

AMRUM

FREI

HOCH

DREI

INHALT

**03 RUBRIK
INSELMENSCH**

Philipp Tasch
Der Insel-Surfer

**05 RUBRIK
NATUR**

Naturwunder Salzwiese

**06 RUBRIK
GESUNDHEIT
SICHERHEIT**

Eltern-Kind-Kuren

**07 RUBRIK
TYPISCH
ÖÖMRANG**

Typisch friesisches
Wort

**08 SOCIAL
MEDIA PAGE**

**09 KONTAKT &
IMPRESSUM**





©Foto: Account Butlers

INSEL MENSCH

PHILIPP TASCH- DER INSEL-SURFER

Von weit draußen auf die Insel schauen!

Das größte Maß an Freiheit fühlt er, wenn er selber auf seinem Brett auf's Wasser darf. Sein Job hat jeden Tag mit Wasser, Wellen und Wind zu tun. Und es ist ein Sommerjob: Surflehrer! Wir sprechen von Philipp Tasch, ganze 18 Jahre jung, aber schon drei Jahre im Einsatz am Norddorfer Strand bei Boyens. Im Moment paukt er allerdings, das Abitur steht vor der Tür. Von Münster aus sehnt er die Saison herbei, ab Juli ist er wieder auf Amrum im Surfrevier unterwegs.

„MEIN JOB ALS SURFLEHRER IST EINFACH MEGA SCHÖN! UND DAS GANZ BESONDERS AUF AMRUM – DIE INSEL BEDEUTET FÜR MICH FREIHEIT, FREUNDSCHAFT UND ZUHAUSE!“

Ursprünglich kommt Philipp aus München, aber mit seiner Familie und den Großeltern war er gefühlt sein Leben lang als wassersport-begeisterter Tourist immer wieder auf der Insel. Ganz viele Freundschaften zu den Insulanern haben ihn darin bestärkt noch mehr Zeit auf der Insel zu verbringen. Ein Praktikum bei Boyens und das eigene Talent zum Surfen war der Einstieg in den Traumjob. Im kommenden September schließt sich dann die Prüfung zum Internationalen Windsurfinstructor an.

Seine Tätigkeiten sind vielfältig, nicht nur Surfunterricht, sondern auch Strandkörbe vermieten, bei allem Anpacken, was am Strand in einer Wassersportstation so anfällt. Auch Empfehlungen aussprechen, mit den Touristen in Kontakt stehen. Für mindestens die nächsten zwei Jahre ist dies vor Ort sein Ziel.

Seine Lieblingsnaturspots sind die Aussichtsdünen morgens zum Sonnenaufgang. Und der Wriakhörn See bei Wittdün, hier ist für ihn „Natur pur“, beim Angeln und Seele baumeln lassen.

„HIER KANN ICH MICH FREI ENTFALTEN. HIER KANN ICH SEIN, WIE ICH MÖCHTE.“

Auch Philipp hat einen besonderen Tipp für Erstreisende: „Einmal um die Odde - den nördlichen Zipfel der Insel - laufen, am besten vom Dorf aus bis zur Surfschule, um hier zum Abschluss bei einem Kaffee mit Blick auf das Meer zu relaxen. Ebenso ist ein Spaziergang durch die Dünen auf den Bohlenwegen perfekt! Einfach mal das Handy zu Hause lassen, um runterzukommen!“

Eine lustige Anekdote hat er uns verraten: Mit dem friesischen Wort „Ösche Kasche“ - die Schweinekeiste - verbindet er eine ganz eigene Story. Beim Verladen des im letzten Jahr selbstgebauten Surfwagens, der unter anderem für die Touristen Schließfächer bereitstellt, kam er morgens zu spät und hat die eigentliche Aktion, die sogar auf Youtube zu sehen ist, schlicht verpasst!

Besonders lecker findet er das Fleisch der Amrumer Rinder, erhältlich bei den ansässigen Inselbauern, „sehr gut und hochwertig“. Und auch die Scholle „Finkenwerder Art“ im Ual Öömrang Wiartshüs begeistert ihn immer wieder.

Aus eigener Erfahrung weiß er, dass die Insel für Allergiker und Personen mit Atemwegsproblemen einfach ein heilendes Klima hat. Sie ist perfekt, um sich auszukurieren... normalerweise verliert man schon auf der Fährenüberfahrt den Alltagsstress.

Philipp Tasch, Surflehrer bei Boyens Strand GbR
Die Station hat von Anfang April bis Ende Oktober
täglich geöffnet von circa 8 Uhr bis 18 Uhr.

Station: 0160-4276084, Handy: 0171- 4849316

Email: surfschule@boyens-amrum.de

Die Station befindet sich im Norden der Insel. Bei Niedrigwasser gibt es hier fast überall Stehrevier; ideal zum Üben. Bei Hochwasser kann man dann sein Können testen und steigern. Je nach Windrichtung und Stärke entsteht dann ein tolles Brandungsrevier.

