

BAEDEKER

D

DEUTSCHE
NORDSEE-
KÜSTE



WILLKOMMEN BEI BAEDEKER!

Diesen Magischen Moment an der Nordseeküste möchte ich Ihnen ganz besonders ans Herz legen: Ein einmaliges Erlebnis ist eine geführte Wattwanderung bei Nacht von Neuwerk nach Sahlenburg. Man hört nichts als die eigenen Schritte und das Zwitschern der Austernfischer. In der Ferne leuchten die Positionslampen der großen Pötte mit den Sternen um die Wette Schließlich sind die selbst erlebten Geschichten die schönsten, um sie zu Hause zu erzählen.

Wir wünschen Ihnen lebendige Eindrücke und Zeit für das Wesentliche! Entdecken Sie mit Baedeker das Außergewöhnliche, lassen Sie sich inspirieren und gestalten Sie Ihr persönliches Programm nach Ihren Vorlieben.

Herzlichst



Rainer Eisenschmid, Chefredakteur Baedeker

◀ *Die Schafe haben keinen Blick für den Leuchtturm von Westerhever. Sie finden auch alleine in den Stall zurück.*



ÜBERSEE
MUSEUM
BREMEN

Faszination. Ferne.

Asien. Ozeanien.
Afrika. Amerika.



BREMEN
ERLEBEN!



www.uebersee-museum.de

LEGENDE

★★ Baedekers Top-Ziele

● Weitere Ziele A-Z

20 km

© BAEDEKER

Morsum-Kliff

In Europa einzigartiges Naturschauspiel
S. 245

Nieblum

Prachtvolle alte Friesenhäuser
S. 121

Utersum

Ein Strand fast wie in der Karibik
S. 123

Kniepsand

Phantastischer Strand und Wellenbrecher in einem
S. 44

Hooge

Die Königin der Halligen hat sogar ein Kino.
S. 146

Lange Anna

Das Wahrzeichen wackelt.
S. 156

★★ **Helgoland**

Ostplate

Wandern durch unberührte Natur
S. 230

Hafen und Ortskern

Ostfriesischer geht es kaum.
S. 134



BAEDEKER

D DEUTSCHE NORDSEEKÜSTE

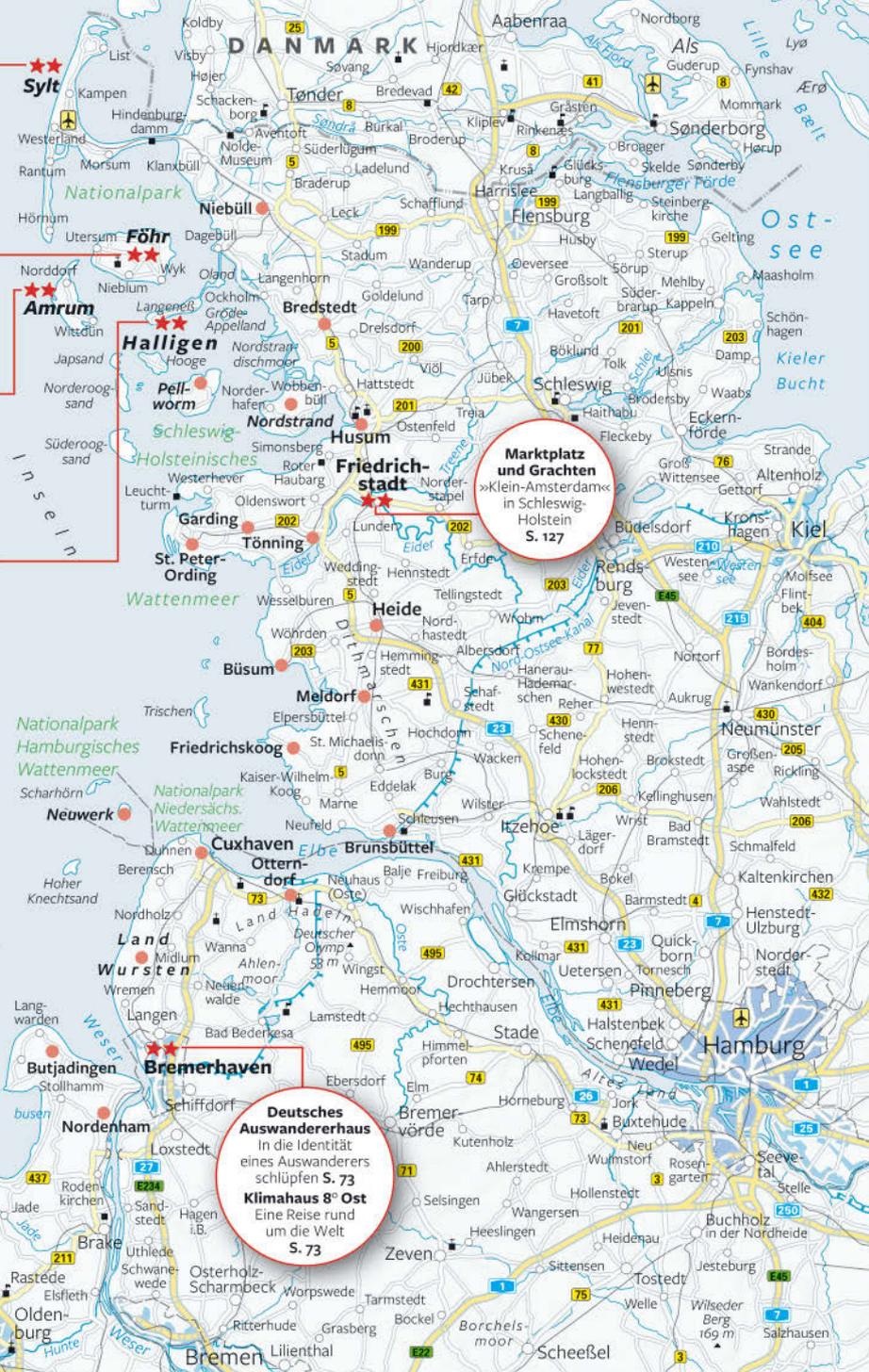
»

