NATÜRLICH SYLT

Das Magazin für Sylt-Fans · www.sylt.de

Ausgabe 1/2012

300 Mähdiziner.
Wie Schafe die Sylter Heide verarzten.

Der mit dem Meer tanzt.
Unterwegs mit Krabbenfischer Paul.

Eiserner Inselmann.
Triathlon für Einsteiger.

DB BAHN
Sylt Shuttle

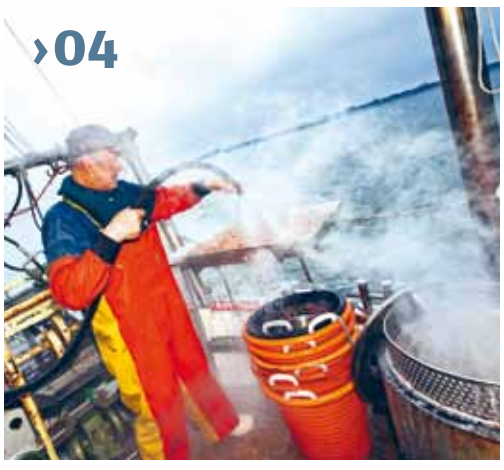
SYLT
MEER. LEIDENSCHAFT. LEBEN.

PASSENDE SCHUHE UND ANDERE PAARUNGEN

Foto: KR

In unserer letzten Ausgabe berichteten wir über Sylter und ihr Verhältnis zum Strandgut sowie zur Strandräuberei, die es streng genommen bedeutet, wenn man sich aneignet, was man am Meer findet. Entgegen anderslautenden Behauptungen war es keine »Natürlich Sylt«-Werbeaktion, als kurz nach Erscheinen der Ausgabe Hunderte von Hilfiger-Schuhen angespült wurden. 30 Kilometer vor Helgoland waren sechs Container in schwerer See von Bord gegangen, einer davon öffnete sich im Wasser und schickte eine wahre Schuhwelle auf die Reise Richtung Sylt. Die wiederum zog ein Heer von modebewussten Jägern magisch an. Tagelang sah man Gäste wie Einheimische mit riesigen Säcken den Flutsaum abgrasen, die sich rasch kategorisieren ließen. Da gab es soziale Schuhjäger, die Linke ausklopften und am Strandübergang postierten, sollte jemand mit dem rechten Äquivalent auflaufen. Es gab Mahner, die behaupteten, die guten Paare hätten längst die Helgoländer und Amrumer rausgefischt und hier käme doch nur noch »der Schrott« an. Es gab Sympathieträger, die ein nicht passendes Paar am Parkplatz deponierten, für Passanten mit Größe 34. Und es gab Semiprofessionelle, die rigoros und renditeorientiert alles einsammelten, was ihnen vor die Füße schwappte, und damit vielen final die Chance auf erfolgreiche Paarungen vermasselten. Nun soll es angeblich zu Schuhpasserbörsen kommen, die sich subversiv übers Internet formieren. Aber korrekt ist das natürlich nicht (vielleicht auch nur ein Gerücht), denn schließlich müssen theoretisch alle Schuhe, egal ob Einzelgänger oder Paare, egal ob passend oder drückend, in Westerland abgeliefert werden. Sollte tatsächlich das Ordnungsamt in einer Flut von linken und rechten Einzelgängern gesetzestreu abgelieferter Schuhe unterzugehen drohen oder die erste Schuhbörse stattfinden – wir halten Sie auf dem Laufenden. So auch mit Hilfe von Henning Leppek, der Sie unter Umständen mit dieser Ausgabe rasend machen wird: Der erfolgreiche Sylter Triathlet verrät seine ganz eigene Trainingsphilosophie und erklärt Ihnen (S. 10), welche Voraussetzungen Sie erfüllen müssen, wenn Sie noch in diesem September an Ihrem ersten Triathlon teilnehmen wollen. Selbstverständlich auf Sylt. Und bitte mit einem tatsächlich zusammengehörenden Paar perfekt passender Sportschuhe. Abschließend noch eine echt niedliche Paarung: John Rickleff Petersen aus Keitum (S. 6) erzählte uns auf einer riesigen Wiese davon, warum man Schnucke und Schaf kreuzt und was die insulare Heide davon hat. Wenn Sie außerdem schon immer wissen wollten, wie man Krabben »nackich macht« (S. 4), wonach Alge schmeckt (S. 12) und warum die Insel reif ist für unseren ersten Naturerlebnisführer (S. 8) – dann freuen Sie sich auf acht Inseldoppelseiten, allesamt natürlich schöne Sylter Paare, mit denen wir Ihnen wie immer viel Spaß wünschen!

INHALT »



› **Seite 04**
Tradition Er ist ein erstklassiger Multitasker und tanzt souverän mit dem Meer: Sylts letzter Krabbenfischer Paul Walter im Portrait

› **Seite 06**
Typisch Sylt und seine Mähdiziner: Hunderte schnuckliger Schafe kümmern sich um die Gesundheit der insularen Heide

› **Seite 08**
Natur Die Insel zeigt plötzlich ganz andere Seiten: mit dem ersten Naturerlebnisführer, geschrieben von einem Sylter für Sylter und Gäste

› **Seite 10**
Gesundheit Sie wollen am Sylt-Triathlon teilnehmen? Henning Leppek macht alle rasend mit seinem simplen Rezept für den rasanten Dreier

Fotos: Holm Löffler, Hans Jessel, Beate Zöllner

› **Seite 12**
Kulinarik Sie machen schön und schmecken köstlich, wenn der Könner sie zubereitet: Auf der Sylter Algenfarm werden Rot- und Braunalgen kultiviert

› **Seite 14**
Inselnews Eine Studienreise für Mitfischer, Yoga open air direkt am Meer, Küstenschutz für Mitläufer und die Sommeruni für den Nachwuchs

IMPRESSUM

› **Herausgeber:**
Sylt Marketing GmbH
Stephanstraße 6
25980 Westerland/Sylt
Fon: 04651 / 82 02-0
E-Mail: info@sylt.de · www.sylt.de

› **Konzeption:**
Jutta Vielberg, Moritz Luft

› **Gestaltung und Realisierung:**
in medias red GbR
Büro Sylt: Kattrin Mauz-Rudi
Fon: 04651 / 3 23 64
Büro Hamburg:
Maren Meyer-Ernsting, Nina Schmidt-Jahre
Fon: 040 / 33 42 50-10
E-Mail: post@inmediasred.de

› **Druck:**
Möller Druck und Verlag GmbH
www.moellerdruck.de

› **Mitarbeiter dieser Ausgabe:**
Jutta Vielberg, Torsten Wellmann

› **Fotografen:**
Hans Jessel, Peter Burow, Holm Löffler, Stefan Klar, Lothar Koch, Syltpicture, Dita Pepe, Beate Zöllner, Torsten Wellmann, Holger Widera, Thomas Zimmer

› **Copyright**
SMG. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck von Berichten und Fotos aus dem Inhalt, auch auszugsweise, nur mit vorheriger Genehmigung der SMG. Alle Angaben wurden sorgfältig und mit bestem Wissen erstellt. Die SMG haftet nicht für den Inhalt der Anzeigen.

Partner

Nationalpark Wattenmeer

› Die Sylt Marketing GmbH ist seit Oktober 2009 offizieller Nationalpark-Partner. Wir verpflichten uns, ein attraktives Naturerlebnis-Angebot für Gäste zu schaffen und zugleich schonend mit der Küstennatur umzugehen.

SYLTER **ENGLISCHSTUNDE**

Er ist zum Kurzurlaub auf Sylt, es wird langsam Abend. Vor ihm liegt eine besondere Nacht, das ahnt er bereits, aber wie besonders sie ist, das erkennt er erst sehr viel später. Thomas Zimmer ist unterwegs, kurz bevor das Licht verschwindet. Er wandert am Flutsaum entlang, er macht ein paar schöne Fotos, es wird immer dunkler und der ohnehin nicht übervölkerte Strand leert sich weiter.

Südlich von Westerland denkt sich der Unternehmensberater, der seit seinem 16. Lebensjahr immer mal wieder mit kurzen Unterbrechungen, aber mit zunehmendem Alter auch immer ambitionierter fotografiert, »Schöne Fotos gemacht, das Licht ist komplett weg, Feierabend!« und geht zurück über die Düne zum Auto. Auf dem Scheitelpunkt der Düne, oder ist es kurz danach, dreht er sich noch einmal um, wie es Menschen so machen auf dem Heimweg vom Strand, die das Meer lieben. Und da entdeckt er diese Treppe.

Zimmer geht weiter zum Auto und das Gehirn braucht ein kleines bisschen länger noch als das Auge. Als er alles im Auto verstaut hat, denkt er plötzlich: »Was für ein Motiv. O.K., noch mal von vorne«, packt die Kamera wieder aus, läuft zurück und fotografiert die Treppe. »Ganz nett, aber schöner wäre es, wenn da jemand stehen würde«, sagt er sich und schaut links in die Dunkelheit und nach rechts, über die Düne, an den menschenleeren Strand, und beschließt, sich selber zu fotografieren in Ermangelung eines spontanen Mitspielers.

Er baut die Kamera auf, justiert den Selbstauslöser, er greift zur Taschenlampe, er sprintet die Treppe hinauf, in dem Wissen, dass ihm genau 30 Sekunden bleiben. Ob die Kamera jetzt »etwas zu früh auslöst« oder Herr Zimmer »etwas zu spät dran ist«, wie er heute sagt – wer weiß. Tatsache ist: Als es »Klick« macht, fällt genau in der Sekunde ein allerletzter Strahl aus der Taschenlampe direkt auf Treppe und Thomas Zimmer. Es ist Neumond, die Stufen liegen genau an der richtigen Stelle unter der Milchstraße. Es ist ein rarer, fast irrealer Moment, von besonderem Zauber, von ganz eigener Schönheit, den Thomas Zimmer einfängt, unmittelbar an der Grenze zum Artifiziellen, fast zu schön, um echt zu sein.

