

NO. 19 SEPTEMBER/OKTOBER 2011 - ISSN 1864-5992

53° 33,7 'N 06° 45,0 'E
BURKANA

Das maritime Magazin
www.burkana.de

BORKUM IM HERBST
ZEIT DER BEWEGUNG UND KULINARISCHEN ERLEBNISSE

FEUERSCHIFF-AUSSTELLUNG
NATURSCHUTZ UND MARITIMES LEBEN

3. BORKUMER ENERGIEtage
Schneller, höher, weiter...



**JETZT WIEDER NEU:
STADTWERKE.INFO -
DAS MAGAZIN IHRER
STADTWERKE BORKUM**

...UNSEREN KINDERN ZULIEBE!

SUITE-HOTEL



Das Suite-Hotel Villa Erika liegt im Zentrum von Borkum. Zwölf geschmackvoll eingerichtete Nichtraucher-Suiten auf drei Etagen bieten Ihnen einen einmaligen Komfort.

LUST AUF FRÜHSTÜCK?



Täglich großes
FRÜHSTÜCKSBUFFET
von 8.30 - 12.00 Uhr

frisch zubereitete
Spiegel- oder Rührreier

Lachs und
Nordseekrabben

auf unserer großen
Sonnenterrasse mit Blick
auf die Bismarckstraße

nur 15€
(pro Person inkl. Heiß-
getränke, Säfte und Sekt)

Wir freuen uns
auf Ihren Besuch!

Moin!

**Liebe Borkumer Bootjefahrerinnen und Bootjefahrer,
 liebe Wassersportfreunde von den Nachbarinseln und vom Festland,
 liebe Borkumerinnen und Borkumer,
 liebe Feriengäste!**

Der Sommer ließ dieses Jahr wirklich einiges zu wünschen übrig und sowohl alteingesessene Insulaner als auch Gäste, die bereits seit Jahrzehnten nach Borkum kommen, meinen unisono, dass sie solch schlechte Sommermonate selten erlebt haben. Trotzdem ließ sich niemand entmutigen und zum Glück bescherte uns Petrus – zumindest zeitweilig – beim Hafenfest oder beim Sommerfest vor der Kulturinsel trockenes Wetter und erlaubte uns den einen oder anderen schönen Strandtag.

Nichtsdestotrotz kann der Herbst eigentlich nur besser werden und alle hoffen natürlich darauf, dass er golden wird und viele Gelegenheiten für ausgedehnte Spaziergänge oder Fahrradtouren an der frischen gesunden Nordseeluft bietet. Doch auch darüber hinaus hat die Insel einiges zu bieten, das wetterunabhängig unternommen werden kann.

Sehr ans Herz legen wollen wir Ihnen die Nationalpark-Ausstellung auf dem Feuerschiff BORKUMRIFF. In den ehemaligen Werkräumen des 1988 außer Dienst gestellten und vor zwei Jahren komplett überholten Feuerschiffs haben die Ausstellungsmacher für die Besucherinnen und Besucher einen einmaligen Rundgang durch die Lebensräume der Insel geschaffen. Bis zu 15.000 Interessierte strömen jährlich in den Schutzhafen, um sich hier über die maritime Umwelt und Artenvielfalt im Wattenmeer und der Nordsee zu informieren.

Darüber hinaus stellen wir in unserer Rubrik „Wellness und Gesundheit“ wieder einmal vor, wie Sie ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden verbessern können. Besonders Menschen, die Rückenbeschwerden vorbeugen wollen, empfehlen wir die Teilnahme an der neuen Rückenschule, die die allgemeine und rücken-spezifische Fitness effektiv fördert. Der Herbst gilt zudem als Kürbiszeit und wir geben nützliche Tipps, was alles gesundes aus dem kugelrunden Gemüse gezaubert werden kann.

Nun möchten wir aber nicht zu viel vorgreifen und wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen des neuen BURKANA-Magazins, einen schönen Spätsommer und einen gelungenen Herbst.

Wolf Schneider

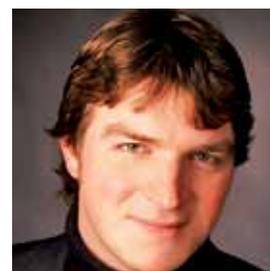
Ihr
 Wolf Schneider

Patrick Schneider

Ihr
 Patrick Schneider

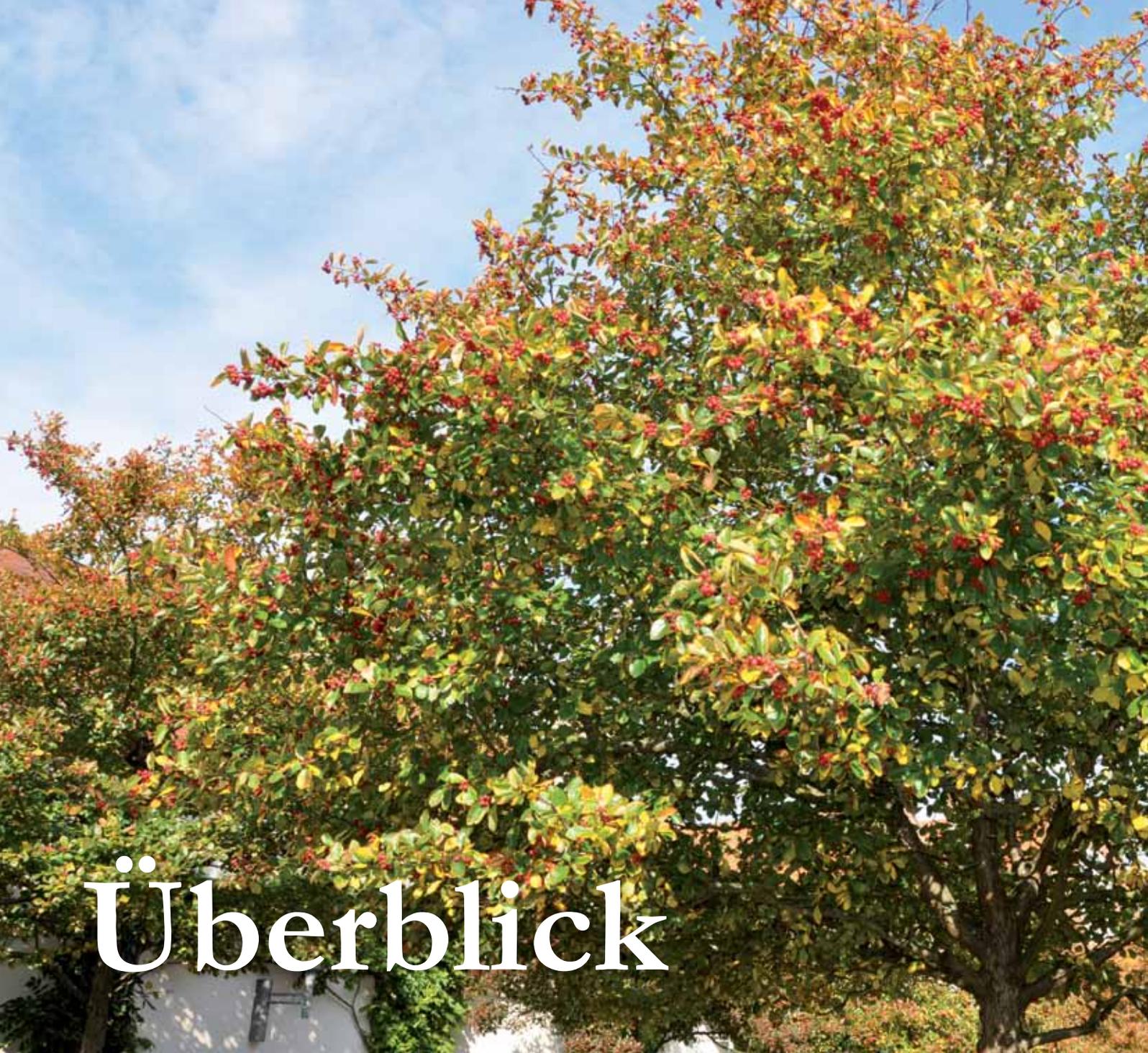


Wolf Schneider



Patrick Schneider





Überblick

■ TITEL

Borkum im Herbst

Bewegung und kulinarische Verwöhnungen 6

Kugelrund und gesund

Kürbisse eignen sich nicht nur zur Dekoration 10

Naturschutz und maritimes Leben

Ausstellung auf dem Feuerschiff 14

■ WELLNESS & GESUNDHEIT

Die neue Rückenschule im Gezeitenland

Bewegung und Sport vor der eigenen Haustür 18

■ WELLNESS & GESUNDHEIT

Fasten

Weg zur vollwertigen Ernährung 22

■ NATT & DRÖG

„Alt-Borkum“ - Neue Ideen für den Herbst

Herbst/Winter-Aktionskalender 28

■ ENERGIE: KOMPETENZINSEL BORKUM

Schneller, höher, weiter...

Die 3. Borkumer Energietage 2012 32



■ **WASSER & SPORT**

Hafenfest 2011

Echte Typen - Fotorückblick 34

Meilenlaufsponsor zieht Gäste an
willies republic auf Borkum 36

■ **KULTUR**

Strandung vor Borkum
Buch-/Kalendervorstellung 38

Moin, ich bin's, euer Burki
Burkis neue Abenteuer 40

■ **AUS ANDEREN HÄFEN**

Phu Quoc
Wo der Pfeffer wächst 42

■ **KURZ NOTIERT**
Borkumer Veranstaltungs-Highlights 48

■ **RUBRIKEN**
Impressum 50

Auch das noch!
Borkum im Glanz von vier Weltmeisterinnen 50

Borkum im Herbst

Zeit der Bewegung und kulinarischen Ver



Nach einem recht ernüchternden Sommer, in dem sich die Sonne nicht all zu oft blicken ließ, erwartet uns nun der Herbst. Selbstredend hoffen Insulaner und Gäste auf eine wunderschöne sowie versöhnliche Nachsaison auf unserer Insel, die natürlich auch zu dieser Jahreszeit eine ganze Menge zu bieten hat. Ob ausgeprägte Wanderungen, Strand- und Dünenspaziergänge oder Fahrradtouren – die beeindruckende Insellandschaft mit ihrer faszinierenden Flora und Fauna und das einzigartige Klima lassen einen schnell vergessen, dass die Zeiten der Strandbesuche und sommerlicher Sundowner längst der Vergangenheit angehören.

Und damit tut man nicht nur seinem Körper und seiner Seele etwas Gutes, denn darüber hinaus bietet sich beim Strandgang an der gesunden frischen Luft die Möglichkeit, spektakuläre Aktionen zu beobachten. Gerade in der geschützten Bucht am Nordstrand, aber auch auf der Nordseite hinter den Seehundsbänken finden beispielsweise Wind- und Kitesurfer perfekte Bedingungen für ihr aufregendes Hobby. Interessierte können zusehen, wie diese mit hoher Geschwindigkeit durchs Wasser flitzen und über meterhohe Wellen springen. Auch die Strandsegler muss man einfach gesehen haben, wie sie mit bis zu 70 Kilometer pro Stunde über den

wöhnungen



Sand rasen und die Schnelligkeit sichtlich auf sich wirken lassen. Doch Vorsicht: Wind- und Kitesurfen sowie Strandsegeln zu dieser Jahreszeit ist wirklich nur etwas für Könner und Profis! Sollte aber dennoch ein bloßer Strandspaziergang zu langweilig wirken, ist das Drachen steigen lassen stets eine willkommene Beschäftigung – besonders im Herbst weht hierfür auch immer die richtige Brise.

Empfehlenswert sind in dieser Jahreszeit auch ausgedehnte Fahrradtouren über die Insel. Auf den rund 120 km langen Fahrrad- und Wanderwegen lassen sich einmalige Strecken

zurücklegen, auf denen Gäste die beeindruckende Landschaft Borkums erkunden und kennenlernen können. Ob zum Ostland, nach Duala, Hoge Hörn, auf die diversen Aussichtsdünen oder einfach nur über den Deich – die Aussichten auf endlose Strände und weite Dünen, das Weltnaturerbe Wattenmeer, die Greune Stee oder große Muschelfelder werden sicherlich nicht so schnell vergessen. Es lohnt sich also allemal, sein Zweirad aus dem Schuppen zu holen oder sich eines auszuleihen und einfach draufloszuradeln.

Blick aus dem Clubraum des Hotels „das miramar“



Doch auch wenn kein goldener Herbst kommt und sich die schlechte Wetterlage fortsetzt, müssen Gäste den Kopf noch lange nicht in den Sand stecken. Vom Bundesstart-Kino in der Kulturinsel über das breit gefächerte Wellness-, Sport- und Freizeitprogramm im Gezeitenland bis zum Heimatmuseum gibt es genügend Möglichkeiten, dem Dauerregen zu trotzen und trotzdem unvergessliche Tage zu erleben. Darüber hinaus lassen sich die regnerischen und grauen Tage wunderbar in den vielen gemütlichen Restaurants, Bars und Kneipen auf der Insel verbringen, in denen eigentlich immer gut Wetter und Stimmung herrschen. Traditionell ergänzen die Restaurants auf Borkum ihre Karten im Herbst durch saisonale Gerichte, bieten Wildwochen an, bringen Deftiges, Nahrhaftes sowie Herzhaftes gegen die Kälte auf

den Tisch und verleihen ihren Speisen eine herbstliche Note. Keinesfalls verpassen sollten Gäste und Insulaner in diesem Zusammenhang den sogenannten „Kulinarischen Herbst“ vom 21. bis zum 30. Oktober. Teilnehmende Borkumer Restaurants und Gaststätten bitten hierbei zu Tisch und die Küchenchefs stellen ihr ganzes Können unter Beweis, um ihren Gästen kulinarische Verwöhnungen par excellence zu bieten.

Also, liebe Gäste und Insulaner: Nach diesem verregneten und trüben Sommer kann es im Herbst ja eigentlich nur besser werden. Sollte es Petrus aber dennoch für nötig halten, den Himmel weiter weinen zu lassen, werden wir uns hier die Laune nicht verderben lassen. Denn die Insel unserer Träume hat für jede Wetterlage etwas zu bieten.



