

# Sylt

## MEER. LEIDENSCHAFT. LEBEN.

Sylt ist mehr als eine Insel. Für seine zahlreichen Stammgäste ist Sylt eine Philosophie. Was aber genau macht dieses kleine Eiland in der Nordsee so besonders? Die Antworten auf die Frage sind so zahlreich wie vielfältig: 40 Kilometer feiner Sandstrand. Raue Brandung an der Westseite, stilles Wattenmeer im Osten. Urwüchsige Dünen und grüne Deiche. Blühende Heide und majestätische Kliffs. Trotz ihrer geringen Größe von nicht einmal hundert Quadratkilometern begeistert Sylt mit seinen facettenreichen Natur- und Landschaftsformen. Diese wurden bereits ab 1923 nach und nach unter Schutz gestellt. Heute ist jeder siebte Quadratmeter Sylter Boden Landschaftsschutzgebiet und jeder dritte Quadratmeter steht unter Naturschutz. Insgesamt machen die Schutzgebiete gut 50 Prozent der gesamten Insel aus.



<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Sylt1.jpg>

Ob entspannt auf der Massagebank oder gespannt auf dem Surfbrett, ob als Tagträumer im Strandkorb oder als Nachtschwärmer im Beach Club – Sylt bietet zudem eine aufregende und zugleich unaufgeregte Mischung aus Laissez-faire und Savoir-Vivre. Trubel und Abgeschlossenheit. Tagträume und Nachtleben. Und last but not least zwölf Ortschaften, jede mit ganz eigenem Naturell und Charme: Das pulsierende Westerland, das mondäne Kampen, das idyllische Keitum und die ländlichen Friesendörfer Morsum, Archsum, Munkmarsch und Tinum. Dazu die Hafenorte List im Inselnorden und Hörnum am südlichen Zipfel

der Insel. Das Familienbad Wenningstedt-Braderup und Rantum zwischen den Meeren an der schmalsten Stelle der Insel. Dazu ein Himmel wie gemalt und ein gesundes Reizklima zum Durchatmen. Eine ideale Ergänzung zu den natürlichen Heilfaktoren der Insel findet sich in den Wellness-Einrichtungen.

Sportliche Top-Events wie die German Polo Masters Sylt oder der Windsurfing World Cup Sylt bieten ganzjährig Unterhaltung der Spitzenklasse. Aber auch all diejenigen, die das sportliche Ruder selbst in die Hand nehmen möchten, sind auf Sylt genau rich-



Quelle: [www.feder-software.de](http://www.feder-software.de), Fotograf: Bernd Schindler

tig. Die Nordsee rund um Sylt ist ein ideales Revier für alle Wassersportler, Golfer können auf vier Golfplätzen abschlagen und Nordic Walker gehen auf den 220 Streckenkilometern des Nordic Walking Park Sylt auf die Piste. Zu Beginn des 20. Jahrhunderts war Sylt ein begehrtes Reiseziel für Künstler, die auf der Insel die Ruhe vor dem Großstadttreiben suchten und in den elementaren Naturerlebnissen Inspiration für ihre Werke fanden. Dieser Tradition folgen die zahlreichen kulturellen Angebote der Gegenwart, angefangen vom Kampener Literatursommer über das Meerkaberett bis hin zur Musik am Meer. Für ebenso

viel Aufsehen bzw. Aufhorchen sorgt Sylt mit seinem kulinarischen Angebot: Kaum eine Großstadt verfügt über eine vergleichbare gastronomische Dichte und Vielfalt. Mehr als 200 Lokalitäten, vom legeren Strandbistro bis hin zum eleganten Gourmet-Restaurant, beschieren dabei eine schmackhafte Qual der Wahl.

### Familieninsel Sylt

Ob als Bauherr am kilometerlangen Sandstrand, als Entdecker im Watt oder als Wissenschaftler in der Kinder-Uni - auf Sylt kann man den Erwachsenen zeigen,



Quelle: [www.feder-software.de](http://www.feder-software.de), Fotograf: Bernd Schindler

dass ein voller Terminkalender vor allem eins macht: Spaß! Und so ganz nebenbei werden Kinderträume wahr: Als Clown im Insel-Circus oder als Musical-Star auf der Schatzinsel. Bühne frei für die Familien- und Kinderinsel Sylt.

