



## **Outdoor-Sport auf Borkum: Wandern, Strandsegeln, Kitesurfen, Reiten, Klettern - Die Nordseeinsel überzeugt mit sportlichen Angeboten**

*Die Nordseeinsel Borkum bietet ein breitgefächertes Angebot an Sport- und Bewegungsmöglichkeiten: Radfahren und Wandern im gesunden Nordseeklima oder Wasser- und Strandaktivitäten, wie zum Beispiel Beachvolleyball, an den kilometerweiten Sandstränden. Besonders Strandsegler und Kitesurfer schwärmen von den hervorragenden Wetterbedingungen und Kletterer kommen im Nordsee Kletterpark auf ihre Kosten – mit traumhaftem Meerblick. Ausritte unternimmt man am besten morgens oder abends, um den atemberaubenden Sonnenauf- und Sonnenuntergang am Meer zu genießen.*



### **Wandertouren auf Borkum: Durch den Inselwald „Greune Stee“ oder zum Hooge Hörn**

Borkum kann man gemütlich erwandern. Auf zahlreichen Wander- und Radwegen können beeindruckende Naturlandschaften erkundet werden. Dabei entdeckt man Strände, Wiesen, Dünenlandschaften und Wälder, wie unter anderem das Inselwäldchen die „Greune Stee“ (=Grüne Stelle), ein aus teilweisen sumpfigen Wegen und trockenem Dünensand bestehendes Gebiet. Eine elf Kilometer lange Wanderung – barfuß an der Wasserkante oder auf gut präparierten Wander- und Radwegen – führt zum Schwarzen Deich durch die Woldedünen. Diese Strecke beeindruckt durch ihre malerische Waldlandschaft und lädt auch zu einem romantischen Spaziergang ein.

Ein interessante Rundwanderung führt zum östlichsten Punkt Borkums, nach Hooge Hörn (ostfriesisch für „erhöhte Ecke“). Entlang des Ostlands ist der zwölf Kilometer lange Weg gut ausgeschildert. Auf der Seeseite über den Seedeich liegt das Weltnaturerbe der UNESCO, der Nationalpark Wattenmeer. Auf der Landseite erkennt man grüne, saftige Weiden des Ostlandes. Der Weg führt vorbei an der Aussichtsdüne am Steerenk-Klipp, die im zweiten Weltkrieg als Festung diente. Das Hooge Hörn ist ein Naturschutzgebiet, das bei Sturmflut von Salzwasser überspült wird und einen Lebensraum für unzählige Brut- und Rastvögel beherbergt. Zurück in Richtung Ostland, zwischen Wiesen und Dünen, lohnt sich eine Einkehr ins Café Restaurant Ostland, um frischen Matjes und selbstgemachten Milchreis zu probieren. Wer die gesamte Insel abfahren möchte, um in den Genuss der vielfältigen Natur zukommen, kann dies von März bis Oktober dank des „Loopdeelenwegs Ronde Plate Dünenkamm“.

### **Das ist der perfekte Wind: Strandsegeln auf Borkum**

Borkum gehört zu den beliebtesten Strandsegelrevieren Europas und bietet ideale Bedingungen für Anfänger, Fortgeschrittene und Profis. Sie können sich auf den kilometerlangen Sandstränden dem Rausch der



Partner

Nationalpark  
Wattenmeer



**Pressekontakt:**

**Nordseeheilbad Borkum GmbH, Dennis Möller, Marketing/PR,**

**T: +49 (0) 49 22 – 933 147, [dennis.moeller@borkum.de](mailto:dennis.moeller@borkum.de), [www.borkum.de](http://www.borkum.de)**

Windgeschwindigkeit vollkommen hingeben. Interessant ist dabei, dass Strandsegeln kein neuer Trendsport ist. Vielmehr besitzt er eine lange Geschichte und Tradition. Einst in der Grabkammer eines ägyptischen Pharaos entdeckten Forscher den nachweislich ältesten Segelwagen. Vorerst wurde das Gefährt zu Transportzwecken in der Wüste eingesetzt. Auch Chinesen nutzten den Segelwagen im windreichen Norden. Heute hat sich Strandsegeln zum anerkannten Trendsport entwickelt, der sogar über einen eigenen Weltverband (Federation International de Sand et Landyachting – FISLY) verfügt. Borkum, die größte Ostfriesische Insel, mit einer Fläche von 30,7 Quadratkilometern, bietet hervorragende Voraussetzungen für das Strandsegeln: weitläufige Strände, viel Wind und eine durch das Hochseeklima bedingte gesunde Seeluft. Kein Wunder daher, dass Borkum seit jeher ein angesehenes Segelareal in ganz Europa ist, das jährlich begeisterte Strandsegler auf die Insel lockt. Neu im Veranstaltungskalender: Der jährlich an Fronleichnam stattfindende Multivan Windsurf-Cup ist ein Highlight für alle Windsurfer aus ganz Deutschland und Fans des beliebten Sports.