Kulinarische Köstlichkeiten

Unsere Treue-Aktion im Restaurant „Zur Kogge“

Jetzt neu im Restaurant „Zur Kogge“ im Hotel „das miramar“: Genießen Sie unsere kulinarischen Köstlichkeiten und sammeln Sie dabei Treuepunkte für jeden Speisenverzehr. Fragen Sie nach unserer neuen Bonus-Karte. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

das
miramar

Am Westkaap 20
26757 Borkum

Fon 0 49 22 - 9 12 30
Fax 0 49 22 - 91 23 83

E-Mail: info@miramar.de
www.miramar.de



Smutjes Bar

Heute mixt unser Smutje passend zum Herbst: Borkumer-Herbst

Der Smutje ist einer der wichtigsten Männer an Bord. Gerade nach einem langen Tag auf der See hat die Crew einen Bärenhunger und einen Mordsdurst. Immer nachdem die Mannschaft gespeist hat, mixt ihnen der Smutje noch einen leckeren Drink.

Zutaten für den **Borkumer-Herbst-Mix**:

- | | | | |
|--|----------------------|---|---------------|
|  | 1cl Rum |  | 1cl Calvados |
|  | 2cl dunkler Rum |  | 2cl Cointreau |
|  | 1 Spritzer Angostura | | |

Für seinen kräftig, bitteren Cocktail mit einem Hauch von Orange und Apfel, verrührt der Smutje zunächst alle Zutaten mit einigen Eiswürfeln. Anschließend gibt er den Mix in ein mit Eiswürfeln gefülltes Becherglas. Aber Achtung! Die beim Verrühren verwendeten Eiswürfel kommen nicht mit in das Glas. Damit das Ganze noch etwas hübsch aussieht, garniert der Smutje das Glas zum Schluss mit einem spiralförmig abgeschnittenen Stück Orangenschale.

Na, denn mal Prost! Ever Smutje



Café Restaurant **Bauernstuben**



**Das Ausflugsziel
für die ganze Familie**

Ihr Café-Restaurant im Ostland

- Genießen Sie bei uns
-  Ostfriesische Spezialitäten
 -  Fisch- und Fleischgerichte
 -  Gartenfrische Salate
 -  Vegetarische Köstlichkeiten
 -  Hausgemachte Kuchen
 -  Leckere Torten
 -  Kaffeespezialitäten
 -  Eisbecher mit Früchten

**Täglich geöffnet
von 10 - 21 Uhr**





Kugelrund und gesund

Kürbisse eignen sich nicht nur zur Dekoration – sie sind auch lecker

In Südamerika kannten Menschen den Kürbis bereits vor 12.000 Jahren, in Ägypten vor 5.000 Jahren. Für die Diné, das größte indianische Volk der USA, ist er eine heilige Pflanze und als Christoph Columbus Amerika entdeckte, gab es dort bereits durch Zucht bearbeitete Kürbisse. Heute gibt es von ihm über 850 Arten. Laut dem Guinness-Buch der Rekorde wog der schwerste Kürbis der Welt 766,12 Kilo und gehörte Joseph Jutras aus New England in den USA.

Jack mit der Laterne

In Amerika hat das Gemüse lange Tradition. Doch in Deutschland wird es erst vermehrt wahrgenommen, seit das Halloween Fest in Mode gekommen ist. Nun werden auch hier jedes Jahr zum 31. Oktober Halloween-Laternen aus Riesenkürbissen geschnitzt. Wegen der Geschichte des irischen Geizkragens Jack, heißen die Laternen „Jack-O’-



er und nahrhaft

Lantern“. Auch die Kürbissorte, aus der die großen orange-farbenen Laternen geschnitzt werden, trägt seinen Namen. Jack verärgerte mit seinem Geiz zuerst den Teufel und später Gott. Deshalb wurde ihm nach seinem Tod der Zutritt zum Himmel und zur Hölle verwehrt. Er war auf ewig verdammt, nur mit einer Laterne auf der Erde zu wandern. Um sich vor dem Besuch Jacks zu schützen, werden die Laternen mit einem brennenden Teelicht auf den Fenstersims gestellt.

Wasser und Vitamine

Während Kürbisse in Amerika und Großbritannien auf dem traditionellen Speiseplan stehen, sind sie hier meist als Herbstdekoration zu finden. Dabei entspricht der Kürbis mit seinem Wasseranteil von circa 90 Prozent dem aktuellen Verständnis gesunder Ernährung: Er ist fettfrei und enthält die Vitamine C und E, einige B-Vitamine sowie Spurenele-



mente. Aus ihm lassen sich Suppen, Puddings und Beilagen kochen oder Kuchen und Gratins backen. Zum Backen eignen sich besonders Sommerkürbisse. Wer Püree oder Suppe zubereiten möchte, kann Winterkürbisse verwenden. Nur Kürbisse, die ausdrücklich als Zierkürbisse ausgezeichnet sind, sollten wirklich nicht im Kochtopf landen. Sie enthalten einen Bitterstoff, der nicht giftig aber ungenießbar ist.

Sommerkürbisse

Zu den Sommerkürbissen gehören Sorten mit dünnen Schalen und weichen Kernen, die vor der Reife geerntet werden. Dazu zählen auch Zucchini. Andere Sorten heißen Crookneck, Patissons, Delicata oder Spaghettikürbis. Der Spaghettikürbis ist eine besondere Züchtung aus Japan. Er hat die Form eines Zylinders und ist erst cremefarben, wird mit zunehmender Reife gelblich. Als Ganzes wird er mit seiner Schale circa 40 Minuten gekocht. Nach dem Kochen kann das fasrige Fruchtfleisch, das aussieht wie Spaghetti, herausgelöst und serviert werden. Der Spaghettikürbis schmeckt nussig und wird meist, ähnlich wie Pasta, mit einer leckeren Soße gegessen. Sommerkürbisse sollten höchstens sechs Wochen gelagert werden, oft verderben sie vorher.

Winterkürbisse

Außer beim Hokkaidokürbis, kann die Schale der Winterkürbisse nicht gegessen werden, sie ist zu hart. Acorn, Butternut, Turban, Gelber Zentner und Moschus sind Beispiele dieser Art. Nachdem der Kürbis geteilt, seine Kerne und Fasern entfernt wurden, kann das Fruchtfleisch weiter ver-

arbeitet werden. Wer es pürieren möchte, sollte es zunächst würfeln und in etwas Wasser dünsten, sonst ist es zu hart. Ungeschälte Stücke lassen sich schnell im Backofen zubereiten. Dazu werden sie auf die Seite mit der Schale gelegt und bei circa 190 Grad gebacken. Anschließend können sie mit Butter, Ahornsirup oder etwas Rohrzucker verfeinert werden. Wer sich nicht sicher ist, welcher Kürbis der beste für sein Rezept ist, sollte sich beim Verkäufer erkundigen, da die Konsistenz des Fruchtfleisches von Sorte zu Sorte sehr verschieden sein kann. Bei einigen ist sie mehlig und zerfällt beim Kochen, bei anderen ist sie fest. In einem kühlen und trockenen Lager halten Winterkürbisse mehrere Monate. Allerdings nur, wenn sie nicht beschädigt sind. Übrigens: Die Indianer haben das Kürbisfleisch roh in Streifen geschnitten, getrocknet und es so haltbar gemacht.

Tipps rund um den Kürbis

Wer sich nicht sicher ist, ob ein Kürbis reif ist, kann den „Klopfest“ machen. Klingt der Kürbis hohl, ist er reif. Ein anderer Kürbistipp: Sollten die Küchenmesser die harte Schale nicht knacken können, wird der Kürbis aus circa einem Meter Höhe auf den Boden geworfen. Dann platzt die Schale auf und der Kürbis lässt sich teilen.

Wissen Sie nach Halloween einmal nicht, wohin mit der Laterne, nehmen Sie sich ein Beispiel an der Stadt Millsboro im US-Bundesstaat Delaware. Dort findet in jedem Jahr an dem Wochenende nach Halloween „punkin‘ chunkin“ statt – die Weltmeisterschaft im Kürbisweitwurf.



Bäckerei · Konditorei

Müller



Lecker mit
Borkumer Kürbis...

KÜRBIS
STUTEN

KÜRBIS
BROT

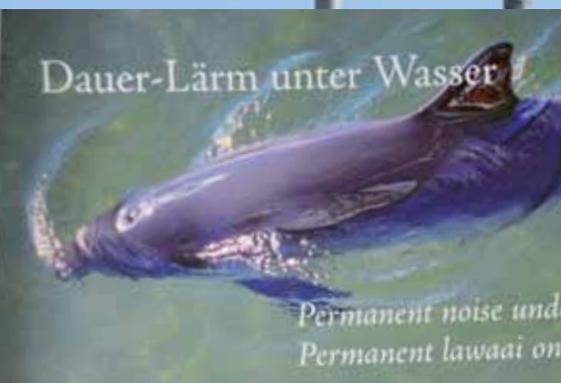
Bäckerei · Konditorei

Müller



...weils einfach besser schmeckt!

Titel



Naturschutz und maritimes Leben

Unbedingt empfehlenswerter Besuch in einer beeindruckenden Ausstellung auf dem Feuerschiff

Der Schweinswal in der Nordsee hört gut – sehr gut sogar. Sein Orientierungssinn funktioniert über Ultraschallwellen. Sie ermöglichen ihm die Verständigung mit seinen Artgenossen und lassen ihn sich zurechtfinden in der Nordsee. Und sie führen ihn zu seiner Liebesspeise – den Heringsschwärmen. Wenn nicht, ja wenn nicht der Lärm wäre! Zehntausende von Schiffsbewegungen im Jahr führen zu einer Ballung von Geräuschen mit fatalen negativen Auswirkungen auf das Leben der kleinen Tümmeler. Auch vor Borkum kann man diese bis zu zwei Meter langen, delfinähnlichen Tiere beobachten. Im Maschinenraum des Feuerschiffs BORKUMRIFF, dort wo es so schön schiffig nach Diesel und Öl riecht, treffen wir ihn zwar nicht persönlich, aber von seinen Sorgen und Nöten wird berichtet. Dort steht eine Hörstation, die einige der Maschinengeräusche simuliert und die Ultraschallwellen des Wals für unsere menschlichen Ohren hörbar macht. Daneben hängt eine große rote Informationstafel und ein Bild eines dieser friedlichen Meeresbewohner. Diese Linie zieht sich wie ein roter Faden durch die Ausstellung, ist sichtbar über das ganze Schiff und alle Ausstellungsbereiche.

Bis zu 15.000 Besucher zieht das Schiff pro Jahr in seinen Bann. „Die BORKUMRIFF ist wie ein Magnet im Borkumer Hafen“, freut sich der Leiter des Nationalpark-Schiffes André Thorenmeier. Vor zwei Jahren ist das 1988 außer

Dienst gestellte Feuerschiff komplett überholt worden und hat eine neue Nationalpark-Ausstellung erhalten. Über eine halbe Million Euro ist damals vom Land Niedersachsen und vielen Stiftungen investiert worden. Und stolz kann André Thorenmeier wirklich sein. „Die BORKUMRIFF ist die einzige Nationalpark-Ausstellung auf einem Schiff“, erzählt er. Getragen wird es von der Stadt Borkum, dem Förderverein Feuerschiff Borkumriff, dem NABU Niedersachsen und dem WWF.

In einer der einstündigen Führungen erschließt sich dem Besucher eine gelungene Kombination von maritimer Technik und Naturschutz. Für den 43-jährigen Geografen Thorenmeier ist gerade diese intensive Verbindung der Schlüssel zu der Besonderheit der Präsentation. Kinder ab fünf sind ebenso seine Gäste wie Seniorengruppen. Familien kommen, Schüler und Hochschulgruppen sind genauso dabei wie Freunde maritimer Technik oder Naturschutzinteressierte. Die Fragen, die ihm gestellt werden, drehen sich nicht nur um die PS-Leistung der Maschinen, die Füllmenge des Treibstofftanks oder die Tonnenzugkraft der Ankerwinde. Aber eben diese Verbindung sucht und findet die Ausstellung dem Besucher zum ersten Mal den Bezug zur Natur herstellt. „Der Anker bedeutet für das Schiff den festen Halt auf losem Grund“, erfährt der Gast beim Beginn des Rundgan-





ges im Ankerwindenraum im Vorschiff. Zwischen armdicken Trossen und Ketten und zwischen mächtigen Winden taucht der Besucher sinnbildlich ab. Der riesige Pilzanker hielt das Feuerschiff weit draußen in der Nordsee auf seiner Position als „schwimmender Leuchtturm“, zu seiner Zeit war das lebensnotwendig für eine sichere Schifffahrt. Daneben zeigen beeindruckende Fotos, wie auch die Lebewesen unter dem Schiff sich „verankern“: Die Miesmuschel, die sich mittels ihrer Byssusfäden überall festhalten kann. Oder der Seestern, der mit seinen Saugfüßen viele kleine Anker wirft und sich festsetzt. In Schaukästen werden verschiedene Sandproben des Meeresgrundes am Borkumriff gezeigt und über die Hörstation sind die mahlenden und zerrenden Geräusche der Ankerwinde abzurufen. Und das ist das Prinzip, die bestechende Logik, der rote Faden dieser Ausstellung. Mittels Informationstafeln, Hörstationen, Monitoren und Modellen erlebt der Besucher in dem authentischen Umfeld eines Schiffes, wie die Natur im und am Meer funktioniert. (Fast) überall kann man sich auf dem Schiff frei bewegen. Von der Kommandobrücke bis zum Maschinenraum, von der Kammer des Kapitäns bis zur Ankerwinde, vom Funkraum bis zur Mannschaftsmesse darf man alles besuchen. Von Besuchern erzählt auch die Mannschaftsmesse am Heck des Schiffes. Dort wo die Seeleute aßen und ihre Freizeit verbrachten, steht in der Ecke eine der Glühlampen des Feuerschiffes. Aus Sicherheitsgründen kann man nicht hoch auf den Turm steigen. Deswegen hat man diese 1.500 Watt-Glühlampe hier ausgestellt. Dieses für die Sicherheit der Schifffahrt in der Emsmündung lebenswichtige Licht hat auch immer wieder Seevögel angelockt. „Besonders bei Nebel sind oft große Schwärme von Vögeln um das Licht gekreist“, erklärt André Thorenmeier, „wie Gäste am Schiff

kamen sie.“ Diese Vögel sieht der Besucher auf Borkum nicht, sie leben immer auf hoher See und kommen höchstens zum Brüten auf die Felseninsel Helgoland. Deswegen zeigt ein digitaler Rahmen einige dieser schönen Seevögel, wie den Eissturmvogel und die Eisente. Beide zeigen sich nie im Binnenland. „Was wir aber sehen können“, fährt André Thorenmeier begeistert fort „ist die Küstenseeschwalbe.“ Diese Rekordhalterin im Langstreckenflug – sie meistert 40-50.000 Kilometer im Jahr – kann man oft im Borkumer Hafen beobachten. In steilem Flug fängt sie durch Stoßtauchen ihre Fischnahrung aus dem Hafenbecken.