Bade- und Buddelspaß vom Feinsten verspricht die größte Sandkiste der Insel – Sylts kilometerlanger Strand. Hier sind Wassernixen und Wassermänner ebenso in ihrem Element wie kleine Bauherren, die das ein oder andere Kunstwerk aus Wasser und Sand erschaffen. Spätestens dann, wenn sich mal Regen-

wolken vor die Sonne schieben, ist das Aquarium in Westerland ein lohnendes Ausflugsziel. Über 2.000 Fische können in den 25 Meerwasserbecken bestaunt werden - alle auf Kindernasenhöhe. Schauffütterungen sind genauso spannend wie der Gang durch den Unterwassertunnel, wo Haie und bunte Tropenfische über die Köpfe der Besucher gleiten. Wer anschließend selbst Lust auf das nasse Element bekommen hat, der kann im Freizeitbad Sylter Welle in Westerland baden gehen. Die neuen Riesenrutschen, das große Wellenbecken und das Wikingerschiff sorgen für jede Menge Badespaß.



Quelle: [www.feder-software.de](http://www.feder-software.de), Fotograf: Bernd Schindler

In den Monaten Juli und August schlägt der Insel-Circus seine Zelte in Wenningstedt auf. Dabei zaubert Zirkusdirektor Martin Kliewer sowohl bewährte als auch neue Angebote aus dem Hut. Zu den Klassikern gehören die wöchentlich wechselnden Shows internationaler Jugendzirkus-Ensembles ebenso wie die unterschiedlichen Spiel- und Arbeitsgruppen. Auf dem Stundenplan des MitmachCircus (für Kinder ab 6 Jahren), des FlohCircus (für Kinder ab 3 Jahren) und der separat übenden Gruppen für Jugendliche ab 13 Jahren steht Jonglieren, Einrad fahren, Trampolin, Seiltanz, Zauberei und Clownerie. Zur allwöchent-

lichen Abschlussveranstaltung vor großem Publikum darf dann jeder zeigen, was er gelernt hat. In diesem Jahr können Kinder und Jugendliche sogar auf Wunsch rund um die Uhr Zirkusluft schnuppern und eine Nacht im Zirkuswagen übernachten. Weitere Informationen und Anmeldungen für alle Veranstaltungen im Internet unter [www.inselcircus.de](http://www.inselcircus.de).

### **Wieso? Weshalb? Warum?**

Kinder haben tausendundeine dringende Frage, Wissenschaftler arbeiten an mindestens genauso vielen



Quelle: [www.feder-software.de](http://www.feder-software.de), Fotograf: Bernd Schindler

Antworten. Im Juli startet in Rantum im Rahmen des Wissenschaftssommers des kunst:raum sylt quelle die 3. Kinder-Uni Sylt. Die Vorlesungs- und Seminarreihe der Kinder-Uni befasst sich in diesem „Semester“ erneut mit dem Thema Meer: Mit den Uргewalten der Nordsee und den darin lebenden Tieren und Kleinstlebewesen, mit dem Walfang früher und der Seefahrt heute sowie mit Klimawandel und Küstenschutz. Erstmals finden für die kleinen Studenten auch „Seminare“ in Kooperation mit dem Erlebniszentrum Naturgewalten in List statt. Darüber hinaus helfen Kinderwatt-wanderungen der Schutzstation Watten-

meer, die Faszination des Lebensraumes Meer nachhaltig und anschaulich zu vermitteln. „Heulen Heuler wirklich und gibt es Flipper in der Nordsee?“ Antworten auf diese und auf viele weitere Fragen gibt es im Internet unter [www.muez.de](http://www.muez.de) und [www.schutzstation-wattenmeer.de](http://www.schutzstation-wattenmeer.de).

### **Eine Seefahrt, die ist lustig.**

Eine Seefahrt, die ist schön. Erst recht dann, wenn es zu den Nachbarinseln Amrum und Föhr oder den winzigen Halligen geht. Nicht Insel in Sicht, sondern



Quelle: [www.feder-software.de](http://www.feder-software.de), Fotograf: Bernd Schindler

Seehund in Sicht heißt es dann während einer Fahrt zu den Seehundsbänken vor List und Hörnum. In List werden sogar mehrmals wöchentlich die Säbel gezückt: „Entert das Schiff“, heißt es dann für diejenigen, die mit der Gret Palucca in See stechen. Heuerstelle ist der Hafen in List. Hier verkleiden sich die Kids stilecht mit Streifenhemd und Augenklappe unter Anleitung des Oberpiraten, der die angehenden Piraten auch gleich in die Gesetze der Seefahrt einweiht. Mit einer zünftigen Meuterei, mit viel Gebrüll und lautem Hurra beginnen die Nachwuchspiraten ihre Abenteuerfahrt. Gleich anschließend wird der Kapitän gefan-

gen genommen, dem gar nichts anderes übrig bleibt, als die geheimnisvolle Schatzkarte herauszugeben. Weitere Informationen zu allen Ausflugsfahrten gibt es im Internet unter [www.adler-schiffe.de](http://www.adler-schiffe.de).

