

roland hanewald



REISE  
KNOW-HOW

# deutschlands nordsee inseln

handbuch für  
individuelles entdecken



empfohlen von



Helgoland, Neuwerk, Nordstrand, Pellworm, die Halligen, Amr

**Inhalt****Praktische Reisetipps**

Reise und Preise	12
Gut zu wissen	12
Richtig buchen	13
Die Sache	
mit der Kurtaxe	15
Gesundheit	16
Sicheres Baden	19
Essen und Trinken	26

**Die Nordsee**

Die Natur	32
Wie alles begann	32
Wind und Wetter	34
Die Umwelt	37
Sand und Wasser	37
Nationalpark Wattenmeer	42
Die Menschen	48
Geschichte	48
Navigare necesse	51
Friesisch und „Platt“	53

**Die Ostfriesischen Inseln**

Die sieben Schwestern	60
Anreise	61
Borkum	65
Juist	90
Norderney	117
Baltrum	146
Langeoog	162
Spiekeroog	186
Wangerooge	207

**Helgoland, Neuwerk und Scharhörn**

Helgoland	228
Neuwerk	255
Scharhörn	259

**Die Nordfriesischen Inseln und Halligen**

Ein insulares	
Varietätenkabinett	264
Nordstrand	267
Pellworm	281
Die Halligen	298
Gröde	300
Habel	301
Hamburger Hallig	301
Hooge	302
Langeneß	307
Norderoog	312
Nordstrandischmoor	313
Oland	314
Süderoog	315
Südfall	316
Amrum	317
Wittdün	327
Nebel	331
Norddorf	335
Föhr	340
Wyk	353
Nieblum	358
Utersum	361
Die Friesendörfer	362
Sylt	365
Westerland	384
Hörnum	400
Rantum	405
Sylt-Ost	410
Keitum	413

Munkmarsch	416	Harlesiel	451
Tinum	416	Cuxhaven	453
Archsum	418	Husum	454
Morsum	418	Strucklahnungshörn	457
Wenningstedt	420	Schlüttsiel	458
Kampen	427	Dagebüll	460
List	433		

## Abfahrtshäfen und Fähren

Emden	442
Norddeich	444
Neßmersiel	447
Bensersiel	448
Neuharlingersiel	450

## Anhang

Literaturhinweise	464
Sommerferien- regelung 2009/10	466
Register	475
Kartenverzeichnis	479
Der Autor	480

## Exkurse

<i>Ebbe und Flut</i>	22
<i>3 Grad Minus, Nebel – und die Flut läuft auf</i>	24
<i>Matjes</i>	27
<i>Was ist Watt?</i>	43
<i>Was kreucht und fleucht im Watt?</i>	44
<i>Ostfriesenwitze</i>	53
<i>„Küstendeutsch“</i>	54
<i>Namensgebung</i>	56
<i>Juister Badeverordnung vom 17. Juli 1882</i>	93
<i>Badevater Janus</i>	94
<i>Stichwort: Shanty</i>	112
<i>Heinrich Heine über die Insulaner</i>	126
<i>Der Norderneyer Leuchtturm</i>	145
<i>„Ein Boot? Unmöglich bei der hohen See ...“</i>	160
<i>Leben ohne Auto</i>	184
<i>Die Strandung der Johanne</i>	204
<i>Geheimnisvolle Eilande</i>	225
<i>Die Helgoländer Lumme</i>	243
<i>Der Helgoländer Hummer</i>	255
<i>Gut essen und trinken auf Nordstrand</i>	277
<i>Trutz, Blanke Hans</i>	284
<i>Öko-Eiland Pellworm</i>	297
<i>Stichwort Jordsand</i>	312
<i>Der Kniepsand</i>	322
<i>Hark Olufs' unglaubliche Abenteuer</i>	338
<i>Öömrang, Fering und Söl'ring</i>	364
<i>Insselfeste auf Sylt</i>	382

# *Die Nordsee*



## Die Natur

### Wie alles begann

#### Frühzeit

Wo fangen wir an – bei Würm, Riss, Mindel und Günz, den letzten Eiszeiten, die im erdgeschichtlichen Maßstab nur ein paar Sekündchen zurückliegen? Oder holen wir etwas weiter aus, 250 Millionen Jahre vielleicht, als der Großkontinent Pangäa gerade auseinander zu driften begann, um die heutigen Erdteile zu bilden?

