

AMRUM

FREI

HOCH

DREI



INHALT

03 RUBRIK INSELMENSCH

Peter Lückel – Der Insel-
Souvenirmacher

05 RUBRIK NATUR

„Amrums Aliens“

06 RUBRIK WOHLFÜHLEN

Fit durch Herbst und
Winter

07 RUBRIK TYPISCH ÖÖMRANG

Seltenes Fundstück

08 SOCIAL MEDIA PAGE

09 KONTAKT & IMPRESSUM



„EIGENTLICH FÜHLE ICH MICH ÜBERALL AUF DER INSEL FREI. DAS GEFÜHL VON FREIHEIT BEKOMME ICH GANZ OFT, WENN ICH VOM FESTLAND KOMME UND IN DAGEBÜLL AM DEICH WIEDER AUF DIE NORDSEE SCHAU!“

„Ich habe schon immer gedacht, dass es so unglaublich hässliche Souvenirs gibt. Ich wollte einfach schöne Sachen machen und das klappt ganz gut, denn ich versuche weitestgehend auf Plastik zu verzichten, die Souvenirs auf Amrum zu produzieren, oder zumindest in Europa.“ Darunter fallen stilvolle Kühlschrankschrankmagnete aus Holz in Inselform, Kunstdruck-Postkarten, Emailliertassen, Schlüsselanhänger und Flaschenöffner, aber auch ein Bastelbogen des Leuchtturms. Verkauft werden diese in verschiedenen Läden quer über die Insel, aber auch in einem eigenen Online-Shop.

„Einfach ein Fahrrad leihen und die Weite der Insel zu erleben,“ ist sein Tipp für Erstreisende auf der Insel. „Und das am besten in der ganz ruhigen Zeit im Winter. Zu dieser Jahreszeit wird die Weite der Insel am deutlichsten.“ Spontan sagt er uns, dass der Spruch „Kleine Insel, große Freiheit“ auch gerade zum Thema Kniep sehr gut passt. Und insgesamt kann man einfach viel machen auf der Insel, es gibt keine Beschränkungen, wie beispielsweise Eintritte an den Strand auf anderen Inseln.

Als Herausgeber des Amrumer Gastroführers geht er natürlich gerne überall auf der Insel mal zum Essen. Aufmerksam will er auf die Lamm-Spezialitäten machen, die man auf Amrum sehr lecker genießen kann.

Er ist bekannt auf der Insel wie kaum ein anderer:

Peter Lückel – oder einfach nur „Paddel“.

Das Wort allein genügt, um ihm eine Postkarte zu senden! Mit seinem Grafik-Studio „Paddel-Grafik“ gestaltet er viele Werbeartikel, die es so auf der Insel der Freiheit gibt. Und dazu produziert er stilvolle und überwiegend plastikfreie Souvenirs, Strandgut-Kunst, Fotos und auch Feuerwehr Knotenbeutel!

<https://paddel-grafik.de/>
Tidenweg 7, 25946 Wittdün auf Amrum
Fon 0 46 82 – 27 85
Mobil 0170 – 381 7441
mail@paddel-grafik.de
Zum Souvenirshop geht es [hier](#)



@Foto: Account Butlers

INSEL MENSCH

PETER LÜCKEL – DER INSEL- SOUVENIRMACHER

Sie nennen ihn alle auf der Insel einfach nur „Paddel“!

Sein Lebensmittelpunkt ist seit über 40 Jahren die Insel der Freiheit: Peter Lückel ist Besitzer und Betreiber von „Paddel Grafik Amrum“. Benannt hat er sein kleines Unternehmen nach seinem Spitznamen „Paddel“... aber wie kam es dazu? Es zog ihn zu Beginn als Segellehrer nach Amrum. Bei einer Ausfahrt mit seiner Jolle in Richtung Hallig Hooge flaute der Wind so ab, dass nur eine anderthalbstündige Paddeltour ihn und seine zwei Freunde zurück nach Amrum brachte. Danach nannten ihn die Insulaner eben einfach nur noch „Peter Paddel – kurz Paddel“.