Wieder festen Boden unter den Füßen, können die kleinen Piraten gleich weiter in den Inselsüden ziehen. Hörnum wird von Mitte Juli bis Ende August nämlich zum Seeräubernest. Das besondere an den Hörnum Piraten ist, dass sie singend und tanzend auf große Schatzsuche gehen. „Die Schatzinsel“ ist ein Familienmusical, dessen neue Fassung aus der Feder von



Quelle: [www.feder-software.de](http://www.feder-software.de), Fotograf: Bernd Schindler

Regisseur Stephan Hoffstadt stammt. Der hat die berühmte Abenteuergeschichte exklusiv für Hörnum in ein mitreißendes Musical verwandelt. Auf der Suche nach dem sagenumwobenen Schatz des Piraten Käpt'n Flint kreuzen zunächst Betrug, Meuterei und Verrat den Weg, bevor Treue und Freundschaft siegen. Für eine Woche können junge Gäste Teil des Musical-Teams werden und in Workshops unter fachkundiger Anleitung singen, tanzen und musizieren, Requisiten bauen oder Kostüme gestalten und dies in einer Abschlussveranstaltung vor Publikum aufführen. Weitere Informationen gibt es im Internet unter [www.schatzinsel-sylt.de](http://www.schatzinsel-sylt.de).

An der Promenade in Westerland steht sogar ein eigenes Haus nur für Kinder. In der Villa Kunterbunt wird jeden Tag nach Herzenslust gespielt, getobt, gebastelt und natürlich viel gelacht. In List begrüßt das kleine Seepferdchen Listi seine Freunde mit der Kids-Card und dem Bonus-Heft, die viele kleine Geschenke sichern. Und die kann man übrigens ganz wunderbar in der Schatzschublade der Kinderstrandkörbe verstecken, die am Lister West- und Oststrand angemietet werden können. Das ist aber längst noch nicht alles, was Sylt Kindern zu bieten hat. Ob Ponyreiten in Keitum, Bogenbauseminare in Kampen, Trampol-



Quelle: [www.feder-software.de](http://www.feder-software.de), Fotograf: Bernd Schindler

inspringen in Wenningstedt oder Zauberkurse in Rantum - jedes Jahr stellen die Sylter Kurverwaltungen und Tourismus-Services ein buntes Sommerferienprogramm für Kids und Teens zusammen. Weitere Informationen zu den teilweise ganzjährigen Angeboten der Kinderclubs gibt es bei den Tourismusorganisationen der Insel oder im Internet unter [www.sylt.de](http://www.sylt.de).

Im Reiseportal [www.sylt-reisen.de](http://www.sylt-reisen.de) stehen viele spannende und fantasievolle Angebote für Familien und Kinder zur Auswahl. Man kann diese Bausteine entweder separat buchen oder mit anderen Leistungen kombinieren. Wer schon immer mal auf den Spuren

von Sherlock Holmes wandeln wollte, der ist beim Detektivtag genau richtig. Die Spur führt direkt in die Sylter Schokoladenmanufaktur. Hier kann man sich als Schokoladier betätigen und eigene Schokoladen und Pralinen herstellen. Wem das zu süß ist, der sollte sich den Wikingern anschließen. Beim Wikingertreffen werden eigene Ausrüstungen gebaut und wilde Geschichten erzählt. Übrigens gilt es nicht als Meuterei, gleich am nächsten Tag beim Sylter Seefahrerabend mitzumachen

Weitere Informationen dazu gibt es im Internet auf [www.sylt-reisen.de](http://www.sylt-reisen.de).



Quelle: [www.feder-software.de](http://www.feder-software.de), Fotograf: Bernd Schindler

## Genussinsel Sylt

Matjes oder Austern, Sterneküche oder Strandbistro - Sylt bietet Gaumenfreuden für jeden Geschmack. Die von heimischen Produkten geprägte Frischeküche Sylts ist längst über die Inselgrenzen hinaus in aller Munde.