An welcher Stelle wir auch das Buch der **Erdgeschichte** aufschlagen: Wir finden ein ständiges, regelloses Auf und Ab. Riesige Landstriche verschwinden von der Erde, andere tauchen auf. Meere entstehen und vergehen. Im frühen **Perm** etwa bedeckte das von wunderlichen Kreaturen bewohnte **Zechsteinmeer** die heutige Nordsee und Norddeutschland. Doch dieser Vorläufer unseres Hausmeeres hatte keinen Bestand. Durch wüstenähnliche Klimabedingungen trocknete das Zechsteinmeer wiederholt aus. Dieserart entstanden die unter der norddeutschen Tiefebene liegenden gewaltigen Salzlager, die den Menschen der Gegenwart so begehrenswert für die „Entsorgung“ ihres lebensfeindlichen Mülls erscheinen. Im Verlauf der **Trias-Phase** war das Nordseebecken von Gebirgen und Hochländern umgeben, deren Verwitterungsschutt in die Tiefe geschwemmt und dort abgelagert wurde. So entstanden mächtige Schichten aus Buntsandstein – dem „Baumaterial“ der roten Felsen Helgolands. Das war vor etwa 225 Millionen Jahren.

Dann, während die britische Insel wie ein Zahn aus dem Kiefer Europas herausbrach und nach Westen zu driften begann, stieß die See erneut in die nördlichen Niederungen vor und bewirkte über die Ablagerung von **Muschelkalk** die Sedimentation von **Kreideschichten**. Diese, aus winzigen Lebewesen gebildet, wuchsen im Lauf der Jahr-millionen auf Hunderte von Metern heran, und das ursprünglich lose Material wurde zu hartem Stein zusammengepresst. So entstanden die berühmten „Kreidefelsen“: Dover, Helgolands „Witte Kliff“, Rügen.

Und das Meer, dann auch wieder die Erde, hoben und senkten sich weiter. Mitunter drückte das Salz aus der Tiefe nach oben – so wurde Helgoland „aus der Taufe gehoben“ –, oder Eis band das Wasser und ließ den Meeresspiegel fallen. Das geschah während der bewussten **Eiszeiten**, die jedem Oberschüler ein Begriff sind.

#### Eiszeiten

Nicht nur viermal, wie anfangs erwähnt, sondern mindestens achtmal gab es die Eiszeiten. Die letzte Kälteperiode, die Weichsel-Eiszeit, endete vor lediglich zehntausend Jahren, als unsere Vorfahren bereits diese Gefilde bewohnten.

Auf dem Höhepunkt dieser letzten Vergletscherung lag der Meeresspiegel um rund 100 m tiefer als heute. Weite Teile der gegenwärtigen Nordsee waren solides, allerdings eisbedecktes Festland. Die Elbe floss im Verbund mit der Weser westlich von Helgoland vorbei; der Rhein, mit Themse und Humber als Nebenflüssen, ergoss sich nördlich der Doggerbank ins Meer.

## Erwärmung

Einer neuerlichen Erwärmung des Erdklimas folgte auch ein **Abtauen der polaren Eismassen** und **Ansteigen des Meeresspiegels**. Die von Skandinavien kommenden, bis weit nach Deutschland hineinstoßenden, mächtigen Gletscher hatten das Land flachgehobelt, bei ihrem Rückzug aber auch enorme **Endmoränen** und gewaltige Steinbrocken, die **Findlinge**, hinterlassen. Aus den Sandmassen der Moränen entwickelten sich die höhergelegenen trockenen **Geestrücken**, das tiefergelegene Land bildete die feuchten, aber fruchtbaren **Marschen**.

Doch die Nordsee überflutete in mehreren Anläufen ihr heutiges Becken. Ab 13000 v. Chr. wütete der Blanke Hans bereits wieder über der **Doggerbank**, und vor etwa 8000 Jahren erreichte die Nordsee schon ungefähr ihre heutige **Küstenlinie**. Rund 3000 Jahre später, bei Durchbruch des Englischen Kanals durch eine alte Gletscherrinne, erhielt diese dann ihre vorerst gültige, von den wiederholten Eischüben abgeplattete Form.