Borkum Insel der Vielfalt

Ist der erste Teil der Ausstellung thematisch stark eingebunden in das Leben an Bord und die Technik des Schiffes, zeigt sich im Bauch des Schiffes ein anderes – nicht weniger professionelles Bild der Nationalpark-Ausstellung. In den ehemaligen Werkräumen des Feuerschiffes haben die Ausstellungsmacher den Besuchern einen Rundgang durch die Lebensräume der Insel geschaffen. Borkum hat einiges an Artenvielfalt zu bieten. Über 1500 unterschiedliche Pflanzen und Tiere gibt es auf der Insel. Gerade wegen dieser vielfältigen Flora und Fauna trägt dieser zweite Teil der Ausstellung auch die vielversprechende Überschrift „Borkum Insel der Vielfalt“. Jede einzelne Abteilung beschreibt multimedial einen eigenen Lebensraum der Insel. Der „Lebensraum Bühne“ zeigt, wie ein menschengemachter Lebensraum die Vielfalt bereichert. So zeigt z.B. ein Monitor ein Tier, was sich unseren Augen normalerweise verschließt: Ein kleiner Krebs, die Seepocke, hat sich an den Steinen der Bühne festgehakt und fächelt sich mit seinem Fuß Nah-



...nung aus dem Wasser zu. Auch das Thema Strandgut wird hier thematisiert. Dabei ist der gefundene Turnschuh – aus einer Ladung von Tausenden neuer Schuhe in einem Container an den Strand Borkums gespült – noch eine lustige Anekdote. Nicht mehr lustig, sondern lebensbedrohlich ist die hier beispielhaft aufgezeigte Plastikmüllverschmutzung unserer Weltmeere. Ein Raum weiter, farblich unterschiedlich gestaltet, wird der Lebensraum Düne erklärbar und erlebbar. Anschaulich erkennt der Besucher, wie sich Dünen entwickeln und welche Bedeutung der Strandhafer für die Dünenbildung hat. Der Raum „Watt und Gezeiten“ erklärt die Einmaligkeit des Naturraums Wattenmeer und erläutert die Entstehung der Gezeiten. Nicht fehlen darf auch der „Lebensraum Grünland“, immerhin ist ein Viertel der Insel mit Grünland bedeckt. Dieses Grünland ist wichtiges Rückzugs-, Rast- und Nahrungsgebiet für viele Tiere und Pflanzen, unterschiedlich zu jeder Jahreszeit.

Öffnungszeiten:
Bis zum 31. Oktober 2011
 Dienstag - Sonntag von 9:45 bis 17:15 Uhr (Juli/ August auch Montag) Letzter Einlass um 16:30 Uhr

Öffentliche Führung (ab 5 zahlenden Personen) um: 10:45 | 11:45 | 13:45 | 14:45 Uhr (Juli/ August auch 16:15 Uhr) nicht an Montagen sowie an Sonntagen und Feiertagen!

Gruppen nur mit angemeldeter Führung
 Dienstag bis Sonntag um 9:45 | 10:45 | 11:45 | 13:45 | 14:45 | 16:15 Uhr

1. Führung Nationalpark-Schiff (Dauer ca. 1 Stunde): Über das Feuerschiff, die Natur am Borkumriff und den Nationalpark Wattenmeer

2. Eigenständige Schiffserkundung: Der individuelle Rundgang mit informativer Schiffskarte (für 1,- € an Bord erhältlich)

Eintritt:
 Erwachsene: 4,- € (Schiffsführung)
 Erwachsene: 3,- € (Eigenständige Schiffserkundung)
 Kinder/ Jugend (6-17 J.) 2,- €
 Gruppenanmeldung & Auskünfte: Tel. 04922-2030

Verständnis für den Nationalpark

Diese Ausstellung, nicht überfrachtet mit Wissen, aber dennoch professionell informativ gestaltet und dazu das Feuerschiff BORKUMRIFF als „Kulisse“ ist ohne Frage einen (oder mehrere) Besuche wert. Für André Thorenmeier und sein Team ist allerdings dieser Besuch auch noch in anderer Hinsicht wertvoll. „Wir möchten Begeisterung wecken. Aber gleichzeitig auch um Verständnis werben, warum es Regeln und Ruhezeiten im Nationalpark gibt“, erläutert er. Er wirbt dafür, dass Menschen hier leben und ihren Urlaub verbringen, dass wir aber auch den Lebensraum z.B. der Vögel respektieren müssen. „Der Tourismus ist ein wichtiges Standbein der Insel, gerade wegen des Nationalparks“, ergänzt er. Das ist wahr. Die natürlichen Abläufe des Lebens auf Borkum schließen Menschen, Tiere und Pflanzen ein. Das ist das Fazit dieser großartigen Ausstellung auf dem Feuerschiff. Sie trägt dazu bei, unsere maritime Umwelt kennen und respektieren zu lernen. Das wird sicherlich auch den kleinen Schweinswal freuen, der seine Runden durch die Nordsee zieht.



willies republic

Hotline: 0171-8505053

- Jacken
- Sweat Shirts
- Polo Shirts
- T- Shirts
- und maritime Geschenkartikel

die Original-Borkum-Segeljacken

Besuchen Sie unseren Online-Shop
www.willies-republic.de

www.willies-republic.de | Tilsiter Weg 1 | 57518 Betzdorf | Telefon 02741 / 973 000 | Fax 02741 / 973 030



Bewegung und Sport vor der eigenen Haustür

Die neue Rückenschule des Gezeitenlands lehrt, örtliche Begebenheiten zu

Kürzlich machten skurrile Bilder aus Jakarta Schlagzeilen: Jeden Morgen und jeden Abend legen sich in der indonesischen Hauptstadt Dutzende Menschen auf die Bahngleise. „Eisenbahntherapie“ nennen die Rheuma- und Rückenschmerzen-Geplagten das. Mit Kopf und Füßen schließen sie den Stromkreis und hoffen, durch die elektromagnetischen Felder die Selbstheilungskräfte ihrer Körper anzuregen. Auch in Deutschland gelten Rückenschmerzen als Volkslei-

den. Neben Kopfweh zählen sie zu den häufigsten gesundheitlichen Beeinträchtigungen. Wie sich das dumpfe Pochen am Steißbein oder das scharfe Ziehen im Nacken anfühlt, weiß wohl jeder. Doch die Borkumer müssen es den Indonesiern nicht gleich tun und sich auf die Schienen der Kleinbahn legen, um ihr Leiden zu kurieren. Julia Klemmer, ihres Zeichens nicht nur Sportlehrerin, sondern auch Sport- und Bewegungstherapeutin sowie Personal-

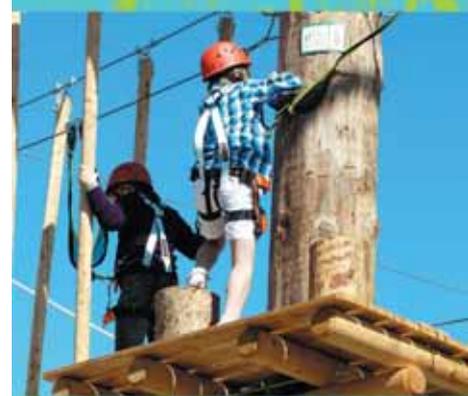


mit fügt sich der Kurs in die Philosophie des Teams vom Personal Training Marburg, für das Julia Klemmer auf Borkum tätig ist. „Unsere Ausdauer- und Kräftigungseinheiten finden am Strand statt“, erklärt die Kursleiterin. Sie will ihre Schützlinge dafür sensibilisieren, örtliche Begebenheiten und vorhandene Ressourcen zu nutzen. Und davon gibt es auf Borkum genügend: der Strand, die Dünen, die salzige Nordseeluft. Durch den Einsatz von günstigen Kleingeräten sollen die Teilnehmer lernen, simple Möglichkeiten zur Stärkung und Mobilisation des Muskel- und Skelettsystems zu nutzen. Viele der Übungen lassen sich daher ganz einfach in den Alltag einbauen.

Ogbleich die Rückenschule vorrangig der Prävention von Rückschmerzen dienen soll, will sie auch die Entspannungsfähigkeit fördern und die Borkumer an eine gesundheitsorientierte Aktivität heranführen. Denn in einem hektischen Alltag ist es wichtig, zu entschleunigen und die innere Balance zu finden. Davon ist das Team vom Personal Training Marburg überzeugt. In Kleingruppen von maximal zwölf Teilnehmern lernen die Insulaner in Praxis- und Theoriestunden die Anatomie ihrer Wirbelsäule ganz genau kennen. Aber auch Blockseminare bzw. Intensivkurse für größere Gruppen oder Firmen sowie Personal Trainings sind auf Anfrage möglich. Dabei stehen stets die vier Bausteine

kraxelmaxel.de

Nordsee Kletterpark Borkum

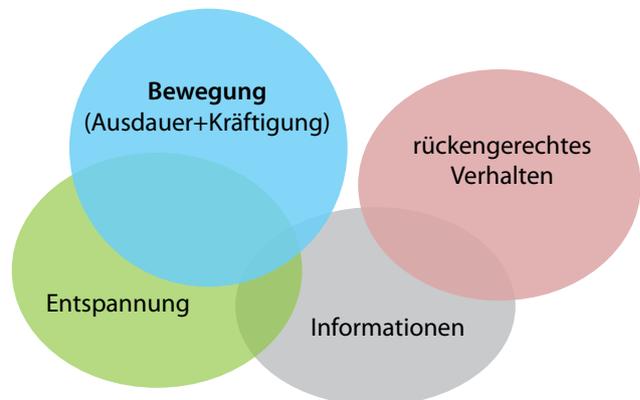


Direkt im Kurpark an der Kulturinsel.
Goethestr. 25 Telefon 04922 9234077
Zuschauer willkommen!

Hier geht's nach oben!

u nutzen

trainerin für gesundheitliche Prävention, hat auf der Insel eine neue Rückenschule initiiert. „Der Kurs richtet sich besonders an die Einwohner der Stadt Borkum“, sagt Klemmer. Die acht Unterrichtseinheiten finden ab der zweiten Septemberwoche regelmäßig in den Räumlichkeiten des Gezeitenlands statt. Das Neuartige an der Rückenschule: Das Programm wird in Teilen an der freien Luft durchgeführt – getreu dem Motto „Bewegung und Sport vor der eigenen Haustür“. Da-



Bewegung, Entspannung, Information und rückengerechtes Verhalten im Mittelpunkt. Es geht vor allem um die positive Beeinflussung des Halte- und Bewegungssystems sowie des Herzkreislaufsystems. Insbesondere die Rücken- und Rumpfmuskulatur müssen stabilisiert werden, um Rückenschmerzen vorzubeugen. „Dafür werden im Rahmen des Kurses sowohl die allgemeine als auch rückenspezifische Fitness trainiert“, führt Julia Klemmer aus. Außerdem sollen die motorischen Grundeigenschaften Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination gefördert und verbessert werden. Alle Kursteilnehmer werden nicht nur allgemeinbildend, sondern auch persönlich beraten. Die Rückenschullehrerin analysiert deshalb die individuelle Körperhaltung sowie alltägliche Bewegungsabläufe. So gelingt es, Risikofaktoren im täglichen Leben zu verringern. Wer weiß, wo seine Defizite liegen, kann im Training genau dort ansetzen. Deshalb steht im Fitnessbereich des Gezeitenlands seit Anfang des Jahres ein spezielles Diagnosegerät bereit: der Back-check von Dr. Wolff. Er kann den Zustand der Bauch- und Rückenmuskulatur analysieren. Denn beide Muskelgruppen müssen aufeinander abgestimmt sein, damit es keine Rückenschmerzen gibt. Aber auch über den Rücken hinaus kommen Sport- und Bewegungsbegeisterte

im Gezeitenland auf ihre Kosten. Die Badewelt bietet ein wechselndes Angebot an Kursen und Anwendungen: Aqua-jogging, Indoorcycling oder Fit ab 50 sind nur einige von ihnen. Auf dem umfangreichen Programm findet jeder das Richtige. Wer Mitglied im Badeclub wird, kann alle Fitnesskurse sowie das Sauna- und Erlebnisdeck der Badelandschaft täglich nutzen.



Der Borkum-Ring



in 925 Silber



AUGENOPTIK KIEVIET
UHREN UND SCHMUCK



Franz-Habich-Str. 10 | 26757 Borkum
Tel. 0 49 22 - 47 83

CHARISMA

Boutique für Lederwaren, Mode,
Accessoires und Modeschmuck



Jeder Kunde erhält
als Dankeschön eine
kleine Überraschung!

Mills
Passigatti
Greenland
Fossil
Bruno Banani
u. v. m.

Bismarckstr. 10 | 26757 Borkum | Tel. 0 49 22 - 92 39 898

KAUFHAUS Henny Akkermann



Bei uns bekommen
Sie alles
(was sie für einen
schönen Urlaub
auf Borkum brauchen)



Bismarckstr. 15 | 26757 Borkum | Tel. 0 49 22 - 9 11 60
Wir haben 7 Tage die Woche für Sie geöffnet!



Einfach lecker!




Das Restaurant im Strandhotel Ostfriesenhof
AQUAVIT

Viele kennen und lieben unser Restaurant mit dem unverwechselbaren Namen »Aquavit«.

Dort, wo die Nordsee jeden Tag Ihre volle Schönheit entfaltet, mit direktem Blick auf die Strandpromenade, verwöhnen wir Sie mit unserer guten Küche, erstklassigen Speisenauswahl und aufmerksamen Service.