An der Nordseeküste,
am plattdeutschen Strand,
sind die Fische im Wasser
und selten an Land.

«

Klaus & Klaus

baedeker.com



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

LEGENDE

Baedeker Wissen

- Textspecial, Infografik & 3D
-

Baedeker-Sterneziele

- ★★ Top-Reiseziele
 - ★ Herausragende Reiseziele
-





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

INHALT

- 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

PREISKATEGORIEN

Restaurants

- Preiskategorien
für ein Hauptgericht
- €€€€ über 20 €
 - €€€ 15 – 20 €
 - €€ 10 – 15 €
 - € bis 10 €

Hotels

- Preiskategorien
für ein Doppelzimmer
- €€€€ über 170 €
 - €€€ 120 – 170 €
 - €€ 70 – 120 €
 - € bis 70 €



MAGISCHE MOMENTE

- 35** Nur Fliegen ist schönert
- 45** Stürmische Zeiten
- 121** Schlafen am Strand
- 138** Orgelklänge an der Waterkant
- 149** Einmaliges Naturschauspiel
- 153** Wale steuerbord voraus
- 190** Nachtwattwanderung
- 233** Winterfreuden spezial
- 253** Frühmorgens
- 275** Die Nordsee von oben
- 315** Reiten auf dem Meeresgrund
- 339** Prost Neujahr!



ÜBERRASCHENDEN

- 103** **6 x Erstaunliches:**
Hätten Sie das gewusst?
- 126** **6 x Für Kinder:**
Langeweile verboten
- 214** **6 x Durchatmen:**
Entspannen, wohlfühlen,
runterkommen
- 322** **6 x Unterschätzt:**
Genau hinsehen, nicht daran
vorbeigehen, einfach
probieren!
- 346** **6 x Typisch:**
Dafür fährt man an die
Nordseeküste.

Nachts ist es im Watt noch geheimnisvoller.



D DAS IST ...

die Nordseeküste

Die großen Themen
rund um Deutschlands Waterkant.
Lassen Sie sich inspirieren!

Eine ganz eigentümliche und unvergessliche
Erfahrung: eine abendliche Wattwanderung ►



FRIESI- SCHER NATIONAL- SPORT

»Toerst lehr en Freesen-
jung dat Lopen, glieks
dorna kummt aber all dat
Boßeln,« behaupten
so manche an der Nord-
seeküste. Ganz so ist es
wohl nicht, aber diese
plattdeutsche Redewen-
dung macht klar, welchen
Stellenwert das Boßeln
insbesondere in Ostfries-
land hat: Boßeln oder
auchder Vorgänger,
das »Klootschießen«,
sind jedenfalls so etwas
wie die friesischen
Nationalsportarten.

In diesem Fall muss die Kugel im rechten
Winkel zurück auf die Straße gelegt werden. ►

DAS IST ...
DIE NORDSEEKÜSTE



SCHLÄGT man die Sportseiten der ostfriesischen Regionalzeitungen auf, findet man bisweilen eine Seite Fußball – und zwei Seiten über Boßeln. Das Boßeln steht zwar im Verruf, lediglich in Verbindung mit dem Konsum von »Hochprozentigem« betrieben zu werden, doch an der Nordseeküste, insbesondere in Ostfriesland, wird es von mehreren tausend Aktiven als **ernsthafter Sport** betrieben. Wenn Alkoholisches zu sich genommen wird, dann erst nach dem Wettkampf.