Legeres Strandbistro oder elegantes Gourmet-Restaurant: Feinschmecker haben auf Sylt eine schmackhafte Qual der Wahl. Mehr als 200 Lokalitäten sorgen für eine gastronomische Vielfalt und Dichte, die kaum eine Großstadt vorweisen kann. Ganz oben auf den Speisekarten stehen zumeist regionale Produkte aus den Meeres- und Kräutergärten der Insel. Nirgendwo sonst kommen Austern frischer auf Tisch als auf Sylt: Die Schalentiere wachsen in Deutschlands einziger Austernzucht auf einer ca. 30 Hektar großen Fläche im Wattenmeer vor List heran. Aber auch das zarte Fleisch der Galloway-Rinder aus Keitum oder der Salzwiesenlämmer aus Morsum lösen bei Feinschmeckern kollektive Gaumenfreuden aus. Und wenn im Juni der feine Duft von Rosmarin und Knoblauch über die Westerländer Strandpromenade weht, dann verwandeln die Kulinarischen Sylter Lammtage diese in ein kulinarisches Eldorado.

Zur Vielfalt gesellt sich Klasse: Auch wenn die Insel geographisch betrachtet weniger als ein Prozent der Fläche Schleswig-Holsteins repräsentiert, finden sich hier satte 26 der 100 besten Restaurants des nördlichsten Bundeslandes. Zu diesem Ergebnis kommt das GastroGourmet-Portal „Diebesten-Koeche.com“ unter Berücksichtigung der sechs wichtigsten Restaurantführer. Darunter befinden sich die Feinschmecker-Bibeln Michelin und

Gault Millau, deren gestrenge Kritiker mit Lob und Auszeichnungen insbesondere für Sylter Köche nicht geizten: Der Michelin prämierte Johannes King (Söl'ring Hof, Rantum) mit zwei Sternen. „Im Restaurant bereitet man in einer einsehbaren Küche kreative Speisen auf klassischer Basis“, kommentierte der Michelin. Mit je einem Stern würdigten die Restauranttester die Leistungen von Jörg Müller (Restaurant Jörg Müller, Westerland), Alexandro Pape (Restaurant Fährhaus, Munkmarsch) und Holger Bodendorf (Landhaus Stricker, Tinnum). Der Gault Millau attestiert den Sylter Köchen neben ausgezeichnete Qualität „höchste Kreativität und bestmögliche Zubereitung“. Seine Kritiker verliehen 18 von 20 möglichen Punkten an Jörg Müller, jeweils 17 vergaben sie an Johannes King, Holger Bodendorf und Alexandro Pape. Ulrich Person, Hotel Stadt Hamburg, freut sich über 15 Punkte und zwei Kochmützen. Eine besondere Ehre wurde dem Sylter Szenegastronom Herbert Seckler zuteil. Die Redaktion des Gault Millau kürte den Chef der Rantumer „Sansibar“ zum „Restaurateur des Jahres“. Er habe, so die offizielle Laudatio, die Sansibar in 30 Jahren zum meistbesuchten Lokal Deutschlands, zum Weinimperium und zum Trendlabel gemacht.

Ein kulinarisches Gipfeltreffen der besonderen Art findet alljährlich im Januar statt. Das Beste aus Europas Küchen und Weinkellern kommt im Rahmen des Gourmet-Festival Sylt auf den Tisch. Bereits zum elften Mal weisen vom 21. - 24. Januar 2010 Michelin-Sterne Feinschmeckern aus aller Welt den Weg auf Deutschlands Genussinsel Nummer 1. Und wer nicht nur genießen, sondern auch selber den GourmetKochlöffel schwingen möchte, der ist übrigens bei den Kochkursen der Sylter Sterne-Küche genau richtig.

## KULTurINSEL Sylt

Zu Beginn des 20. Jahrhunderts war Sylt ein begehrtes Reiseziel für Künstler, die auf der Insel die Ruhe vor dem Großstadttubel suchten und in den elementaren Naturerlebnissen Inspiration für ihre Werke fanden. Dieser Tradition folgen die zahlreichen kulturellen Angebote der Gegenwart.

Diverse Ausstellungs- und Vortragsreihen haben die Stiftung „kunst:raum sylt quelle“ in Rantum zur Pilgerstätte für Kulturfreunde aus ganz Deutschland werden lassen. Das ganze Jahr über werden Einblicke zum aktuellen Stand der Forschung und in das moderne wissenschaftliche und künstlerische Verständnis von Lebensprozessen gegeben. Die Stiftung kunst:raum sylt quelle fördert internationale Gegenwartskunst aller Sparten und vergibt seit 2001 jährlich das Insel-schreiber-Stipendium an deutschsprachige Autoren. Für ihre Erzählung „Die kleine Tante“ wurde die Autorin, Theaterregisseurin und Choreographin Judith Kuckart als diesjährige Insel-schreiberin ausgezeichnet. Der viel besuchte „Sylter Wissenschaftssommer“ bringt Jahr für Jahr in den Sommermonaten Juli und August in einer hochkarätig besetzten Vortrags- und Diskussionsreihe Wissenschaft und Kultur, Nobelpreisträger und Künstler miteinander ins Gespräch.