Hier können Sie mit allen Sinnen genießen. Unser Restaurant »Aquavit« ist - nicht nur für Hausgäste - täglich von 17.30 - 21.00 Uhr für Sie geöffnet.



Jann-Berghaus-Str. 23 • 26757 Nordseeinsel Borkum • Tel. 0 49 22 / 70 70 • Fax 0 49 22 / 31 33 • www.ostfriesenhof.de

Fasten – ein Schritt auf dem Weg zur vollwertigen Ernährung

Fast in allen Religionen hat das Fasten Tradition: Für die Christen beginnt ab dem Aschermittwoch eine 40-tägige Fastenzeit, die Muslime haben den Fastenmonat Ramadan und auch Gandhi unternahm Fastenwanderungen. „Gott ein Stück näher kommen“ – das ist der Gedanke hinter Verzicht und Enthaltensamkeit. Doch abseits von aller religiösen Bedeutung hat sich das Heilfasten in den vergangenen Jahren zu einem wahren Trend entwickelt. „Detox“ (Entgiftung) lautet das Schlagwort in der Wellnessbranche. Etwa drei Millionen Deutsche, so schätzt die Ärztegemeinschaft Heilfasten, legen regelmäßig Fastenzeiten ein, um Ruhe, Entspannung und inneres Gleichgewicht zu finden.

Der langsam nahende Herbst ist ein idealer Zeitpunkt für eine Fastenkur. Denn das Fasten unterstützt die Umstellung des Körpers von Sommer auf Winter. Für das Frühjahr allerdings gilt Ähnliches. Fasten, das ist im Gegensatz zum Hungern, der freiwillige Nahrungsentzug für einen begrenzten Zeitraum. In der Regel folgt man einer bestimmten

Methode. So gibt es etwa das Basen-Fasten, die Schrothkur oder die Null-Diät. Die unterschiedlichen Kuren sind jedoch nicht für jeden geeignet.

Es war der deutsche Arzt Otto Buchinger, der 1935 die klassische Methode des Heilfastens entwickelte. Dabei nimmt der Fastende fast ausschließlich flüssige Nahrung zu sich: Tee, Obstsaft, Gemüsebrühe, Honig und vor allem viel Wasser. 250 bis 400 Kalorien pro Tag sind erlaubt. Mehr nicht. Regulär würde der Durchschnittsdeutsche 1.500 bis 3.000 Kalorien zu sich nehmen.

Viele verwechseln den bewussten Verzicht deshalb auch mit einer Blitzdiät. Nichts essen und im Nu etliche Pfunde verlieren. Doch das ist ein Trugschluss. Denn nach der Fastenkur nehmen die meisten rasch wieder zu. Der Jo-Jo-Effekt droht. Fastenkuren sind daher nicht zum Abnehmen gedacht. Vielmehr verfolgen sie einen ganzheitlichen Ansatz. So sollen zum Beispiel Hautkrankheiten oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen therapiert, aber auch die psychische und

ng



spirituelle Ebene bedacht werden. In der Naturheilkunde dient das Heilfasten vor allem zur Vorbeugung und Behandlung von chronischen Krankheiten, wie ernährungsbedingten Stoffwechselerkrankungen. Dass dabei die Kilos purzeln, ist eine positive Begleiterscheinung. Ratsam ist es, sich während der Kur ein paar Tage Urlaub zu nehmen. Jeder der schon einmal mit leerem Magen im Büro saß, weiß wieso. Außerdem ist der Abstand vom Alltag wichtig. Wer zum Fasten wegfährt – beispielsweise in ein Kurhotel – kann sich ganz auf sich selbst konzentrieren und braucht keine Rücksicht auf die Essgewohnheiten der Familie zu nehmen. Eine ganze Reihe von Hotels auf Borkum bieten Fastenprogramme an. Gleichzeitig hat aber auch das Fasten in den eigenen vier Wänden seine Vorteile. Zum einen kostet es weniger Geld. Zum anderen können die neuen Erfahrungen und Lebensgewohnheiten gleich in den Alltag eingebaut werden. Besonders leicht fällt das Fasten in kleinen Gruppen, in denen man sich gegenseitig motivieren kann. Solche Gruppen finden sich etwa in Volkshochschulen, Kirchengemeinden und Arztpraxen zusammen. Generell gilt: Länger als eine Woche sollte man ohne medizinische Betreuung nicht fasten! Denn letztlich ist Fasten

M
A
S
S
A
G
E
P
R
A
X
I
S

CORNELIUS UND THEDA
AKKERMANN
Franz-Habich-Strasse 5

Unser Therapieangebot:
Meeresschlickpackungen, Meerwasserinhalationen, Massagen, Bindegewebsmassagen, med. Bäder, Lymphdrainage, Unterwasserdruckstrahlmassagen, Fußreflexmassagen, Stangerbäder, Kryotherapie, Bewegungsübungen, Atemtherapie, Elektrotherapie, med. Fußpflege – offene Badekuren – alle Kassen

Öffnungs- und Behandlungszeiten
Montags – Freitags 8.00 Uhr – 12.30 Uhr
Montags – Donnerstags 16.00 Uhr – 18.30 Uhr

Pauschalangebote

6 Meeresschlickpackungen 6 Massagen	105,– Euro
4 Meerwasserinhalationen 4 Meeresschlickpackungen 4 Massagen	105,– Euro
6 Massagen	70,– Euro
10 Meerwasserinhalationen	48,– Euro
1 Meeresschlickpackung 1 Massage 1 med. Fußpflege	33,– Euro

Telefon 04922 / 1533
Termine nach persönlicher Absprache

immer ein Eingriff in den Stoffwechsel. Damit der Übergang vom Essen zum Nicht-Essen möglichst schonend ist, stehen am Anfang jeder Heilfastenkur zwei bis drei Entlastungstage, an denen ballaststoffreiche sowie leicht verdauliche Kost, wie Obst und Reis auf dem Speiseplan steht. Zusätzlich wird der Darm durch Einläufe und die Einnahme von Bittersalzen Schritt für Schritt gereinigt. Diese Tage sind dann auch die schlimmsten der Fastenkur. Denn der Körper muss sich langsam umstellen. Kopfschmerzen, Müdigkeit und Kreislaufschwäche treten auf. Und natürlich der Hunger: Die Gedanken kreisen hauptsächlich ums Essen. Manche Menschen frieren außerdem verstärkt. Doch, wenn diese Phase überwunden ist, kommen die positiven Gefühle. Plötzlich ist der Hunger weg und man fühlt sich unbeschwert, wach und klar im Kopf. Das liegt an dem Glückshormon Serotonin, das ab dem vierten Fastentag vermehrt verfügbar ist. Wichtig während der gesamten Kur ist es, viel zu trinken. Mindestens 2 1/2 Liter täglich. Nur so wird die Flüssigkeit, die wir normal über die Nahrung aufnehmen, ersetzt. Am Ende der Kur stehen einige Aufbau tage, um den Körper wieder allmählich an feste Nahrung zu gewöhnen. Ein deftiges Steak und fettige Pommes würden den Magen überfordern. Dabei sollte für drei Fastentage ein Aufbau tag eingeplant werden. Was beim Fasten passiert, ist Folgendes: Der Körper reduziert den Stoffwechsel und zapft eigene

Energiereserven an. Zunächst werden deshalb die verbliebenen Kohlenhydrate in der Leber abgebaut – später dann das Eiweiß aus den Muskeln und das Fett aus den Depots an Bauch und Hüfte. Leichte Bewegung fördert den Fettstoffwechsel und wirkt dem Muskelabbau entgegen. Zahlreiche Mediziner sehen genau das allerdings kritisch. Sie fürchten, der Eiweißabbau könne auch dem Herzmuskel schaden. Deshalb weist die Deutsche Gesellschaft für Ernährung immer wieder daraufhin, dass die positiven Wirkungen des Heilfastens wissenschaftlich kaum oder nicht ausreichend belegt sind.

Ebenso wenig bewiesen sind die Schlacken, von denen der Körper regelmäßig befreit werden soll. Viele Befürworter des Heilfastens argumentieren: Das Überangebot an tierischen Fetten und Eiweißen überfordert unseren Darm. Er kommt deshalb mit der Ausschwemmung der Giftstoffe nicht hinterher, sodass sich die Stoffwechselprodukte an den Darmwänden sowie im Zwischenzellbereich ablagern. Unsinn, sagt unter anderem die Stiftung Warentest. Im Stoffwechsel des Menschen fallen keine Schlackenstoffe an. Heilfasten kann jedoch ein erster Schritt auf dem Weg zu gesünderen Ernährungsgewohnheiten und ein wichtiger Impuls für die Veränderung des Lebensstils sein. Schon der Begründer des medizinischen Fastens, Otto Buchinger, sah es als einen Einstieg in die vollwertige Ernährung, die nach der Kur weitergeführt werden sollte.

+ MUSIKKNEIPE + MU

Seute Deern

... die Musikkneipe auf Borkum
zu fairen Preisen

NEU: LECKERE COCKTAILS AB 4 EURO

täglich ab 17 Uhr geöffnet!

Wilhelm-Bakker-Straße 34
26757 Nordseebad Borkum
Tel. 0174 / 15 38 574

RE + MUSIKKNEIPE + M

www.olb.de

Damit Sie nicht auf Sand bauen...

wenden Sie sich immer zuerst an den OLB-Immobilien dienst, wenn Sie eine Immobilie kaufen oder verkaufen möchten!

OLB-Immobilien dienst

Ansprechpartner:
Frauke Poppen
Tel. 0 49 22 / 91912-10
Georg-Schütte-Platz 4 - 26757 Borkum
E-Mail: frauke.poppen@olb.de

OLB
Immobilien Dienst-GmbH



STRANDUNG VOR BORKUM KALENDER 2012

vom Borkumer Marinemaler Jörg Zogel Preis: 14,80 Euro



Wir liefern Ihnen den Kalender für € 14,80 versand- und portokostenfrei auf Rechnung direkt an Ihre Heimatadresse.
Bestellung über Telefon: 04922 990082 oder per E-Mail kalender@burkana-verlag.de

BurkanaVerlag



ob schnitzel, burger oder
fisch - berni bringt's
dir auf den tisch!

berni's
menü - &
partyservice

FLEISCH-GERICHTE
SALATE
FISCH-GERICHTE
GETRÄNKE
PIZZA
FÜR DEN KLEINEN HUNGER
SUPPEN
NUDEL-GERICHTE

Einfach anrufen
und bestellen!

Für die spontane Party:
Eiswürfel, Crasheis, Spirituosen, Getränke,
Essen - alles was man noch braucht
für einen gemütlichen Abend!
Rufen Sie uns an, wir sind für Sie da!

04922-2744
und das essen bringen wir!

Mindestverzehr: 8 Euro Während der Saisonverkehrssperre
liefern wir nur in der blauen Zone!

Konter's Imbiss | Hindenburgstr. 99 | Inhaber Bernd Helm

Walfängerfischplatte

Jeden Freitag und Samstag

6 Fischfilets gebraten, 4 Garnelenspieße, Zitrone, Pommes Frites, Bratkartoffeln, Remouladensoße (2 Erwachsene und 1 Kind (bis 120 cm) 24,90 €, jedes weitere Kind 3,90 €, jeder weitere Erwachsene 10,50 €)

Spareribs „satt“

auf Vorbestellung

Spareribs, so viel Sie möchten, mit Chilisoße und Pommes frites (11,90 € pro Person, für Gruppen ab 6 Personen, bitte drei Tage vorher reservieren)

Handwerkerpauschale

Sonderpreise

Handwerker, die auf der Insel arbeiten, können mit Festpreis jedes Gericht aus unserer Karte wählen.
- Bitte anrufen und informieren -

Susländer-Fleisch

Besondere Qualität

Bei uns erhalten Sie Fleisch von Susländer-Schweinen. Susländer-Schweine wachsen in Schleswig-Holstein, dem Land zwischen den Meeren, auf. Besondere Futterqualität garantiert einen zarten Biss und herzhaften Geschmack.



Geburtstagskinder

Wenn Sie mit mindestens 7 Personen bei uns feiern, laden wir das Geburtstagskind zum Hauptgang ein

Feiern Sie bei uns!

Geburtstage, Jubiläen, Hochzeiten, Jahrgangstreffen, Betriebsfeiern... Gemütliche Räume von 10-70 Personen. Wir liefern unsere kulinarischen Köstlichkeiten auch zu Ihrer Feier!

Catering-Service

Für Ihre Gäste zu Ihrem Feste - nur das Beste!
Wir beraten Sie gerne!

Oktober

01. SA		vom 17.10.- 05.11.2011 Herbstferien Familien Aktion Kinder bis 14 Jahre bekommen 25% Rabatt auf alles
02. SO	Erntedankfest	
03. MO	Tag der Dt. Einheit	
04. DI		
05. MI		
06. DO		
07. FR	WALFÄNGER	vom 08.10.- 15.10.2011 Kulinarischer Herbst Unser Angebot: Lamm Fisch Pilze Kürbissuppe Ostfriesisches Teemousse
08. SA	FISCHPLATTE	
09. SO		
10. MO		
11. DI		
12. MI		
13. DO		
14. FR	WALFÄNGER	
15. SA	FISCHPLATTE	
16. SO		
17. MO		Sonderpreis am 28.10.2011 Museumsnacht 8 Riesengarnelen mit Blattsalat und Ciabatta statt 15,20 € für 13,90 €
18. DI		
19. MI		
20. DO		
21. FR	WALFÄNGER	
22. SA	FISCHPLATTE	
23. SO		
24. MO		
25. DI		
26. MI		
27. DO		
28. FR	WALFÄNGER Museumsnacht	
29. SA	FISCHPLATTE	
30. SO	Ende der Sommerzeit	
31. MO		

Wenns draußen stürmt und pfeift -
Alt Borkum bietet Behaglichkeit!

