



BORKUM

FREIHEIT ATMEN

DIE INSEL IHRER TRÄUME

WISSENSWERTES & INFORMATIONEN



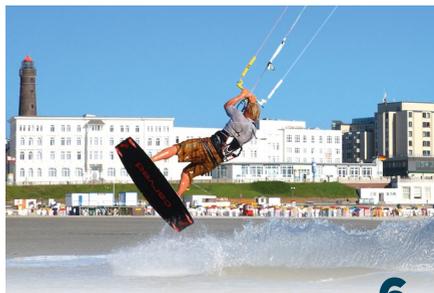
10



16



19



6

INHALT

NATUR	4
SPORT	6
VITALITÄT	10
GEZEITENLAND WASSER & WELLNESS	12
PARADIES FÜR KINDER	16
KULTUR	18
VERANSTALTUNGS-HIGHLIGHTS	19

Weitere
Informationen
finden Sie im
Internet unter:
www.borkum.de

WILLKOMMEN AUF BORKUM!

Die Nordseeinsel Borkum überzeugt mit einem nahezu einmaligen Hochseeklima, kilometerlangen weißen Sandstränden, einer faszinierenden Inselnatur und einem reizvollen Städtchen, das kulturell und gesellschaftlich einiges zu bieten hat.

Doch nicht nur das: Die größte der Ostfriesischen Inseln besticht zudem durch zahlreiche Sehenswürdigkeiten sowie traditionelle Veranstaltungen, die dem Eiland seinen typischen Charakter verleihen.

Sie wollen Borkum näher kennenlernen? Im Folgenden präsentieren wir Ihnen umfangreiche Informationen über das breite Angebot der Insel für einen unbeschwerten Urlaub.

**Die Nordseeheilbad Borkum GmbH
wünscht Ihnen viel Spaß
beim Lesen und Entdecken!**



NATUR

BORKUMS FACETTENREICHE NATUR- UND DÜNELANDSCHAFT LÄDT ZU AUSGIEBIGEN AUSFLÜGEN SOWIE AUFREGENDEN ENTDECKUNGSTOUREN EIN.



UNESCO-WELTNATURERBE WATTENMEER

Das im Jahre 2009 zum UNESCO-Weltnaturerbe erklärte Wattenmeer beherbergt als eines der **größten Feuchtbiotope** eine Vielfalt unterschiedlichster Lebewesen.

Auf einer **geführten Wattwanderung** lassen sich die artenreiche Tierwelt, das Naturspektakel von Ebbe und Flut, sowie die gewaltige Kraft der Nordsee hervorragend beobachten.

TRAUMHAFTE STRÄNDE

Die Nordseeinsel Borkum bietet **kilometerweite Strände** mit einem solch feinen Sand, wie man ihn höchstens noch in der Sahara findet. So verfügt Borkum mit dem Nord- und Südstrand, FKK-Strand und dem Jugendbad gleich über vier bewachte Badestrände, die zum unvergesslichen Strandurlaub einladen.

OSTLAND TÜSKENDÖRSEE

Das noch bis Mitte des 19. Jahrhunderts bei Hochwasser vom westlichen Teil der Insel getrennte Ostland ist heute ein lohnenswertes Ausflugsziel, das entspannte Ruhe sowie eine **unschlagbare Aussicht** über die herrliche Natur des östlichen Inselteils garantiert. Zudem laden zwei gemütliche Restaurants/Cafés zum Verweilen ein.



NORDSEE AQUARIUM

Die Nordsee gilt als eines der produktivsten Meere der Welt und beherbergt in jedem Liter Wasser Millionen kleine Lebewesen. Im Nordsee Aquarium können Gäste in die einmalige Unterwasserwelt eintauchen und dabei die faszinierende Artenvielfalt kennenlernen.



GREUNE STEE

Das einst von Borkumer Lehrern und Schülern angelegte **Inselwäldchen** im Süden der Insel, ist ein einmaliges Erholungsgebiet für Naturliebhaber.

In dem weit verzweigten Mosaik aus Wald und Dünen finden sowohl Spaziergänger als auch Radfahrer eine beeindruckende Umgebung.

SPORT

ENTDECKEN SIE DAS EINMALIGE
SPORT-PARADIES AUF BORKUM.