In den Boßel-Hochburgen sind an den Wochenenden alle auf den Straßen – vom 80-jährigen Boßel-Routinier bis zum 8-jährigen Boßel-Zwerg. Die Namen der Teams lauten »Lat'n rull'n« oder »He löpt noch« und sie boßeln in der **Kreis-, der Landes- oder der Bezirksliga** um Punkte innerhalb der Boßel-Verbände, als da u. a. wären: der Friesische Klootschießer-Verband (FKV) und der Landesklootschießer-Verband Ostfriesland (LKV). Klootschießen deshalb, weil das heutige Straßenboßeln aus dem traditionellen Klootschießen entstanden ist.

| Klootschießen

Das Klootschießen soll seinen **Ursprung** in der niederländischen Provinz Friesland haben, in Schleswig-Holstein wurde es verschiedenen Quellen zufolge erstmals im 17. Jh. gespielt, in Ostfriesland flogen die ersten Kugeln im 18. Jh. durch die Gegend. Wobei andere Quellen behaupten, schon vor mehr als 2000 Jahren hätten die Friesen die einmarschierenden Römer mit Lehmkugeln beworfen – angeblich der Anfang des Klootschießens.

Die Königsdisziplin der Klootschießer war und ist jedenfalls der **Feldkampf**.

Dazu treffen sich zwei Mannschaften auf freiem Feld – vorzugsweise im **Winter**. Denn erstens liegen die Felder in der kalten Jahreszeit brach und zweitens rollt die Kugel auf gefrorenem Grund am besten. Unter dem Motto »Lüch up un fleu herut!« (»Heb auf und fliege weit hinaus!«) setzen die Werfer verschiedene Techniken ein. Bisweilen ähnelt es dem Kegeln, beim Drehwurf hingegen sind deutliche Parallelen zum Diskuswerfen zu erkennen. Die absoluten Cracks, die in der Lage sind, die Kugeln weiter als hundert Meter zu schleudern, setzen auf den so genannten **Flüchterschlag**. Diese Technik ist so kompliziert, dass man sie kaum beschreiben kann. Jedenfalls katapultieren die Klootschießer ihr Spielgerät dabei mit Hilfe einer Rampe, von der sie mehr oder minder galant abspringen, auf Rekordweiten.

| Straßenboßeln

Das Straßenboßeln entwickelte sich an der Nordseeküste so richtig erst nach dem Zweiten Weltkrieg. Man kann durchaus behaupten: Was dem Südfranzosen seine Boule-Kugel, ist dem stolzen Friesen seine Boßelkugel. Sie sind aus **Pockholz oder Kunststoff**, ca. acht bis zwölf Zentimeter im Durchmesser, die der Boßelcracks wiegen etwas mehr als ein Kilogramm. Ziel der »Schmietter« (Werfer) beim Boßelwettkampf ist es, das Spielgerät **so weit wie möglich** zu schmeißen. Gewonnen hat das Team, das die Strecke mit den wenigsten Würfeln absolviert hat. Lautstarkes Anfeuern – unbedingt auf Plattdeutsch – scheint dabei hilfreich zu sein.

Beim Boßelwettkampf fast immer dabei sind auch die sogenannten »Käkler und Mäkler«, die mehr oder weniger gute



Auf den richtigen Schwung kommt es an.

Ratschläge parat haben. Das Kniffligste beim Straßenfußball sind die **Kurvenwürfe**, denn selbst im platten Land verlaufen nicht alle Straßen schnurgerade. Die Spezialisten, sozusagen die Messis und Ronaldos des Fußballsports, verleihen den Kugeln durch eine **ausgefeilte Technik** einen gewissen Effekt: »Övert Duum« (übern Daumen) oder auch »Övert Finger« (übern Finger) nennen der Fachmann oder die Fachfrau das dann.

Boßel-EM

Rund 50 000 betreiben diesen Sport in Ost- und Nordfriesland. Es gibt zwar keine Weltmeisterschaft, aber immerhin eine Europameisterschaft, bei der außer den Friesen noch **Iren, Niederländer und Italiener** an den Start gehen. Die meisten Medaillen räumen in der Regel die Ostfriesen ab, gefolgt von den Nordfriesen und den Dithmarschern. Die für 2020 in Schleswig-Holstein geplante Boßel-EM wurde wegen

Corona auf Mai 2021 verschoben: Dann findendie Straßenwettkämpfe in Süderhastedt zwischen Meldorf und Nord-Ostsee-Kanal statt, der Feldkampf auf der Halbinsel Eiderstedt und das Standfußball im Stadion zu Meldorf.