Urlaub von 08.01. - 27.01.2012

Das fängt ja gut an! Wir räumen auf, zählen die Erbsen und planen für Sie die nächsten Aktionen!

alender ember 2011)

November	
01. DI	Ruhetag
02. MI	
03. DO	
04. FR	WALFÄNGER FISCHPLATTE
05. SA	
06. SO	
07. MO	
08. DI	Ruhetag
09. MI	
10. DO	
11. FR	WALFÄNGER FISCHPLATTE
12. SA	
13. SO	
14. MO	
15. DI	Ruhetag
16. MI	
17. DO	
18. FR	WALFÄNGER FISCHPLATTE
19. SA	
20. SO	
21. MO	
22. DI	Ruhetag
23. MI	
24. DO	
25. FR	WALFÄNGER FISCHPLATTE
26. SA	
27. SO	1. Advent
28. MO	
29. DI	Ruhetag
30. MI	

Neu
Ab November
**Winter-
Öffnungszeiten**
von 17 Uhr - 22 Uhr

vom 10.11.-27.11.2011
Schlachtplatte
- Blut- und Leberwurst
- Schweinebauch
- Borkumer Salzfleisch
- Grünkohl mit Kassler

vom 07.12. - 20.12.2011
Ihr Bonus
10% Preisnachlass
auf alles

**Denken Sie daran:
Weihnachtsfeiern**
Reservieren Sie
rechtzeitig! Gruppen
ab 20 Personen erhalten
20 % Preisnachlass

Dezember	
01. DO	
02. FR	WALFÄNGER FISCHPLATTE
03. SA	
04. SO	2. Advent
05. MO	<i>Klaasohm</i>
06. DI	Ruhetag
07. MI	
08. DO	
09. FR	WALFÄNGER FISCHPLATTE
10. SA	
11. SO	3. Advent
12. MO	
13. DI	Ruhetag
14. MI	
15. DO	
16. FR	WALFÄNGER FISCHPLATTE
17. SA	
18. SO	4. Advent
19. MO	
20. DI	Ruhetag
21. MI	
22. DO	
23. FR	WALFÄNGERFISCHPLATTE
24. SA	<i>Hl. Abend / Ruhetag</i>
25. SO	1. Weihnachtstag
26. MO	2. Weihnachtstag
27. DI	Ruhetag
28. MI	
29. DO	<i>Blues Night</i>
30. FR	<i>Blues Night</i>
31. SA	WALFÄNGERFISCHPLATTE <i>Silvester</i>

Am 05.12.2011:
Klaasohm
Spareribs „satt“ soviel
sie möchten mit Chili-
soße und Pommes Frites
11,90 € pro Person

vom 08.12 - 23.12.2011:
Ente gut - alles gut
Knusprige 1/2 Ente, dazu
Rotkohl mit Äpfeln,
Semmelklöße und
Orangensoße

Weihnachten & Silvester
**Traditionelles
à la carte**
- Gänse- u. Wildgerichte
- Frische Pfifferlinge

Am 29. und 30. Dezember
**Borkumer
Blues Night**
Unser Bonus-Angebot:
Gebratener Zander auf
Sauerkraut, Bratkartoffeln

Öffnungszeiten

Täglich von 11.00 - 14.00 Uhr und 17.00 - 22.00 Uhr
Von November 2011 - März 2012: 17.00 - 22.00 Uhr
Jeden Dienstag Ruhetag (außer 27.12.11 und 3.01.12)

Restaurant Alt Borkum

Roelof-Gerritz-Meyer-Str. 10 Tel. 0 49 22 - 20 05
26757 Borkum Fax. 0 49 22 - 93 25 07



Restaurant Alt Borkum geht mit neuen Ideen in den Her

Herbst/Winter-Aktionskalender

Noch ist es Sommer – und Borkumer und Gäste hoffen noch auf schöne Spätsommertage. Osman Kalkinc, Inhaber des Restaurants Alt Borkum in der Roelof-Gerritz-Meyer Straße 10 - direkt neben dem Heimatmuseum am Alten Leuchtturm - plant aber schon vorausschauend für den Herbst. „Es sind noch viele Nachsaisongäste auf der Insel und Borkumer haben auch endlich Zeit, am Abend gut essen zu gehen“, erklärt der seit über 20 Jahren auf Borkum lebende Gastronom seine Pläne und Ideen. Und er setzt sie auch um.

Vom 1. Oktober bis nach Neujahr bietet er in seinem Restaurant eine speziell auf den Herbst zugeschnittene Speisekarte.



Zwei Highlights wird es auf der Herbstkarte geben. Das erste spricht die Fischliebhaber an. Die „Walfänger Fischplatte“ bietet er mit sechs Fischfilets, vier Garnelenspießen, Zitrone, Pommes Frites, Bratkartoffeln und Remouladensauce für zwei Personen für 24,90 € an. Jeder weitere



Herbst

ÖFFNUNGSZEITEN:
 11 - 14 UND 17 - 22 UHR
 (KEN RUHETAG)
 VON NOVEMBER BIS MÄRZ
 17 - 22 UHR
 (Dienstag Ruhetag
 AUSSER 27.12. UND 03.01.)
 WWW.RESTAURANT-ALTBORKUM.DE

Erwachsene zahlt 10,50 € und Kinder 3,90 €. Ein wahrhaft köstliches Angebot für Liebhaber von Fisch und Meeresfrüchten. Eine Reservierung ist dringend angeraten.

SPARERIBS
SATT

Ein großes Gruppenvergnügen bietet immer wieder das Angebot „Spareribs satt“. Ab sechs Personen für 11,90 € inkl. Chilisause und Pommes Frites ein köstlicher Fleischgenuss. Auch hier wird eine vorherige Reservierung unbedingt empfohlen.

Wie in den Vorjahren wird sich sein Team wieder am sog. Kulinarischen Herbst beteiligen. Sein Angebot in diesem Jahr wird zusammengestellt sein aus Lamm, Fisch, Pilzen, Kürbissuppe und Ostfriesischem Tee-Mousse.

21.-31.10
KULINARISCHER
HERBST

28.10
MUSEUMSNACHT
SPEZIAL

Für die Museumsnacht am 28. Oktober wird er den Gästen acht Riesengarnelen mit Blattsalat und Ciabatta zu einem Museumsnacht-Sonderpreis anbieten.

Neue Qualitätsoffensive bei Fleisch und Fisch

Dabei stehen zwei Ziele im Vordergrund: Osman Kalkinc wird in seinem Angebot an Fisch und Fleisch noch höhere Qualitätsmaßstäbe anlegen, als er schon heute hat.

Das von ihm angebotene Susländer-Schweinefleisch stammt aus den Kreisen Steinburg und Pinneberg in Schleswig-Holstein. Unter der Obhut qualifizierter Landwirte wachsen die Tiere in sogenannten geschlossenen Betrieben auf, d.h. immer mit eigenen Muttertieren und Ferkeln. Ganz besonders wichtig ist dem Gastronomen aber, dass hier die Schweine mit Futter aufwachsen, das nicht mit Antibiotika und Chemiezusätzen versetzt wird.

Ebenso deutlich setzt sich das Restaurant Alt Borkum für hohe Qualität bei dem Angebot von Fisch ein. Aber hier



geht er über seine Ansprüche an hohe Qualität noch hinaus: Zertifizierte nachhaltige Fischerei ist das Stichwort. Auch die Liebhaber von köstlichen Fischgerichten kennen die Probleme: die Überfischung der Weltmeere, der Artenrückgang und die unsichere Zukunft der Fischerei. Niemand bestreitet ernsthaft diese Warnsignale. Aber es gibt Möglichkeiten gegenzusteuern. Und Osman Kalkinc nutzt sie. Die Fische, die er für sein Restaurant einkauft sind, mit einem bekannten Siegel zertifiziert: Marine Stewardship Council (MSC). Er kauft nur noch Fische bei Betrieben ein, die den MSC-Umweltstandards entsprechen. Fischereibetriebe, die die Nachhaltigkeit der Fischbestände und die Aufrechterhaltung der durch den Fischfang betroffenen Ökosysteme garantieren können, erhalten dieses MSC-Siegel.

Und so können die Gäste des Restaurants Alt Borkum nicht nur köstlich speisen, sondern haben dazu auch noch das gute Gefühl, etwas für die Umwelt getan zu haben.



10.-28.11
SCHLACHT-
PLATTEN
SPEZIAL

Für die Freunde von Schlachtplatten hat Alt Borkum vom 10. bis 27. November alles, was das Herz begehrt. Den Klassiker unter den Gerichten für die kühle Jahreszeit: Blut- und Leberwurst, Schweinebauch, Borkumer Salzfleisch und Grünkohl mit Kasseler.

Vom 8. bis 23. Dezember wird es etwas dezentler auf dem Teller, aber ebenso vielversprechend: „Ente gut, alles gut“, läutet die letzten Tage des Jahres ein: die halbe knusprige Ente, dazu Rotkohl mit Äpfeln, Semmelklöße und Orangensauce.

8.-23.12
"ENTE GUT
ALLES GUT"

29.+30.12
BLUES-NIGHT
SPEZIAL

Und zur Blues-Night am 29. Und 30.12. ein köstliches Fischangebot zur Einstimmung auf die Feiern zum Jahreswechsel: gebratener Zander auf Sauerkraut mit Bratkartoffeln.

Und auch an die vielen Handwerker, die im Herbst auf der Insel hart arbeiten, hat er gedacht. Er bietet den Firmen eine Handwerker-Pauschale an und die Mitarbeiter können zu einem besonders günstigen Festpreis jedes Gericht aus der Karte wählen.

FLEISSIGE
HANDWERKER
WILLKOMMEN

Die scheinbar unendliche Ressource Meer wird endlich

Mit dem Meer leben

Für alle an Umwelt- und Meeresfragen Interessierte gibt es eine wichtige Lektüre – vielleicht sogar Pflichtlektüre: den World Ocean Review.

70 Prozent der Erdoberfläche werden von den Ozeanen bedeckt. Borkum liegt mitten drin und ist somit ein wichtiger Teil dieses hochkomplexen Systems des Wärmeaustausches und Klimas unseres Planeten. Die chemischen und biologischen Prozesse der Meere und der prognostizierte Anstieg des Meeresspiegels haben weitreichende Auswirkungen auf das maritime Ökosystem. Das, was im Nordpazifik oder im Südatlantik passiert, ist nicht weit weg von uns, sondern betrifft unsere Lebensgemeinschaften zwischen Menschen und Tieren, Wasser und Luft, Sonne und Regen sehr hautnah.

Mit mehr als 250 Wissenschaftlern der Kieler Christian-Albrechts-Universität, dem Leibniz-Institut für Meereswissenschaften, dem Institut für Weltwirtschaft, der Muthesius Kunsthochschule und dem International Ocean Institute haben diese herausragende Untersuchung herausgegeben. Auf 240 Seiten, angefüllt mit beeindruckenden Fotos und informa-

tiven Grafiken, legen die Forscherinnen und Forscher umfangreiche Dokumentationen und Prognosen vor.

Prof. Martin Visbeck, Sprecher des Exzellenzclusters „Ozean der Zukunft“ weist auf die Bedeutung der Vorsorgeforschung der Meereswissenschaften für die Zukunft der Menschheit hin. „Mit dem World Ocean Review wollen wir eine möglichst realistische Einschätzung des momentanen Zustandes der Meere wagen“, schreibt er. Das ist den Autoren zweifelsfrei gelungen.



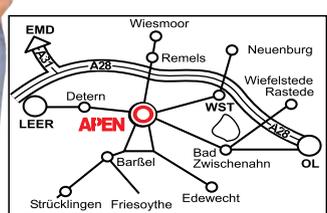
DER WORLD OCEAN REVIEW KANN KOSTENFREI ÜBER DIE WEBSITE WWW.WORLDOCEANREVIEW.COM BESTELLT WERDEN. DER REPORT LIEGT IN DEUTSCHER UND ENGLISCHER SPRACHE VOR.

Besuchen auch Sie das größte Möbelhaus im Ammerland!



Große Wohnboutique

- Lampen, Leuchten
- Bildergalerie
- Haushaltsartikel
- Piazza Leonardo
- Bettwäsche usw.

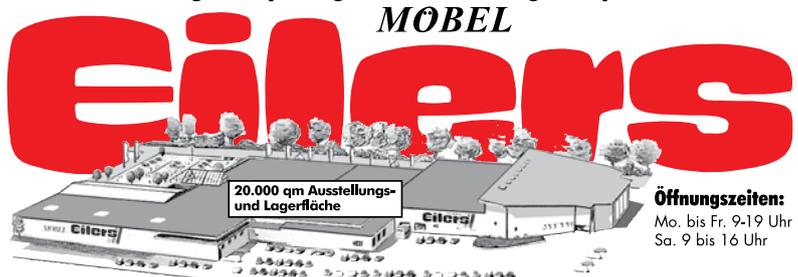


Verbinden Sie Ihren „Landgang“ doch mal mit einem Besuch bei Möbel Eilers. Nur ca. 30 Min. von Emden. **Gerne holen wir Sie vom Anleger ab.**

Genießen Sie ein paar unbeschwerte Stunden bei uns im schönen Ammerland. Bummeln Sie durch unsere große Ausstellung und lassen Sie sich inspirieren für ein noch schöneres Wohnen.

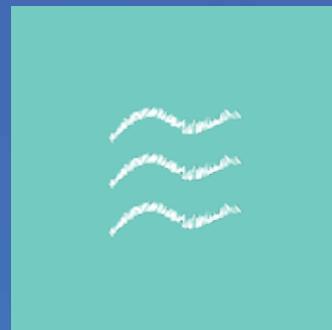
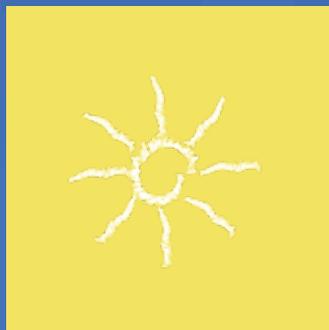
- Modernes Wohnen ● Massives Wohnen ● Junges Wohnen
- Küchenstudio ● Matratzenstudio ● Heimtextilien ● Wohnboutique

...dazu: individuelle Beratung, computergestützte Planung und perfekter Service



Öffnungszeiten:
Mo. bis Fr. 9-19 Uhr
Sa. 9 bis 16 Uhr

Gewerbegebiet I • 26689 Apen • Tel. (0 44 89) 95 89-0 • www.moebel-eilers.de



Schneller, höher, weiter...