**#amrumfreihochdrei #inselmensch
#amrum #amrumliebe**

AMRUM

DIE INSEL DER FREIHEIT
AMRUMFREIHOCHDREI



@Foto: Kai Quedens



NATUR

NATURWUNDER SALZWIESE

Die Salzwiesen gehören zum Nationalpark Wattenmeer. Seit 2009 sind sie als Weltnaturerbe streng geschützt. Dort wo die Wattflächen aufhören und das Festland beginnt, dort liegen diese Naturwunder. Sie bilden den natürlichen Übergang zwischen Land und Meer und damit einen besonderen Lebensraum für Pflanzen und Tiere. Salzresistente Sträucher und Gräser dominieren hier und schützen wie das Watt vor Küstenerosion. Sie schwächen hohe Flutwellen ab, saugen Wasser auf und dienen gleichzeitig als Kohlenstoffspeicher. Durch die ständigen Überflutungen setzt sich regelmäßig Sediment in den Salzwiesen ab, die ihre Höhe Jahr für Jahr steigen lässt. Aufgrund dieses Phänomens kann sie den Meeresspiegelanstieg ausgleichen und spielt daher eine sehr wichtige Rolle im Küstenschutz.

Auf Amrum sind die Salzwiesen auf der Wattseite in drei Zonen eingeteilt: Pionier- oder Quellerzone, untere Salzwiese oder Andelzone und die obere Salzwiese oder Rotschwingelzone. In der Quellerzone im Bereich der Flut können sich aufgrund des hohen Salzgehaltes, der Strömung und der Trübung sowie etwa 700 Überflutungen im Jahr nur wenige Pflanzen wie Queller oder Schlickgras halten. Die Andelzone wird fast täglich einmal überflutet. Hier findet man ein abwechslungsreiches Mosaik an Pflanzen wie Andelgras und Halligflieder oder Strandaster und Strandwermut. Zuletzt folgt die Rotschwingelzone, die nur noch selten vom salzhaltigen Meerwasser erreicht wird, etwa 10-mal im Jahr. Neben dem Rotschwingel wachsen hier auch Arten aus den Vorgärten wie z.B. der Weißklee.

Amrums Salzwiesen sind gleichzeitig Rast-, Nahrungs- und Brutplatz von rund 50 verschiedenen Vogelarten sowie etwa 2.000 Insektenarten. Allein 800 Arten kommen nur in den Salzwiesen vor. Ein großer Teil davon benötigt die dort wachsenden Pflanzen zur Fortpflanzung, wie der Halligflieder-Spitzmaus-Rüsselkäfer, der in die angefressenen freiliegenden Wurzeln des Strandflieders seine Eier legt.

Für die Amrumer sind die Salzwiesen ein Naturgeschenk, das es zu schützen gilt. Daher findet seit Jahren hier kaum mehr Beweidung statt, so dass sich dieses beeindruckende Ökosystem besser entfalten kann – auch wenn es im Gegensatz zu den anderen Salzwiesen-Orten in Schleswig-Holstein, Niedersachsen und Hamburg nur einen ganz kleinen Anteil ausmacht. Schleswig-Holstein hat einen Gesamtanteil von etwa 10.000 ha an Salzwiesen. Getoppt wird dieser mit 14.000 ha von Großbritannien, der sich von der Ostküste bis zum Kanal erstreckt.

Mehr lernen auf dem Salzwiesenlehrpfad

Wer mehr über die Salzwiesen auf Amrum erfahren möchte, kann sich im Naturzentrum Amrum schlau machen. Denn hier gibt es botanisch-kulinarische Salzwiesenführungen, wo am Beispiel einiger ausgewählter Pflanzen die Lebens- und Funktionsweise dieses besonderen Lebensraums erklärt wird und was der trockene Standort, das Salz oder die Überschwemmungen für diese bedeuten. Auf den Führungen im Frühjahr oder Sommer können bestimmte Pflanzen auch probiert werden. Weitere Infos [hier](#). Wer keine Führung wünscht, kann von Ostern bis November auf dem Salzwiesenlehrpfad bei Nebel sich anhand zahlreicher Informationstafeln selbst Wissen aneignen.

Queller – das „Gemüse“ aus den Salzwiesen

Bestimmte Salzwiesenpflanzenarten wie der Queller eignen sich auch hervorragend als „Gemüse“ für die norddeutsche Küche. Hier und da bekommt man sie in Amrums Gastronomie serviert. Typisch ist zum Beispiel die Krabbenpfanne mit Queller – [hier](#) haben wir ein Rezept aus der Landpartie-Sendung der NDR rausgefischt. Oder wie wäre es mit einem besonderen Rezept der feinheimischen Küche des Inselkochs Gunnar Hesse aus dem Seeblick Genuss und Spa Resort? Er sammelt Inselkräuter und -pflanzen selbst und nutzt sie für besondere Speisen. [Hier](#) geht es zum Rezept.

#amrumfreihochdrei #inselnatur
#amrum #amrumliebe



GESUNDHEIT SICHERHEIT

ELTERN-KIND-KUREN AUF AMRUM

Durchatmen, Strand und Meer genießen und neue Kraft schöpfen!