Der Rest ist schnell erzählt. »Beim Fotografieren merkst du es nicht unbedingt sofort«, sagt Zimmer, »aber im Hotel sah ich es gleich: Da ist etwas ganz Besonderes gelungen.« Das wiederum sah eine britische Agentur genauso, auf der Homepage der ambitionierten Fotocommunity von »500px.com«, wo Zimmer seit einiger Zeit Mitglied ist. Sie nahm ihn »unter Vertrag. Es ist mehr ein Agreement zu beiderseitigem Vorteil, nichts echt Juristisches. So locker«, sagt Zimmer. Worüber sich locker auch ganz Sylt freut: Dieses Foto rauschte von der »Sun« bis zum »Mirror« durch die britischen Medien und wurde innerhalb weniger Wochen 1,5 Millionen Mal im Internet angeklickt. »The milky way, shot on the island Sylt, North Sea coast« steht drunter: Nun weiß ganz Europa, welche Sternstunden Sylt zu bieten hat.

Foto: Thomas Zimmer

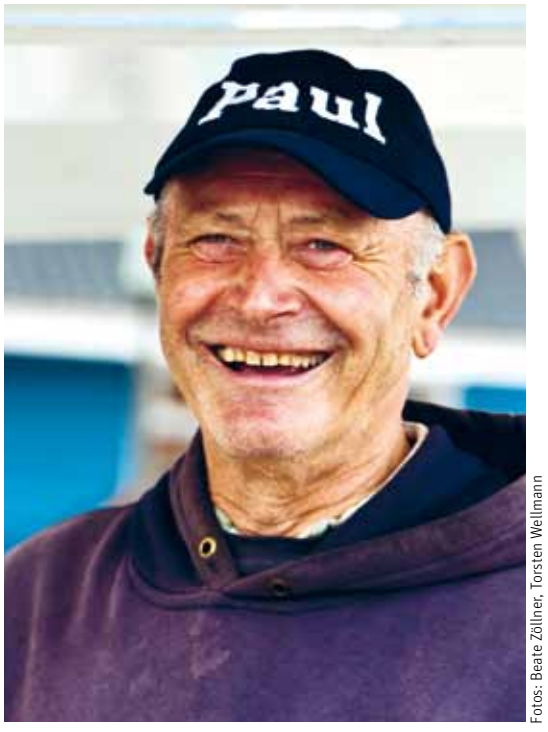
Es ist, wie es ist: An diesem Foto wurde nichts gefingert, nicht heruminszeniert, nichts manipuliert, es wurde nicht coloriert und kein Stern implantiert. Der Witz an diesem Sylter Treppenbild ist seine Authenzität …

DER MIT DEM MEER TANZT

› MITFISCHGELEGENHEIT

Paul Walter ist an jedem Dienstag und Freitag ab zwölf Uhr mit seinem Stand am Lister Hafen zu finden. In der Nacht zuvor fährt er raus und nimmt bis zu zwei Gäste mit.

Edith & Paul Walter · Alte Bahnhofstraße 12 · 25992 List / Sylt
Telefon: 04651 / 87 71 68 · www.fischerhaus-tuemmler.de



Fotos: Beate Zöllner, Torsten Wellmann

^ *Krabbenfangen auf Sylt ist ein Ein-Mann-Job für den begabten Multitasker: Paul Walter (rechts) kann viele Sachen gleichzeitig machen, so etwa Logbuchführen und Krabbenfangen*

Krabbenpulen ist wie Tanzen: nicht einfach, doch einfach zu lernen. Wem Krabben schmecken und der Sinn nach Nachtabenteuer steht, den bittet Paul Walter gerne zum Tanz auf den Nordseewellen. Denn Paul ist Sylter Original und der letzte Krabbenfischer der Insel.

Es ist früh. Sehr früh. Die Sonne scheint gerade erst untergegangen zu sein, der Hafen von List ist nur als graue Silhouette zu erkennen. Es ist kurz vor drei und Paul Walter steht hellwach an der Reling seines Kutters in einer wasserfesten Kluft, ein freundliches Lächeln auf den Lippen, eine blaue Baseballmütze auf dem Kopf. »Es braut sich ein Sturm zusammen. Aber ich glaube, wir können es riskieren.« Ursprünglich sollte ein weiterer Gast mit von der Partie sein. Doch den hat wohl die Uhrzeit geschreckt. Oder die Unwetterwarnung. Nun startet Paul den 60 PS starken Motor und steuert die »Tümmler« langsam aus dem Lister Hafen. Es bläst eine steife Brise, immer wieder scheint der kleine Kutter mächtig in Schieflage zu geraten. Doch Paul bewegt sich sicher über das enge Deck und hat stets einen guten Stand, während er das Netz in Stellung bringt.

Immerhin ist der 69-jährige mit dem jungenhaften Lachen ein alter Hase im Geschäft. Im zarten Alter von vier Jahren war er zum ersten Mal mit seinem Vater auf See. Bis zu zehn Zentner Schollen, Seezungen und Makrelen hatten sie damals täglich in den Netzen, »dazu körbeweise Nordseekrabben«. Heute ist mit der Küstenfischerei kaum noch ein Geschäft zu machen. »Irgendwann kamen die großen Kutter, deren Beifang am Hafen einfach verschenkt wurde. Mein Vater konnte nichts mehr verkaufen und ist 1957 ganz umgestiegen auf die Krabbenfischerei.«

Als 14-Jähriger fing Paul dann als Fischereigehilfe an. Seefahrtschule in Cuxhaven, Fahrten ins Eismeer, Steuermannspatent, schließlich ein Schreibtischjob bei der Marine: 22 Jahre lang organisierte er die Versorgung der Truppe. Doch so ganz ohne Wind und Wellen, das konnte sich Paul nie vorstellen. 1978 kaufte er sich deshalb die »Tümmler« für den Feierabend und das Wochenende. Schollen, Seezungen, Muscheln und Krabben waren leichte Beute, dazu bot Paul mehr und mehr Gästefahrten an. 1997 schließlich zog er sich bei der Bundeswehr eine Chemikalienvergiftung zu – Vorruhestand. »Die Ärzte sagten, es sei mein Glück gewesen, dass ich abends immer mit dem Kutter unterwegs und an der frischen Seeluft gewesen bin. Nur deshalb bin ich heute noch am Leben.«

Der »Tümmler«, 8,52 Meter lang und 2,80 Meter breit, ist Paul bis heute treu. Hier ist er nicht nur der Kapellmeister – er spielt auch alle Instrumente selbst. Virtuos und schnell, ohne Hektik. Paul zieht sein sechs Meter breites und zehn Meter langes Netz über das Deck. Hechtet nach vorne und greift ins Steuer, um Kurs zu halten. Drei schnelle Schritte zurück ans Heck – das Netz gleitet über die Seitenreling. Ein Blick nach unten: Es darf sich auf keinen Fall in der Schiffsschraube verfangen. Alles passt. Paul sinkt auf seinen Sitz hinter dem Steuerrad. »Jetzt ist Warten angesagt. In einer Stunde hole ich es wieder ein und hoffe, dass wir einen guten Fang haben.« Ein guter Fang – das wären zwei Kisten, »aber eine wäre auch in Ordnung«.

Mit 1,7 Knoten, gut drei Stundenkilometern, tuckert die »Tümmler« mit der Strömung in Richtung Osten und zieht dabei das Schleppnetz in etwa 16 Metern Tiefe über den Grund. Dort unten in der Dunkelheit tummeln sich die Krabben. Und spätestens jetzt wird klar, warum der Kutter stets mitten in der Nacht ausläuft: »Tagsüber können die Krabben das Netz sehen und springen einfach drüber«, erklärt Paul. »Die haben was dagegen, gefangen zu werden.«

Am Horizont verwandelt sich das Schwarz der Nacht allmählich in ein dunkles Blau. »Morgens hier draußen zu sein und zu sehen, wie über der Nordsee die Sonne aufgeht – herrlich.« Paul blickt versonnen über das Meer. Steht auf, füllt Wasser in einen Kessel und zündet unten eine Lunte an. Während der Rückfahrt werden die Krabben noch an Bord gekocht. Kurz bevor das Wasser den Siedepunkt erreicht, zieht Paul das Netz ein und entleert es auf einem Rüttelsieb, das die kleinen Nordseegarnelen von den großen Strandkrabben trennt. Auch eine Seezunge ist dabei, die gemeinsam mit den Strandkrabben sofort zurück ins Meer befördert wird - zur Freude der zahlreichen hungrigen Möwen, die die »Tümmler« mittlerweile verfolgen. »Ein guter Fang«, befindet Paul, der die Ausbeute auf 50 Kilo schätzt.

Nun beginnt der Choreografie zweiter Teil. Paul am Heck bei der Überwachung des Rüttelsiebs. Paul am Steuer beim Kurshalten. Paul an Backbord beim Aufhängen des Netzes. Paul an Steuerbord beim Sortieren und Kochen der Krabben. Gut, dass der Motor von alleine läuft – andernfalls würde Paul wahrscheinlich auch noch rudern. Es ist sechs Uhr, als die »Tümmler« im Hafen anlegt und die Krabben per Flaschenzug an Land befördert werden. Während der Himmel bereits in hellem Blau leuchtet, gibt sich List noch seinen Träumen hin. Paul jedoch gönnt sich gerade mal eine Baseballkappe voll Schlaf – mittags bittet er erneut zum Tanz. Diesmal nicht auf den Wellen, sondern auf dem Pflaster des Lister Hafens. Hier hat er seinen Stand, hier verkauft er zweimal wöchentlich seine fangfrischen Krabben. »Viele Urlauber möchten die Krabben mit nach Hause nehmen. Ich garantiere, dass meine auch abends in München noch frisch sind.«

Kleine Garnelen aus der Nordsee sind beliebt und stehen auf den Speisekarten vieler Sylter Restaurants. Mundgerecht und gabelfertig. Bei Paul stecken sie noch in ihrer Schale - was manch potenziellen Kunden abschreckt. »Die Leute sind faul geworden«, beobachtet Paul. »Sie kaufen sich lieber fertig gepulte Krabben. Dann hauen sie Koblauch-Sauce drüber und sagen: Das hat gut geschmeckt. Tatsächlich hat es nach Knoblauch geschmeckt. Und Krabben waren auch dabei.« Der wahre Geschmack entfalte sich pur – und selbst gepult. Weil aber nur noch wenige wissen, wie das geht, gibt es bei Paul den Grundkurs gratis dazu.