„Obwohl ich nicht auf Amrum geboren bin - denn ich komme aus dem Ruhrgebiet - bin ich durch meine Lebensgeschichte hier doch sehr verwurzelt. Es ist einfach Heimat für mich, habe auf der Insel meine Frau kennengelernt und meine beiden Kinder sind hier geboren!“ Aktuell ist er nicht nur mit seinem Spitznamen bekannt, sondern auch als Werbegrafiker und Fotograf, aber auch als Chefredakteur von „Amrum-News“, Schlagzeuger in der Amrumer Soulband und Mitglied der freiwilligen Feuerwehr.

AMRUM DIE INSEL DER FREIHEIT #AMRUMFREIHOCHDREI

NATUR

„AMRUMS ALIENS“

Heute ist wieder so ein Tag auf Amrum, der ganz dem Thema Natur gewidmet ist: Unter dem Motto „Natürlich helfen“ führt der Öömrang ferian (der Heimat-, Kultur- und Naturschutzverein auf Amrum) Heidepflege-Termine durch, die es das ganze Jahr über im Programm der Insel gibt. Gemeinsam helfen Insulaner und Gäste tatkräftig, um das Team des Amrumer Naturzentrums bei der Aktion „Retten wir die Heide“ zu unterstützen.

Aber was hat das mit Aliens zu tun?

Im Zusammenhang mit diesen Heidepflegeaktionen hat der Öömrang ferian eine neue Führung entwickelt und bereits in den Sommer- und Herbstferien unter dem Namen „Amrums Aliens“ angeboten. Sie dauert circa eine Stunde und wird nach dieser ersten Testphase im Frühjahr 2022 fortgeführt.

Im Mittelpunkt stehen gebietsfremde und teils invasive Pflanzenarten, sogenannte Neophyten, die sich immer stärker auf Amrum vermehren.

Als problematisch werden ausbreitungsstarke Arten wahrgenommen. Auf Amrum sind dies insbesondere die Traubenkirsche oder auch das Kaktusmoos, welche in feuchten Sandböden gut gedeihen. Daher ist Amrum als sandige Geestinsel mit seinen Dünenmooren und lichten Wäldern „ideal“.

Andere Pflanzen- und Baumarten leiden durch die rasante Vermehrung und Ausbreitung, beispielsweise die inseltypische Heide.

Die Führung basiert inhaltlich auf einer Projektarbeit des Amrumer Naturzentrums, welche sogar mit einer Urkunde des Deutschen Umweltpreises gewürdigt wurde.



@Foto: AmrumTouristik

Was sagen Experten allgemein zum Thema „Neophyten“?

Die meisten der fast 400 Neophyten, also Pflanzen, die durch den Menschen zu uns gekommen sind und in der Natur Fuß fassen konnten, sind völlig unproblematisch. Nur circa 40 Arten sind invasiv, das heißt, sie verdrängen andere Arten, verändern spezifische Lebensbedingungen oder die genetische Vielfalt.

Wichtiger Tipp für alle Urlaubsreisende!

Niemals Pflanzen oder Samen mitnehmen, die man nicht kennt. Abgesehen davon, dass die Ausfuhr lebender Pflanzen in den meisten Ländern ohnehin verboten ist, lassen sich die Auswirkungen der fremden Arten auf die heimische Flora nicht immer abschätzen.

Auf der Seite www.amrum.de können jederzeit die nächsten Termine der Führungen „Amrums Aliens“ und auch der Heidepflegeaktionen abgefragt werden. Treffpunkt für die Führungen ist im Friesendorf Nebel.

Weitere Infos [hier](#).