Immerhin fünf oder sechs Meter tiefer lag der Meeresspiegel damals noch. Auch weiterhin ragten markante Inseln und Höhenzüge aus der Wasserwüste, deren Reste den Geologen heute als **Pisa-** oder **Amrumbank-Moräne** vertraut sind. Hier entwickelte sich die frühe menschliche Kultur unserer Breiten unter harten Lebensbedingungen, doch in einer herrlichen Umwelt mit reicher Fauna und Flora.

Vor etwa 5000 Jahren lag **Helgoland** wahrscheinlich am westlichen Ende einer Geest-Halbinsel. Schon ein halbes Jahrtausend später zerbrach diese Brücke, und Helgoland gewann endgültig seinen insularen Status. Vorher bereits war die **Geestküste Schleswig-Holsteins** auf winzige Überbleibsel reduziert worden. Gewiss werden sich in einem späteren Erdzeitalter Gebirge recken, wo heute die Nordsee rauscht. In der Gegenwart und nahen Zukunft hält das Abbröckeln indes an – ein ernstes Problem unserer Zeit, von dem in diesem Buch noch wiederholt die Rede sein wird.

Die **Ostfriesischen Inseln** allerdings sind keine Überreste dieses ehemaligen Festlandes. Sie entstanden aus **Sandbänken**, auf denen der Wind Dünen aufhäufte, die durch Pflanzenbewuchs stabilisiert wurden. Im Laufe der Jahrhunderte wanderten diese bewohnbaren Sandhaufen allmählich immer weiter nach Osten.

## Wind und Wetter

### Ewiger Westwind

Die Nordsee liegt ziemlich mittig im Bereich der Zugbahnen **nordatlantischer Tiefdruckgebiete**, die sich am quasistationären Azorenhoch vorbeidrücken müssen. Deshalb weist sie fast ständig wechselndes und häufig windiges bis stürmisches Wetter auf. Dies ist die sogenannte **Westwindtrift**.

Ein von den Britischen Inseln herannahendes Tief kündigt sich in der Regel durch südwestliche Winde an. Nach Durchzug einer Warmfront mit Regen und einer Kaltfront mit Schauern springt der Wind dann gewöhnlich auf nördliche Richtungen um, meistens Nordwest, und es wird klarer und kälter. Dies ist das „typische“ Nordseewetter, dessen Wechselhaftigkeit nie die Langeweile eines permanent blauen Himmels aufkommen lässt, andererseits aber auch auf allen Küsten- und Inselreisen die Mitnahme des wasserdichten gelben „Friesennerzes“ voraussetzt.

### Nordsee – Mordsee

Die mitunter zum Extremen neigenden Wetterverhältnisse und ihre Folgen haben der Nordsee das schlimme Beiwort „Mordsee“ eingetragen. Zwar ist sie nur fünfmal so klein wie das Mittelmeer, und ihr Volumen beträgt weniger als 0,01% der globalen Seewassermenge. Aber ein Ententeich ist das „atlantische Randmeer“ dennoch nicht. Das hat seine Geschichte bewiesen, seit man diese entlang seiner Gestade aufzuzeichnen begann.

Tausende kamen in der **Julianen-Flut** von 1164, der **Lucia-Flut** von 1287, der **Antoni-Flut** des Jahres 1511 und vor allem in der **Groten Mandrenke** vom 16. Januar 1362 ums Leben, wenn auch sechsstelligen Opferzahlen genauer Betrachtung nicht standgehalten haben. Nordfriesland allein beklagte mehr als 8000 Tote, als die **Buchardi-Flut** 1634 über die Inseln und Halligen hinwegbrach. Die schreckliche **Weihnachtsflut von 1717** bleibt bis heute an der Küste unvergessen. Überall entlang der Nordsee kennt man auch noch die Namen blühender Ortschaften, die spurlos verschwanden: Itzendorf bei Norddeich; Otzum bei Neuharlingersiel; Jadeleh, Dauens und Bant am Jadebusen; Rungholt im Nordfriesischen und noch viele mehr.

„Landunter“, so der gängige Ausdruck an der Küste, gab es auch am **17. Februar 1962**, als die Nordseedeiche an 61 Stellen brachen und selbst das 80 km elbaufwärts gelegene Hamburg zu einem Fünftel zur Wasserwüste wurde. 315 Menschen starben in dieser **Jahrhundertflut**, wie sie in den Medien genannt wurde. In der **Holland-Flut**, just elf Jahre zuvor, waren sogar 1851 Menschen ums Leben gekommen; 300.000 mussten vor den Wassermassen flüchten.