MÖGLICHKEITEN WIE SAND AM MEER

Barfuß durch den Sand joggen, in einer geschützten Bucht das Surfen lernen, radelnd den Nationalpark erkunden oder mit dem Buggy über den weiten Strand

düsen – die Auswahl an Sport- und Bewegungsmöglichkeiten ist auf Borkum schier unendlich und aufgrund der Seeluft noch gesünder als anderswo!

THALASSO BEWEGUNGS-PARCOURS

Unmittelbar an der **oberen Promenade** ist ein neuer **Bewegungs-Parcours** entstanden, der jederzeit zum sportlichen Training einlädt. Ob Koordination, Kraft, Ausdauer oder Mobilisierung – hier trainieren Sie Ihre körperlichen Fähigkeiten je nach Lust und Bedarf.

DAS FAHRRADPARADIES

Radfahren ist gesund, macht viel Spaß und ist für viele eines der schönsten Urlaubs- und Freizeitvergnügen. Mit **insgesamt über 130 Kilometern sehr gut ausgebauten Radwegen** bietet die Nordseeinsel Borkum viel natürlichen Raum zum Radeln und ist somit ein wahres Paradies für jeden Zweiradbegeisterten.



KLETTERSPASS MIT MEERBLICK

Der „Nordsee Kletterpark“ garantiert Kletterspaß für Jung und Alt – garniert mit einem beispiellosen Blick aufs Meer. Auf verschiedenen Parcours mit unter-

schiedlichen Schwierigkeitsgraden können sich sowohl Anfänger als auch Profis durch die Luft schwingen und dabei Mut und Geschicklichkeit beweisen.

SPORT AM STRAND

Die kilometerweiten Sandstrände und die erfrischende Nordsee bieten perfekte Voraussetzungen für zahlreiche Wasser- und Strandsportarten. Neben Surfen, **Kitebuggy-Fahren**, **Strandsegeln** und Kitesurfing können Gäste und Insulaner sich u.a. bei der facettenreichen Strandanimation, mit dem Ball oder auf einem der Trampoline austoben.



BEACH-VOLLEYBALL

Sowohl am Nord- als auch am Südstrand stehen mehrere Felder zur Verfügung, die zu einer kostenlosen Partie Beach-Volleyball einladen. An den Wochenenden von Ende Juli bis Mitte August veranstaltet der Niedersächsische Volleyball-Verband (NVV) die mittlerweile schon traditionellen Amateur-Turniere am Nordbad.



LAUFEN, JOGGEN & WALKEN

Dass Joggen und Walken gut für Körper und Geist sind, ist hinlänglich bekannt. Aber stellen Sie sich mal vor, wie gesund Bewegung in der hiesigen jodreichen und pollenarmen Luft sein

kann! Borkum ist daher ein Traum für jeden Läufer und bietet neben der gesunden Seeluft einzigartige Strecken und ausgefallene Ziele.

Übrigens: Insgesamt gibt es auf der

Insel **acht ausgeschilderte Nordic Walking Parcours** sowie eine Auswahl an hervorragenden – durch die Meilenlauf-Beschilderung **gekennzeichnete – Joggingstrecken.**

VITALITÄT



HEILSAME WIRKUNG

Der starke Wind, die salzhaltige Luft sowie die milden Temperaturen stellen das Abwehrsystem eines jeden Inselbesuchers vor eine ungewöhnliche Herausforderung und regen es dazu an, sich besser gegen Gefahren aller Art zu rüsten. Spaziergänge in der Brandungszone sind daher vergleichbar mit einer Dauerinhalation.

Das Beste jedoch: Die heilsame Wirkung der Seeluft hält auch über den Nordsee-Aufenthalt hinaus für mehrere Wochen an. Neben den ortsgebundenen Heilmitteln wie Reizklima, Meerwasser und Schlick, besitzt Borkum ein **umfassendes Angebot an Gesundheits-, Therapie- und Wellnesszentren**, das fortwährend ausgebaut und verbessert wird. In den vergangenen Jahren nahm die Insel Borkum deshalb an verschiedensten Zertifizierungs-initiativen teil. So ist Borkum nicht nur **die erste allergikerfreundliche Insel Europas**, sondern auch offizielles Thalasso-Nordseeheilbad.