Seit zwei Jahren ist die Sylt-Quelle auch Spielstätte des Meerkabarets, dem Inselableger der „Fliegenden Bauten“ aus Hamburg. Zwischen Wasserkästen und Abfüllanlagen entlädt sich vom 6. Juli bis 23. August ein prickelndes Festivalprogramm aus Kabarett, Comedy und Musik. In der für diese Zeit zum Theater umgebauten Produktionshalle steht alles auf der Bühne, was in der bunten Unterhaltungsszene einen Namen hat. Stammgäste wie Götz Alsmann, Piet Klocke und Gayle Tufts sind ebenso dabei wie die Band Tomte, die zum ersten Mal auf Sylt spielt. Ganz im

Gegensatz zu Ina Müller, deren Gastspiel im Meerkabarett quasi ein Heimspiel ist und deshalb kurzer Hand ausgelagert wird. Am 22. Juli gibt die Sängerin und Moderatorin, die lange Zeit auf Sylt lebte und hier mit dem Kabarett- und Musikduo Queen Bee ihre ersten Erfolge feierte, ein großes Open-Air-Konzert auf dem Gelände des Sylter Flughafens.

Die Literatur ist in Kampen Zuhause. Große Schriftsteller, ambitionierte Journalisten, berühmte Verleger und viel versprechende Nachwuchsautoren kamen und kommen seit über 100 Jahren nach Kampen. Peter Suhrkamp, Ferdinand Avenarius, Thomas Mann, Max Frisch und Axel Springer – sie alle waren da und prägten die literarische Landschaft der Insel. Seit 1997 belebt der Tourismus-Service Kampen diese Tradition neu und lädt Autoren der Bestsellerlisten in den Montaten Juli bis September ins Kaamp-Hüs. Auch im zwölften Jahr seines Bestehens setzt der Kampener Literatursommer auf große Namen, aktuelle Themen und schillernde Persönlichkeiten. Tourismus-Direktorin Birgit Friese darf unter vielen anderen Richard David Precht begrüßen, der mit seinem neuen Buch „Liebe. Ein unordentliches Gefühl“ nach Kampen kommt. Darin unternimmt er eine abenteuerliche Reise in die unterschiedlichsten Disziplinen der Wissenschaft und lotst den Leser dabei augenzwinkernd durch den Parcours der Liebe – an deren Unordentlichkeit wir uns am Ende wohl gewöhnen müssen! Vielleicht hat Professor Dietrich Grönemeyer ein Rezept gegen diese Gefühlsunordnung. Er schlägt nach in „Grönemeyers neues Hausbuch der Gesundheit“. Flankiert wird die Literaturreihe vom Klassiksommer mit Konzerten von Brahms bis Boogie.

Von Natur aus schön, gewaltig und schutzbedürftig!  
Die Naturlandschaft Sylts steht unter besonderem

Schutz, denn sie ist Teil des „Nationalparks Schleswig-Holsteinisches Wattenmeer“. Er ist der größte Nationalpark Mitteleuropas und zeichnet sich durch die Einmaligkeit zahlreicher Pflanzen- und Tierarten aus.

Feine Sandstrände im Westen, ausgedehntes Wattenmeer im Osten. Idylle zwischen Dünen und Deichen. Sattgrüne Wiesen, blühende Heide und imposante Kliffe. Trotz ihrer geringen Größe von nicht einmal hundert Quadratkilometern begeistert Sylt mit seinen ebenso reizvollen wie vielfältigen Landschaftsformen.

Diese ökologische Mischkultur bietet einen idealen Lebensraum für zahlreiche Tier- und Pflanzenarten. Bereits ab 1923 wurden einzelne Gebiete nach und nach unter Schutz gestellt. Heute ist jeder siebte Quadratmeter Sylter Boden Landschaftsschutzgebiet, und jeder dritte Quadratmeter steht unter Naturschutz. Insgesamt machen die Schutzgebiete gut 50 Prozent der gesamten Insel aus.