WOHLFÜHLEN

FIT DURCH HERBST UND WINTER



@Foto: Kai Quedens

Amrum ist bekanntlich zu jeder Jahreszeit eine Reise wert! Gerade in den Herbst- und Wintertagen kann ein Aufenthalt auf der Insel der Freiheit zu besonderer Entspannung und Erholung führen. Aber auch der gesundheitliche Aspekt kann zur ruhigen Jahreszeit bestens in den Fokus gestellt werden.

Wir stellen heute drei Anbieter vor, die auf ganz unterschiedliche Weise den sportlichen und entspannenden Ansprüchen genügen:

EilunFit – Fitness-Studio in Norddorf

Bei Cornelius und Annika Jannen sind ganzjährig alle diejenigen richtig, die Begeisterung für Fitness mitbringen oder sich hohe sportliche Ziele setzen. Viel Platz, moderne Geräte, ein Freihantelbereich, der auch Profis überzeugt und natürlich Gruppenkurse für jeden Geschmack machen das Studio zum echten Allrounder, wenn es um Fitness geht. Eine Finnische Sauna lädt anschließend zum Weiterschwitzen ein. Viele Gastgeber und Hotels auf der Insel haben für ihre Gäste eine spezielle Kooperation vereinbart: Mit „EilunFit inklusive“ ist der sportliche Besuch jederzeit möglich.

AmrumSpa – Schwimmen, Wohlfühlen, Fitness in Wittdün

Nach einer vierwöchigen Fenster-Renovierungspause wird das AmrumSpa Gesundheitszentrum Mitte November wieder eröffnen. Hier steht ein breit gefächertes Angebot in den Bereichen Physiotherapie, ambulante Badekuren, Wellness, Fitness, Logopädie und alternative Therapien für Amrumer und Amrum-Gäste bereit. Ob bei den Fitness- und Gesundheitskursen im großen Gymnastikraum oder beim Training im kleinen, aber feinen Fitnessstudio – hier sorgt schon der einzigartige Blick auf die Dünen für Entspannung, und die zahlreichen unterschiedlich und ansprechend eingerichteten Therapieräume erhöhen den Erholungsfaktor.

Praxis für Gesundheit – Yoga mit Julia Spiess

Julia Spiess lebt ihre Berufung als Wellnesstherapeutin, Healthy Coach, Lehrerin für Hatha, Vinyasa & Yin Yoga und ist ein Yoga Personal Coach. In ihrer Praxis geht es darum, die westliche Medizin und analytische Denkweise mit der fernöstlichen traditionellen Medizin, Philosophie und dem spirituellen Glauben zu verbinden. Neben Lomi Lomi Nui, der hawaiianischen Heilmassage stehen Wellnesstherapien und Yoga-Kurse sowie Yoga-Retreats ganzjährig auf dem Programm.

Eilun Fit

Gewerbegebiet 7, 25946 Norddorf
Telefon 04682-9983475
E-Mail: info@eilunfit.de
<https://www.eilunfit.de/>

Amrumspa Gesundheitszentrum

Am Schwimmbad 1, 25946 Wittdün
Telefon 04682 - 96 15 888
E-Mail: info@amrumspa.de
<https://www.amrumspa.de/>

Praxis für Gesundheit

Haag 9, 25946 Norddorf
Handy: 0151 / 15542236
E-Mail: julia.spiess@praxisfuergesundheit-amrum.de
<https://www.praxisfuergesundheit-amrum.de/>

TYPISCH ÖÖMRANG

”

**WUSSTEN SIE, DASS SICH
HOLZBRETTER ZU EINER
BESTIMMTEN DOKUMENTATION DER
VERGANGENHEIT EIGNEN?**

“

Im „Haus Hildegard“ entdeckte man ein seltenes Fundstück bei der Demontage einer Holzvertäfelung. Dank dieser kreativen Idee konnte man Aufschlüsse über einige Ereignisse aus einem früheren Jahrhundert gewinnen. Was genau auf dem Holzbrett stand, kann hier nachgelesen werden.

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