Die 3. Borkumer Energietage 2012

Borkum liegt geografisch und politisch im Zentrum der Zukunft der Energieversorgung Nordeuropas. In direkter Nachbarschaft zur Energiezentrale im niederländischen Eemshaven, die Offshore-Parks Alpha Ventus und BARD-Offshore quasi direkt vor der Haustür und das Know How der Offshoretechnologie mit den Regionen Emden und Aurich in unserem Rücken, gilt Borkum als Kompetenzinsel für erneuerbare Energien und bietet die einmalige Möglichkeit, die facettenreiche Erzeugung regenerativer Energien hautnah zu erleben. Natürlich macht sich Borkum auch selbst stark für den vermehrten Einsatz alternativer Energie. So werden durch die Windkraftanlagen auf der Insel jährlich insgesamt weit über 10.000 MWh Energie erzeugt und mit der prognostizierten Bereitstellung von 1,4 Gigawattstunden wird der Anteil der Photovoltaikeinspeisung in diesem Jahr sprunghaft vervierfacht.

Doch nicht nur die Borkumer Stadtwerke setzen hierbei ein Zeichen. Auch in den Köpfen der Borkumerinnen und Borkumer ist die Energiewende längst angekommen – was die gestiegene Nachfrage nach Ökostrom aus dem Natur-Watt-Angebot beweist, dessen Absatz im Jahr 2011 bei rund

30 % liegt. Auch künftig wird Borkum eine zentrale Rolle beim Ausbau regenerativer Energien spielen – besonders bei der Errichtung weiterer Offshore-Anlagen – und dabei von seiner funktionierenden Infrastruktur aus Hafen und Flughafen profitieren. Bereits in den vergangenen Jahren haben die Stadtwerke durch wiederkehrende Veranstaltungen unter dem Titel „Tag der Energie“ Gäste und interessierte Insulaner über die gestiegene Bedeutung und die diversen Anwendungsmöglichkeiten erneuerbarer Energien informiert. Und auch für das kommende Jahr steht wieder eine solche Veranstaltung auf der Tagesordnung, die ganz im Zeichen der modernen Energieversorgung stehen wird.

Doch 2012 soll alles etwas anders, größer und besonderer werden. Statt auf dem Gelände der Stadtwerke finden die 3. Borkumer Tage der Energie dieses Mal vom 26. – 29. September 2012 in und um die vor regnerischem Wetter geschützte Kulturinsel statt. Auf der am Samstag stattfindenden Hausmesse werden noch mehr Aussteller erwartet, und ein buntes Unterhaltungsprogramm sorgt dafür, dass es auch abseits der interessanten Informationsstände nicht langweilig wird. Ob Vorführungen, Workshops, Seminare,



Präsentationen, Meetings, Ausflüge zu den Offshore-Parks oder Podiumsdiskussionen mit hochkarätiger Besetzung – die Borkumer Energietage 2012 versprechen Energieinformationen vom Feinsten.

Zudem versuchen die Veranstalter schon heute, Vertreterinnen und Vertreter der Energiewirtschaft, aus Politik und Verwaltung sowie Interessenverbände, bekannte Persönlichkeiten und das Fachpublikum für die Borkumer Energietage zu begeistern, um sie im kommenden Jahr auf die Insel locken zu können. Bereits ab Mittwoch, den 26. September, werden die ersten Energieexperten erwartet, die dann an den ab Donnerstag angebotenen Fachseminaren teilnehmen werden. Damit soll der Veranstaltung noch mehr Bedeutung und Kompetenz verliehen und langfristig ein fester Bestandteil in den Terminkalendern von Schaffenden der Energiewirtschaft werden.

Die Borkumer Stadtwerke freuen sich schon heute auf gelungene Tage der Energie und möchten energierelevante Borkumer Unternehmen herzlich dazu einladen, sich an der Planung und Organisation zu beteiligen.



Hafenfest 2011:

echte Typen –
jung und alt gemeinsam





wehr
kum
AT 27H

Wolf Schn...
DIE K...
SEEN...
Kapitän K...
s-D. V...

VELTINS

Isilob
Isilob
Isilob

willies republic auf Borkum



WEITERE
INFORMATIONEN:
www.willies-republic.de



Meilenlaufsponsor zieht Borkumer und Gäste an

Dass ein Ehepaar aus dem Westerwald nach Borkum reist, ist nicht selten. Dass sie eine praktizierende Hebamme ist und er eine eigene große Anwaltskanzlei führt, ist schon seltener. Dass beide aber neben ihren Berufen dieses professionell betriebene Hobby haben, kommt fast nie vor: Sie produzieren Jacken, Borkum-Jacken. Jacken unter dem Label „willies republic“.

Seit 1978 kommt Willy Schneider nach Borkum. Schon während seines Jurastudiums in Gießen betrieb er einen Jeansladen in Wetzlar. Auch seine Frau Martina liebt die Insel seit Langem. „Wir kennen alle deutschen Inseln. Wir lieben die Borkumer Natur und die weiten Strände. Wir brauchen kein Sylt-Schicki-Micki“, sagt sie überzeugend. Was sie aber brauchen, sind schicke Jacken. 2005 entsteht die Idee. „Borkum hat so ein schönes Logo“, erzählt Willy, „ wir wollten dieses schöne Logo auf einer hochwertigen Jacke sehen.“ Gesagt, getan. Martina und Willy suchen Stoffe, Farben und Schnitte und beim ersten Borkumer Meilenlauf 2006 ist „Basic“ da – dunkles, maritimes Blau, vorne die geografischen Koordinaten des neuen Borkumer Leuchtturms und gut sichtbar am Rücken das berühmte Borkumer Logo. Viel hat sich seitdem getan. Weitere Jackenmodelle sind hinzugekommen. T-Shirts, Taschen, Caps und Tassen komplettieren das Angebot. Kaufen kann man die Produkte von „willies republic“ im Internet unter www.willies-republic.de



Martina und Willy gehören mit willies-republic seit Jahren zu den Sponsoren des Borkumer Meilenlaufes und bei der Borkum-Helgoland Regatta 2009 unterstützten sie die erfolgreiche maritime Meile an der Promenade. Martina – selber seit Jahren Teilnehmerin des Borkumer Meilenlaufes mit einer beachtlichen Halbmarathon-Bestzeit von 2:06 Stunden - sagt, dass sie in Zukunft auf weiteren Inselevents vertreten sein möchte. Und beide - Willy und Martina - haben dafür schon viele neue Ideen.

Wolf Schneider

Strandung vor Borkum

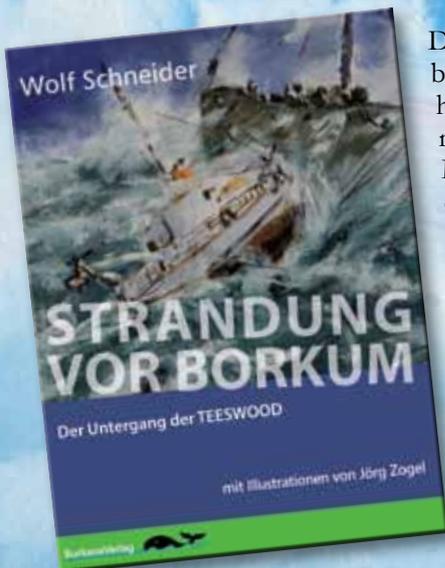
Der Untergang der TEESWOOD

mit Illustrationen von Jörg Zogel und einer bisher unveröffentlichten persönlichen Dokumentation von Vormann Wilhelm Eilers

28. November 1951. Das Ende des 2. Weltkriegs ist erst sechs Jahre her. Ein Krieg, in dem sich Engländer und Deutsche in erbitterten Kämpfen als Feinde gegenüberstanden und sich gegenseitig die Städte zerbombten. Noch immer gibt es zu dieser Zeit in der Bevölkerung beider Länder große Ressentiments, Hass und Verbitterung gegeneinander. An diesem Tag gerät der englische Frachter TEESWOOD mit 15 Seeleuten an Bord vor Borkum in Seenot und sinkt. Doch wie auf allen Weltmeeren üblich, sind Seeleute immer für die anderen da, wenn die Not es verlangt. Also zögern die drei Rettungsmänner der Deutschen Gesellschaft zur Rettung Schiffbrüchiger Wilhelm Eilers, Christoffer Müller und Folkert Meeuw nicht und fahren mit dem Motorrettungsboot BORKUM trotz heftigstem Nordweststurm hinaus. Mit fast übermenschlichem Mut und großem seemännischen Können versuchen sie, die Männer vor dem sicher scheidenden Seemannstod zu retten.

Der auf Borkum und in Berlin lebende Journalist Wolf Schneider hat diese spannende Geschichte neu erzählt und das Buch vom Marinemaler Jörg Zogel mit eindrucksvollen Bildern illustrieren lassen.

Der Borkumer Seemann Hermann Eilers, Sohn des Vormanns Wilhelm Eilers, hat für das Buch eine bisher unveröffentlichte Dokumentation seines Vaters über die Rettung zur Verfügung gestellt.



Borkumer Kunstkalender 2012

Jörg Zogel hat mit seinen Illustrationen einen eindrucksvollen Gemäldezyklus vom Einsatz des Motorrettungsbootes BORKUM geschaffen. 12 der Bilder aus dem Buch - die den Untergang der TEESWOOD und die Rettung von 13 Seeleuten mit den Mitteln der Malerei erzählen - haben wir in einem hochwertigen Kunstkalender 2012 zusammengestellt.

Buch & Kalender sind erhältlich
im Buchhandel oder beim
BurkanaVerlag www.burkana.de/shop

Strandung vor Borkum:
164 Seiten mit vielen Illustrationen, Fotos
und Dokumenten
€ 24,80, ISBN 978-3-9812209-9-5

Kunstkalender 2012 (Jörg Zogel):
Format DIN A3 inkl. 12 hochwertige
Farbdrucke € 14,80



Eindrücke von der Buchvorstellung im Teehaus



Moin! Ich bin's, euer Burki:

Wenn ihr wüsstet, was ich in der letzten Zeit wieder für spannende Abenteuer erlebt habe... Ich muss euch unbedingt davon berichten: Vor ein paar Wochen war ich mit meinen Wattfreunden Ralli, Krusti, Marina und Moni auf dem Hafenfest im Schutzhafen. Während die anderen sich Würstchen und Pommes holten, haben Krusti und ich an einer Tombola teilgenommen und uns ein paar Lose geholt. Naja, wie ihr euch wahrscheinlich schon denken könnt, habe ich den Hauptpreis gezogen und ein Fahrrad gewonnen.

Nur leider konnte ich mich darüber gar nicht so richtig freuen, weil ich doch noch nie auf einem Fahrrad gefahren bin. Doch Moni hatte bereits einen Plan. Sie nahm mich mit zu „Fahrradtente“ in der Innenstadt und die freundlichen Mitarbeiter brachten mir dann ganz schnell bei, wie man richtig in die Pedalen tritt. Als ich dann so richtig sicher Fahrradfahren konnte, entdeckte ich ein großes Plakat mit der Aufschrift „Borkum Beach Race in wenigen Tagen – wir bitten um Anmeldung“. Natürlich wollte ich an diesem Fahrradrennen über den Strand und die Dünen teilnehmen und eilte mit meinem Fahrrad zurück ins Watt, um den anderen davon zu berichten. Auch meine Wattfreunde waren begeistert und wollten ebenfalls mitmachen. Aber oje... uns wurde



dann schnell klar, dass die Möwe Moni, die Wattwurmdame Marina und die Krabbe Krusti viel zu klein waren, um auf einem Fahrrad zu radeln. Aber wie immer, wusste ich auch gleich eine Lösung: Wir liehen uns bei Fahrradrente einen Anhänger aus, hingen ihn an mein neues Rad und schon konnten alle Wattfreunde am Beach Race teilnehmen. Zwar konnten wir nicht mit den Profis mithalten, aber das war uns ganz egal – denn dabei sein ist ja bekanntlich alles und viel wichtiger war, dass wir alle gemeinsam einen schönen Tag erlebt haben. Aber das war natürlich nicht das einzige Abenteuer, das ich erlebt habe.

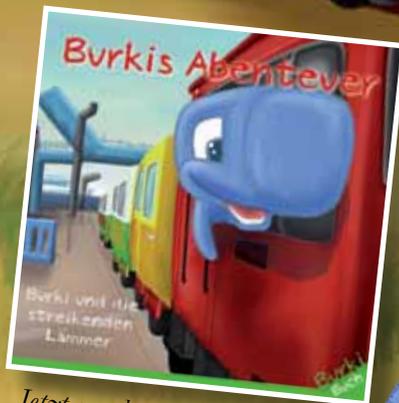
Extrem spannend war auch der Tag mit der Inselbahn: Eines schönen Tages entspannten meine Freunde und ich im Watt, als wir das Tuten der Inselbahn hörten. Schnell eilten wir in Richtung Reede, um die Passagiere winkend zu begrüßen. Plötzlich entdeckten wir auf den Gleisen eine große Schafherde, die von ihrer Weide auf dem Deich ausgebüxt war. Wir wussten sofort, dass wir nun schnell etwas tun mussten, damit kein Unglück geschieht. Die Möwe Moni und die Wattwurm-Dame Marina flogen sofort zur Inselbahn, um den Lokführer zu warnen. Währenddessen versuchten die Robbe Ralli, die Krabbe Krusti und ich auf die Schafe ein-

zureden, damit diese schnell von den Schienen verschwinden. Doch die Schafe ließen nicht mit sich reden und mehr als gelangweiltes Blöken konnten wir bei der Schafherde nicht erreichen. Doch die Zeit drängte und der Zug kam immer näher... Zum Glück hatte Krusti die rettende Idee. Er schnitt mit seiner Schere ganz viel frisches Gras von der Heimatweide der Schafe und transportierte die Bündel gemeinsam mit mir zu den Gleisen. Anschließend versuchten wir die Schafe mit dem frischen Gras von den Schienen zu locken – und tatsächlich: Als die Schafe den bekannten Geruch des frischen Grüns ihrer Weide rochen, ließen sie sich ganz einfach wieder auf den Deich zurückführen. Puuuhhh – das war aber auch gerade noch rechtzeitig und höchste Eisenbahn. Denn kurz nachdem das letzte Schaf die Gleise verlassen hatte, rollte auch schon die Inselbahn vorbei. Als Dankeschön durften wir an einem Kurs zum Ehrendampflokführer teilnehmen und künftig ab und zu mal die Inselbahn über Borkum fahren.