GOLFSTROM

Der Golfstrom zählt zu den größten Meeresströmungen unseres Planeten. Er transportiert mehr Wasser als alle Flüsse der Erde zusammen. Dabei beeinflusst er unser Klima entscheidend. Denn er bringt warmes Wasser vom Golf von Mexiko nach Borkum.

REIZKLIMA

Der starke Wind, die salzhaltige Luft, die hohe UV-Einstrahlung: All diese Faktoren reizen unser Immunsystem. Experten sprechen daher in Zusammenhang mit Borkums Klima oft von „Reizklima“. Es sorgt dafür, dass unsere Abwehrkräfte angeregt werden.

POLLENARME LUFT

Borkum ist bekannt für seine pollen- und schadstoffarme Luft. Dank des ständigen Seewinds, der Allergene und Staub über die Insel hinwegbläst, ist die Luft auf Borkum reiner als im Binnenland. Ihr hoher Jodgehalt wirkt darüber hinaus wie eine Dauerinhalation.

AEROSOLE

Bei den Aerosolen, die Borkums Luft so gesund machen, handelt es sich um mikroskopisch kleine, salzhaltige Meerwassertröpfchen. Sie entstehen immer dann, wenn Wellen brechen. Das heißt: Je stärker der Wind bläst und je mehr Wellen brechen, desto gesünder ist die Inselluft.



ENDLICH UNBESCHWERT DURCHATMEN



KUR AUF BORKUM

Auch nach den Reformen im Gesundheitswesen existieren ambulante Versorgungsmaßnahmen, die von den Krankenkassen bezuschusst werden. Um eine ambulante Kur genehmigt zu bekommen, beachten Sie bitte folgende **5 Schritte zur Kur auf Borkum**:

- 1.** Besorgen Sie sich vor der Kur einen **Kurantrag** bei Ihrer zuständigen Krankenkasse, füllen Sie diesen gemeinsam mit Ihrem Hausarzt aus und geben Sie Borkum als Wunschziel an!
- 2.** Anschließend reichen Sie den ausgefüllten Kurantrag bei Ihrer **Krankenkasse** ein!

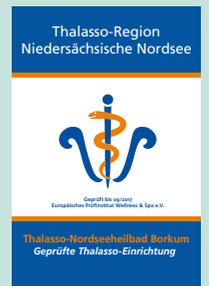
- 3.** Genehmigt die Krankenkasse Ihre Kur, **übernimmt sie die Kosten der ärztlichen Behandlung** und der Kurmittel sowie einen Zuschuss zu den übrigen Kosten.

- 4.** Für den reibungslosen Ablauf Ihrer ambulanten Versorgungsmaßnahme empfiehlt es sich, von zu Hause aus bereits einen **Termin in der gewünschten Kurpraxis für den Kurbeginn** abzusprechen.

- 5.** Die **Kurarztpraxis betreut Sie** während der gesamten ambulanten Versorgung.

ERSTE ALLERGIKERFREUNDLICHE INSEL EUROPAS

Die Zahl der allergischen Erkrankungen ist in den vergangenen Jahrzehnten stark gestiegen. Jeder Betroffene weiß, wie Allergien das Leben einschränken. So gestaltet sich beispielsweise die Suche nach einer geeigneten Ferienunterkunft immer wieder problematisch. Nicht so auf Borkum! **Bereits im Frühjahr 2013** ließ sich die Insel von der Europäischen Stiftung für Allergieforschung (ECARF) als **erste allergikerfreundliche Insel Europas** auszeichnen. Demnach haben sich mehrere Dutzend Unterkünfte nach Schulungen durch den Deutschen Heilbäderverband e.V. (DHV) auf Allergiker eingestellt.



Zudem bieten **viele Lebensmittelbetriebe** – darunter Bäckereien, Supermärkte und Fleischereien – **spezielle Produkte** an oder können detailliert Auskunft über Inhaltsstoffe geben. Gleiches gilt selbstverständlich für zahlreiche Restaurants.