### **Kitesurfing und Kitebuggy: Sport in und am Meer**

Nicht nur das Strandsegeln, sondern auch das Kitesurfing und das Kitebuggyfahren erfreut sich auf der Nordseeinsel großer Beliebtheit. Eine lange Sandbank in einer von der Nordsee-Brandung geschützten Bucht bietet ideale Voraussetzungen für Kitesurfer. Mit einem langen Board wird der Surfer von einem „Kite“ (auf Deutsch „Drachen“) durch das Wasser gezogen. Die begünstigten Wetterbedingungen sorgen für einen größeren Auftrieb des „Kites“. Somit kann der Surfer viel höhere Sprünge wagen als beim traditionellen Windsurfing.

Die Insel hat sich in den letzten Jahren auch zu einem angesagten Treffpunkt der Kitebuggy-Szene entwickelt. 2018 fand auf Borkum zum ersten Mal die Weltmeisterschaft statt.



Partner

Nationalpark  
Wattenmeer



#### **Pressekontakt:**

**Nordseeheilbad Borkum GmbH, Dennis Möller, Marketing/PR,**

**T: +49 (0) 49 22 – 933 147, [dennis.moeller@borkum.de](mailto:dennis.moeller@borkum.de), [www.borkum.de](http://www.borkum.de)**

Beim Kitebuggyfahren gleitet man auf drei Rädern nahezu lautlos über den kilometerweiten Strand und lässt sich vom Wind treiben. Geschwindigkeiten bis zu 130 km/h lassen das Herz eines jeden Windsportlers höherschlagen. Strandsegel-, Kitesurfing- und Kitebuggy-Kurse gibt es bei der Strandsegelschule World of Wind. Für den Wassersportbereich mit Windsurfing, Kiten, Wellenreiten und Wingfoilen sind bei „Öy – Wassersportbasis“ richtig aufgehoben.

### **Klettern mit Meerblick**

Der Nordsee-Kletterpark „kraxelmaxel“ vereint Kletterspaß mit Meeresblick und wurde 2011 im Dünenpark eröffnet. Sowohl Anfänger als auch Profis können insgesamt 60 Stationen im Hochseilgarten direkt am Meer erklettern. Eine 14-Meter-Riesenschaukel ist das Herzstück der Kletteranlage und für Adrenalinfans genau das Richtige. Vor dem Klettern gibt es eine Einweisung. Zwischen den einzelnen Hindernissen und Streckenabschnitten im Kletterparcours bieten Plattformen die Möglichkeit, sich kurz auszuruhen. Die Kletterstationen können einzeln, in Gruppen oder mit der gesamten Familie erklimmt werden.

### **Reiten entlang des Sonnenaufgangs**

Pferdeliebhaber können auf Borkum dem Sonnenaufgang entgegen galoppieren und dabei die idyllische Inselandschaft genießen. Der Reitstall Borkum bietet Reitunterricht für Anfänger und Fortgeschrittene an und beherbergt zahlreiche Klein- und Großpferde. Unter anderem auch Shetties und Ponys, die mit ihrer wuscheligen Mähne bei Kindern besonders beliebt sind. Reiten auf Borkum ist auch bei schlechtem Wetter möglich. Statt Strandausritten zieht man sich in die 20 mal 40 Meter großen Reithalle zurück. Springunterricht und Logenstunden stehen hier auch zur Auswahl, um Reiten Schritt für Schritt zu lernen.



Partner

Nationalpark  
Wattenmeer



#### **Pressekontakt:**

**Nordseeheilbad Borkum GmbH, Dennis Möller, Marketing/PR,  
T: +49 (0) 49 22 – 933 147, [dennis.moeller@borkum.de](mailto:dennis.moeller@borkum.de), [www.borkum.de](http://www.borkum.de)**

