körper bzw. ggf. an eine Regenjacke (und an eine Plastiktüte für die nassen Schuhe/Socken) denken. Für die Verpflegung, Getränke und evtl. einen trockenen Pullover bzw. Schuhe zum Wechseln eignet sich ein kleiner Rucksack. (Die Gruppengröße ist auf ca. 30 Personen beschränkt.)

**Info/Preise** Üblich sind 4 km lange **Rundgänge im inselnahen Watt** (ca. 2 Std.), Erw. ca. 10 €, Kinder (unter 12 J.) 8 €, Busfahrt hin und zurück für Erw. 4,50 €, für Kinder 3,20 €. Hunde werden nicht mitgenommen. Es gibt allerdings im Nationalparkhaus ein spezielles Angebot „Wattwanderung mit Hund“.

Möglich ist auch die **Streckenwanderung** vom bzw. zum Festland. Sie erfolgt über Neßmersiel, das von Norddeich mit dem Bus zu erreichen ist. Man läuft von Neßmersiel etwa 2:30 Std. (gut 5 km) übers Watt und nach einer



Rast weitere 50 Min. (3,5 km) zur Bushaltestelle. Insgesamt ist man rund 7 Std. unterwegs. Preis inkl. Fahr- und Bustickets Erw. 65 €, Kinder (8–14 J.) 45 €. Bitte beachten Sie, dass Kinder unter 8 J., Herz-Kreislauf-Patienten und Asthmakranke sowie Hunde (wegen der Verletzungsgefahr durch scharfkantige Muscheln) auf den Festlandquerungen nicht zugelassen sind.

**Wattführer Watt Welten Besucherzentrum**, spezielle Wattausflüge für Kinder (und Eltern), → S. 69. Am Hafen 2, Anmeldung unter ☎ 04932-2001.

**De Wattloopers**, öffentliche Wattrundgänge (Treffpunkt am Rosengarten). Luciusstr. 22 (Eduard Fokken), ☎ 0160-92386027, wattloopers.de.

Wer auf der Insel keinen geeigneten Termin für seine Festlandquerung findet, kann sich auch an eine Reihe staatlich geprüfter Wattführer auf dem Festland (Neßmersiel oder Norddeich) wenden. Die Kontaktdaten sind unter [wattfuhrergemeinschaft.de](http://wattfuhrergemeinschaft.de) zu finden.

## Wind- und Kitesurfen, Segeln, Wellenreiten, Paddeln

Norderney gilt als ein schönes, wenn auch nicht ganz ungefährliches Segel- und Surfrevier; ideale Winde sind fast immer garantiert. Zahlreiche bunte Segel und gelegentlich die Lenkdrachen der Kitesurfer kreuzen vor der Insel – vor allem bei starkem Wellengang zeigen die Profis gerne, was sie können. Das gilt insbesondere für die Windsurfer; immerhin ist der 16-fache deutsche Meister (von 1995 bis 2011) und Windsurfweltmeister (2009) Bernd Flessner ein waschechter Norderneyer. Neue Trendsportart ist jedoch das Kitesurfen, weshalb Norderney (seit 2015) auch Austragungsort der Kitesurf Masters (nationale Liga um die deutsche Meisterschaft) geworden ist (im Mai).

Aber man muss kein Fortgeschrittener sein, um auf Norderney der Faszination des Wassersports zu erliegen. Für Anfänger bietet die Surferbucht hinter dem Jachthafen nahezu ideale Bedingungen, denn diese ist (bei Flut) ein flaches (Steh-)Gewässer. Hier residiert Deutschlands größte Windsurfschule mit einem breiten Kursangebot

(auch für Kinder ab sieben Jahren). Wegen der strengen Auflagen der Nationalparkverwaltung ist eine Kiteschulung in diesem Gebiet allerdings nur eingeschränkt möglich: Maximal fünf Schirme können für Schulungszwecke in einem abgegrenzten Bereich genutzt werden. Darüber hinaus kann man geführte Kanu- oder Kajakkurse bzw. begleitete Touren buchen oder die Trendsportart Stand-up-Paddling (SUP) erlernen.

Natürlich kann vor der Insel auch mit Jollen oder Jachten gesegelt werden. Die Segelschule befindet sich ebenfalls am Jachthafen.

Zudem gibt es auf Norderney Einsteigerkurse im Wellenreiten, denn bei geeignetem Wetter ist der Januskopf einer der wenigen deutschen Strände, die sich als Surfspot eignen. Auf dem weiten Strand im Inselosten kann man bei Wind und Wetter sogar gelegentlich Strandsegler (und Buggykiter) beobachten. Aus Sicherheitsgründen ist das Strandsegeln jedoch i. d. R. nur im Winterhalbjahr gestattet (Infos beim Seglerverein Norderney e. V. unter [norderney-hafen.de](http://norderney-hafen.de) bzw. bei der Kiteschule Norderney unter [sehstuecke.de](http://sehstuecke.de)).