GEZEITEN- LAND



WELLNESS AM MEER

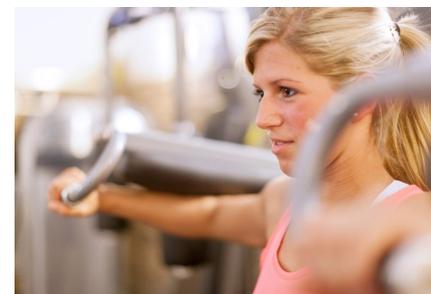
Das Gezeitenland ist Borkums moderne Wellness- und Freizeitoase zwischen Nord- und Südstrand. **Auf rund 8.000 Quadratmetern finden Gäste hier verschiedenste Gesundheits-, Fitness- und Wellnessangebote**, die wirklich jedes Alter ansprechen. Dabei bieten riesige Panoramafenster einen grandiosen Blick über die Nordsee.

ERLEBNIS

Die großzügige Beckenlandschaft wird jedem Schwimmer gerecht und überzeugt mit Sport- und Erlebnisbecken, **Riesentrutsche** sowie zahlreichen Wasserattraktionen. Mit der **modernen Indoor-Surfanlage** „FlowRider“ besticht das Gezeitenland zudem mit einer Attraktion, die man im Norden Deutschlands nur auf Borkum findet.

WELLNESS & THALASSO

Im Wellnessbereich sorgen verschiedene Anwendungen für Harmonie zwischen Körper und Geist. Das Angebot reicht **von Bädern über Massagen bis hin zu angenehmen Schlickpackungen**. Im ruhigen Ambiente können Gäste den Alltag hinter sich lassen und aller Hektik entfliehen.



SAUNA

Ein ausgedehnter Saunabereich mit vier verschiedenen Saunatypen bringt Gäste ordentlich ins Schwitzen. Bei Temperaturen von 40-90°C kommen sowohl Saunaneulinge als auch passionierte Saunahänger garantiert auf ihre Kosten. **Angeschlossen an das Saunadeck lädt eine große Sonnenterrasse zum Entspannen ein**. Hier finden Sie auch den neuen Fautpadje – einen 20 m langen Fußreflexzonen-Parcours, der den Fuß als wichtiges Sinnesorgan sensibilisiert.

FITNESS

Der Fitnessbereich bietet beste Voraussetzungen für ein gesundheitsorientiertes Training. Ob Laufbänder, Stepper, Gleichgewichtstrainer oder Freihantelbereich – der moderne Gerätepark erlaubt eine umfassende sportliche Betätigung, die auf Wunsch von erfahrenen Trainern und Therapeuten begleitet wird.



PARADIES FÜR KINDER



RIESIGER ABENTEUERSPIELPLATZ

Buddeln, Sandburgen bauen, auf Trampolinen und Spielplätzen herumtoben, Eis essen, Minigolf spielen, ins Kino gehen – die Nordseeinsel Borkum ist ein wahres Paradies für die Jüngsten und gleicht einer riesigen Spielwiese. Und nicht nur das! **Zahlreiche Kinderattraktionen garantieren darüber hinaus einen unvergesslichen Urlaub.**



NORDSEE AQUARIUM

Kinder lernen im neu eröffneten Aquarium die beeindruckende Unterwasserwelt kennen – und machen hier als kleine Forscher Bekanntschaft mit in der Nordsee lebenden Fischen, Seesternen, Krebsen und Pflanzen. Besonders die regelmäßig stattfindenden **„Entdeckungstage“** sind ein Highlight für kleine Nordseeforscher.

SPIELINSEL

Hier können Heranwachsende nach Herzenslust basteln, toben, klettern, durch den **neuen Hangelparcours schwingen, tischkickern oder Air-Hockey und Poolbillard** spielen. Zudem laden **separate Tischtennisräume** zu kleinen sportlichen Wettkämpfen ein, während das Animationsteam ein abwechslungsreiches Unterhaltungsprogramm auf die Beine stellt.

STRANDANIMATION

Von Strand- und Wasserspielen über spannende **Burgenbauwettbewerbe** bis hin zu lustigen Kindertänzen – ein Team von Animatoren sorgt am Nord- und Südstrand in der Saison stets dafür, dass Kindern nie langweilig werden kann – und jeder Tag spannender wird als der andere!





KULTUR

UND VERANSTALTUNGS-HIGHLIGHTS

SEHENSWÜRDIGKEITEN

HEIMATMUSEUM „DYKHUS“

Roelof-Gerritz-Meyer-Straße 8

Beeindruckende Ausstellungsstücke dokumentieren die Entwicklung Borkums vom Fischer- und Bauerndorf zum beliebten Seebad – und geben dabei einen wunderbaren Einblick in die Lebenswelt der Insulaner. **Ob Walskelett, Seenotrettungsboot oder alte Kapitänszimmer – das Heimatmuseum Dykhus ist eine wahre Schatzkiste**, die die Geschichte der Insel lebendig macht.

