

### S1 Promenadenrundweg ca. 8,0 km

Der Weg führt Sie gen Norden über Im Gewerbegebiet, kreuzt den Karl-Rieger Weg und folgt dann dem Birkenweg bis zum Ende. Dort beginnt links abbiegend die Emsstraße, der Sie ebenfalls bis zum Ende folgen.

Nun biegen sie rechts ab Richtung Strand, und laufen an der Promenade entlang ganz um den Stadtkern herum bis zum Hafenterminal. Dort umrunden Sie den Molenkopf und folgen dem Kai zurück bis in den Yachthafen. Dort angekommen biegen Sie links ab und laufen über den Erdweg am Surfbecken entlang zurück zum Startpunkt.

### S2 Naturparklauf ca. 16,0 km

Sie wenden sich auf die Straße Im Gewerbegebiet und folgen dem Birkenweg bis zum Ende. Dort laufen Sie geradeaus in die Dünen hinein und biegen rechts ab auf den Zuckerpatt (befestigter Dünenweg, hinter dem Krankenhaus entlang in Richtung Inselosten). Dieser Weg endet unterhalb des Restaurants „Weisse Düne“, wo Sie über den Parkplatz laufend rechts einbiegen (Richtung Wasserwerk und Leuchtturm). Am Leuchtturm folgen Sie dem Fahrrad- und Wanderweg in Richtung Ostheller. Vom Parkplatz aus führt ein Weg rechts über den gesamten Grohdepolderdeich zurück in Richtung Inselwesten. Über die Wiese südlich des Campingplatzes führt der Weg zum östlichen Beginnpunkt des Südstrandpolderdeiches, der Sie wieder zum Startpunkt zurückbringt.

### S3 Weltnaturerbelauf ca. 22,0km

Beginnen Sie den Weg wie S1 oder S2 und laufen dann außen um die Insel herum, um erst am Ende wieder einzubiegen, um zurück zum Startpunkt zu kommen.

### S4 Südstrandpolderrunde ca. 5,5 km

Folgen Sie dem Planetenlehrpfad unterhalb des Klärwerkes in Richtung Inselosten. Am östlichen Startpunkt des Südstrandpolderdeiches biegen Sie rechts ab und folgen dem Südstrandpolderdeich zurück bis zum Startpunkt des Weges.

### S5 Aussichtsdünenweg ca. 6,5 km

Sie wenden sich auf die Straße Im Gewerbegebiet und folgen dem Birkenweg bis zu seinem Ende. Dort laufen Sie geradeaus in die Dünen hinein und biegen rechts ab auf den Zuckerpatt

(befestigter Dünenweg), der hinter dem Krankenhaus entlang in Richtung Inselosten führt.

Auf diesem Pfad finden Sie ein Schutzhäuschen, was bei einer Wegkreuzung steht. Dort biegen Sie nach rechts ab, folgen dem Dünenwanderweg über die Straße hinweg und am Dünenender und der Jugendherberge vorbei in Richtung östlichen Startpunkt des Südstrandpolderdeiches. Dort biegen sie rechts ab auf den Planetenlehrpfad, dem Sie zurück zum Startpunkt folgen.

### S6 Leuchtturmrundweg ca. 10,0 km

Sie wenden sich auf die Straße Im Gewerbegebiet und folgen dem Birkenweg bis zu seinem Ende. Dort laufen Sie geradeaus in die Dünen hinein und biegen rechts ab auf den Zuckerpatt (befestigter Dünenweg), der hinter dem Krankenhaus entlang in Richtung Inselosten führt.

Am Parkplatz zur Weissen Düne vorbei folgen Sie rechts dem Weg in Richtung Wasserwerk und Leuchtturm. Unterhalb des Leuchtturms biegen Sie rechts ab und laufen auf dem befestigten Rad- und Wanderweg entlang weiter zurück in Richtung Westen, bis Sie auf der Höhe des Südstrandpolderdeiches ankommen. Dort biegen Sie in den Planetenlehrpfad, dem Sie zurück bis zum Startpunkt folgen.

### S7 Kurparkrundweg ca. 3,0 km

Wenden Sie sich gen Osten und laufen Sie durch den Grünzug in Richtung Schanze/Gondelteich. Diesen umrunden Sie und verlassen in der Höhe der Gesamtschule den Park, überqueren die Marienstraße und folgen dem Rad- und Wanderweg an der Mühlenstraße entlang. Sie umrunden das kleine Wald- und Wiesengebiet bis zur weißen Brücke, die Sie überqueren. Sie halten sich nun links, durchqueren den Park, überqueren erneut die Marienstraße, um dann linkerhand zwischen den Häusern wieder in den Kurpark einzutauchen. Gleich links abgebogen verläuft der Weg nun durch den Grünzug zurück zum Rosengarten.

