10 **TAKE OFF**
Es geht los: Kurioses und Wissenswertes im Kurzformat

18 **MEER DER MÖGLICHKEITEN**
Eine Fotoreise zu Traumstränden, Leuchttürmen und weitem Horizont

30 **INTERVIEW**
Kleine Welten, große Ideale: Nordfriesland-Experte Thomas Steensen zum Leben an der See

34 **DIE WOLLEN NUR SPIELEN**
Surfer, Reiter, Boßel-Meister: sportliche Typen von der Waterkant im Porträt

42 **RUNGHOLT**
Fakt oder Fiktion? Auf den Spuren einer versunkenen Stadt

46 **KLASSIKER-ROUTE: SYLT**
Neue Pfade beschreiten: Fünf Tage, 85 Kilometer – zu Fuß über Deutschlands schönste Insel

60 **SEENOTRETTUNG**
Schiffbruch vor Wangerooge: Der dramatische Überlebenskampf eines Seglers

66 **DAS BESTE AM NORDEN**
Die schönsten Hotels, Museen, Bars und Restaurants auf Inseln und Festland

76 **TIERISCHE ÜBERFLIEGER**
Adler, Robbe, Wal: Die Stars der Nordsee in Steckbriefen

80 **BROTZEIT!**
Warum ein Sternekoch auf Sylt den einfachen Genuss zelebriert. Plus: die besten Restaurants im Norden

92 **HELGOLAND RELOADED**
Von wegen Fuselfelsen! Eine außergewöhnliche Insel erfindet sich neu

96 **KAMPF UMS WATTENMEER**
Windkraft, Fischfang, Klimawandel: ein Ökosystem im Stresstest

102 **ENTDECKER-ROUTE: FRIESISCHE LANDPARTIE**
Häfen, Mühlen, Fischerdörfer: Von Emden nach Glückstadt

118 **IN NEUEM LICHT**
Nahaufnahme: Ein besonderer Blick auf die Menschen von Föhr

126 **SPECIAL GUIDE**
Inseln (S. 126), Wellness (S. 132), Hotels (S. 134), Aktiv (S. 138), Familienausflüge (S. 141), Museen (S. 142), Lektüre (S. 144)

RUBRIKEN

Unterwegs erlebt	8
Editorial	9
GEOcard	114
Impressum	143
Bildnachweis	143
Vorschau	145