### Auch weiterhin Landunter

Die oben geschilderte meteorologische Konstellation mit jäh umspringenden Winden von Sturmstärke trägt für den Inselfahrer zu manchem Reiz bei. Doch ein Zuviel davon, gar noch gekoppelt mit überhohen **Springtiden**, kann für die deutsche Nordseeküste nicht weniger katastrophale Folgen haben als 1962 – immer noch.

Riesige Mengen Wassers werden vom Sturm zunächst durch den Englischen Kanal gepresst, um in der Deutschen Bucht, wo es nicht mehr weitergeht, einen regelrechten Berg zu bilden. Hinter diesen fasst der Nordwest dann und schiebt ihn in die Trichter der Flussmündungen – potenziel-



# Register

## A

Abfahrtshäfen 440  
 Aerosole 17  
 Algen 47  
 Alkersum 362  
 Allergiker 16  
 Altarbild, Inselkirche  
 Langeoog 169  
 Alte Liebe 453  
 Amringisch 364  
 Altes Fischerhaus 127  
 Amrum 317  
 Anreise 61, 441  
 Archsum 418  
 Austernfischer 44  
 Autoreisezug 379

## B

Baden 19  
 Badevater Janus 94  
 Badeverordnung 1882 93  
 Baltrum 146  
 Beherbergungspreise 12  
 Beltringharder Koog 272  
 Bensorsiel 448  
 Bernstein 127  
 Big Bang 234  
 Biikebrennen 382  
 Bill 100  
 Bismarck 121  
 Blasentang 47  
 Bodelschwingh,  
 Friedrich von 320  
 Bombentrichter 217  
 Borkum 65  
 Borgsum 362  
 Braderuper Heide 373  
 Brandung 19  
 Buchen 13  
 Buddelschiffmuseum 450  
 Bunker 217  
 Burg Borig 410

## C

Camping 13  
 Carolinensiel 451  
 Chauken 49  
 Chemie 39

Christianisierung 49  
 Cuxhaven 453

## D

Dänenkönig Abel 340  
 Dänenpartei 340  
 Dagebüll 460  
 Dampfloch 217  
 Deichbau 49  
 Deichmuseum 453  
 Deutsche Gesellschaft  
 zur Rettung Schiffbrüchiger  
 (DGzRS) 52  
 Dialekte 364  
 Dosenschwur 345  
 Dunsum 362  
 Dykhus 74

## E

Ebbe 22  
 Eemshaven 443  
 Eierwerfen-Wettkampf 383  
 Einsiedlerkrebs 45  
 Eiszeiten 32  
 Emden 442  
 Endmoränen 33  
 Erholungszone 48  
 Esens 448  
 Essen 26, 277  
 Euro-Symbole 12

## F

Fähren 441  
 Fallersleben,  
 Heinrich Hoffmann von 233  
 Fauna 44  
 Feldhausen, Johann 120  
 Ferienwohnung 14  
 Fering 364  
 Feuerquallen 44  
 Feuerschiff Borkumriff 75  
 Findlinge 33  
 Fisch 27, 46  
 Flinthörn 173  
 Flut 22  
 Föhr 340  
 Föhrisch 364  
 Fossilien 422  
 Franzosenschanze 129, 193  
 Friedhof  
 der Namenlosen 257, 288

Friesen 49  
 Friesendörfer 362  
 Friesenmuseum 356  
 Friesisch 53  
 Friesisches Großreich 49  
 Frühzeit 32  
 Fürst Georg Albrecht  
 von Ostfriesland 162

## G

Garnelen 45  
 Gastaufnahmevertrag 15  
 Gastgeberverzeichnis 14  
 Geestrücken 33  
 Geschichte 32, 48  
 Gesundheit 16  
 Geusen 70  
 Gezeiten 22  
 Goting-Kliff 346  
 Grabsteine 332  
 Gräfin Reventlow-Criminil 316  
 Graf Edzard von Aurich 188  
 Graf Johann VII.  
 von Oldenburg 207  
 Greune Stee 75  
 Groden 214  
 Gröde 300  
 Grog 28  
 Groot Mommens Hus 452  
 Großer Schlopp 168  
 Großkönigreich Dänemark 319  
 Grünkohl 27

