

Sport auf Borkum: Bewegung zwischen Dünen und Nordsee

Ob Laufen, Radfahren, Beachvolleyball oder Wassersport: Borkum verbindet vielfältige Sportmöglichkeiten mit echtem Hochseeklima.

Sport und Borkum gehören zusammen. Kilometerlange Strände sowie Rad- und Wanderwege, Dünenlandschaften und die Nordsee bieten zahlreiche Möglichkeiten, den Inselurlaub aktiv zu gestalten. Das Sportangebot reicht vom entspannten Radfahren und Nordic Walking über Lauf- und Beachvolleyballveranstaltungen bis hin zu Sportarten, bei denen Wind und Wellen den Rhythmus vorgeben.

Laufen, Radfahren und Walken durch die Insellandschaft

Das Fahrrad ist auf Borkum eines der beliebtesten Fortbewegungsmittel. Rund 130 Kilometer Rad- und Wanderwege führen über Deiche, durch die Dünen und das Inselwäldchen Greune Stee bis ins Ostland. Eine frische Brise, die salzhaltige Luft und weite Ausblicke machen die Tour zum Erlebnis.

Wer die Insel lieber zu Fuß erkundet, findet ebenfalls abwechslungsreiche Strecken. Der rund 20 Kilometer lange Sandstrand, bietet gute Voraussetzungen für Wandern oder Nordic Walking. Dass Borkum auch eine Laufinsel ist, zeigt sich besonders am ersten Septemberwochenende. Dann steht traditionell der Borkumer Meilenlauf auf dem Programm. Bis zu 1.000 Läuferinnen und Läufer gehen jährlich auf verschiedenen Distanzen an den Start.

Beachvolleyball gehört zum Borkumer Sommer

Baggern, pritschen, schmettern: Beachvolleyball gehört auf Borkum fest zum Strandbild. Am Nord- und Südbad stehen mehrere Felder zur kostenlosen Nutzung bereit. Auch im Veranstaltungskalender spielt der Sport eine wichtige Rolle. An drei Wochenenden im Jahr werden die großen Turniere des Nordwestdeutschen Volleyball-Verbandes ausgetragen.

Hochklassigen Beachvolleyball gibt es zudem bei den BEACH DAYS BORKUM zu sehen. Direkt am Nordbad treffen ambitionierte Teams aufeinander und spielen vor der Kulisse der Nordsee um wichtige Qualifikationspunkte für die Deutsche Meisterschaft.

Sport mit Wind und Wellen

Besonders vielfältig zeigt sich Borkum beim Wassersport. Die vorgelagerte Sandbank Borkum-Riff schafft besondere Bedingungen für verschiedene Disziplinen. Beim Kitesurfen gleiten die Sportlerinnen und Sportler mit hoher Geschwindigkeit über das Wasser und nutzen den Wind für teils spektakuläre Sprünge. Auch Windsurfen, klassisches Wellenreiten oder Trendsportarten wie Wingfoilen können auf Borkum ausprobiert werden.

Welche Bedingungen Borkum dafür bietet, zeigte sich 2026 auch auf internationaler Bühne: Erstmals war die Insel Station des Kiteboarding World Cups. Direkt vor der Promenade konnten Zuschauerinnen und Zuschauer die Wettkämpfe auf dem Wasser verfolgen.

Aber nicht nur auf dem Wasser lässt sich der Borkumer Wind sportlich nutzen. Beim Strandsegeln werden Wind, Geschwindigkeit und der weite Sandstrand miteinander verbunden. Je nach Bauart und Windbedingungen können die Strandsegler hohe Geschwindigkeiten erreichen. Zwei Strand- und Wassersportschulen bieten Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene beim Surfen oder Strandsegeln.

Von Reiten bis Fitness

Auch Pferdeliebhaber können die Borkumer Landschaft aktiv entdecken. Auf separat ausgewiesenen Reitwegen geht es durch die Insellandschaft. Auf der Insel werden zudem Reitunterricht sowie Unterbringungsmöglichkeiten für Gastpferde angeboten.

Wer sein Training lieber nach drinnen verlegt, findet im Gezeitenland – Thalassotheater Borkum weitere Möglichkeiten. Schwimmen und Fitness lassen sich dort mit anschließender Erholung verbinden.

„Sport und Borkum passen einfach zusammen: Die Weite, die Nordsee und das besondere Hochseeklima schaffen ideale Bedingungen, um draußen aktiv zu sein“, erklärt Tourismusdirektorin Pia Hosemann.

Mehr Informationen zum Thema Sport auf Borkum gibt es unter www.borkum.de.



PARTNER



Pressekontakt:

Nordseeheilbad Borkum GmbH, Kea Neeland, Marketing/PR,
T: +49 (0) 49 22 – 933 164, kea.neeland@borkum.de, www.borkum.de

Über Borkum

Die Nordseeinsel Borkum (5.300 Einwohner) ist die größte der Ostfriesischen Inseln und beherbergt jährlich ca. 300.000 Übernachtungsgäste mit rd. 2,5 Mio. Übernachtungen. Die strategische inseltouristische Ausrichtung zielt auf die Schwerpunkte Hochseeklima und Vitalität, Sport und Bewegung, Natur und Strand sowie Kultur. Borkum liegt im Weltnaturerbe Wattenmeer, ist staatlich anerkanntes Nordseeheilbad 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 mit Gastronomie, Pavillon mit Kurmusik „Musik & Meer“), Vermarktung der Insel, Versorgung der Insel mit Strom, Wasser und Wärme, Betrieb des Nordsee Windport Borkum, einen Großteil des Hafens sowie des Inselflugplatzes. Mit mehr als 150 Mitarbeitenden ist die Nordseeheilbad Borkum GmbH der größte Arbeitgeber auf der Insel.



PARTNER



Pressekontakt:

Nordseeheilbad Borkum GmbH, Kea Neeland, Marketing/PR,
T: +49 (0) 49 22 – 933 164, kea.neeland@borkum.de, www.borkum.de