RAN AN DIE KUGEL

Wer sich selbst einmal in der friesischen aller Friesensportarten versuchen will, kann das in der Gemeinde Ihlow in Ostfriesland tun. Gespielt wird unter Anleitung eines »Boßel-Profis« auf den Strecken, auf denen auch die Wettkämpfe der Vereine stattfinden. (Infos unter: www.ihlow-tourismus.de, Tel. 04929 89100)

OST- FRIESEN- WITZE

Ein Ostfrieese lehnt an
einer Mauer. Die Mauer
fällt um. Warum? –

Der Klügere gibt nach!
So oder so ähnlich gehen
Ostfriesenwitze. Aber es
waren nicht Karl Dall und
Otto Waalkes, die sie er-
funden haben. Die Witze
gehen zurück auf Borwin
Bandelow, einen ehemali-
gen Schüler des Gymnasi-
ums in Westerstede.
Er veröffentlichte Ende
der 1960er-Jahre in der
Schülerzeitung »Der
Trompeter« erstmals
einen Ostfriesenwitz.

Diese seriöse Herr ist Borwin Bandelow,
der Erfinder des Ostfriesenwitzes. ►



KEIN Witz ist: Borwin Bandelow hat Medizin studiert. Seine Promotion verfasste er zu einem durchaus humorfreien Thema: »Untersuchungen zur selektiven Züchtung der Mycel- und Blastosporenphase von *Candida albicans* und zur diagnostischen Wertigkeit präzipitierender Antikörper gegen Antigene der beiden Wachstumsformen.« Da kommt man wohl nicht direkt auf die Idee, dass dieser Mann der Urvater der Ostfriesenwitze ist.

Die Geburt des Ostfriesenwitzes

Und doch, denn: Der heute renommierte Wissenschaftler besuchte Ende der 1960er-Jahre das Gymnasium in Westerstede, das historisch zum Ammerland bzw. zu Oldenburg zählt. Sein Elternhaus stand gerade einmal 300 Meter von der Grenze zu Ostfriesland entfernt, und jedes Kind in Westerstede weiß, dass sich die **Oldenburger** und die **Ostfriesen** über Jahrhunderte nicht besonders grün waren. Ganz in der Nähe von Westerstede hatten sich die Truppen beider Lager im 15. Jh. eine blutige und auf beiden Seiten verlustreiche Schlacht geliefert.

Während einer Klassenfahrt von Bandelow soll es zu derben Frotzeleien zwischen den Westersteder Jungs und Jugendlichen aus dem nahen ostfriesischen Remels gekommen sein, die ebenfalls in Westerstede zur Schule gingen. Bald darauf schrieb Borwin Bandelow mit spitzer Feder in der Schülerzeitung über den »**Homo ostfriensis**«. Zum Missfallen seines Chefredakteurs übrigens, der hätte lieber einen Text über den Vietnamkrieg im Blatt gehabt. Aber Bandelow widmete sich den Ostfriesen, die Mitschüler schütteten sich

aus vor Lachen, und der Ostfriesenwitz war geboren. Der Spott, den Bandelow und seine Mitstreiter – darunter waren übrigens auch waschechte ostfriesische Jungs – über die Ostfriesen ausbreitete, schwappte wie eine Flutwelle über ganz Deutschland. Die Westersteder Pennäler machten den Anfang, andere folgten, und aus Ostfriesland stammende Komiker wie **Karl Dall** oder **Otto Waalkes** (beide in Emden geboren) brachten sie einem Millionenpublikum näher. Wobei man bisweilen alte Witze über die Bayern hernahm und sie einfach umdichtete auf die Ostfriesen.

Denn **witztheoretisch** sind sie ein alter Hut: Man nehme vermeintlich dämliche Zeitgenossen und lasse den Alltag auf sie los. Auf die Bayern folgten die Ostfriesen, und die haben Konkurrenz durch die Blondinen bekommen. Das funktioniert: Ersetzen Sie in den folgenden Kostproben »Ostfrieise« einfach durch »Blondine« ...



OTTO HUUS

Otto Waalkes wurde lange als »wandelnder Ostfriesenwitz« tituliert. Tatsächlich hat er seinen Anteil an ihrer Popularität. Dass er weit mehr kann, dürfte in der Zwischenzeit bekannt sein. Allen, die das immer noch nicht wissen, sei ein Besuch im **Dat Otto Huus** in seiner Geburtsstadt Emden ans Herz gelegt. Und allen, die nicht genug von ihm bekommen können, erst recht. (►S. 109)

| Kostproben?