Dass sich die Naturelemente nicht nur in ihrer ganzen Schönheit entfalten, sondern auch in ihrer ganzen Bedrohlichkeit entladen können, haben Insulaner und Urlauber während der letzten Winterstürme er-



Quelle: [www.feder-software.de](http://www.feder-software.de), Fotograf: Bernd Schindler

fahren. Um die ungeheuerlichen Kräfte der Natur und ihre Auswirkungen auf den maritimen Lebensraum begreifbar zu machen, entstand in List das Erlebniszentrum Naturgewalten. Am Rande des Lister Hafengeländes stehen insgesamt 3300 Quadratmeter Ausstellungsfläche für eine emotionale Aufbereitung und spielerische Vermittlung von Wissen rund um die Naturgewalten zur Verfügung. Die Ausstellung im Innen- und Außenbereich ist unterteilt in drei Themenbereiche „Kräfte der Nordsee“, „Leben mit Naturgewalten“ sowie „Klima, Wetter, Klimaforschung“. Wie schnell wandern eigentlich Wanderdünen? Was

ist das Geheimnis von Ebbe und Flut? Wie überleben die Meeresvögel einen Orkan? Antworten auf diese und viele weitere Fragen sowie nähere Informationen zum Erlebniszentrum Naturgewalten gibt es im Internet unter [www.muez.de](http://www.muez.de).

Besonderen Schutzes bedarf die sensible Küstenlandschaft vor Sylt. Keine andere nordfriesische Insel ist der geballten Wasserkraft der Nordsee so schutzlos ausgeliefert wie Sylt. Jedes Mal, wenn der „Blanke Hans“ wütet, reißt er ein weiteres Stück der Küste mit sich ins Meer. Um die Insel langfristig besser schützen



Quelle: [www.feder-software.de](http://www.feder-software.de), Fotograf: Bernd Schindler

zu können, wurde im Sommer 2007 unter der Schirmherrschaft von Schleswig-Holsteins Ministerpräsident Peter Harry Carstensen die Stiftung Küstenschutz Sylt gegründet. „Sylt übernimmt in Zeiten des Klimawandels ein Stück Verantwortung für sich selbst“, sagt der Vorsitzende der Stiftung Küstenschutz Helge Jansen. Mittlerweile zählt die Stiftung neben den acht Gründungsmitgliedern 34 weitere Stifter und ein Kapital von 209 777 Euro. Weitere Informationen, auch zu den diversen Spendenaktionen der Sylter Unternehmen und zum aktuellen Spendenstand, gibt es im Internet unter [www.stiftung-kuestenschutz-sylt.de](http://www.stiftung-kuestenschutz-sylt.de).

## Sportinsel Sylt

Von A wie Angeln bis W wie Wassersport – Sylt ist immer in Bewegung. Internationale Sport-Events sorgen ganzjährig für Spannung und Unterhaltung. Aber auch all diejenigen, die das Ruder selbst in die Hand nehmen möchten, sind auf Sylt genau richtig. Die Nordsee rund um Sylt ist ein ideales Revier für alle Wassersportler, Nordic Walker gehen auf den 220 Streckenkilometern des Nordic Walking Park Sylt auf die Piste und Golfer können auf vier Golfplätzen abschlagen.



Quelle: [www.feder-software.de](http://www.feder-software.de), Fotograf: Bernd Schindler

Auf den Greens der Sylter Golfplätze erlebt man sein blaues Wunder - nicht nur wegen der grandiosen Ausblicke auf die Nordsee. Die weitläufigen Plätze fügen sich harmonisch in die Küstenlandschaft ein und bieten ideale Spiel- und Trainingsmöglichkeiten für jede Spielstärke. Vier Golfplätze stehen zur Auswahl: Am Fuße des Kampener Leuchtturms die 18-Loch-Anlage und der 6-Loch-Kurzplatz des Golf-Clubs Sylt, am Rande des Westerländer Flughafens der 18-Loch-Platz des Marine-Golf-Clubs und im Osten der Insel der 9-Loch-Platz des Golfclubs Morsum, der ab Juni auf 18 Bahnen bespielbar sein wird. Seit Sommer letzten Jahres können Golfer auch im Inselsüden an ihrem Handicap feilen. Der neu erbaute 18-Loch-Linksplatz des Golfclub Budersand Sylt in Hörnum bietet nicht nur sportlich anspruchsvolle Bahnen, sondern auch immer wieder faszinierende Aussichten auf die Nordsee und die Nachbarinseln Föhr und Amrum. Vom höchsten Punkt der Anlage hat man sogar gleichzeitig Wattenmeer und Brandung im Blick.