KULTURINSEL

Goethestraße 25

- buntes Veranstaltungsprogramm
- Konzerte & Aufführungen
- interessante Vorträge und Ausstellungen
- Weltnaturerbe-Informationen des Nationalparks
- Kino

ALTER LEUCHTTURM

WALFÄNGERFRIEDHOF

Wilhelm-Bakker-Straße

- Baujahr: 1576
- In Betrieb: 1817–1879 als Leuchtturm
- Turmhöhe 41m über NN

NEUER LEUCHTTURM

Strandstraße

- Baujahr: 1879
- Komplettsanierung 2003
- Position: 53° 35' Nord / 06°30' Ost
- Turmhöhe 60,3m über NN

NATIONALPARK-SCHIFF

FEUERSCHIFF BORKUMRIFF

Burkanahafen

- Länge: 53,70m, Breite: 9m
- Tiefgang: 4,40m
- Baujahr: 1954/56
- Feuerhöhe: 20,50m
- Maschine: 4 Deutz-Diesel-Motoren à 100 PS + 1 Jet-Düsenruder



VERANSTALTUNGEN

KURKONZERTE - „MUSIK & MEER“

Kurkonzerte gehören schon seit über einem Jahrhundert zum festen Bestandteil des kulturellen Unterhaltungsprogramms auf Borkum und locken in der Saison regelmäßig Hunderte Begeisterte an den Musikpavillon vor der Wandelhalle.

SHANTY-CHOR

OLDTIMER BORKUM -

BEEINDRUCKENDES KULTURGUT

Um sich bei ihrer Arbeit an Bord zu motivieren, war es vor Hunderten Jahren üblich, gemeinsam rhythmische Lieder anzustimmen: sogenannte Shantys. Natürlich gibt es mit den „Oldtimern“ auch auf Borkum einen Shantychor, der die Zuhörer mit einer beeindruckenden Show regelmäßig auf Seereisen in ferne Länder entführt.

JAZZTAGE - SWINGING ISLAND

Traditionell zu Pfingsten wird auf der Insel im Hochseeklima Jazz vom Feinsten geboten. Seit Jahrzehnten quartieren sich zu dieser Zeit internationale Stars der Szene auf Borkum ein und versetzen die gesamte Insel ins Swing-Fieber.

DAS INSELMUSICAL -

„UP DE WALVIS“

Die Walfängerzeit brachte der Insel viel Wohlstand ein. Doch jede Fahrt war auch mit Gefahren verbunden, die die Walfänger nicht selten mit ihrem Leben bezahlten. Die Trachtengruppe des Vereins „Borkumer Jungens“ greift die Situation auf und präsentiert in dem Inselmusical „Up de Walvis“ ein bedeutendes Stück Borkumer Geschichte.

STRANDFETE -

BARFUSS IM SAND TANZEN

Was wäre eine Insel ohne Beach-Party? Das dachten sich auch die Borkumer Jungens – und veranstalteten vor vielen Jahren ihre erste Strandfete, die mittlerweile fest im Veranstaltungskalender verankert ist.

PROMENADENFETE -

FEIERN AUF DEUTSCHLANDS

SCHÖNSTER PROMENADE

Jedes Jahr verwandelt sich die Promenade am Nordstrand in der letzten Juliwoche zu einer bunten Partymeile, die über zwei Tage ein buntes Rahmenprogramm verspricht.



BORKUM

FREIHEIT ATMEN

IMPRESSUM

Herausgeber: Nordseeheilbad Borkum GmbH, Goethestr. 1, 26757 Borkum,
T 04922 933 0, F 04922 933 400, info@borkum.de

Gestaltung: burkana media pr & kommunikation, www.burkana.de
Redaktioneller Teil: burkana:media

Fotos: Moritz Kaufmann, Torsten Dachwitz, Thomas Gasparini, Burkana
Alle Serviceangaben sind ohne Gewähr. Nachdruck von Beiträgen nur mit
Genehmigung des Herausgebers.

www.borkum.de