Bisweilen besitzen die Ostfriesenwitze durchaus eine gehörige Portion Humor, meistens sind sie aber **so platt wie das Land hinterm Deich**: Warum nehmen ostfriesische Polizisten immer eine Schere mit auf Verbrecherjagd? Antwort: Damit sie den Verbrechern den Weg abschneiden können. Oder aber: Warum ruft ein ostfriesischer Wissenschaftler den Schlüsseldienst an? – Um eine Nachricht zu verschlüs-

seln. Ganz offensichtlich sind immer wieder neue Witze hinzugekommen. Dieser beispielsweise: Woran sieht man, dass ein Ostfrieße am PC war? Antwort: Es ist Tipp-Ex auf dem Bildschirm. Denn als Bandelow & Co. die ersten Witze machten, gab es definitiv noch keine PCs. Der Tenor der Gags ist jedenfalls immer derselbe: Die Ostfriesen sind unfassbar doof. Noch ein Beispiel: Die Dame an der Kinokasse fragt: »Haben Sie nicht schon dreimal eine Karte gekauft?« Antwortet der Ostfrieße: »Ja, aber der Mann am Eingang zerreißt sie mir immer.«

| Sie nehmen's mit Humor

Borwin Bandelow leistet zwar keine Abbitte, aber der heutige **stellvertretende Direktor der Universitätsklinik** von Göttingen stellt klar:

»
Die Ostfriesen werden
immer so dargestellt,
als ob sie hinterwäldlerisch
und verschlossen wären.
Das sind sie nicht.
In Wirklichkeit sind sie
sehr herzlich, haben oft
einen netten Spruch
auf den Lippen.
«

Die Ostfriesen selbst bewiesen über all die Jahre überwiegend Humor, sie **lachten herzlich mit** über den Nonsens. Und im Nachhinein wird gar die Theorie vertreten, die Ostfriesenwitze hätten der Tourismusbranche vor Ort reichlich Gäste gebracht. Der Kurdirektor von Benseniel war jedenfalls überzeugt davon und versprach Bandelow lebenslang freien Eintritt in alle Einrichtungen in seinem Ort.



TEE- ZERE- MONIE

Tee wird in Ostfriesland nicht einfach so getrunken, das Teetrinken wird zelebriert. Gemütlich sollte es sein zur »Teetied«, am Nachmittag oder auch beim »Elführtje« am Vormittag. Und Zeit zum »Klönschnack« sollte man sich nehmen. Sich selbst einzuschenken gilt als Banausentum. Also: Finger weg und entspannen.

Alles parat für den Klönschnack. ►







ALS Erstes wandert bei der traditionellen ostfriesischen Teezeremonie Kandis in die Tasse. Je größer das Stück, desto gern gesehen der Gast. Bekommt man als Ostfrieser oder auch als »Außerfriesischer« bei einer traditionsbewussten Familie nach einer Viertelstunde noch keinen Tee angeboten – dann ist man mit ziemlicher Sicherheit nicht willkommen. Ist der Kandis in der Tasse, wird der heiße Tee aufgegossen. Ein Knistern, fast eine Art helles Klingeln, ertönt, wenn er auf den »Kluntje« trifft. Die Ostfriesen nennen diesen Moment schlicht und ergreifend »Wohlklang«.

Bitte mit Sahne!

Traditionell trinkt man den Tee in Ostfriesland mit Sahne. Doch die wird nicht einfach so in die feinwandige Tasse gekippt, sondern mit einem ange-wärmten Löffel, dem »Rohmlepel«, aufgelegt. damit sich das **Sahnewölkchen** im Tee verteilt. Manche, so munkelt man, trinken ihren Tee nur deshalb mit Sahne, weil es so wunderbare Muster

Alle sitzen schon drin beim Tee im »Tüdelpott«.

ergibt. Der Ostfrieser an sich trinkt ihn mit Kandis und »'n Wulkje Rohm« weil »dat so mutt«. Was überhaupt nicht sein muss, ist, mit dem Löffel im Kunstwerk herumzurühren. Getrunken wird in drei Abteilungen. Zuerst die milde Sahne an der Oberfläche, dann die Mitte, wo sich der eher herbe, intensive Geschmack des Tees entfaltet. Schließlich schlürft man als »Nachtisch« den teilweise aufgelösten Kandis. »Dree is Oostfresen Recht«, heißt es. Hat man nach drei Tassen genug, legt man den Löffel in die Tasse, und die Gastgeberin weiß Bescheid. Die Teezeremonie in Ostfriesland sei nämlich **Frauensache**, behaupten Traditionalisten – »Hoheitsrecht der ostfriesischen Hausfrau«.

