

herantasten und sich nicht unbedacht allein ins aufgewühlte Wasser stürzen. Die Nordseestrände sind hinsichtlich Strömungen und Wellen gefährlicher als jene in der Ostsee. Mehr dazu finden Sie im Abschnitt Gefahren auf [Seite 303](#).

Die Bewertungen der Strände können nur subjektiv sein und entsprechen so meiner eigenen Gewichtung. Alle Strandempfehlungen beziehen sich auf ruhiges Sommerwetter. Bitte berücksichtigen Sie, dass die Beschreibungen nach ausführlichen Recherchen vor Ort nach bestem Wissen und Gewissen erstellt worden sind. Allerdings können sich die Gegebenheiten vor Ort ändern. Ein Wintersturm beispielweise kann einen Strand völlig umkrepeln oder gleich ganz abtragen,

sodass man statt auf Sand nun auf einen Haufen Steine trifft oder auch umgekehrt.

NATUR NATÜRLICH SCHÜTZEN!

Wenn wir an den Strand gehen, sollte uns bewusst sein, dass wir in dem Lebensraum der hier lebenden Tiere nur zu Gast sind. Fauna und Flora sollten so wenig wie möglich gestört werden. Viele Gebiete unserer Küste sind so wichtig, dass sie die Nutzung für den Menschen einschränken. Die höchste Schutzstufe finden wir in unseren fünf Meeresnationalparks an Nord- und Ostsee. Auch zahlreiche Naturschutzgebiete an der Küste haben ihre eigenen Regeln. Besonders sensible Bereiche sind überhaupt nicht oder nur mit ausgewiesenen Führungen des Nationalparks zu betreten. In der Regel wird

aber auf ausgewiesenen Pfaden, durch Aussichtstürme und Informationseinrichtungen auch für uns Menschen Platz gelassen.

Einige der wilden Bademöglichkeiten in diesem Buch liegen in Naturschutzgebieten. Allerdings nur, wenn das Begehen des Strandes ausdrücklich erlaubt ist. In der Regel darf man an solchen Plätzen auch schwimmen gehen. Es versteht sich von selbst, dass wir uns dort besonders sensibel verhalten, schließlich wollen wir ja auch, dass die Besucher nach uns dieses Privileg nutzen können. Dass das Ausbreiten mit Grill und Liegestuhl hier nicht erwünscht ist, muss man wohl nicht gesondert erwähnen. Sonnenschirm, Badeinsel und Ghettohalter gehören an den Touristenstrand, den man leicht in der Nähe finden kann.

MIT DER FAMILIE AM STRAND

Eigentlich muss man sich keine große Mühe geben, die Kinder am Strand zu beschäftigen. Sie finden in der natürlichen Umgebung selbst ihre eigenen Spielgeräte. Hier dennoch einige Anregungen:

- Einen Turm aus Steinen aufschichten, indem man diese übereinander balanciert. Wer mehr Steine aufschichten kann, ohne dass sie umfallen, hat gewonnen.
- Mittels eines kleinen Dammes aus Steinen und Holz das ablaufende Wasser aufstauen.
- Muscheln sammeln und zu einem Mosaik auslegen.

- Mit dem Körper einen Engel in den Sand machen, wie man es von Schneeengeln im Winter kennt.
- Mit einem angespülten Ast einen Zengarten in den Sand zeichnen.
- Schiffe aus Treibholz mit Blättern als Segeln basteln und zusehen, welches am besten schwimmt oder am schnellsten segelt.

SCHNORCHELN

An unseren Küsten verstecken sich Hunderte von Wracks, die Gerätetaucher in ihren Bann ziehen. Als Strandbesucher reicht aber auch eine einfache Taucherbrille, gepaart mit einem Schnorchel, um einen schönen Blick in die