## H

Habel 301  
 Häfen 441  
 Halligen 298  
 Hamburger Hallig 301  
 Hammersee 97  
 Harlesiel 451  
 Haus des kleinen Kurgastes 391  
 Heiliger Willibrord 229  
 Heiligland 229  
 Heilklima 16  
 Heine, Heinrich 126  
 Helgoland 228  
 Hermann-Lietz-Schule 194  
 Hindenburgdamm 379  
 Hörnum 400  
 Hörnum-Odde 375  
 Hogen Hörn 77

Holarium 448  
 Hooge 302  
 Hotelkategorien 13  
 Hünengrab Denghoog 421  
 Hummer 255  
 Husum 454

## I

Insel Buise 117  
 Inselbaustoffe 37  
 Inselfeste 382  
 Inselglocke 149  
 Inselmuseum, Spiekeroog 194  
 Insulaner 126

## J

Janseniten 269  
 Johanne, Strandung der 204  
 Jordsand 312  
 Jugendherbergen 12  
 Juist 90  
 Juister Küstenmuseum 99

## K

Kaiser Wilhelm II. 233  
 Kaiser-Wilhelm-Denkmal 128  
 Kalfamer 102  
 Kampen 427  
 Kark to Spiekeroog 193  
 Karl der Große 50  
 Keitum 413  
 Kinderkurheime 324  
 Klima 34  
 Klintum 362  
 Kniepsand 322  
 Knochenschiff 172  
 König Georg V. von Hannover 121  
 Königshafen 434  
 Kontinentalsperre 232  
 Krabben 26  
 Krankheit 16  
 Küche 26  
 Küstendeutsch 54  
 Kugelbake 453  
 Kuren 16  
 Kurkarte 16  
 Kurtaxe 15

## L

Lachmöwen 46  
 Lale Andersen, Grab von 169

Landsmannhaus 333  
 Landunter 35  
 Lange Anna 240  
 Langeneß 307  
 Langeoog 162  
 Likedeeler 69  
 Lili Marleen 169  
 Liliencron, Detlev von 284  
 List 433  
 Listland 372  
 Lütje Hörn 77  
 Lütjeoog 188  
 Lumme 243  
 Lummenfelsen 241

## M

Marineluftschiffmuseum 453  
 Marine Ökosysteme 38  
 Marschen 33  
 Matjes 27  
 Meer 16, 19, 31  
 Melkhorndüne 168  
 Mellum 225  
 Memmert 102  
 Menschen 48  
 Midlum 362  
 Miesmuscheln 44  
 Minsener Oog 225  
 Mönch Pake 341  
 Morsum 418  
 Morsum-Kliff 374  
 Munkmarsch 416  
 Muschelmuseum 194

## N

Namen 56  
 Nannen, Henri 442  
 Nationalpark Wattenmeer 42  
 Natur 32  
 Nebel 331  
 Nebenkosten 12  
 Neuharlingersiel 450  
 Neuwerk 255  
 Neßmersiel 447  
 Nieblum 358  
 Nielönn 372  
 Nige Ooge 255  
 Nissenhaus 455  
 Nolde-Museum 413  
 Norddeich 444  
 Norddorf 335

Nordermühle 289  
 Norderney 117  
 Norderoog 312  
 Nordsee 31  
 Nordstrand 267  
 Nordstrandischmoor 313

## O

Öko-Eiland 297  
 Öl-GAU 39  
 Öömrang 364  
 Oevenum 362  
 Oland 314  
 Oldeoog 188  
 Oldoog 225  
 Oldsum 362  
 Olufs, Hark 338  
 Osterende 117  
 Ostergroen 195  
 Ostfriesenwitze 53  
 Ostfriesische Inseln 60  
 Ostfriesisches Landesmuseum 442  
 Ostheller 130  
 Ostplate 196

## P

Pellworm 281  
 Pensionen 14  
 Perm 32  
 Pharisäer 277  
 Pidder Lyng 369  
 Pierwurm 44  
 Platt 53  
 Plinius d. Ä. 42  
 Pollen 17  
 Preise 12  
 Pufferzone 48

## Q

Quallen 44

## R

Rantum 405  
 Rantumbecken 374  
 Rantumer Dünen 375  
 Rauchverbot 193  
 Reizklima 16  
 Rettungsbootmuseum 127  
 Römer 48  
 Rolling Home 112  
 Rosengarten 195