meine Insel<sup>®</sup>  
NORDERNEY



# Laufsportwege

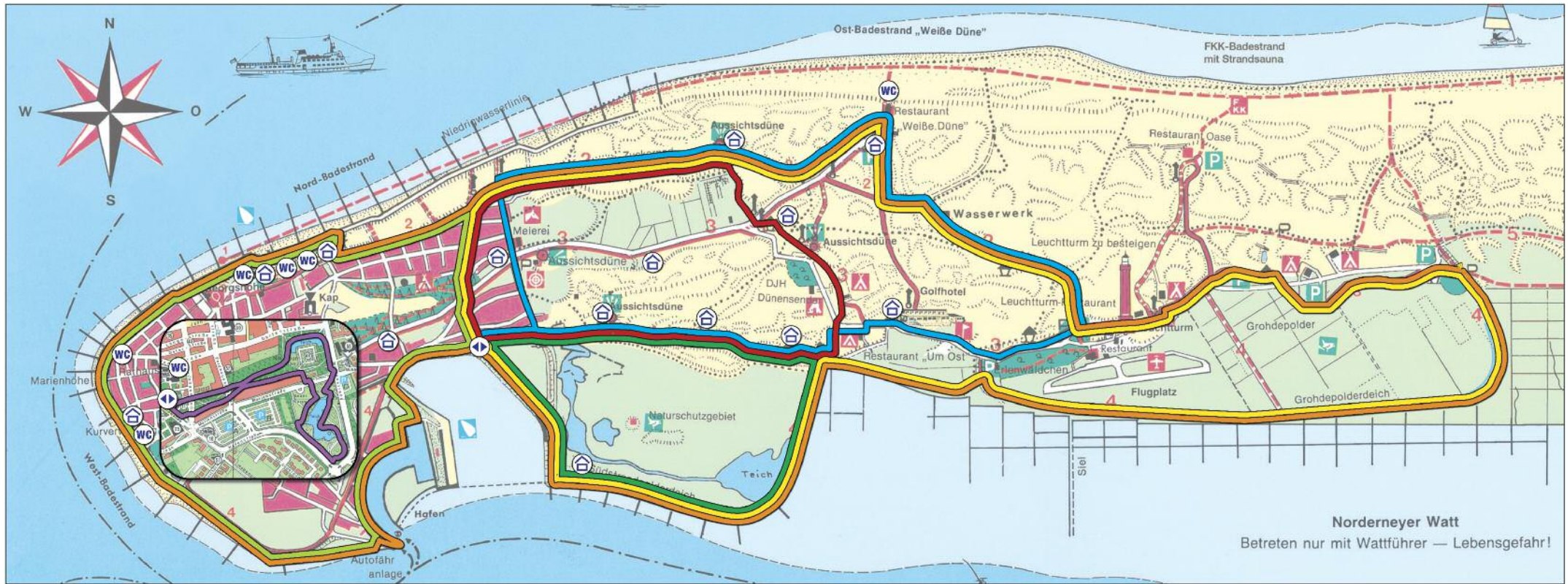
Staatsbad Norderney GmbH  
Am Kurplatz 3 · 26548 Norderney  
Telefon 04932/891-900 · Fax 04932/891-112



# Laufsportwege S1-S7

Alle Laufstrecken sind farblich markiert

Sehr geehrter Gast. Unsere Insel bietet Ihnen viele Möglichkeiten, Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden zu pflegen. Auch der Sport hat hier ein Zuhause. Das Laufen in verschiedenen Varianten ist hier ein Genuss. Mit freundlicher Hilfe der Laufsportgruppe des TuS Norderney haben wir sieben empfehlenswerte Strecken für Sie ausgesucht. Für nähere Informationen nehmen Sie bitte den dazugehörigen Flyer aus unseren Auslagen in Anspruch.



<b>S1</b>	8,0 km	<b>S2</b>	16,0 km	<b>S3</b>	22,0 km	<b>S4</b>	5,5 km	<b>S5</b>	6,5 km	<b>S6</b>	10,0 km	<b>S7</b>	3,0 km
<b>Promenadenrundweg</b> Dieser Laufweg führt einmal rund um den Stadtkern und verläuft zum größten Teil über die Promenade.		<b>Naturparklauf</b> Dieser Weg führt durch die Dünen an der Nordseite, am Leuchtturm vorbei zurück über den Grohdelderdeich und den Südstrandpolderdeich.		<b>Weltnaturerbelauf</b> Dieser Weg führt Sie einmal rund um die Insel auf Laufsportgeeigneten Wegen. Er ist eine Kombination der Promenadenrunde und der Naturparkrunde.		<b>Südstrandpolderdeich</b> Dieser Weg umrundet das Vogelschutzgebiet am Südstrandpolderdeich.		<b>Aussichtsdünenweg</b> Auf diesem Weg folgen Sie den Dünenpfaden im Norden und im Süden der Insel. Er führt Sie über den Zuckerpatt und den Planetenlehrpfad zurück zum Start.		<b>Leuchtturmrundweg</b> Dieser Weg führt Sie über den Zuckerpatt (befestigter Dünenweg) an der Weissen Düne vorbei über den Dünenlehrpfad. Auf dem Rückweg laufen Sie am Leuchtturm vorbei über den Planetenlehrpfad zurück zum Start.		<b>Kurparkrundweg</b> Ein kurzer Weg, der in geschützter Lage die Grünanlagen umrundet, die sich im Zentrum der Insel befinden.	

Alle Streckenlängen sind ungefähre Angaben und können um bis zu 200 m abweichen. Die Rundwege können selbstverständlich in beiden Richtungen abgelaufen werden. Achten Sie auf die Farbmarkierungen Ihrer Laufstrecke.

Legende: ↻ Start und Ziel der Rundwege   WC Toiletten   🏠 Schutzhütte