»Tanzen kannste doch?« Paul strahlt eine junge Frau an. »Krabbenpulen und Tanzen sollte man gemeinsam üben. Pass auf: Du gehst auf die Tanzfläche, machst dich schlank, der Partner fasst dir an die Hüfte.« Paul und die junge Frau halten je eine Krabbe zwischen Daumen und Zeigefinger und drücken sie in der Mitte leicht zusammen. »Dann fahrt ihr zu dir und du ziehst den Pullover aus« – den Kopf der Krabbe drehen und die Schale vom Fleisch trennen – »und dann schmeckt's.« Übung sei alles, erklärt Meistermacher Paul: »Das war der langsame Walzer. Wenn du ein bisschen Übung hast und zum Tango oder sogar Rock'n'Roll übergehst, dann geht dasKrabbenpulen so fix, dass du dir schnell eine zweite Tüte holst.«

tw

Fotos: Peter Burow

Idyll bei Braderup: Schnuckenherde mit Schäfer und Hund pflegt die Heide

DREIHUNDERT MÄHDIZINER UND EIN ATTRAKTIVER PFLEGEFALL

Die insulare Heide bei Braderup, bei Morsum und am Flugplatz ist wunderschön, aber pflegebedürftig. Mehr als 300 Schnucken mit ihren Lämmern, diverse Schäfer, drei Hütehunde und ein Landwirt sorgen seit über zehn Jahren dafür, dass es ihr gut geht.

Sie sieht toll aus. Sie ist bildschön. Vor allem, wenn sie im späten Sommer blüht und Sylt ein lila Kleid überwirft. Aber sie ist zickig und darf auf keinen Fall gut versorgt und zu fett werden: Die insulare Heide ist ein Pflegefall und in drei Sorten aufzuteilen, Krähenbeeren, Glockenheide und Besenheide. So unterschiedlich die Arten aussehen, so haben sie doch eins gemeinsam, was im ersten Anlauf absurd klingt: Gehts Heide zu gut, gehts ihr langfristig echt schlecht.

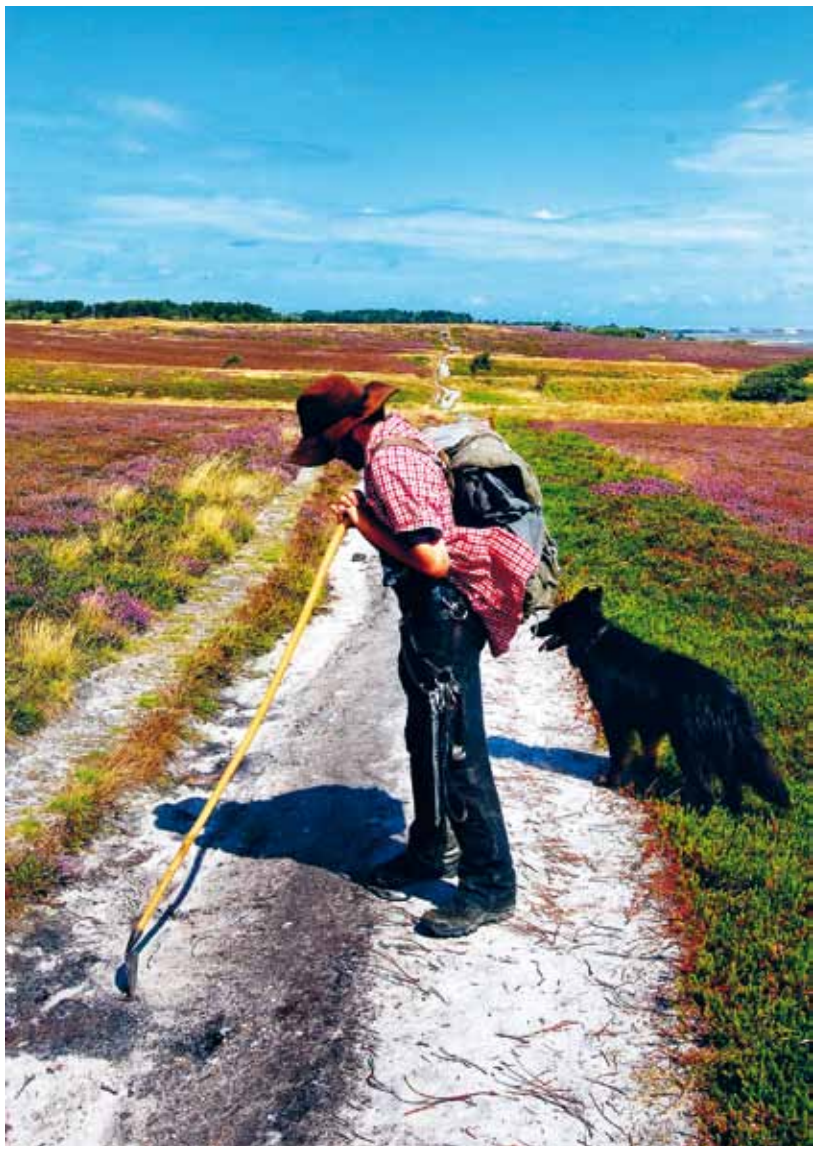
Denn die Heide ist ein sogenanntes Magergewächs, wie Ruth Weirup vom Sylter Landschaftszweckverband erklärt, jener kommunalen Einrichtung, die sich unter anderem um Küstenschutz und Landschaftspflege kümmert. Lebt die Heide im Nährstoffüberfluss, verkrautet sie zunächst, um dann zu verholzen und in einer humosen Schicht aufzugehen, auf der dann wiederum zunächst Birken, später dann ganze Wälder heranwachsen. Das ist so zwar im Extrem-Zeitraffer dargestellt, ändert am Ergebnis aber nichts: Die Heide verschwindet spurlos.

Mehr als 2000 Tier- und Pflanzenarten, zum Teil ebenfalls bedroht, ist sie Lebensraum. Mit knapp 3000 Hektar macht die Sylter Heide fast 50 Prozent der holsteinischen Flächen aus, was Bände spricht: Für den Erhalt der norddeutschen Heide ist es, seit die Menschen sie nicht mehr landwirtschaftlich nutzen, quasi fünf nach zwölf. Über zehn Jahre ist es her, da beschloss man, auf Sylt einen Modellversuch zur Heidepflege zu initiieren. Drei Varianten wurden getestet: das Plaggen, wobei maschinell die oberste nährstoffreiche Schicht des Heidebusches entfernt wird, was anschließend sehr lange nach Landschaftsvernichtung aussieht und touristischen Regionen nicht wirklich gut steht. Und: Die Riesenmaschinen müssen teuer gemietet und einsatzweise vom Festland herangeschafft werden. Auch versuchte man es mit Abbrennen, jahrhundertelang ein Klassiker zur Landschaftspflege, aber auf Sylt ebenfalls nicht wirklich praktikabel: »Die Heide muss knochentrocken sein und gegen den Wind abbrennen, das ist so'ne Sache«, sagt John Rickleff Petersen aus Keitum. Er ist einer der führenden Heidesachverständigen auf Sylt, ein Mann der Praxis, aber davon später mehr. Petersen weiß: »Nur wenn der Wind kräftig von Ost weht und das Feuer gegenanbrennt, frisst es sich durch die Heide und bringt was.« Dreht der Wind dann mittendrin, wird beispielsweise Kampen eingekokelt oder Braderup geräuchert, »und«, sagt Petersen, »das ist für den Gast ja auch nicht schön.« Mal ganz abgesehen davon, dass man nur zu eng begrenzten Zeiten (zum Schutz der Brut- und Jungvögel) überhaupt in der Heide zündeln darf.

ABSURD: WENN ES DER HEIDE DAUERHAFT ZU GUT GEHT, GEHTS IHR MITTELFRISTIG ECHT SCHLECHT. DANN STIRBT SIE AUS.

Blieb schließlich nur Variante drei, die tierische Versorgung des Pflegefalls Heide durch therapeutische Mähdiziner. Im Jahr 1999 reisten Hunderte von Festlands-Heidschnucken wie Touristen zur Saison an und genossen den Inselsommer in der Weite Braderups, Morsums und am Flugplatz. Der Heide gefiel die Sache gut, ihrer Schäferin weniger: Wovon sollte sie im Winter leben? Wo ihre Jurte zum Schlafen aufbauen? Wo die Tiere tränken? Schließlich erbarmte sich ein Anwohner und stellte eine Wanne und seinen Gartenschlauch zur Verfügung, der mit 500-fachem Schnuckendurst schnell überfordert war.

Noch nicht optimal, aber prinzipiell gelungen, wertete die Landesregierung, auf deren Mist das Schafprojekt gewachsen war. Nachdem die Schnucken mit Ende



Dirigenten: Hund und Schäfer sagen der Herde wo es längs geht

der Saison abreisten, schrieb man das Projekt aus. Wer konnte die Heidepflege dauerhaft übernehmen? Damit kommt der Keitumer Landwirt wieder ins Spiel: John Petersen, Herr über den bekannten Gänsehof und riesige Schafherden auf den Deichen und in Sylt-Oster Salzwiesen, hatte »die Fremden« kommen und gehen sehen und sich dabei vor allem eins gedacht: »Hoffentlich schleppen die Viecher uns vom Festland keine Krankheiten an, die unsere Schafe hier gar nicht kennen.« Er beteiligte sich an der Ausschreibung, bekam den Zuschlag.