So, das waren erst einmal meine Abenteuer, die ich in den letzten Wochen erlebt habe. Aber keine Angst: Das werden bestimmt nicht die letzten gewesen sein und ich werde euch garantiert noch von vielen spannenden Geschichten berichten können.



Jetzt neu bei Fahrrad „Tente“ in der Wilhelm-Bakker-Str. 9



Jetzt neu bei der Borkumer Kleinbahn am Inselbahnhof



Werde jetzt mein Fan auf Facebook!

facebook.
facebook.com/burkibuch

Phu Quoc

Wo der Pfeffer wächst

Lange Zeit galt Phu Quoc als Geheimtipp. Nun haben auch die großen Reiseunternehmen die südvietnamesische Insel vor der Küste Kambodschas entdeckt. Während der Tourismus boomt, droht von anderer Seite Gefahr: Die vietnamesische Regierung möchte die Südspitze der Insel als Tiefseehafen ausbauen.

Hanoi - „Phu Quoc ist ein Paradies!“, proklamiert Andrew, mein britischer Nachbar, nach dem zweiten Bier. Seit drei Monaten hat er den Bungalow mit Strandblick gemietet, ist aus Liebeskummer aus London geflohen und aus Liebe zur Insel geblieben. Tatsächlich bietet Phu Quoc vor allem am Long Beach, dem knapp fünf Kilometer langen Hauptstrand der Insel, eine Postkartenidylle, die an das frühe Ko Samui erinnert. Schon beim Anflug fällt der Blick auf das weitgehend unberührte Innere der Insel, seit 2001 Nationalpark und ideal für ausgedehnte Wanderungen. Eine der Hauptverbindungsstraßen der Insel führt auf halber Höhe über die Start- und Landebahn des Flughafens. Bei jedem Start und jeder Landung, in der Hauptsaison immerhin je neun am Tag,

hält eine klapprige Schranke den spärlichen Verkehr davon ab, mit den kleinen Propellermaschinen zu kollidieren, die die Insel von Saigon und Rach Gia aus anfliegen. In Duong Dong, mit 15.000 der insgesamt 70.000 Einwohner der 568 Quadratkilometer großen Insel immerhin größte Stadt Phu Quocs, ist vom Tourismus nicht viel zu spüren. Auf dem lebhaften Markt im Stadtzentrum finden sich ausschließlich Obst, Gemüse und Waren des täglichen Bedarfs. Souvenirs sucht man hier vergebens, den Touristen als Kunden haben die Marktfrauen, vom gelegentlichen Obstkauf einmal abgesehen, noch nicht entdeckt. Lediglich einige kleine Geschäfte in der Nähe des Marktes haben ein ausgesuchtes Sortiment von importierten Spirituosen, meist französischer Wein oder Champagner, und die üblichen Notrationen der globalisierten Süßwaren: Mars, Snickers und M&Ms. Die kleine Eisdielen im Zentrum mit kostenlosem Internetzugang ist der Treffpunkt der wenigen Touristen, die die nahegelegenen Strände dann doch einmal verlassen. Duong Dong ist keine explizite Sehenswürdigkeit, und das macht die Stadt wieder interessant.



Das Inselleben findet hier von dem nur wenige Kilometer entfernten Touristenboom statt.

Von Aussteigern bis zum Pauschaltouristen: Der Long Beach

Einen Kilometer südlich manifestiert das Saigon Phu Quoc Resort dann deutlich die potenzielle Zukunft der Touristendestination Phu Quoc. Luxusvillen mit Strandblick, Apartmenthäuser, Tennisanlage und Südwasserswimmingpool bietet das, so die Eigenwerbung „erste Fünf-Sterne-Resort der Insel“, seinen Kunden. Die Anlage könnte ebensogut auf den Kanaren oder auf Mallorca stehen, die in der Sonne brutzelnden Pauschalurlauber wären dort auch ebensogut aufgehoben. Während hier vor allem thailändische, deutsche und englische Touristen ihren Strandurlaub verbringen, haben sich einige ebenso pompöse Resorts etwas weiter im Süden auf russische und chinesische Touristen spezialisiert. Der German Biergarten etwa einen Kilometer den Strand entlang,

weist darauf hin, dass auch die teutonischen Hopfensaftfreunde nicht weit sind. Je weiter man von Duong Dong den Long Beach entlang läuft, desto kleiner und ansprechender werden die Resorts. Die Bungalowanlagen heißen Sea Star, Tropicana und Paradise und bieten bescheidenen Luxus in überschaubaren, zumindest ansatzweise in die Strandumgebung angepassten Häusern. Das französisch geführte Mai House im letzten Drittel des Strandes ist leider ein Beispiel für ein postkoloniales Regime, das hinter einer stilvollen Anlage doch recht deutlich Ausbeutungsverhältnisse offenbart. Wesentlich angenehmer sind die einfachen, aber von einheimischen Familien liebevoll geführten Resorts am südlichen Ende des Long Beach. Mit Andrew sitze ich im Viet Thanh Resort, einer kleinen familiengeführten Bungalowanlage mit acht Häusern. Der Besitzer verteilt täglich gewaltige Sandmassen von einem Ende des Strandes zum anderen, türmt immer wieder Sandsäcke als Befestigung auf, bedeckt diese mit frischem Sand und hat sich und seinen Kunden so einen Traumstrand geschaffen. Penibel geht er jeden Abend über



seinen Strand und klaubt achtlos weggeworfene Zigarettentippen auf. Seine Frau kümmert sich inzwischen um die Bungalows, versorgt die Gäste mit Kokosmilch und Milchshakes und lernt mit jedem Besucher ein wenig mehr Englisch. Die in die Schweiz ausgewanderte Verwandtschaft hat der Familie beim Bau des Resorts unter die Arme gegriffen, das Geschäft läuft gut und vor allem im Winterhalbjahr, wenn das Wetter am angenehmsten ist, sind alle Bungalows ausgebucht. Jeden Abend zum Sonnenuntergang setzt sich das Besizerhepaar an den Strand und blickt, aneinandergelehnt, über das glutrote Meer. Phu Quoc ein Paradies?

Wenig attraktive Vergangenheit

Es ist ein knappes halbes Jahrhundert her, dass der Name Phu Quoc eher Schrecken verbreitete, als dass er an laue Nächte am Strand denken ließ. Während des Vietnamkrieges internierte das amerikanische Militär hier gefangene Vietkongs. Bereits die Japaner hatten die Insel im Zweiten Weltkrieg als Internierungsort genutzt. Die Bedingungen im „Kokosnussgefängnis“ waren alles andere als paradiesisch. Selbst vor zwanzig Jahren sprach noch wenig dafür, dass Phu Quoc sich zu einer Feriendestination entwickeln könnte. Die Anreise mit der Fähre war lang und beschwerlich, eine Infrastruktur so gut wie nicht vorhanden. Berühmt war die Insel allenfalls für seine Pfefferplantagen und die auf der Insel gezüchteten Hunde, die als besonders folgsam und zäh und damit als ide-



ale Jagdhunde gelten. Und natürlich genießt die Insel für das Produkt, das immer noch der Exportschlager Nummer eins ist, in ganz Vietnam besondere Verehrung: Fischsoße aus Phu Quoc, der Chateau Lafite unter den Würzsoßen Vietnams.

Paradies in Gefahr

Auch wenn sich der Tourismus stetig zur Haupteinnahmequelle der Insel entwickelt, ist die heimische Fischsoßenindustrie immer noch wichtigster Wirtschaftszweig Phu Quocs. Zehn Millionen Liter Fischsoße produziert die Insel jährlich, vor allem aus einer bestimmten Sorte Fisch, dem kleinen Cá Còm hergestellt. Hierin liegt aber auch eines der Hauptprobleme der Insel. Zum Fangen des Cá Còm werden riesige Netze in Landnähe ausgeworfen, in denen sich nicht nur der begehrte Proteinspender, sondern auch alle möglichen anderen Fische und Meeresbewohner verfangen. Schon jetzt klagen die Fischer über massive Ertragsrückgänge, und die für die weitere Entwicklung des Tourismus so wichtigen Tauch- und Schnorchelgründe lassen zuweilen das Wesentliche vermissen: die Fische. Nachts tuckern etliche Dutzend Fischerboote am Horizont, auf der Suche nach Calamaris, deren Bestand ebenfalls stetig abnimmt. Die eigentliche Gefahr für die noch junge Tourismusindustrie, vor allem aber für das noch intakte soziale Gefüge der Insel, droht aber von anderer Seite. Der bis heute eher beschauliche Hafen An Toi im Süden der Insel soll, geht es nach der vietnamesischen Regierung, zu einem internationalen Tiefseehafen ausgebaut werden. In einigen Jahren, so die Pläne, sollen hier große Containerschiffe ihre Ladung löschen, die dann über eine gigantische Brücke auf das vietnamesische Festland gebracht werden soll, in das boomende Mekongdelta. Bis jetzt gilt die Realisierung des Projekts jedoch als ungesichert; vor allem die exorbitanten Kos-

So kommen Sie nach Phu Quoc:

Von Saigon aus fliegt Vietnam Airlines täglich sieben Mal nach Phu Quoc. Der einfache Flug kostet 45 US-Dollar (bei Buchung in Vietnam) bzw. 90 Euro (bei Buchung von Deutschland aus). Mit der Fähre ist Phu Quoc von Rach Gia oder von Ha Tien aus zu erreichen, die Überfahrt mit dem Schnellboot (drei Abfahrten täglich) dauert 3,5 Stunden und kostet ca. 12 US-Dollar. Eine Anreise ab Kambodscha ist trotz der geringen Distanz zum kambodschanischen Festland aufgrund von Territorialstreitigkeiten zwischen den beiden Ländern nicht möglich.

ten sprechen dagegen. Für das noch relativ intakte Ökosystem im Süden der Insel wäre der Tiefseehafen eine Katastrophe. Das trotz Tourismusboom immer noch relativ beschauliche Inselleben Phu Quocs würde mit einem Schlag geschäftiger Hektik weichen. Es steht zu befürchten, dass dieser eher unerwünschte Boom die Insel vollständig überrollt, und alles, was Phu Quoc für den Besucher so reizvoll macht, mit sich reißt. Kaum verwunderlich, dass die meisten Bewohner der Insel, vor allem die Familien, die mit ihren kleinen Resorts zu bescheidenem Wohlstand gekommen sind, der Entwicklung äußerst skeptisch gegenüberstehen.

RESTAURANT ZUM YACHTHAFEN

Internationale sowie gutbürgerliche Küche

Mittag- und Abendkarte
Fisch- und Fleischspezialitäten

BESONDERE EMPFEHLUNG

Kaffee und Kuchen
Ostfriesentee auf Stövchen

Täglich frischer Fisch!
Kleine Schollen

Genießen Sie aus unserem Restaurant den Blick auf die ein- und auslaufenden Schiffe, die Insel und das schöne Wattenmeer.



Machen Sie doch eine Wanderung durch die Greune Stee über den Reededamm bis zum Restaurant Yachthafen (ab Ortsmitte ca. 7km)

Während Ihres Aufenthaltes bei uns können Sie Ihr Elektrofahrzeug kostenlos mit umweltfreundlich erzeugtem Strom aufladen!

Restaurant **ZUM Yachthafen**

Täglich von 10:00 bis 22:00 Uhr geöffnet!
(Küche von 11:30 - 14:00 Uhr und von 18:00 - 21:30 Uhr)
www.borkum-yachthafen.de

Tischreservierung unter 0 49 22 - 77 73 möglich. Eine Bushaltestelle der Borkumer Kleinbahn befindet sich direkt vor unserer Tür.

Kulinarische Strandfreuden

„Wanna go snorkling?“, fragt Tu jeden Abend in den Strandrestaurants und bietet einen Ganztageschnorchelausflug zu den vorgelagerten Inseln. Vor allem im Palm Beach Restaurant, das im Gegensatz zu seinem herrschaftlichen Namen ein kleines Palmenblatt bedecktes Freiluftrestaurant direkt am Strand ist, findet Tu die meisten Kunden. Das Palm Beach ist, trotz der scheinbar übermächtigen Konkurrenz des benachbarten Accor-Resorts mit seinem schicken, mit Fackeln beleuchteten Grillrestaurant, beliebtestes Etablissement am Long Beach.

Während die vielen kleinen Familienresorts in diesem Abschnitt wohl nicht mehr internationaler Konkurrenz weichen müssen, sitzt das Palm Beach auf einem der wenigen Strandstücke, die noch nicht erschlossen sind. Bereits vor einem Jahr musste das „Hieu“, ebenfalls ein sehr beliebtes lokal geführtes Restaurant, seinen Strandplatz räumen und hat nun einige hundert Meter im Landesinneren neu eröffnet. Auf die Frage, wie der Besitzer des Palm Beach Restaurants die Lage einschätze, sagt er: „Na ja, irgendwann werden wir wohl das Restaurant auch ins Hinterland verlegen müssen.“ Das wird sicherlich noch eine Weile dauern, fügt er hinzu. Bis dahin sitzt man jedoch immer noch direkt am Strand, genießt frische Meeresfrüchte vom Grill oder Phu Quoc Pfefferfisch mit eingelegten Pfefferkörnern.



KÜCHEN KRAMER
WOHNKULTUR.

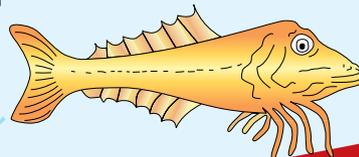
Kompetent! Innovativ! Preiswert!



Jetzt auch auf Borkum!

Raiffeisenstraße 6a • 26736 Krummhörn-Pewsum
Telefon: 0 49 23 / 86 33 u. 86 34 • Fax: 0 49 23 / 8 02 33
www.kuechen-kramer.de • info@kuechen-kramer.de

KNURRHAHN
- täglich geöffnet -



Vorsicht: Frisch belegt!



FRANZ-HABICH-STRASSE 16



Akropolis



Restaurant GRIECHISCHE SPEZIALITÄTEN

Wir freuen uns, Sie als anspruchsvollen Gast mit unseren griechischen Speisen, griechischen Weinen und internationalen Getränken verwöhnen zu dürfen.

Bismarckstr. 36
26757 Borkum
Tel. 0 49 22-93 28 40

Unsere Öffnungszeiten:
Von 11:30 bis 14:30 Uhr
und 17:00 bis 22:00 Uhr

Brasserie

Wir're tastier!