Spätestens seit der Eröffnung des Nordic Walking Park Sylt im Oktober 2005 steht Nordic Walking hoch im Kurs. Die insgesamt 220 Streckenkilometer des deutschlandweit größten zusammenhängenden Areals sind in 26 Routen mit Längen von 1,6 bis 18,7 Kilometern eingeteilt und in drei Schwierigkeitsstufen klassifiziert: Leichte Strecken mit breiten Wegen, kurzen Distanzen und festem Untergrund bis hin zu schwierigen Strecken mit mindestens 10 Kilometern Länge und mit über 1,5 Kilometern sandigem Untergrund. Hinzu kommen Halbmarathon- und Marathon-Strecken. Der Park entstand in enger Zusammenarbeit mit der Deutschen Sporthochschule Köln und dem Deutschen Ski Verband (DSV), der unlängst in Morsum das nördlichste DSV nordic aktiv Ausbildungszentrum für Nordic Walking und Nor-

dic Blading lizenzierte. Zwei weitere engagierte und kompetente Partner versorgen Trainer und Läufer mit professioneller Ausstattung und fundierter Berichterstattung: Der Outdoor- und Sportausrüster Globetrotter sowie der Sender Focus Gesundheit auf Premiere begleiten alle Events rund um den Nordic Walking Park mit Rat und Tat. In allen Inselorten werden Kurse und Lauftreffs mit zertifizierten Trainern angeboten und Leihstöcke bereitgestellt. Ob Schnupperkurs, Aufbaukurs oder Adventure-Tour - für jeden Ehrgeiz- und Konditionsgrad ist das Passende dabei.

Die Nordsee rund um Sylt ist ein ideales Revier für alle Wassersportler und solche, die es werden wollen. Dass hier blutige Anfänger ebenso auf ihre Kosten kommen wie ausgekochte Profis, macht den besonderen Reiz aus. An der Sylter Westküste zeigt sich das Meer von seiner rauen Seite, stellt auch routinierte Segler und Surfer vor eine echte Herausforderung. Auf der anderen Seite die Ostküste: Ruhiges Wattenmeer, ideal für Anfänger. Dieser Herausforderung stellen sich Jahr für Jahr die besten Surfer der Welt. Im Sommer, vom 22. bis 26. Juli, kämpft die nationale Windsurf-Elite beim Deutschen Windsurf Cup in der Brandung vor Westerland um Meisterschaftspunkte; im Herbst, vom 25. September bis 4. Oktober, treffen sich dort die internationalen Stars der Szene zum Windsurfing World Cup Sylt. Ausreichend Gelegenheiten also, sich einige Tricks bei den Könnern abzuschauen. Wer trotzdem noch ein bisschen wackelig auf den Brettern steht – Surfschulen vermitteln sowohl Einsteigern als auch Fortgeschrittenen das grundlegende Know-how. Die meisten Surfschulen haben inzwischen auch den Trend-Sport Kite-Surfen in ihr Programm aufgenommen. Gezogen von einem Lenkdrachen, erreichen Kitesurfer schon ab Windstärke 2 bis zu 70 km/h. Die Profis reisen vom 16. bis

21. Juni nach Sylt. Beim Kitesurf World Cup am Brandenburger Strand in Westerland zeigen sie tollkühne Manöver zu Wasser und in der Luft.

Das Segelrevier im Nationalpark Wattenmeer ist riesengroß, windsicher, flach und unvergleichlich schön. Segelschulen bieten Kurse sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene an. Wer ein bisschen rasanter durchs Wasser pflügen möchte, der sollte auf das Catsegeln umsteigen. Geschult wird auf Catamaranen vom Typ Hobie Cat 16 und Hobie Cat 15. Diese schnittigen Zweirumpfbote haben eine überschaubare Länge von fünf Metern und verfügen über jeweils zwei Segel. Für einen farbenprächtigen Anblick knatternder Segel sorgen die Regatten 60 Meilen vor Sylt und Super Sail Sylt. Vom 18. bis 19. Juli veranstaltet der Sylter Catamaran Club seine Catamaran-Regatta vor Hörnum. Eine Woche später findet vom 25. bis 26. Juli die traditionelle Langstreckenregatta 60 Seemeilen vor Sylt statt. Die Super Sail SyltTour vor Westerland findet statt vom 20. bis 23. August. Freizeitkapitäne machen ihre Segelyachten derweil in einem der vier Sylter Häfen in List, Munkmarsch, Hörnum oder Rantum fest. Von hier aus lassen sich reizvolle Tagesausflüge unternehmen – etwa zu den Nachbarinseln Amrum und Föhr, den Halligen oder nach Dänemark.