Rotes Kliff 373  
Ruhezone 48  
Rummelpott 383  
Rungholt 267  
Rungholt-Museum 287

## S

Säbelschnäbler 46  
Sand 37  
Sanders, Els 169  
Sandklaffmuschel 44  
Scharhörn 259  
Schiffahrtsmuseum 172  
Schiffsfriedhof 259  
Schlickkrebs 44  
Schlösschen Sielhof 450  
Schlüttsiel 458  
Scholle 46  
Schulze-Waldhausen 320  
Schwimmen 19  
Seefahrt 51  
Seekrankheit 18  
Seemannshus 173  
Seenotbeobachtungsstelle 169  
Seepocke 44  
Seeschwalben 46  
Seesterne 45  
Shanty 112  
Silbermöwen 46  
Sielmuseum 452  
Söl'ring 364  
Solarkraftwerk 289  
Spiekeroog 186  
Sprache 53  
Sprechende Grabsteine 359  
St. Martin-Kirche 419  
St. Niels-Kirche 389  
St. Salvator-Kirche 288  
St. Theresia-Kirche 272  
St. Vinzenz-Kirche 271  
St.-Nicolai-Kirche 389  
Störtebeker, Claus 69  
Störtebeker-Route 64  
Storm, Theodor  
(Geburtshaus) 455  
Strandjen 320  
Strandraub 367  
Strucklahnungshörn 457  
Strömung 19  
Strönwai 428  
Sturmfluten 34

Sturmmöwen 46  
Süderoog 315  
Südfall 316  
Südstrandpolder 129  
Surf World Cup 397  
Sylt 365

## T

Tange 47  
Tanker 39  
Tee 29  
Temperaturen 36  
Tiden 22  
Tiere 44  
Tierpark 416  
Tinum 416  
Toftum 362  
Tonnenhof 100  
Tote Tante 277  
Trias-Phase 32  
Trinken 26, 277  
Tüskendör-Gebiet 76

## U

U-Boot-Archiv 453  
Umwelt 37  
Unterkunft 14  
Unterkühlung 20  
Upstalsboomverband 50  
Uthlande 267  
Uthörn 435  
Utersum 361

## V

Verein Jordsand 312  
Verona 189  
Vitalienbrüder 51  
Vögel 46

## W

Wadenkrampf 20  
Walfang 70, 319, 341  
Wangerooge 207  
Warften 49  
Wassergeusen 188  
Wasserqualität 38  
Wasserturm 168  
Wassertemperaturen 36  
Waterdelle-Muschelfeld 76  
Watt 43  
Wattbewohner 44

Wattenmuseen 287  
 Wattwanderungen 21  
 Wenningstedt 420  
 Westergroen 195  
 Westerland 384  
 Westertilli 289  
 Wetter 34  
 Wind 34  
 Windkraftwerk 289  
 Windmühle 127  
 Witsum 362

Wittdün 327  
 Witzel tom Brok 188  
 Wrack der Verona 195  
 Wrackmuseum 453  
 Wrixum 362  
 Wyk 353

## Z

Zarenreich 209  
 Zimmervermittlung 14  
 Zwischenzone 48

## Kartenverzeichnis

### Inselkarten

Amrum 318  
 Baltrum 146  
 Borkum 66  
 Föhr 342  
 Hallig Hooge 303  
 Helgoland 230  
 Juist 90  
 Langeneß 308  
 Langeoog 164  
 Neuwerk und Scharhörn 257  
 Norderney 118  
 Nordstrand 268  
 Oland 308  
 Pellworm 282  
 Spiekeroog 186  
 Sylt Nord 368  
 Sylt Süd/Ost 370  
 Sylt Verkehrs-  
 verbindungen 378  
 Wangerooge 208

### Übersichtskarten

Ostfriesische Inseln 62, Umschlag vorn  
 Nordfriesische Inseln 262, Umschlag hinten

### Ortspläne

Baltrum 150  
 Borkum 84  
 Helgoland 236  
 Hörnum 402  
 Juist 104  
 Kampen 429  
 Keitum 415  
 Langeoog 170  
 List 435  
 Nebel 334  
 Nieblum 359  
 Norddorf 337  
 Norderney 124  
 Rantum 407  
 Spiekeroog 190  
 Utersum 362  
 Wangerooge 214  
 Wenningstedt 421  
 Westerland 386  
 Wittdün 328  
 Wyk 354