DER TREFFPUNKT FÜR
INSULANER UND GÄSTE



Alle Gerichte auch zum Mitnehmen!

- FRÜHSTÜCK À LA CARTE!
- PIZZA UND PASTA
- AMERICAN BURGER
- FISCHGERICHTE
- FRISCHE SALATE

FRANZ-HABICH-STR. 18 - IMB. CHR. ALEXSSER - TEL. 0 49 22 - 72 47 900

Bitte vormerken!

Kulinarische Lesung am Mittag

Mi. 31. August 2011, 12:30 Uhr, Teehaus, Süderstr. 22

Eine neue Form von Lesungen hat der Burkana Verlag in diesem Jahr auf Borkum einführen: Kulinarische Lesungen am Mittag. Diese neue Form bietet sich auch an, denn gelesen wird aus dem Buch DIE KOCHENDEN SEENOTREITER: Die beiden Seenotretter Kapitän Fritz Brückner und Klaus D. Wybrands sowie der Journalist Wolf Schneider werden zwei Stunden aus ihrem gemeinsamen Buch vorlesen.

Bernhard Hoëcker

Donnerstag 1. September, Kulturinsel

Haben Sie sich schon mal gefragt, ob es intelligentes Leben unter Ihrer Duschmatte gibt; oder ob Sylvester Stallone bei der Mondlandung dabei war? Der bekannte Komiker Bernhard Hoëcker geht mit seinem neuen Programm WIKIHOËCKER den großen Irrtümern auf den Grund.

Borkumer Meilenlauf

Sa. 3. September 2011, 9 Uhr, Strandhotel Hohenzollern

Ob Piratenläufe für die Kleinen, 5-km-Kaaplauf,

Halb- und Viertelmarathon oder ausgedehnte Nordic-Walking-Touren – an diesem Samstag wird Laufen auf Borkum groß geschrieben. Um 20 Uhr findet die Gesamtsiegerehrung im Strandhotel Hohenzollern statt – mit Party & Live Musik von „Four to dance“.

Johann König

Mittwoch 7. September, ab 20 Uhr, Kulturinsel

Natürlich lässt es sich auch der Gewinner des deutschen Comedy-Preises 2010, Johann König, nicht nehmen, das Borkumer Publikum zum Lachen zu bringen. Mit seinem neuen Programm „Total Bock auf Remmi Demmi“ bleibt vor Lachen garantiert kein Auge trocken..

8. Borkumer Landpartie

Samstag 10. September, ab 12 Uhr + So. 11. September, ab 11 Uhr, Café Ostland + Café Bauernstuben

35 Aussteller präsentieren ländliches Wohnen und Leben. Ob Borkumer Schnuckenschäfererei, hausgemachte Sanddorn- und Holunderprodukte, Teeverkostungen, Töpferei oder Wettspinnen – an diesem Septemberwochenende wird Ihnen das traditionelle Handwerk und die traditionelle Lebensweise der Insel vorgestellt. Ein buntes Unterhaltungsprogramm für Jung und Alt runden die beliebte Veranstaltung ab.

The Lords live auf Borkum



THE LORDS

ROCKIGE KLÄNGE

FETZIGE UNTERHALTUNG

DIE DIENSTÄLTESTE ROCK-BAND DER WELT

SAMSTAG, 22. OKTOBER 2011, 20.00 UHR, KULTURINSEL

Tickets für einen Stehplatz sind ab 19,- Euro (ermäßigt 9,- Euro) sowie für einen Sitzplatz ab 22,- Euro in der Tourist-Information, am Ticketschalter in der Kulturinsel sowie unter www.borkum.de erhältlich.



Fit und aufrecht durch die kalte Jahreszeit!

Rückenprobleme? Die neue Rückenschule hilft, Schmerzen vorzubeugen und zu lindern! Es erwarten Sie eine persönliche Beratung, Ausdauer- und Kräftigungseinheiten am Strand sowie die Verbesserung Ihrer individuellen Körperhaltung.

Werden Sie Mitglied im Badeclub und nutzen Sie alle Fitnesskurse sowie das Sauna- und Erlebnisdeck der Badelandschaft im Gezeitenland.

Fit sein lohnt sich!



Gezeitenland
Wasser und Wellness

Gezeitenland ~ Wasser und Wellness
Goethestraße 27, 26757 Borkum
Telefon (04922) 933 600
www.gezeitenland.de

Mehr erleben. Im Gezeitenland.

Spielinselfest

Montag 12. September, ab 20 Uhr, Kulturinsel

Die beiden größten Borkumer Musik-Formationen – der Männerchor des Vereins Borkumer Jungens e.V. und der Musikzug der Freiwilligen Feuerwehr Borkum – präsentieren beliebte Märsche, berühmte Opern- und Operetten-Melodien, Musical-Highlights, Filmmusik, Schlager und zündende Jazz-Oldies.

„Up de walvis“ – Das Borkum-Musical

Dienstag 20. September, ab 20 Uhr, Kulturinsel

Diesen fantastischen Abend mit historischem Spiel über die goldenen Walfängerzeit Borkums sollten Sie auf keinen Fall verpassen. Trachten, Tänze und Shantys; Piraten, Walfänger und mutige Frauen sind ein Programm für die ganze Familie.

Shanty-Chor „Oldtimer“ – Konzert „Melodien der Meere“

Donnerstag 29. September, ab 20 Uhr, Kulturinsel

Für Borkumurlauber sind sie ein Pflichtprogramm und für Insulaner schon längst bekannt: Der Shanty-Chor Oldtimer gehört seit fast 35 Jahren zum künstlerischen Höhepunkt der Insel und begeistert mit seinem vierstimmigen Chor. Auch am 29. September zeigen die Musiker wieder, was in ihnen steckt und präsentieren in der Kulturinsel das Konzert „Melodien der Meere“.

Kulinarischer Herbst

21. – 30. Oktober, in teilnehmenden Restaurants

Die Borkumer Gastronomen bitten zu Tisch und die hiesigen Küchenchefs stellen ihr ganzes Können unter Beweis, um die Gäste mit einheimischen und exotischen Rezepten zu verwöhnen..

52 Jahre „THE LORDS“

Samstag 22. Oktober, ab 20 Uhr, Kulturinsel

Die dienstälteste Rock-Band der Welt kommt nach Borkum und zeigt in der Kulturinsel ihr Können. Die auch als „deutsche Beatles“ bekannten Musiker der Gruppe bringen über 50 Jahre Bühnenerfahrung mit auf die Insel und garantieren dabei hohe musikalische Qualität und fetzige Unterhaltung. Dieser musikalische Leckerbissen ist wirklich ein Muss für jeden Liebhaber rockiger Klänge.

10. Borkumer Museumsnacht

28. Oktober, ab 18 Uhr, verschiedene Veranstaltungsorte

Lernen Sie Borkums Geschichte und Attraktionen kennen. Mit dabei sind dieses Jahr: Heimatmuseum, Alter Leuchtturm, Neuer Leuchtturm, Nordseeaquarium, Nationalparkschiff „Borkum-Riff“, Seenotrettungskreuzer „Alfried Krupp“ und die Borkumer Kleinbahn.

Auflage: 10.000
ISSN 1864-5992
www.burkana.de
UStIdNr.: DE 251748531

Verlag und Redaktion: BurkanaVerlag
Hindenburgstr. 77, 26757 Borkum
Tel. 04922 990096
Fax 04922 990086
E-Mail: redaktion@burkana-magazin.de

Redaktion Berlin: die reporter
Düsseldorfer Str. 47, 10707 Berlin
Tel. 030 88680606
Fax 030 88680607
E-Mail: redaktion@die-reporter.info

Chefredakteur: Patrick Schneider
Herausgeber: BurkanaMedia
Grafik/Layout: Patrick Burth, Crocy, Nik Schneider
Illustrationen: Sebastian Pripad
Redaktion: Wolf Schneider, Volker Häring
Karoline Kallweit
Lektorat: Ulrike Schneider

Fotos: Wolf Schneider, Ulrike Schneider,
Jörg Zogel, Volker Häring,
Wendelin Buse, Rudolf Burth

Inserenten:

Akropolis Restaurant, Aquavit Restaurant, Augenoptik Kieviet, Bäckerei Müller, Brasserie, Bauernstuben Restaurant, Charisma, Fischimbiss Konter, Gezeitenland, Hotel „das miramar“, Kaufhaus Henny Akkermann, Knurrhahn, Küchen Kramer, Kur- und Touristikservice, Massagepraxis Cornelius und Theda Akkermann, Möbel Eilers, Nordsee Kletterpark Borkum, OLB Immobiliendienst, Restaurant Alt Borkum, Scheunenrestaurant Upholm-Hof, Seute Deern, Stadtwerke Borkum, Suite-Hotel Villa Erika, willies republic, Yachthafen Restaurant

Abonnement:

Das BURKANA-MAGAZIN liegt an vielen Auslegestellen für Borkumer und Gäste zur kostenlosen Mitnahme bereit. Wenn Sie an einer Zusendung interessiert sind, bieten wir Ihnen ein Abonnement an: Das Abonnement kostet jährlich insgesamt 18 Euro inkl. Porto für fünf Ausgaben jährlich und kann jederzeit gekündigt werden. Sie können jederzeit von dieser Bestellung zurücktreten. Bestellt werden kann es auf unserer Website, per E-Mail, telefonisch oder postalisch.

Auch das noch! Borkum im Glanz von vier Weltmeisterinnen

Nein, sie wolle sich nicht mit den fußballspielenden Männern vergleichen lassen. Freundlich, aber direkt beantwortet Inka Grings die Frage eines Journalisten, ob sie das Spiel der deutschen Fußballmänner gegen Brasilien als Ansporn nehme. Warum auch, die deutschen Fußballfrauen gehören zu den besten der Welt und müssten sich höchstens mit anderen Frauenmannschaften messen. Vier Weltmeisterinnen des FCR 2001 Duisburg sind in dem Team des Bundesligisten, der vor Beginn der Saison sein Trainingslager auf Borkum veranstaltet. Inka Grings und Simone Laudehr, Weltmeisterinnen mit der deutschen Nationalmannschaft 2007 und Alexandra Popp U20-Weltmeisterin. Die aktuelle No. 1 ist ebenfalls dabei: Kozue Ando, vom aktuellen Frauenfußballweltmeister Japan.

Und man wolle sich messen mit der 1. Herrenmannschaft des TuS Borkum, ein Spiel, auf das man sich sehr freue und es ernst nehme. Beim Training der Damen wurden zwei Beobachter des TuS gesehen, die sich eifrig Notizen machten. Weltmeisterin Inka Grings sprach aller-



dings für ihr Team auch von intensiven Videoanalysen des Gegners von der Nordseeinsel. Es hat alles nichts genutzt: Das Spiel endete mit 4:3 für den TuS Borkum.



Besuchen Sie unsere Webseite
www.upholm-hof.de

Scheunenrestaurant upholm-hof



Täglich wechselnde
 Mittagskarte

Termine unserer Livebands

Datum	Uhrzeit	Band
2. - 3. September	18-22 Uhr	Oldieparty Dj Ronny
So. 4. September	11-14 Uhr	Oldieparty Dj Ronny
Mi. 7. September	18-21 Uhr	Jazz/Dixielanders
9. - 10. September	18-22 Uhr	Club-Party Dj Ronny
So. 11. September	11-14 Uhr	Club-Party Dj Ronny
16. - 17. September	18-22 Uhr	Triangel
So. 18. September	11-14 Uhr	Triangel
23. - 24. September	18-22 Uhr	Backstage
So. 25. September	11-14 Uhr	Backstage

Große Auswahl an Fisch-
 & Fleischspezialitäten,
 gutbürgerliche Küche

Torten, Kuchen &
 Brotaus der haus-
 eigenen Bäckerei!

Upholmstr. 45 | 26757 Borkum | Tel.: 0 49 22 - 41 76

Küche von 11:00 - 14:00 Uhr und 17:00 - 22:00 Uhr

Täglich durchgehend ab 11:00 Uhr geöffnet. Kein Ruhetag

www.upholm-hof.de

Auf Ihren Besuch freuen sich
 Familie Hentschel &
 das Team vom Upholm-Hof



2011 IST SUPER-WAL-JAHR AUF BORKUM

Burkis Abenteuer



Kennst Du schon die neuen spannenden Abenteuer mit Burki, dem kleinen blauen Wal, und seinen Freunden?

<p>Burkis Abenteuer Burki und der Schatz im Wattmeer</p>	<p>Burkis Abenteuer Burki und die verschwindenden Kiesel</p>	<p>Burkis Abenteuer Burki und der Meilenlauf</p>	<p>Burkis Abenteuer Burki auf heiliger Spur</p>	<p>Burkis Abenteuer Burki und die Schatzkarte der chinesischen Kaiserin</p>	<p>Burkis Abenteuer Burki und die geheimnisvolle Insel</p>	<p>Burkis Abenteuer Burki und die verlorenen Eier</p>
erhältlich beim BurkanaVerlag und im Borkumer Buchhandel	erhältlich in den Filialen der Bäckerei Müller	erhältlich im Schuhhaus Melles	erhältlich im Kaufhaus Henny Akkermann	erhältlich in Oma's Borkumer Teestübchen	erhältlich bei Kiki Kids Outlet	erhältlich bei der Tourist-Information
<p>Burkis Abenteuer Burki und die große Heldentat</p>	<p>Burkis Abenteuer Burki und die Baumkultur</p>	<p>Burkis Abenteuer Burki und der Lauf der Erbsenbienen</p>	<p>Burkis Abenteuer Burki und die Entdeckung der Borkumer Insel</p>	<p>Burkis Abenteuer Burki und die Fahrrad-Tente</p>	<p>Burkis Abenteuer Burki und die Borkumer Kleinbahn</p>	
erhältlich bei der AG „Ems“	erhältlich in den Restaurants „Bauernstuben“, „Knurrhahn“ und „Valentins“	erhältlich im Gezeitenland	erhältlich beim BurkanaVerlag und im Borkumer Buchhandel	erhältlich bei Fahrrad „Tente“	erhältlich bei der Borkumer Kleinbahn	

Weitere Informationen findest Du im Internet unter

www.burkis-abenteuer.de

facebook

Jetzt Burki-Fan werden!
www.facebook.de/burkibuch

BurkanaVerlag