Und Fördergelder. Mit denen fuhr er an die polnische Grenze, kaufte 180 Schnucken, engagierte einen Schäfer. Die tierischen Neusylter akklimatisierten sich rasch, sie machten einen ordentlichen Job, sie taten der Heide gut, sie waren relativ freundlich zu Gästen und eine Attraktion. Aber mit dem ersten Winter tauchten wieder Probleme auf, als die Wanderherde auf die Weide zog. Wenn es in der Heide nichts mehr zu fressen gibt, dann wird nämlich zugefüttert: Heu in großen Rundballen oder Silage. Und dabei zeigte sich, dass Schnucken anspruchsvoll sind. Wenn einer der fünf Ballen, die man für rund 200 Schafe in großen Raufen bereitstellt, »besser schmeckte als die anderen, dann gingen alle Tiere gleichzeitig drauf«, erklärt Petersen. Ohne Rücksicht auf Kollegen, mit viel Ellenbogen, ohne Blick nach links und rechts. Das führte teilweise zu tragischen Schnuckenunfällen und John Petersen rasch zu der Erkenntnis: So geht das nicht. Aufeinanderklettern? Das hatten seine Schafe nie gemacht.

Also kreuzte der Fachmann beherzt Schnucke und Inselschaf und kreierte damit quasi eine neue Schnuckenrasse, die man »Sylter Schnaf« nennen könnte: bodenständig und ohne Tendenz zur Herumhüpferei auf Kollegen, weniger wählerisch beim Futter, mit Hang zum Gleichmaß, »normal mit umzugehen eben«. Die Schnucke ist schon vom Verhalten her »anders als andere Schafe«, erklärt Petersen, »wie schon ihr Name sagt: Der Name ›Schnucke‹ kommt von ›schnuckeln‹, was auf Hochdeutsch ›suchen‹ heißt«. Wählerisch. Eigensinnig. Erfolgsorientiert. Sylter Schafe dagegen reißen sich kein Bein aus.

So veränderte die Herde im Lauf der Jahre vom schnuckentypischen Dunkelbraun bis Schwarz ihre Farbe hin zu deutlich mehr Sylter Weiß und ihren Charakter. Verloren hat sie dabei unterwegs auch das »Geweih«, also ihr Horn. Denn damit blieben übereifrige Tiere winters in den Raufen hängen, was auch ein grausames Ende nehmen konnte, wenn nicht zufällig ein Befreier vorbeikam. Als Schäferteam betreut jetzt schon seit einigen Jahren ein Ehepaar aus dem Hochschwarzwald die Herde während des Sommers rund um die Uhr, dafür haben die beiden von Weihnachten bis zur Lammzeit im März frei. Unterstützt werden sie von drei engagierten Bordercollies, die Petersen selbst züchtet und mit viel Zuneigung ausbildet.

DAS WORT »SCHNUCKE«
KOMMT VON SCHNUCKELN

Tagsüber werden die Schafe gehütet und ziehen über die Heide. Mittags und nachts werden sie auf mobilen Pferchflächen abseits eingesperrt. Hintergedanke ist dabei, dass sie sich im Ödland vollfressen und Nacht wie Mittagspause quasi im geschlossenen WC verbringen, also in der Pferchfläche »auskoten«. Schließlich ist ihr Auftrag, die Heide zu »verbeißen« und Unkraut und kleine Bäumchen wegzufressen. Anschließend sollen dort natürlich dann auch keine neuen Nährstoffe, in diesem Fall Schafscheiße, ausgebracht werden.

Finanziert wird das Projekt inzwischen nicht mehr nur vom Land, auch die Insel Sylt und der Landschaftszweckverband leisten ihren Beitrag, die Naturschutzgemeinschaft gab eine »Anschubfinanzierung« dazu. Das ganze Geld, sagt Petersen, geht »direkt in die Tiere« und für den Schäferlohn drauf. »Wenn du gute Helfer hast, macht das mit der Wanderherde echt Spaß«, sagt Petersen, »aber ein Geschäft ist es nicht.« Zu vermarkten ist die Schnucke als solche schlecht, »der Schlachtkörper ist zu klein«, sagt Petersen, was nix anderes heißt, als dass an der Schnucke nicht genug dran ist. »Schließlich wurde sie ja auch gezüchtet, um mit wenig Nährstoffen gut klar- und auf kargen Böden zurechtzukommen.« Das klassische Fleischschaf, das Deichschaf, darauf optimiert, ordentlich und rasant zuzulegen, bringt es als Lamm auf ein Schlachtgewicht von 22 bis 24 Kilo, das Schnuckenlamm im Schnitt auf 16, mit Rausreißern nach oben oder unten. »Nun stell dir doch mal vor, im Restaurant bestellt ein Vierertisch und dann kriegen drei den dicken, breiten, vollen Deichlammrücken und einer den langen, schmalen von der Schnucke. Was meinst du, was da los ist?!«, sagt Petersen.

»WENN DU GUTE HELFER HAST, MACHT DAS MIT DER WANDERHERDE ECHT SPASS,« SAGT PETERSEN, »ABER EIN GESCHÄFT IST ES NICHT.«

Aber ums Geld gehts bei ihm und diesen Mähdizinern sowieso nicht. Sie sind dafür da, dass es der Heide gut geht. Und sie wissen, seit das Schnuckengen immer weiter auf dem Rückmarsch ist, auch sehr genau, wie man sich zu benehmen hat, in touristischen Regionen. »Die sind so zahm«, sagt John, »da können Kinder ganz nah rangehen. Kinder mit Schafen und den Lämmern, sieht doch immer wieder toll aus, das ist ein schönes Bild.« *kmr*

Foto: KR

› SCHAFSCHUTZ UND VERNUNFTAPPELL

John Rickleff Petersen gehören die Wanderschafherde und Hütehunde. Große Sorgen machen ihm eigensinnige oder schlecht informierte Gäste mit Hunden. Er appelliert an die Vernunft der Spaziergänger: »Bitte leinen Sie Ihre Hunde an, so wie es Vorschrift ist! Selbst der netteste Hund, der einmal durch die Herde rauscht, versetzt sie in große Aufregung und bereitet den Tieren einen Wahnsinnsstress, was immer wieder für Unfälle sorgt.«

So macht Syltlesen Freude, so macht Inselwissensammeln Spaß: Lothar Koch schreibt vieles, das nicht mal Einheimische wissen. Zum Beispiel über faszinierende Vogelschwärme: »Wer im zeitigen Frühjahr seine Nase mal über den Sylter Nössedeich steckt, kann mit Glück beeindruckende Flugmanöver über dem Nationalpark Wattenmeer beobachten. Schwarz-silbrig changierende Wolken von Zugvögeln, meist Knuttstrandläufer, führen ihre eigentümlichen Flugmanöver an den Hochwasserrastplätzen aus. Amöbenartig verändert die riesige Vogelwolke wie auf Kommando ihre Gestalt und malt Phantasiegebilde in den Himmel: In Quallen-, Pilz- oder Ambossformation bewegen sich die Vogelmassen durch die Luft, dann plötzlich, gleich einem kräftigen Regenschauer, gehen sie rauschend nieder, um mit den grauen Wattflächen zu einem fast unsichtbaren Gefiederteppich am Hochwasserrastplatz zu verschmelzen. 100 000 Vögel, also gut ein Viertel des europäischen Bestandes der nordatlantischen Knutts, sind hier von Ornithologen schon in einem Schwarm gesichtet worden.«

Der Solarkocher im wunderschönen (und überaus lehrreichen) Garten des Zentrums der »Naturschutzgemeinschaft Sylt« in Braderup; ein einsamer Radfahrer, unterwegs auf dem Weg durch Heide und Dünen Richtung Klappholttal; ein gestrandeter Wal, wie hingegossen in der Brandung liegend, und der verwunschene und nahezu undurchdringliche Dschungel in der Kampener Vogelkoje der »Söl'ring Foriining«: Lothar Koch nimmt seine Leser an die Hand, geleitet sie über »seine« Insel und zeigt ihnen die anderen Seiten Sylts, die sich nicht jedem auf den ersten Blick präsentieren. Ergänzt werden die ausgefeilten Radtourvorschläge mit netten Tipps, die jeweils ein kleiner Fußabdruck im Text kennzeichnet: Da verrät der Autor tatsächlich kleine Geheimnisse, nämlich die Routen seiner ganz persönlichen Lieblingsspaziergänge.

GANZ ANDERE SEITEN VON SYLT

Jetzt erscheint das erste »Natürlich Sylt«-Buch, ein Naturerlebnisführer, der auch Inselbotschafter ist, alle wichtigen Schutzgebiete Sylts vorstellt und Tipps für Extratouren liefert, mit dem Rad und zu Fuß. Oder in Gedanken, wenn es durch die Geschichte und Eigenarten dieses Eilands geht.

Wie hoch die Uwe-Düne ist, wo man Fischbrötchen aus der Hand essen kann, dass List das nördlichste Dorf Deutschlands ist, Seehunde »wau« machen oder Kampen in den 1960er-Jahren von Reichen und Nackten geflutet wurde, das liest man überall. Wie man »die Sylter Landschaft entschlüsselt«, so nennt Lothar Koch das, wenn man die Inselnatur ihre unendlichen Geschichten erzählen lässt, das kann nur einer authentisch notieren, der hier wirklich zuhause ist. Der jahrzehntelang für und in Sylter Natur arbeitete. Der viele Sylter und Sylt wirklich kennt. Der verfolgt, wie die schöne Geliebte, die Insel, mit ihm zusammen sich verändert, über die Jahre, und eine neue Ebene findet, von der aus er jetzt wahrnimmt. Für den »ökologischen Insiderblick«, der jetzt in Printform auf den Markt und auf die Insel geworfen wird, haben sich »Natürlich Sylt« und der Sylter Biologe Lothar Koch zusammengetan. Weil Koch sich freut, dass wir den Aspekt »Natur und Naturschutz fokussieren«. Und weil »Natürlich Sylt« Freude an Kochs Texten hat.