Teetester

Das Teetesten hingegen ist überwiegend Männern vorbehalten. Angeblich weil die größeren Hormonschwankungen bei Frauen vielfach Geschmacks-

veränderungen mit sich bringen sollen. Die Teetester jedenfalls sind die wichtigsten Männer in den ostfriesischen Teehandelsunternehmungen, die Bün-ting, Behrens, Thiele oder Rolfs heißen. Bis zu **500 Sorten** verkosten die Experten am Tag. Dabei wird die Probe geschlürft, im Mund gewälzt, herzlich geschmatzt und schließlich im hohen Bogen ausgespuckt. Bisweilen klebt ein Teeblatt an der Nase der Tester, manchmal holen sie sich sogar eine braune Nase, so weit dringen sie im wahrsten Sinne des Wortes in die Materie ein.

Prohibition mal anders

1610 brachten erstmals Schiffe der »Niederländischen Ostindien-Kompagnie« Tee nach Europa. Seit Anfang des 18. Jh.s importierten die Ostfriesen die Blätter selbst. Friedrich der Große verbot ihnen 1777 das Trinken des »**Chinesischen Drachengifts**«, weil der Staat durch das Teetrinken Steuereinnahmen verlieren würde. Man schlug Zitronenmelisse oder ein Petersilie-Getränk als Ersatz vor. Doch auf geheimen Wegen fand der Tee seinen Weg in die ostfriesischen Küchen und Stuben, wo er **konspirativ genossen** wurde. Nach zahlreichen Protesten war der Erlass zwei Jahre später Makulatur. Nach dem Zweiten Weltkrieg führen die Ostfriesen sogar bis ins Ruhrgebiet, um den »Malochern« deren Schwerstarbeiter-Teezulagen im Tausch gegen Speck, Butter oder Eier abzuschwatzen.

Die Ostfriesenmischung

Inzwischen gibt es genug Tee für alle Ostfriesen, die jährlich mit 300 Litern pro Kopf **Weltmeister im Teetrinken**

sind. Der Rest von Deutschland kommt gerade einmal auf ein Zehntel. Die Hauptaufgabe der Teetester jedenfalls liegt darin, jedes Jahr aufs Neue eine exakt gleich schmeckende Ostfriesenmischung zu zaubern – was der Quadratur des Kreises gleich kommt. Sie schaffen es trotzdem. 50 000 Teesorten sind jedes Jahr auf dem Markt. Keine schmeckt – durch diverse Faktoren beeinflusst – genau so wie im Vorjahr. Also muss neu getestet und gemischt werden. Denn mundet den Ostfriesen ihre Mischung nicht – in der Hauptsache **aus Assam, Ceylon und Darjeeling-Tees** komponiert – hagelt es Beschwerden. »Wat heb ju mit min Tee mokt?«, wollen die aufgebrauchten Kunden wissen. Zumeist können die Experten sie davon überzeugen, dass es an ihrem neuen Wasserkocher oder einer verunreinigten Kanne liegt – und nicht an der echten Ostfriesenmischung.



VIelfalt des Tees
Das **Teemuseum in Norden** bietet mehrmals in der Woche stilvolle Teezeremonien an (www.teemuseum.de). Im **Bün-ting Teemuseum** in Leer finden ebenfalls diverse Veranstaltungen rund um den Tee statt. (www.buenting-teemuseum.de). Zu den schönsten Teestuben zählen **Poppinga's Alte Bäckerei** in Greetsiel, das **Café Kluntje** auf Baltrum und das **Café Tüdelpott** in Carolinensiel.





WUNDER- WELT WATTEN- MEER

Der Wattwurm ist die Putzkolonie des Wattenmeeres und gleichzeitig Umweltpolizei. Wie viele andere Bewohner der Wunderwelt Wattenmeer, ist auch er perfekt an die ganz besonderen Lebensbedingungen angepasst.

◀ Will man das Watt richtig kennenlernen, sollte man eine Wattführung mitmachen.

DAS IST ... DIE NORDSEEKÜSTE

DIE ständige Veränderung durch Ebbe und Flut verlangt den Wattbewohnern einiges ab. Man muss sich das so vorstellen, als würden sie täglich zweimal durch die Waschmaschine geschleudert und anschließend in den Trockner gesteckt. Die Lebewesen in den Prieln, auf den Sandbänken, im Schlick und auf den Salzwiesen haben sich einige Tricks angeeignet, um zu überleben.

| Ohne Wattwurm ...