Wer es ein wenig beschaulicher mag, der frönt der Angelei. Sein Glück kann man zum einen am Nordseestrand versuchen, zum anderen laden im Osten der Insel Binnengewässer zur Fischwaid ein. Der Laufftreff des Sportvereins Tinum 66 erfreut sich bei Urlaubern größter Beliebtheit. Regelmäßig geht es im Trimm-Trab durch Wiesen und Felder. Und wer will, kann sich seine sportlichen Leistungen dokumentieren lassen: Das Deichlaufzertifikat ist bei Gästen ein beliebtes Souvenir. Ebenso heiß begehrt ist eine Startnummer beim

alljährlichen Syltlauf. Beim legendären Syltlauf am 15. März gilt es, die Insel in ihrer ganzen Länge zu durchlaufen. 33.333 Meter legen die Läufer zwischen Hörnum und List zurück. Ein gut ausgebautes, mehr als 200 Kilometer langes Radwegenetz wartet auf die Pedalritter. Beliebt sind die Strecken von Westerland gen Hörnum oder List sowie die Radwege im idyllischen Sylter Osten. Und wenn einem unterwegs die Puste ausgehen sollte: Die Linienbusse sind mit Fahrradanhängern ausgestattet und bringen die Radler sicher zum Urlaubsdomizil zurück. Das Glück der Erde liegt bekanntlich auf dem Rücken der Pferde. Und davon gibt es eine ganze Menge auf Sylt. Pferdenarren sollten nicht versäumen, einem der Sylt-Oster oder Wenningstedter Reitställe einen Besuch abzustatten und an einem Ausritt zwischen Deich und Wattenmeer teilzunehmen.

### **Wellnessinsel Sylt**

Durchatmen und Wohlfühlen - Syltness für alle Sinne

Sylt tut gut! Denn hier an der Küste entfaltet sich das gesunde Reizklima – die Verbindung von Temperatur, Wind und Strahlung. Der Seewind ist mit Spurenstoffen wie Jod durchsetzt, die Luft deutlich sauberer als auf dem Festland. Denn während ein Kubikzentimeter Luft am Sylter Strand nur vereinzelte Staubpartikel enthält, sind es auf dem nahen Festland bereits einige Hundert und in Ballungszentren gar mehrere Tausend. Das rührt zum einen daher, dass es auf Sylt an Industrie fehlt, zum anderen daher, dass der Wind vom offenen Meer reine Luftmassen mit sich bringt. Für gesundheitsbewusste Urlauber empfehlen sich ausgiebige Spaziergänge am Flutsaum. An der Brandungszone wird die

Luft mit zerstäubtem Meerwasser durchtränkt, das automatisch eingeatmet wird und sich zudem als zarter Film auf die Haut legt.

Eine ideale Ergänzung zu den natürlichen Heilfaktoren der Insel bilden die Wellness-Einrichtungen. Das größte und vielfältigste Angebot findet sich in Westerlands Syltness-Center. Das moderne Day Spa verwöhnt Körper, Geist und Seele unter anderem mit ausgesuchten Pflegeremonien wie CleopatraPflege, Hamam, Rasul oder Kraxenofen, aber auch mit fernöst-

lichen Entspannungstechniken wie Shiatsu und Shiro Dhara. Thalasso, Health, Beauty und Fitness sind weitere Zauberformeln, die „Syltness“ für alle Sinne garantieren.

Alle Bereiche und Anwendungen des Westerländer Day Spas werden ausführlich im Syltness Magazin vorgestellt, das telefonisch unter der Buchungs- und Servicenummer 0180 / 500 99 80 (0,14 Euro/Min.) oder im Internet unter [www.westerland.de](http://www.westerland.de) bestellt werden kann.



Quelle: [www.feder-software.de](http://www.feder-software.de), Fotograf: Bernd Schindler

### Ein heißer Tipp für kühle Tage:

Wer gerne mal ins Schwitzen kommt, für den ist das Saunieren direkt am Strand ein besonderes Erlebnis: In Hörnum, Rantum, Kampen und List laden fünf Strandsaunen zu einer ganz besonderen Schwitzkur ein. Nach dem Saunagang verspricht ein überdimensionales Tauchbecken namens Nordsee die nötige Abkühlung. Die Saunen liegen entweder idyllisch in den Dünen oder direkt am Strand. Angeboten wird die klassische finnische Sauna, zum Teil in urigen Blockhäusern untergebracht. Die Strandsaunen sind

im Zeitraum April bis Oktober, die Sauna „La Grande Plage“ am gleichnamigen Kampener Strandabschnitt sogar ganzjährig geöffnet.

Die passenden Wohlfühl-Arrangements gibt im Reiseportal [www.sylt-reisen.de](http://www.sylt-reisen.de). Sie heißen zum Beispiel „Daydream“, „Kraft des Meeres“ oder „Frische-Kick“ und beinhalten neben der Unterkunft in ausgewählten Pensionen, Hotels und Ferienwohnungen Massagen, Anwendungen oder Kosmetikbehandlungen inklusive.



Quelle: [www.feder-software.de](http://www.feder-software.de), Fotograf: Bernd Schindler