Sie handeln von der Entstehungsgeschichte der Insel, von ihren Naturräumen, von Historischem und Hintergründigem, von Kontrasten zwischen Kliff und Klunkern, vom wilden Sylter Süden, von Tieren und Tempeln der Ahnen, den Hünengräbern – aus der Perspektive eines Sylters, der Biologe ist, der die Insel liebt, der Nachbar ist, Beobachter und Teilnehmer. Seine Texte, auch die Radrouten, sind, streng genommen, im Lauf von 15 Jahren entstanden. So lange ist es her, dass Lothar Koch das Konzept für einen kombinierten Insel-Radwander- und Naturführer erstellte und schrieb und schrieb. Immer wieder wanderte das Projekt zwischendurch in den Schrank, weil Anderes wichtiger war: der Schutz der Meeressäuger, die alltägliche Arbeit für die Schutzstation Wattenmeer, die Entwicklung eines Konzeptes für das Natur- und Erlebniszentrum in List, Persönliches, Politisches. Alle Jahre wieder arbeitete Koch weiter dran und nahm Kontakt mit Verlagen auf, als langsam ein Ende in Sicht schien. »Da hieß es dann plötzlich von Verlegerseite: Kürzen! Ändern! Umschreiben!«, erinnert sich Koch, was er mit einem energischen »Nö!« konterte. Sein Buch sollte genau so und nur so erscheinen oder gar nicht, da war er mittlerweile sehr Sylter geworden und unbeirrbar.

Dann wiederum erschien ein Syltführer nach dem anderen. Koch blätterte, Koch las und fragte sich immer wieder: Wieso schreiben die alle vorwiegend über Kneipen, Kuren und Prominenz, statt über die Inselnatur? Und schmiss sich im Frühjahr 2010 aufs Fahrrad, um alle Touren noch mal abzufahren. Er aktualisiert sämtliche Texte, er schreibt noch mal um. Er liest »Natürlich Sylt«, das soeben neu erschienen ist, und denkt, »das passt«. Und er lernt Hendrik Asmus kennen, der einen Fachbuchverlag in Hamburg führt, sich aber »ab und zu mal ein Herzensprojekt zwischen all der Sachbucherei gönnt«. Asmus liest das Manuskript und sagt »Ja!« und »Sensationell!« und gibt zu Protokoll »genau so will ich das haben, bitte ändern Sie nichts dran«. »Heute glaube ich«, sagt Koch, »dass dieses Buch genau jetzt erscheinen sollte. Vor 15 Jahren hätte es noch nicht so ausgesehen.«

Sylt hat sich verändert in den letzten 15 Jahren. Es wurde immer beliebter und verlor doch gleichzeitig viele Insulaner ans Festland, die sich ihre Heimat nicht mehr leisten können. Es ist mehr denn je bedroht, von vielen Seiten: von West durch küstefressende Stürme und den Klimawandel, der einen Anstieg des Meeresspiegels provoziert, vom Festland durch Investoren, die mit großen Augen auf renditeversprechenden Inselgrund schielen, und nicht zuletzt leider auch durch die Liebe. Wenn zu viele gleichzeitig der Insel zeigen möchten, wie sehr sie an ihr hängen, dann geht vieles langsam unter.

Heute möchte Lothar Koch den Menschen nahe bringen, »Sylt mit anderen Augen zu sehen«, weil man »nur wirklich wertschätzen und schützen kann, was man versteht«. Er freut sich, wenn »durch die Lektüre des Buches mehr Urlauber vom Auto aufs Rad umsteigen und die Sylter Landschaft auch von Einheimischen mehr wertgeschätzt wird«. Auch er hat sich verändert in den vergangenen 15 Jahren. Heute weiß er: »Das Salz in der Suppe, das Sylts besonderen Reiz als Reiseziel ausmacht, besteht auch in den Spannungsfeldern, die sich ergeben zwischen Bauboom und Naturschutz, zwischen Küstenabbruch und den Versuchungen des Massentourismus.« Früher war er, der engagierte Biologe, »immer mit der Maximal-Öko-Forderung« da, heute weiß er »nur, wer toleranter unterwegs ist, kann konstruktive Veränderungen mit initiieren«. Lothar Koch sieht »im Natur- und Nordseeschutz die glaubwürdige Grundlage für einen nachhaltigen Sylt-Tourismus«. Und wenn nun Zehntausende den Koch'schen »Naturerlebnisführer« kaufen, ihr Auto stehen lassen und sich mit dem Rad auf den Weg machen, haben wir dann nicht schon wieder ein Umweltproblem? Dann, lacht Lothar Koch, »haben wir vielmehr das Wichtigste schon mal geschafft, optimieren die Radwege und geben die Landstraßen komplett für Zweiräder frei!« Ein Utopist mit Humor, natürlich Sylter eben. *kmr*

Fotos: Holm Löffler, Dr. Thomas Luther, Lothar Koch

› DER AUTOR

Lothar Koch (52) ist ein »Inselkind«. Er stammt von der ostfriesischen Insel Juist, lebt auf Sylt. Zum Studium der Biologie motivierten ihn »die Naturschönheit des Wattenmeeres und die Umweltgefährdung der Nordsee«. Im Zuge der Recherchen zu seiner Diplomarbeit im Nationalpark Wattenmeer strandete er 1987 nach Umwegen über die Halligen und Nachbarinseln auf Sylt. 15 Jahre lang leitete Koch, der sich frühzeitig auf Küstenökologie spezialisiert hatte, von hier aus die Informationszentren der Naturschutzgesellschaft Schutzstation Wattenmeer e.V., meldete sich als Nordseeexperte und Pressesprecher des überregionalen Verbandes zu Wort. So war er ein wesentlicher Impulsgeber für die Einrichtung des ersten europäischen Walschutzgebietes vor Sylt und Amrum. Seit dem Jahr 2003 arbeitet Lothar Koch als selbständiger Biologe, Autor, Seminarleiter und Coach im Bereich Persönlichkeitsentwicklung. Er engagierte und engagiert sich in zahlreichen Gremien, unter anderem für die Entwicklung umweltverträglichen Tourismus, für das »Erlebniszentrum Naturgewalten« in List und zur Lösung aktueller Natur- und Umweltprobleme der Insel.

› Das Buch

»Natürlich Sylt« ist erschienen im FELDHAUS VERLAG, Hamburg: 240 Seiten, viele Farbfotos, u.a. von Hans Jessel, Brian Bojsen, Klaus Günther, Dr. Thomas Luther, Frauke Timm, Peter Bialobrzeski und dem Autor. Preis: 22,90 €. Format: 12 x 20,5 cm, ISBN 978-3-88264-531-6.

Zu bestellen auch direkt beim Verlag unter www.feldhausverlag.de/NatuerlichSylt.html

Fotos: Holm Löffler

Der junge Mann und das Meer: Henning Leppek läuft und läuft und läuft. Gern auch im tiefen Strandsand, wegen des größeren Trainingseffektes, begleitet nur von ein paar Möwen.

EIN EISERNER INSELMAN

Er landet oft mistbekleckert bei Kunden, radelt 200 Kilometer in der Woche, arbeitet als Trainer und Therapeut: Henning Leppek heißt Sylts vielleicht aktivster Sportler, ein notorischer Draußenherumtober. Hier gibt er Tipps für Einsteiger mit Ziel »Sylt Triathlon«.

Was er wollte, wollen viele: da arbeiten, wo andere Urlaub machen. Berge oder Meer? Henning Leppek ist flexibel, ein Mann mit vielen Professionen vom Physiotherapeuten bis zum Personaltrainer, stammt aus Magdeburg und klappert kurz nach der Jahrtausendwende die mecklenburgische Ostseeküste ab, auf der Suche nach neuer Perspektive. Da stellt er fest: »Das Preis-Leistungs-Verhältnis stimmt hier nicht«, und denkt sich: »Gute Arbeit, schlecht bezahlt, das kann man anderswo sicher netter haben.«

Vielleicht auf Sylt? Ein knappes Jahr später flattert ihm eine Anzeige auf den Tisch: Ein »Mutter- und Kind-Kurheim« sucht jemanden für Physiotherapie. Er bekommt den Job, fängt im November an und gewinnt zunächst nur eine diffuse Vorstellung von der Nordsee. Er fährt morgens von Hörnum aus im Dunkel zur Arbeit, oft mit dem Rad. Er läuft abends am Meer, in Westerland, das Licht ist längst aus, er hört das Rauschen, aber er sieht nichts. Am dritten Arbeitstag steht endlich, endlich »Strandgymnastik« auf dem Dienstplan, vormittags, und er ist »einfach überwältigt« von dem, was er da zu sehen bekommt. Das Meer, die Dünen, der Strand.

Henning Leppek wurde unmittelbar nach Öffnung der Grenze zum Wehrdienst eingezogen, hat dann nebenbei ein Fernstudium gemacht. Zunächst als Lehrer im Rehasport, dann als Physiotherapeut, auch erwirbt er diverse Trainerlizenzen. Der Mann mit der bestechenden Ausdauer, die auch ein Charakterzug und nicht nur ein Trainingserfolg sein kann, ist mit einem Job nie ausgelastet gewesen oder an konditionelle Grenzen gestoßen. »Der Leistungssport, der war in der DDR ja nahezu unvermeidlich« sagt er heute, und schaut belustigt auf meisterliche Mittelstreckenzeiten, die er als Elfjähriger erlief: »Schneckentempo gegen die Zeiten, die ich heute mache.«

Während des Studiums erkennt er: »Krankenhaus, das ist nicht mein Ding.« Er möchte »früher ansetzen«, präventiv arbeiten, nicht erst dann »loslegen, wenn das Kind in den

› DER 2. SYLT TRIATHLON …

… findet vom 14. bis 16. September 2012 in List statt, gestartet wird auf der Jedermanndistanz (400 m Schwimmen · 24 km Rad · 6 km Laufen) und auf der olympischen (1,5 km Schwimmen · 46 km Rad · 12 km Laufen). Detaillierte Infos sowie Meldeformulare gibts im Internet auf **www.sylt-triathlon.de**. Henning Leppek können Sie per Telefon **0173/41 63 578** oder auf **www.die-personal-trainer.com** kontaktieren.