Mehrere Wochen Auszeit mitten im UNESCO Weltnaturerbe Wattenmeer fördern gerade bei gestressten Familien die Gesundheit und das Wohlbefinden. Amrum ist anerkannter Kurort und bietet in drei speziellen Kliniken eine Vielzahl an Kurmöglichkeiten an.

Bereits seit über 30 Jahren bestehen hier in familiärer Atmosphäre, umgeben von weiten Dünen und Sandstränden, perfekte Bedingungen: Ganzheitliche Behandlungskonzepte und das einzigartige Nordseereizklima, steigern das Wohlbefinden aller Beteiligten, ob groß oder klein, insbesondere für Erkrankungen der Atemwege oder der Haut, bei Migräne oder Erschöpfung.

Wir stellen die Kliniken kurz vor!

Die AOK-Nordseeklinik in Norddorf ist eine Fachklinik für Mutter/Vater-Kind-Kuren. Im Rahmen einer 21-tägigen Kur erleben hier Familien die wunderschöne Insel Amrum und arbeiten proaktiv an aktiver Erholung. Ein interdisziplinäres Team steht mit Rat & Tat den Familien zur Seite und unterstützt während des Aufenthaltes. Weitere Infos zur AOK-Nordseeklinik Amrum [hier](#). Youtube-Film [hier](#) zum Anschauen.

Die Fachklinik Satteldüne in Nebel ist eine Rehabilitationseinrichtung für Kinder und Jugendliche der Deutschen Rentenversicherung Nord mit 165 Planbetten. Behandlungsschwerpunkte sind Asthma, Neurodermitis, Adipositas, Mukoviszidose und Psychosomatik. Ganzjährig werden hier Alleinreisende und von Familienangehörigen begleitete, chronisch kranke Kinder und Jugendliche aller Altersstufen behandelt. Weitere Infos zur Fachklinik Satteldüne [hier](#). Youtube-Film von www.mukotv.de [hier](#) zum Anschauen.

Das DRK-Zentrum für Gesundheit und Familie im Alma-Münster-Haus in Wittdün bietet Müttern und ihren Kindern im Rahmen einer dreiwöchigen Mutter-Kind-Kur ein ganzheitliches und individuelles Therapieangebot. Die medizinisch-therapeutischen, psychologischen und pädagogischen Mitarbeiter unterstützen die Gesundheit der Mutter und die der Kinder nachhaltig zu stärken. Weitere Infos zum Alma-Münster-Haus Amrum [hier](#). Youtube-Film zum Anschauen [hier](#).

Allgemeine Infos zu Kuren auf Amrum [hier](#).



TYPISCH ÖÖMRANG

”

**BRÜCK DIN ROCHT, MAN SANER
BOCHT (ÖÖMRANG)
BRAUCHE DEIN RECHT, ABER
OHNE UMWEGE (DEUTSCH)**

“

Bedeutung: Gehe aufrecht durchs Leben.

**Eines von 10 Friesenbank-Sprüchen,
die man auf dem FriesenBankWeg findet.**

#amrumfreihochdrei
#öömrang
#amrum #amrumliebe

SOCIAL MEDIA PAGE



<https://www.instagram.com/nordseeinselamrum>



<https://www.facebook.com/amrum>



<https://www.pinterest.de/amrum2326/>



<https://twitter.com/InselAmrum>

KONTAKT / IMPRESSUM

Verantwortlich für das Online Mag #amrumfreihochdrei:

primo PR

Am Borsdorfer 13

60435 Frankfurt

info@primo-pr.com

+ 49 (0)69/530 546 50

www.primo-pr.com

Ust-ID: DE 280778062 Finanzamt Frankfurt

Vertretungsberechtigte Gesellschafter und Online-Redaktion:

Nuray Güler: n.gueler@primo-pr.com

Anne Heussner: a.heussner@primo-pr.com

Das Online Mag AMRUMFREIHOCHDREI erscheint zweimal im Monat und wird an einen ausgewählten Medienverteiler digital versendet bzw. steht auch als Blättervariante online über www.flipsnack.com bereit.

Rechtliche Hinweise

Primo PR Anne Heussner & Nuray Güler GbR. Alle Rechte vorbehalten. Alle Inhalte (Texte, Bilder, Animationen) sowie deren Anordnung im Online Mag unterliegen dem Schutz des Urheberrechtsgesetzes und anderer Schutzgesetze. Die Inhalte dürfen nur im Rahmen der Schrankenbestimmungen des Urheberrechtsgesetzes vorbehaltlich weiterer anwendbarer Gesetze ohne vorherige schriftliche Zustimmung von primo PR genutzt werden. Für die Inhalte fremder, verlinkter Internetangebote wird keine Verantwortung übernommen.

Die Europäische Kommission stellt eine Plattform zur Online-Streitbeilegung (OS) bereit, die Sie hier finden <http://ec.europa.eu/consumers/odr/>

Sie erhalten diese Information, da wir davon ausgehen, dass diese für Ihre Tätigkeit als Journalist/Blogger/Medienvertreter relevant ist. Sollten Sie keine weiteren Informationen wünschen, so teilen sie uns dies per Mail an info@primo-pr.com bitte mit. Wir werden Sie unverzüglich aus dem Verteiler löschen.



www.amrum.de