Der bekannteste Bewohner im UNESCO-Weltnaturerbe Wattenmeer dürfte wohl der **Wattwurm**, lateinisch »**arenicola marina**«, sein. Falls es immer noch Menschen gibt, die glauben, sie würden den leibhaftigen Wurm sehen, wenn sie diese spaghetti-artigen Haufen an der Oberfläche entdecken – dann sei hier noch einmal ausdrücklich darauf hingewiesen: Dieses Gebilde, das sich so herrlich zwischen den Zehen zermatschen lässt, ist lediglich der **Kothaufen**, den der Wattwurm – auf gut deutsch – an die Oberfläche kackt.

| ...kein sauberes Watt

Der Wattwurm selbst – auch Sandpier-, Pier- oder Prielwurm genannt – lebt unterhalb der Wattoberfläche in U-förmigen Röhren. Der rötlich-braune und ungefähr fingerdicke Vielborster wird ca. 20 bis 50 cm lang und ist immens wichtig für das Ökosystem Wattenmeer. Er **frisst fast unablässig Sand**, filtert die organischen und für ihn verdaulichen Stoffe heraus und scheidet den Rest wieder aus. So pflügen die Wattwürmer, von denen sich rund 50 Exemplare einen Kubikmeter Watt teilen, die oberen 20 cm des Bodens ein-



Bloß keine Berührungsängste!

mal komplett um. Ein einzelner Wurm schafft es, rund 25 kg Sand jährlich zu filtern. So gesehen sind die Wattwürmer **Umweltpolizei** und **Müllabfuhr** des Wattenmeers in einem.

| Gut angepasst

Dass der Pierwurm häufig – ungefähr alle 45 Minuten – seine Kothaufen an der Watt-Oberfläche produziert, birgt durchaus Gefahren. Denn dadurch erkennen seine **natürlichen Feinde**, Wattvögel wie der Knutt oder der Austernfischer, stets, wo sich ihre nächste Mahlzeit befindet. Kaum kringelt sich ein neuer Haufen, picken die Vögel nach dem Wurm. Der allerdings hat von Mutter Natur die Gabe mit auf den Weg bekommen, Teile seines Hinterteils abstoßen zu können, sodass den Räubern lediglich eine Vorspeise und der Wurm am Leben bleibt.

Der Pierwurm ist zudem ein Paradebeispiel für physiologische Anpassungsfähigkeit: Er besitzt Kiemen und vermag **Sauerstoff zu speichern**. So geht ihm während der Ebbe, also in der Zeit, in der ihm kein Wasser zur direkten Sauerstoffaufnahme zur Verfügung steht, die Luft nicht aus.



WATT ERLEBEN

Aufklären und durch eigenes Erleben für das fragile Ökosystem sensibilisieren, dieses Anliegen verfolgen die über 30 Nationalparkhäuser, das Wattenmeer-Besucherzentrum in Wilhelmshaven, die 20 Stationen der Schutzstation Wattenmeer (www.schutzstation-wattenmeer.de) und das Multimar Wattforum (www.multimar-wattforum.de) in Tönning. Zudem vermitteln vor Ort im Nationalpark zahlreiche Tafeln und Informationsstellen Wissenswertes. (www.nationalpark-wattenmeer.de, www.waddensea-worldheritage.org)

Andere Überlebenstricks

Auch der **Bäumchenröhrenwurm** bringt Erstaunliches zustande: Er klebt Sand, Muschelstückchen, Schneckenhäuser und Stacheln von Seeigeln mit Schleim aneinander und baut so einen regelrechten kleinen Baum auf. Zwischen die Äste spannt er Schleimfäden, in denen sich seine mit dem Wasser herantreibende Beute verfängt. Auch die nur rund 3-6 mm großen **Wattschnecken** passen ihr Verhalten perfekt den Gezeiten an. Bei Ebbe finden sie genug Nahrung im Watt. Bei auflaufendem Wasser hingegen heften sie sich an die Wasseroberfläche, lassen sich treiben und bilden ein Schleimband, an dem ihre Nahrung kleben bleibt.

Einfallsreiche Fortpflanzungsmethoden

Bei der Fortpflanzung der Wattbewohner geht es bisweilen auch recht außergewöhnlich zu. Die Seeanemonen etwa vermehren sich unter anderem dadurch, dass sie Teile ihrer Fußscheiben abtrennen, aus denen sich dann die Nachfahren bilden. Der winzige **Pygo-**

spio-Wurm zerfällt einfach in mehrere Teile, an denen später Kopf- und Schwanzteil nachwachsen.