TRIATHLON MITMACHEN // SO GEHTS

Die Kurzdistanz (400 Meter Schwimmen · 24 km Rad fahren · 6 km Laufen), also einen Sprinttriathlon, »kann jeder mitmachen«, sagt Henning Leppek, »der regelmäßig eine Stunde am Stück ohne Probleme läuft, besser Radfahren kann als jeder zweite Tourist auf Sylt, und sicher das Seepferdchen schaffen würde«. Leppek empfiehlt als Trainingsanregung (ab sofort!) für das Ziel »Kurztriathlon« vom 14. bis 16. September in List: zwei Mal pro Woche 2 bis 3 km schwimmen, ein bis zwei Mal pro Woche 1,5 bis 2 Stunden Rad fahren; zwei bis drei Mal pro Woche 45 Minuten laufen, ein bis zwei Mal pro Woche allgemeines Kraft- und Stabilisationstraining. So könnte ein Stundenplan für das Pensum aussehen:

Mo // Schwimmen und Krafttraining
Di // 45 Minuten laufen
Mi // anderthalb bis zwei Stunden Rad fahren
Do // Ruhetag, eventuell etwas Stabi- und Krafttraining
Fr // Schwimmen
Sa // 45 Minuten Laufen
So // Koppeltrainingstag mit Rad (1,5 Std) und Laufen (0,5 Std.)

Das verlangt eine stabile Psyche: 80-mal hin und her im Außenbecken der Sylter Welle pro Schwimm-Einheit, 600 km Laufen und Radeln pro Woche

Brunnen gefallen ist«. Er bildet sich weiter fort. Jetzt kommt die fernöstliche Phase: »Wellness« ist das Modewort der Zeit, Henning wird ayurvedischer Therapeut, behält aber den Leistungssport im Auge und macht zusätzlich auch eine Trainerlizenz für »Spinning«, die schweißtreibende Ausdauerschlacht auf dem feststehenden Rad.

Henning ist kein Bilderbuchathlet. Henning ist 170 cm groß. Kein Hüne, schmal, strohblond, surferfarben. Jemand für den zweiten Blick, eine Art komprimierter Hochkonzentrat-Mann, und möglicherweise einer, dessen Physis Konkurrenten in trügerischer Sicherheit wiegt. Als »Spätentwickler« erst kommt er zum Triathlon. Mit 27 lernt er einen Ironman kennen, einen Baum von einem Kerl, fett muskelbepackt. »Wenn dieser Gewichtsträger das schafft.« denkt sich Henning, »dann kann ich Leichtgewicht das schon lange«. »Vergiss es«, lacht der Triathlet, »dafür bist du viel zu alt.«

Henning macht einen Fitness-Check auf dem Fahrradergometer und erschüttert den Versuchsleiter. Im Verhältnis zu Körpergröße und Trainingsstatus strampelt er Werte heraus, »die können gar nicht sein«. Auf 90 % seines Leistungsvermögens kann er zugreifen, ein vollkommen unüblicher Wert, weil »die letzten 10 %, die sind nur für den Überlebenskampf gedacht, mit denen stehst du noch mal auf, wenn du am Ende bist und dann der Tiger kommt«. Da tauchen sie zum ersten Mal auf, die zwei Gesichter des Henning Leppek: Alltags ist er ein Mann, der ständig bereit scheint sich zu freuen, an der Landschaft, an der Bewegung, am Kontakt mit anderen. Sein Lächeln ist stets auf dem Sprung. Im Wettkampf, beim Zieleinlauf, zeichnet das Adrenalin seine Züge fratzenhaft verzerrt, Ausdruck eines eisernen Willens, einer unbändigen Stärke.

Die muss es auch gewesen sein, die ihn dazu treibt, sich selbständig zu machen. Denn rasch wird ihm im Kurheim klar: »Festanstellung, das ist nichts für mich.« Henning arbeitet seither freiberuflich als Personaltrainer und Physiotherapeut. Heute wird er international gebucht. Drei Wochen Fuerteventura: Jemand möchte abnehmen, die Kinder sollen sportlich beschäftigt werden. Sechs Wochen täglich Kampen: Ein Münchner will seinen ersten Marathon laufen. Vier Wochen Spanien: Eine Schlaganfallpatientin braucht Betreuung im Urlaub. Hennig reduziert seine Lebenshaltungskosten drastisch für »das Verfolgen der Sonne im Winter«. Downshiften heißt das bei Wichtigtuern, Leppek nennt es lieber schlicht »Alltagsoptimierung«.

»Man kommt den Menschen über die Jahre und die Einsätze teilweise sehr nahe«, sagt Leppek, der viele Stammkunden hat. Da muss er sich schützen. »Wenn man nachts wieder nicht schlafen kann, weil einem Schicksale nahe gehen, dann denkt man schon mal: ›Warum habe ich erfragt, was ich gar nicht wissen wollte?‹« Nicht immer gelingt es dem sensiblen Mann, Job und Privates zu trennen. Was andererseits wiederum auch gewollt ist. »Ich beweg mich durchs Leben« sagt Henning Leppek lieber als »ich trainiere«. Sinnhaft irgendwo hinlaufen, mit Aufgabe und Ziel, die erste Trainingsetappe mit dem Rad auf dem Weg zum Auftrag erledigen, die Bewegung ins Leben lassen, integrieren, das ist Leppeksche Philosophie. So sind große Ausrüstungsschlachten nicht sein Ding. Mit dem Rad von Niebüll nach Flensburg fahren, ankommen, Gepäckträger abschrauben, Packtaschen ablegen, Triathlon machen, das gefällt ihm.

Satte 80 Kilometer mit dem Rad an einem Tag – Alltagsprogramm. Erster Kunde in Kampen, zweiter Hausbesuch in Rantum, Training unterwegs, danach Spinningkurs im Fitnessstudio leiten. Störfaktor ist dabei, dass man sich auf dem Deich leicht Schafsmist einfängt auf den Klamotten beim schnellen Radeln, und der Regen. Manchmal zieht er sich im Bushäuschen um, um »seriöser beim Kunden rüberzukommen und nicht wie der begossene Pudel vor der Tür zu stehen«. Der Weg ist sein Ziel. 2006 nimmt Leppek am »Ostseeman« ohne jegliche Vorbereitung teil. Wo steh' ich, wenn ich einfach so aus dem Alltag komme? Platz 75 von immerhin 650 Teilnehmern. Gut, das mag jetzt nicht mit jedem Alltag funktionieren.

Henning Leppek sagt: »Bewegung muss in den Alltag integriert sein.« Bis es so weit ist, braucht es mehr als nur den guten Vorsatz: vor allem Zeit. Nach zwei bis drei Jahren tritt dann der Gewöhnungseffekt ein, dann fehlt einem etwas, wenn die Bewegung fehlt. Umgekehrt setzt leider ebenfalls der entsprechende Prozess ein: »Man kann sich genauso perfekt an das Nichtstun gewöhnen«, mahnt Leppek und lässt das Argument der Zeitnot niemals gelten. »Von 24 Stunden eines Tages muss es möglich sein, eine für dich abzuzweigen. Bewegung muss Spaß machen, du musst keine enormen Pensen bewältigen!« Das tut nur er, wenn die Kunden sich im Terminkalender drängeln. Ob Stillsitzen für ihn eher Qual oder Vergnügen sei? »Wenn schon Nichtstun, dann bitte liegen«, lacht Henning, »sitzen sollte man vermeiden, das ist ja sowieso die ungünstigste Position für den Körper.« Ob er irgendwann mal nicht trainiert? »Wenn ich krank bin, dann mache ich immer mal zwei, drei Tage lang nichts«, sagt Leppek sehr ernst. Er überlegt, er zögert einen Moment, dann sagt er: »Aber ich kann mich jetzt wirklich nicht erinnern, wann ich das letzte Mal mehrere Tage lang krank war.« *kmr*

Weltweit gibt es 10.000 verschiedene Algenarten. Für den Nahrungsmittelmarkt interessant sind aber nur wenige davon. Seit 2002 ist »Laminaria saccharina«, übersetzt »Zuckertang«, in Deutschland als Lebensmittel zugelassen. Auf der Sylter Algenfarm wird sie im Frühjahr geerntet und unter dem Namen »Sylter Kombu Royal« vermarktet. Die Braunalge hat einen 10-prozentigen Proteingehalt bei nur 0,5-prozentigem Fettanteil, ist reich an Eisen, Kalzium und Magnesium, dazu kommen zahlreiche Vitamine sowie Alginat, das entgiftend wirkt. Algen enthalten außerdem das lebenswichtige Spurenelement Jod. Sie möchten Algen probieren? Tiefgekühlte Frischalgen sind über Dittmeyer's Austern-Compagnie (www.sylter-royal.de) zu beziehen, Trockenalgen über die Sylter Algenfarm (www.algenfarm.de).

Auf der Sylter Algenfarm werden Rot- und Braunalgen kultiviert. Oberflächlich betrachtet läuft beziehungsweise wächst alles am Schnürchen. Und auch unter der Wasseroberfläche ist alles im grünen Bereich.

Irgendwie sieht das sehr nach moderner Kunst oder ambitionierter Wissenschaft aus: Ein bisschen von beidem gehört wohl dazu, wenn Professor Dr. Klaus Lüning (links oben im Bild) in List Algen züchtet

GESUNDES **MEERESGEMÜSE**

Eine Mehlschwalbe macht noch keinen Sommer. Erst recht nicht an diesem stürmischen Tag in List. Der aufgeregt durch die Kellerräume der Sylter Algenfarm fliegende Vogel lässt aber zumindest sowas wie Frühlingsgefühle aufkommen: »Im Mai ist Erntezeit«, erklärt Professor Dr. Klaus Lüning und folgt interessiert der Flugbahn seines gefiederten Gastes. »Bis dahin gibt es aber noch reichlich zu tun.« Der Gründer und Leiter der Algenfarm richtet seinen Blick und seine Konzentration wieder auf ein Saatbecken. Gäste sind in den Gewölben des ehemaligen Bunkers selten, normalerweise ist der pensionierte Meeresbotaniker hier unten nur von blubbernden Apparaturen, Rüttelkulturen und Rotlicht umgeben. Seit er im Jahr 2006 in den Ruhestand ging, züchtet Lüning auf dem Gelände von Dittmeyer's Austern-Compagnie an der Lister Hafenstraße Braun- und Rotalgen. Letztere für die Kosmetikindustrie, die Braunalge als Nahrungsmittel. Schon während seiner Tätigkeit am Alfred-Wegener-Institut für Polar- und Meeresforschung (AWI) beschäftigte sich der Grundlagenwissenschaftler speziell mit der Zucht essbarer und nährstoffreicher Algen, erprobte diese unter anderem auch als Biofilter für Fischfarmen. »Algen sind meine Leidenschaft«, sagt Lüning, während er die blauen Kunststoffseile in den Wasserbassins überprüft, an denen die Sporen der Braunalge »Laminaria saccharina« heranwachsen. Die Laminaria ist eine Kältealge, die sich in Temperaturen von 5 bis 15 Grad Celsius am wohlsten fühlt.