### **Beach-Academy mit Kursen und Workshops für Jung und Alt**

Auch Beachvolleyball wird auf der Nordseeinsel großgeschrieben. Seit 1994 finden vom Nordwestdeutschen Volleyball Verband (NWVV) Beachvolleyball-Turniere statt – jährlich im Sommer an drei Wochenenden. An einem Wochenende kommen bis zu 1.000 Beachvolleyball-Spieler und zelten sogar am Strand. Für Anfänger und Profis gibt es eine Beach-Academy, die Trainings, Kurse und Workshops anbietet. Profi-Tour-Spieler zeigen Tricks und geben Einblick in die richtige Technik des Baggerns, Pritschens und Angreifens. Fortgeschrittene erlernen den idealen Sprungaufschlag oder den perfekten Cut-Shot. Die Trainingsschwerpunkte richten sich nach individuellen Bedürfnissen und Leistungslevel. Trainiert wird vormittags, nachmittags werden die erlernten Techniken spielerisch umgesetzt. Die Beachvolleyball-Kurse können gemeinsam mit Freunden besucht werden. Wer „nur“ zuschauen möchte, der sollte zu den BEACH DAYS BORKUM kommen. Bei der dazugehörigen „Rock the Beach“ Tour gibt sich die deutsche Beachvolleyball-Elite die Klinke in die Hand und spielt um Qualifikationspunkte um die Deutsche Meisterschaft.

### **Tennis: traditionelle Tennisturniere und Schnupperkurse für Einsteiger**

Freunde des „weißen Sports“ können sich auf der ganzjährig geöffneten Tennisinsel austoben. Die Tennisanlage bietet Sand- und Hallenplätze an. Es gibt auch Schnupperkurse und Einzelstunden für Kinder und Erwachsene. Renommierete Tennislehrer verraten Tipps und Tricks für Vor- und Rückhand. Die Borkum Tennisinsel veranstaltet auch traditionelle Tennisturniere, unter anderem die Senior Borkum Open und das Pfingst-Tennisturnier.



Partner

Nationalpark  
Wattenmeer



#### **Pressekontakt:**

**Nordseeheilbad Borkum GmbH, Dennis Möller, Marketing/PR,  
T: +49 (0) 49 22 – 933 147, [dennis.moeller@borkum.de](mailto:dennis.moeller@borkum.de), [www.borkum.de](http://www.borkum.de)**

## **Die Borkumer Expertenwochen: Tanzen, Biathlon und Fitness Box Camp**

An mehreren Wochen im Juni und September diesen Jahres werden zahlreiche Sportangebote mit namenhaften und erfolgreichen Sportlern angeboten. Fitness Box Camp mit Sven Ottke, Biathlon am Strand, Laufschulen mit Sportwissenschaftlern oder ein Fitness-Bootcamp – für Aktivurlauber jeden Alters ist das richtige Programm dabei.

### **Über Borkum**

Die Nordseeinsel Borkum (5.300 Einwohner) ist die größte der Ostfriesischen Inseln und beherbergt jährlich ca. 290.000 Übernachtungsgäste mit rd. 2,4 Mio. Übernachtungen. Borkum liegt im Weltnaturerbe Wattenmeer, ist ein anerkanntes Nordseeheilbad mit Thalasso-Zertifikat und trägt das Prädikat Allergikerfreundliche Insel (ECARF-Siegel).

### **Über die Nordseeheilbad Borkum GmbH**

Die Nordseeheilbad Borkum GmbH ist eine hundertprozentige Tochtergesellschaft der Stadt Borkum. In dem Unternehmen sind alle kommunalen wirtschaftlichen Aktivitäten gebündelt: Betrieb der öffentlichen touristischen Einrichtungen (Tourist-Information, Gezeitenland ~ Wasser & Wellness, Nordsee Aquarium, Veranstaltungshaus „Kulturinsel“, die „Spielinsel“ für die Kleinen), Bewirtschaftung des gesamten Strandes sowie der strandnahen Infrastrukturen (Promenade, Kurhalle am Meer, Pavillon mit Kurmusik „Musik & Meer“), Vermarktung der Insel, Versorgung der Insel mit Strom, Wasser und Wärme, Betrieb der Windkraft Nordseeheilbad Borkum GmbH sowie des Inselflugplatzes. Mit rund 150 Mitarbeitern ist die Nordseeheilbad Borkum GmbH der größte Arbeitgeber auf der Insel. Die strategische inseltouristische Ausrichtung zielt auf die Schwerpunkte Hochseeklima und Vitalität, Sport und Bewegung, Natur und Strand sowie Kultur.



Partner

Nationalpark  
Wattenmeer



### **Pressekontakt:**

**Nordseeheilbad Borkum GmbH, Dennis Möller, Marketing/PR,**  
T: +49 (0) 49 22 – 933 147, [dennis.moeller@borkum.de](mailto:dennis.moeller@borkum.de), [www.borkum.de](http://www.borkum.de)