Die erst Ende des 19. Jh.s von der Pazifik- und Atlantikküste der USA eingeschleppte **Pantoffelschnecke** ist ein so genannter Hermaphrodit. Die »crepidula fornicata« kommt als Männchen zur Welt. Wenn sie auf ein Weibchen trifft, lässt sie sich auf deren Schale nieder und verweilt dort bisweilen bis zu sechs Jahre als Männchen. Findet das männliche Jungtier der Pantoffelschnecke allerdings keine Dame zum Begatten, wechselt es flugs das Geschlecht. Was folgt, ist – man kann es nicht anders nennen – eine **Art Gruppensexorgie**. Das zum Weibchen mutierte Exemplar lockt nun bis zu einem Dutzend Männchen an, die sich auf der unten liegenden Dame stapeln. Sobald sich jedoch ein weiteres Männchen ansiedelt, entwickelt sich das untere Männchen innerhalb von 60 Tagen zum Weibchen. Bis zu einem guten Dutzend Pantoffelschnecken hocken so aufeinander. Dieses Paarungsverhalten sorgt nicht nur für Nachwuchs, sondern ist, so haben Wissenschaftler herausgefunden, auch ein Schutz dagegen, von den Wellen durch die Gegend gerollt zu werden.



DAS IST ...
DIE NORDSEEKÜSTE

SCHÄTZE DES MEERES

An der gesamten Nordseeküste zwischen Borkum und Sylt gibt es inzwischen Thalasso-Zentren wie Sand am Meer. »Mehr als Wellness am Meer«, heißt ein griffiger Slogan, ein anderer lautet »Leben Sie die Kraft des Meeres«. Andere, die tendenziell eher auf den kosmetischen Effekt setzen, werben mit dem kurzen, aber prägnanten Motto: »Schick mit Schlick!«

◀ Hinterher wird abgespült ...

WÄHREND der Thalasso-Behandlung mit Schlick sieht man eher aus wie ein auf die Erde verirrter Außerirdischer, aber Experten wie Patienten schwören auf die Wirkung der schmierigen Wattpampe auf der Haut. Jetzt könnte man natürlich auf die Idee kommen und sich selbst von Kopf bis Fuß mit dem Schlick der Nordsee einreiben – schaden tut das nicht. Aber angenehmer und wirkungsvoller sind die **Schlickbehandlungen** in den Thalasso-Zentren an der Küste. Dort wird der Schlick auf eine angenehme Temperatur erwärmt, ehe er hauchdünn und sanft auf die Haut aufgetragen wird. Man fühlt sich wie im siebten Himmel, quasi in einer Art Schwerelosigkeit. Norderneys Kurdirektor Wilhelm Loth – Mitinitiator einer internationalen Arbeitsgruppe zum Thema »Thalasso – Gesundheit aus dem Meer«, behauptet gar: »Das ist so wunderbar entspannend, da schwimmt man wie ein Milky Way in der Milch.« Ganz besonders wertvoll ist der Schlick bei Neuharlingersiel. Das so genannte **»Meeresgold«** stammt nicht aus der Nordsee, sondern aus einer von Erdschichten bedeckten Schlickblase in der verlandeten Harlebucht. Weder Wasser noch Luft, keinerlei organisches Leben kommt an die Blase heran – was zur Folge hat, dass der Schlick vollkommen rein und ohne jegliche Umweltbelastungen ist.

Alles Gute aus dem Meer

Thalasso; das Wort leitet sich von thálassa, dem griechischen Begriff für Meer ab. »Thalasso bezeichnet alle Anwendungen, die ihren Ursprung im Meer haben«, erklärt Petra Baasen, die Leiterin des renommierten Badewerks in Neuharlingersiel. Um dann mit voller



Schwerelos im Salzwasser der »Floating Muschel« im Gezeitenland auf Borkum

Überzeugung zu sagen: »Und Meer war schon immer gesundheitsfördernd.« Thalasso beinhaltet also insbesondere die Behandlung mit Meerwasser, Algen, Schlick und Salz, aber auch mit frischer Luft und Sonne. Die Urkraft des Meeres wird nicht nur für **Kosmetik- und Wohlfühlwendungen** wie Meerwasser-Sprudelbäder, Meeressalgenpackungen, Muschelkalkanwendungen oder Meerwasserdampfbäder genutzt, sondern auch zu **therapeutischen Zwecken**. Als »Erfinder« der Thalasso-Therapie gilt der britische Arzt Richard Russell, der bereits 1750 die heilende Wirkung der Meeresprodukte hervorhob, vorzugsweise bei Atemwegserkrankungen, bei Allergien wie Neurodermitis, bei diversen anderen