Draußen ist Laminaria-Wetter. Orkanartige Böen lassen die 14 Kunststofftanks auf dem Gelände der Algenfarm wanken und erzeugen im Wettkampf mit den Pumpen ordentlich Bewegung an der Wasseroberfläche. Mit blauen Gummihandschuhen greift Professor Lüning in einen der Meerwassertanks, hält seinen Fang in die Luft und ruft: »Laminaria im Orkan.« Das flatternde Etwas ist ein rund einen Meter langer geraffelter Zuckertang, weich und lichtdurchlässig. »Es gibt keinen Orkan und auch keine Wellen, die die Laminarien zerreißen könnten«, erklärt Lüning und lässt zur Demonstration den Wind nochmal energisch mit der Alge spielen. Diese bräunliche biegsame Masse soll also deutsche Feinschmecker begeistern? Ja! In Japan und China gehört Laminaria längst zum täglichen Speiseplan. Und langsam, aber sicher spricht es sich auch hierzulande herum, dass man aus dem gesunden Meeresgemüse köstliche Gerichte machen kann. Die Braunalge, die nach dem Aufkochen eine grünliche Farbe annimmt, schmeckt nach Meer. Oder, wie es der Meeresbotaniker etwas nüchterner ausdrückt, »neutral, nicht unangenehm«.

»Kombu Royal« hat Lüning seine Algenart getauft, nach Kombu, dem japanischen Wort für Laminaria. Das königliche Meeresgemüse wächst schnell, drei bis fünf Zentimeter am Tag, von einem halben Millimeter im Januar auf bis zu zwei Meter Länge im Erntemonat Mai. Die Nachfrage ist um ein Vielfaches höher als der jährliche Ertrag von knapp einer Tonne, so dass Lüning fast schon frustriert bilanziert: »Wir kommen mit der Biomasse einfach nicht nach.« Einen Vollblut-Wissenschaftler wie Lüning stellt dies zwar vor Lieferengpässe, nicht aber vor Rat- und Tatlosigkeit. Er hat nach einer Methode geforscht, die Alge dort zu kultivieren, wo sie noch schneller wächst, nämlich im Wasser. Da Aquakultur aber im Nationalpark Wattenmeer vor Sylt nicht erlaubt ist, orientiert sich Lüning zwecks Produktion von Biomasse Richtung Dänemark und Norwegen. Hier werden die auf der Algenfarm gezogenen kleinen Pflanzen im Herbst auf Seilen ausgesetzt, wo sie bis zum kommenden Mai zu Algen mit einer Größe von zwei Metern heranwachsen.

Wie erklärt sich der Run auf die Braunalge, sowohl hinsichtlich steigender Nachfrage als auch hinsichtlich der stetig wachsenden Zahl an Forschungsaufträgen?

Zum einen, so Lüning, seien es die vielfältigen Verwendungsmöglichkeiten. »Algen sind wahre Alleskönner. Man kann sie als Nahrungsmittel, als Futterstoff oder als Biofilter einsetzen und am Ende kann man aus dieser Biomasse auch noch Bioethanol herstellen.« Zum anderen habe sich die fettarme, aber nährstoffreiche Sylter Zuckerkombu als gesundes Gemüse etabliert, das auch Vegetariern und Makrobiotikern ermöglicht, vor allem Jod, außerdem auch andere lebenswichtige Mineralien, Spurenelemente und Vitamine aufzunehmen. Schaut man sich allein die Liste der Kombu-Abnehmer auf Sylt an, bekommt man schnell eine Idee davon, wie unterschiedlich die Verwendungs- und Verwertungsmöglichkeiten sind. Die Algenfarm liefert an die Bäckerei Abeling, an das Teehaus Jansen, an die Sylter Seifenmanufaktur und neuerdings an das Syltness Center, das die getrockneten Algen für seine Thalasso-Anwendungen nutzt.

Schon seit längerer Zeit verarbeiten einige Sylter Gastronomen das vitale Grünzeug. Sternekoch Jörg Müller gibt die Alge in seinen »Fischersalat« und S. Hannes Steensbeck bettet seine »Friesenrolle« auf Algensalat. Der Küchenchef des Restaurants Strönholt in Hörnum hat die Braunalge schon vor Jahren als regionale Spezialität entdeckt und diese von Beginn an auf der Speisekarte integriert. Überhaupt ist der gebürtige Nordfriese ein Verfechter regionaler Produkte. »Warum in die Ferne schweifen, wenn es gute Produkte quasi vor der Haustür gibt?« Dabei war es nicht unbedingt Liebe auf den ersten Biss, die Sache zwischen Steensbeck und der Laminaria. »Die Alge ist gar nicht so intensiv im Geschmack. Eigentlich war ich sogar enttäuscht, hätte mehr Volumen im Geschmack erwartet. Aber das genau ist unser Job, daraus etwas zu machen.« Gemeinsam mit seinem Küchenteam kreierte Steensbeck eine ganze Reihe geschmackvoller Algengerichte. Angefangen beim Strönholt-Klassiker »Friesenrolle« bis hin zum kompletten Algen-Menü, das zwar (noch) nicht auf der Karte steht, bei Steensbeck und seinem Team aber gerne angefragt werden kann. Fünf Kilogramm Algen pro Woche verarbeitet er mittlerweile in der Saison und Steensbeck ist sich sicher, dass damit der Zenit noch nicht erreicht ist. »Die Alge lässt viel Spielraum für Neues. Interessant wäre zum Beispiel ein Cross-Over-Projekt: ein Asien-Thema mit regionalen Produkten.« Experimentierfreudig sind sie also beide: der Wissenschaftler Lüning am Mikroskop und der Koch Steensbeck am Herd. Und beide sind sich einig: Ein Algensalat macht zwar keinen Sommer, schmeckt aber wie ein Sommertag am Meer. *jv*

Fotos: Holm Löffler

Im Strönholt gibts die Laminaria als Friesenrolle, mit Krabben gefüllt, gebettet auf Algensalat mit Gurke-Sweet-Chili-Dipp

Foto: Dita Pepe

Mensch, beweg' dich draußen: Maren Schulz unterrichtet in den Sommermonaten Yoga auch am Strand

OPEN-AIR-YOGA

› Sie tut es am Strand von List bis Hörnum, sie macht es vor der Küste von Wenningstedt, regelmäßig ist sie an Buhne 16 und vor dem Grande Plage in Kampen zu Gast, manchmal gibt es Extra-Workshops in der Lister oder Hörnumer Turnhalle: Maren Schulz unterricht Yoga auf Sylt, während des Sommers, von Mitte Juni bis Mitte September, vor allem am Strand. Dabei mitzumachen (Voranmeldung nicht nötig) ist eine Wohltat für den Körper, macht den Kopf frei und dem Auge Freude. Denn Maren Schulz, auch als Bewegungs-, Sport- und Körpertherapeutin aktiv, kommt vom Tanz und das sieht man ihr bei jeder Bewegung an. Mitmachen kann jeder, mehr als ein Handtuch und 10 € Honorar muss man nicht mitbringen. Termine und Treffpunkte? Auf www.yogamare.de im Internet nachschauen oder direkt bei Maren Schulz unter Telefon 0178 / 583 15 38 erfragen. Das Foto von Maren gefällt Ihnen besonders? Kein Wunder: Das hat Dita Pepe gemacht, die Sylt-Preisträgerin für zeitgenössische Fotografie 2011 und Stipendiatin der Stiftung kunst:raum sylt quelle! Tipp: Sie stellt (»Sylt – 23 fotografische Positionen«) zusammen mit zahlreichen Kollegen vom 5. Juli bis zum 2. September 2012 im Berliner Willy-Brandt-Haus aus.

WISSENSWERTER **KINDERKRAM**

› Wieso, weshalb, warum? Zum sechsten Mal insgesamt, zum dritten Mal bereits in Kooperation mit dem Lister »Erlebniszentrum Naturgewalten Sylt«, wird auch in diesem Sommer die »Kinder-Uni Sylt« stattfinden. 2012 steht die Veranstaltungsreihe für neu- und wissbegierige Kinder unter dem Motto »Unser blauer Planet«, widmet sich unter anderem dem Thema Nachhaltigkeit und wird wie in den Vorjahren auch zum Teil spannende Versuche anzetteln. Vom 9. Juli bis zum 20. August laufen die »Vorlesungen« der Kinder-Uni jeweils um 11 Uhr, montags in Rantum in der Produktionshalle der Sylt-Quelle und donnerstags in List im Erlebniszentrum. Da die Plätze in List begrenzt sind, muss man sich bitte vorher anmelden. Detaillierte Infos? Auf www.kunstraum-syltquelle.de unter dem Stichwort »Kinder-Uni«!

Entwurf: Sarah König

Foto: Stefan Klar

LEUCHTTURMRETTER GESUCHT

› In knapp zwei Jahren wird er 100 und da darf man durchaus schon ein bisschen mitgenommen sein, vom Lauf der Jahrzehnte und dem Seeklima: Dringend renoviert werden muss einer der schönsten »eyecatcher« von Kampen, das Quermarkenfeuer. Rund 100000 € wurden veranschlagt für die Restaurierung des Kampener Wahrzeichens, das 1912 /13 erbaut wurde, bis 1975 noch berufstätig war, dann von der Gemeinde erworben wurde und seither vor allem Sylter Nachtschwärmern als Orientierungspunkt dient. Mittlerweile sind bereits 115000 € zusammengekommen, aber wie so häufig bei Renovierungen überholte die Realität gnadenlos den Kostenvoranschlag: Es wird wohl insgesamt doch erheblich teurer werden, den charmanten Turm, der eigentlich »Rote Kliff« heißt, bis zu seinem Jubiläum im Jahr 2013 wieder fit zu machen. Auch Sie möchten ein »Leuchtturmretter« werden und etwas beitragen? Spenden gehen an den Tourismus-Service Kampen, Sylter Bank (BLZ 217 918 05), auf das Konto 30 40 50, unter dem Stichwort »Quermarkenfeuer«. Der Tourismus-Service verkauft übrigens auch das passende T-Shirt zur Spende, mit entsprechendem Aufdruck.