Tauchen kann man vor der Insel übrigens nicht. Das durch Schwebeteilchen eingetrübte Wasser und starke Strömungen lassen Tauchaktivitäten nicht zu.

**Surfschule Norderney**, hinter dem Jachthafen an der flachen Surferbucht gelegen (auf Stelzen stehende Holzhütten an einem eigenen kleinen Strand), hier auch SUP, Kitesurfing, Surfbrett- und Kajakverleih. Am Hafen 17, ☎ 04932-648, [surfschule-norderney.de](http://surfschule-norderney.de).

**Segelschule Norderney**, Kurse auf Jollen und Katamaranen, auch Bootsverleih. Der Stützpunkt (Anmeldung) befindet sich 150 m vom Jachthafen entfernt neben einer Lagerhalle des Gewerbegebiets (☎ 0175-7663737). Es gibt hier sogar eine extra **Kinder-Segelschule** (Kurse in der Surferbucht mit Opti und Cat für 6- bis 13-Jährige). Am Hansendamm (am Hafen), ☎ 0157-85115922, [segelschule-norderney.de](http://segelschule-norderney.de).

## Friesensport: Boßeln und Klootschießen

Im Winter kann es passieren, dass man mitten auf der Landstraße zwischen der Meierei und dem Oststrand Weiße Düne plötzlich auf eine Gruppe von Boßlern trifft (meist samstagnachmittags). Denn **Boßeln** ist ein uralter und nach wie vor außerordentlich populärer ostfriesischer Mannschaftssport, der auch auf Norderney gerne gespielt wird. Gewöhnlich treten zwei Teams von jeweils fünf bis 15 Spielern gegeneinander an. Das plattdeutsche Wort „Boßel“ bedeutet ganz einfach „Kugel“. Abwechselnd wird beim Boßeln eine gut 1 kg schwere Gummi-, Hartholz- oder Kunststoffkugel von 10 bis 12 cm Durchmesser in Kegeltechnik und aus vollem Lauf die Straße entlanggeworfen. Die Kugel landet dann irgendwo im Graben und wird mit langen Stangen herausgefischt. Es gewinnt die Mannschaft, die nach einer vorher festgelegten Zahl von Würfeln die Boßel über die längste Strecke treiben konnte, wobei leicht ein Weg von 5 bis 10 km zurückgelegt wird.

Lange war auf der Insel darüber hinaus der ostfriesische Nationalsport **Klootschießen** beliebt. Zwar führt er gegenwärtig auf Norderney ein Schattendasein, auf dem nahen Festland wird das Klootschießen jedoch nach wie vor betrieben, wenn auch weniger häufig als das Boßeln – dafür aber umso athletischer und gewissenhafter. Laut Friesischem Klootschießerverband ist das Klootschießen sogar der älteste Sport der Welt. Der Begriff kommt ursprünglich vom niederdeutschen „Kluten“, was „Erdklumpen“ heißt, oder auch allgemein von „Kloote“ (Kugeln). Der Legende nach haben die Küstenbewohner schon die Römer mit kleinen Wurfkugeln das Fürchten gelehrt. Heute geht es darum, eine faustgroße und mit Blei gefüllte Hartholzkugel mit 20 m Anlauf und mit Hilfe eines Sprungbretts möglichst weit zu werfen. Damit die Kugel nicht auf Nimmerwiedersehen im Matsch verschwindet, wird das traditionell als Feldkampf durchgeführte Klootschießen nur bei Frostwetter ausgetragen und ist somit für die Ostfriesen der einzig wahre Wintersport. Es wird als Mannschaftssport mit sieben Werfern gespielt, die mit insgesamt 28 Würfeln eine möglichst weite Strecke über die zugefrorenen Wiesen und Äcker zurücklegen müssen. Von allerlei Ritualen begleitet, kann sich so ein Wettkampf über Stunden und mehrere Kilometer hinziehen.

Organisiert sind die Klootschießer und Boßler Ostfrieslands und Oldenburgs im Friesischen Klootschießerverband e. V. Gespielt wird zumeist auf Kreisverbandsebene, aber es gibt auch größere Feldkämpfe. Höhepunkt ist der traditionelle Feldkampf der „Nationalmannschaft“ des Landesverbandes Ostfriesland gegen das benachbarte Oldenburg. Der Wettkampf wird (Frostwetter vorausgesetzt) einmal im Jahr ausgetragen und lockt immerhin etwa 2500 Zuschauer an (in früheren Zeiten waren es häufig über 10.000 Besucher). Darüber hinaus wird alle vier Jahre eine Europameisterschaft im Boßeln und Klootschießen ausgerichtet, an der auch Mannschaften aus den Niederlanden, Irland und Italien teilnehmen.

■ Infos bei der Norderneyer Boßelvereinigung (auf Facebook). Mitunter – wenn auch selten – wird ein „Gastboßeln“ veranstaltet.