FÜR FISHERMAN UND FREUNDE

Foto: Holger Widera

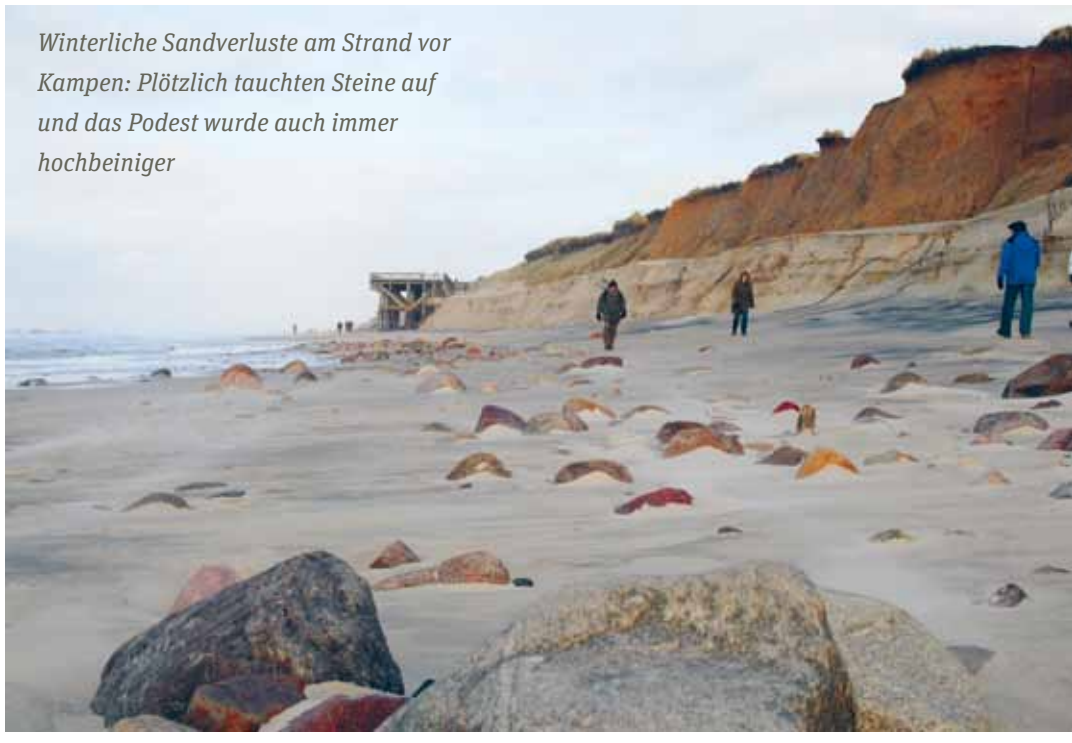
Karsten Wulff weiß, wie und wo man richtig guten Fisch zu fassen kriegt: zum Beispiel in Dänemark

› Im Februar und im November dieses Jahres nimmt Karsten Wulff vom gleichnamigen Fischrestaurant in Keitum wieder Freunde des Hauses und ambitionierte Hobbyköche mit zum Einkaufen. Für drei beziehungsweise zwei Tage geht es in den hohen Norden Dänemarks, nach Hvide Sande, Hanstholm oder Thorsminde in die Fischauktionshallen. Wer mit will, muss sich eines klar machen: Das ist kein Wellnesstrip! Hier geht es um die Sache und die heißt: exzellenter Fisch. Es wird früh aufgestanden, es wird kalt, es wird unendlich viel zu sehen geben und noch mehr gelernt. Über guten Fisch, wo er herkommt, wo er hingeht, wie man den besten erkennt und was man so daraus machen kann. Denn am letzten Abend, zurück auf Sylt, bietet Karsten Wulff dann im Rahmen eines »schönen Abends der feinen Genüsse« den unterwegs eingefangenen Fisch nebst passenden Weinen an. Infos und Anmeldung? Auf www.karsten-wulff.de oder direkt im Restaurant, im Museumsweg 4, Keitum, Telefon 04651/30 300.

Erhältlich im App Store

Laden Sie gratis unser Magazin »Natürlich Sylt« als App auf Ihr iPad herunter: Profitieren Sie vom attraktiven Plus mit Clips, Links und noch mehr Bildern!

Foto: KR



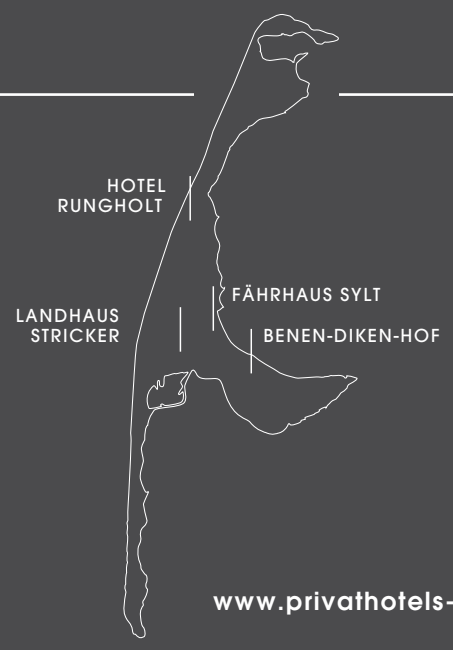
Winterliche Sandverluste am Strand vor Kampen: Plötzlich tauchten Steine auf und das Podest wurde auch immer hochbeiniger

MEER TRIFFT KÜSTE

› Der vergangene Winter hat mit seinem nur von wenigen ruhigen Tagen unterbrochenen Dauergestürme die Insel gezeichnet. An der Küste sind enorme Sandverluste zu beklagen, aus sanft ansteigenden Vordünen wurden jähe Abbruchkanten, das Kampener Podest ragte immer hochbeiniger in die Höhe. Jetzt ist es auch für Laien ganz offensichtlich, wie wichtig der Küstenschutz ist. Alles weitere, was man darüber wissen möchte, vermittelt der Geowissenschaftler Arfst Hinrichsen, der für die »Söl'ring Forining« unter dem Motto »Meer trifft Küste« Führungen anbietet. An den Stränden von Westerland, Hörnum, Kampen und List, am Watt in Keitum und am Rantum-Becken informiert er umfassend und unterhaltsam über Historisches und Aktuelles zum Thema. Termine? 3. April, 2. Mai, 31. Mai, 20. Juni, 26. September und 16. Oktober. Detaillierte Infos gibt es auch im Internet auf www.sylt.de unter dem Stichwort »Sylt-Führungen«.

PRIVATHOTELS **SYLT**

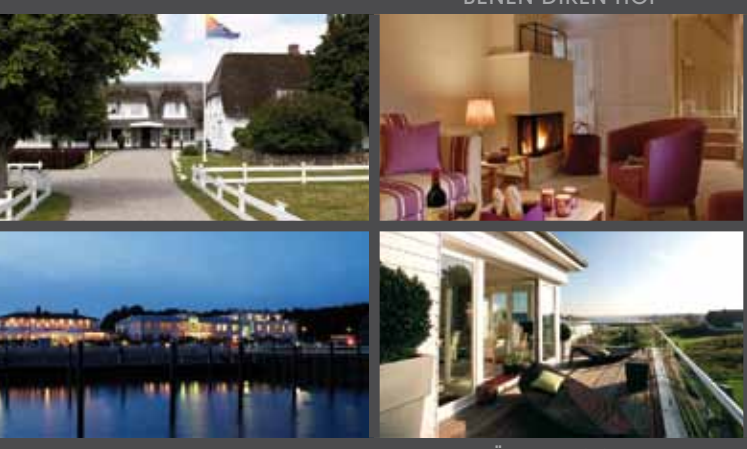
BENEN-DIKEN-HOF • STRICKER • FÄHRHAUS • RUNGHOLT



Natürlich Sylt – Natürlich Privathotels!

www.privathotels-sylt.de

– BENEN-DIKEN-HOF –



– LANDHAUS STRICKER –

– FÄHRHAUS SYLT –

– HOTEL RUNGHOLT –

Die vier Sylter Privathotels erwarten Sie!

Benen-Diken-Hof • 046 51.93 83 0 • www.benen-diken-hof.de
Landhaus Stricker • 046 51. 88 99 0 • www.landhaus-stricker.de
Fährhaus Sylt • 046 51.9 39 70 • www.faehrhaus-sylt.de
Hotel Rungholt • 046 51. 44 80 • www.hotel-rungholt.de

wonnemeyer
Strandrestaurant

AM STRAND NR.1
WENNINGSTEDT AUF SYLT
TELEFON 04651/45299
WWW.WONNEMEYER.DE

Wir sind Partner von Bioland
FEINHEIMISCH
Genuss aus Schleswig-Holstein e.V.

DB BAHN

Dienstag, Mittwoch, Donnerstag:
Sylt und zurück für **nur 73 Euro*!**

Mit dem DiMiDo-Angebot reisen Sie günstig dienstags, mittwochs und donnerstags nach Sylt und zurück. Insassen und Gepäckbeförderung ist inbegriffen sowie die kostenlose Fahrradmitnahme bei der Beförderung auf einem Dach- oder Heckträger.
Übrigens: Sie können die DiMiDo-Fahrkarte auch für einen Tagesausflug nutzen.

Weitere Infos und Buchung unter www.bahn.de/syltshuttle oder unter 0180 5 934567 (14 ct/Min. aus dem Festnetz, Tarif bei Mobilfunk max. 42 ct/Min.). **Die Bahn macht mobil.**

*Gilt für alle Kraftfahrzeuge bis 6,00 m Länge, bis 2,70 m Höhe und einem zulässigen Gesamtgewicht bis 3 Tonnen. Bitte beachten Sie die Ausschlusstage im Jahr bei Ihrer Reiseplanung.

Tarifstand: 01.01.2012. Zwischenzeitliche Tarifänderungen möglich.

Sylt Shuttle