

## BESCHILDERUNG

Die einzelnen Strecken sind ausgeschildert. Orientieren Sie sich bei Ihrer Tour einfach an den Schildern, die Ihnen den Weg weisen. Die Touren sind nur in eine Richtung ausgeschildert. Es ist auf folgende Beschilderung zu achten:



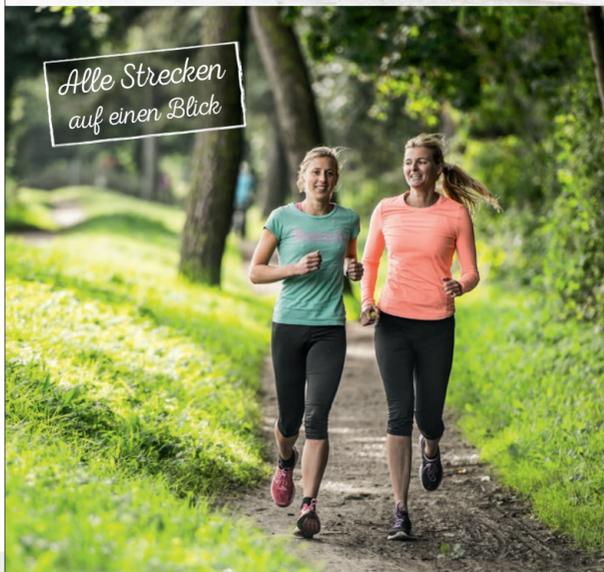
## STRECKEN AUF DEM HANDY

Zudem können Sie sich die Strecken bequem über den QR Code auf dem Handy darstellen lassen. Dazu wird der QR Code mit einer QR Code App gescannt. Zusätzlich wird eine GPS Reader App benötigt.



**Tourismus-Zentrale St. Peter-Ording**  
Maleens Knoll 2 · 25826 St. Peter-Ording  
info@tz-spo.de · www.st-peter-ording.de  
Telefon (04863) 9990

# NORDSEE-FITNESS-PARK



In Kooperation mit



## NORDSEE-FITNESS-PARK

Bewegung ist die Grundlage für körperliches und geistiges Wohlbefinden. Bei einem Spaziergang am Meer läuft der Körper zu Höchstformen auf, während das Gemüt die absolute Balance finden kann. Der Nordsee-Fitness-Park bietet ein abwechslungsreiches Wegenetz und die Möglichkeit, versteckte Winkel St. Peter-Ordings aktiv zu entdecken.

### Wissenswertes

- 16 Strecken mit einer Gesamtlänge von insgesamt 76 km
- Strecken für Einsteiger ab 1.230 m bis zur Umrundung SPO's mit knapp 14 km
- Verschiedene Bodenverhältnisse: befestigte Sandwege, Strand, Waldboden und Asphalt
- Geeignet für alle Laufsportarten: Joggen, Walking, Nordic Walking und Wandern
- Natur erleben: Strand, Salzwiesen, Dünen und Kiefernwälder

## FRISCHES REIZKLIMA

Das wohlthuende Klima regt den Stoffwechsel und die gesamte Aktivität des Körpers an. Einzigartig an der Nordsee durchlaufen die Strecken des Nordsee-Fitness-Parks drei verschiedene Klimazonen, die jede für sich mit unterschiedlicher Intensität auf den Körper wirkt.



### Klimazone 1

Brandungszone – Die Reize des Sonnenlichts, Windes und Meeres wirken hier am stärksten.



### Klimazone 2

Dünen und Salzwiesen – Die vorherrschenden Reize wirken abgemildert auf den Organismus ein.



### Klimazone 3

Kiefernwald – Der Körper wird durch die vorherrschenden Reize besonders schonend belastet.

### STRECKE 1 RUND UM SPO

**Länge:** 13.900 m

**Beschaffenheit:** 60% Asphalt, 40% befestigter Sandboden

**Klimazonen:** 2 (Dünen), 3 (Wald)

**Hinweis:** Bei der Tour werden die drei Ortsteile Bad, Dorf und Böhl umrundet.

**Wegstationen:** Marktplatz - Jan & Gret – Reisemobilhafen – Bahnhof St. Peter-Bad – Erlebnis-Promenade – Strandüberfahrt „Süd“ – Böhler Leuchtturm - Strandüberfahrt Böhl – Nordsee-Internat - Ev. Jugenderholungsdorf – „Stilles Dorf“

### STRECKE 2 WINDSTILLE

**Länge:** 2.538 m

**Beschaffenheit:** Überwiegend befestigter Sand- und Waldboden

**Klimazone:** 3 (Wald)

**Hinweis:** Die Tour ist besonders bei Wind geeignet, da sie durch den geschützten Wald führt. Die Strecke 2 kann gut mit Strecke 3 kombiniert werden.

**Wegstationen:** Parkpalette – Bahnhof St. Peter-Bad – Ehrenmal Ording – Hochseilgarten TaNaGa – Tennisplatz

### STRECKE 9 UNTERWEGS AUF HISTORISCHEN PFADEN

**Länge:** 2.183 m

**Beschaffenheit:** 50% Asphalt, 50% befestigter Sandboden

**Klimazonen:** 2 (Dünen), 3 (Wald)

**Hinweis:** Bitte oben auf dem Deich halten, sodass die Beschilderung zu sehen ist!

**Wegstationen:** Rathaus – Reitstall Dreililien – „Backhus“

### STRECKE 10 DEICH- UND DÜNENTOUR

**Länge:** 4.953 m

**Beschaffenheit:** 60% Asphalt, 40% befestigter Sandboden

**Klimazonen:** 2 (Dünen), 3 (Wald)

**Hinweis zur Tour:** Bitte oben auf dem Deich halten, sodass die Beschilderung zu sehen ist!

**Wegstationen:** Nordsee-Internat – Gymnasium – Ev. Jugenderholungsdorf – „Stilles Dorf“ – Reitstall Dreililien – „Backhus“ – Rathaus

### STRECKE 3 LANDRATTE

**Länge:** 2.105 m

**Beschaffenheit:** 75% befestigter Sandboden, 25% Asphalt

**Klimazonen:** 3 (Wald)

**Hinweis:** Die Tour ist besonders bei Wind geeignet, da sie durch den geschützten Wald führt. Die Strecke 3 kann gut mit Strecke 2 kombiniert werden.

**Wegstationen:** Bahnhof St. Peter-Bad – Schützenhaus

### STRECKE 4 BADBUMMEL

**Länge:** 3.822 m

**Beschaffenheit:** 50% Asphalt, 50% befestigter Sand und Waldboden

**Klimazonen:** 2 (Dünen), 3 (Wald)

**Besonderheit:** Bei dieser Tour kann neben dem Wald auch der Ausblick auf die Dünenlandschaft genossen werden.

**Wegstationen:** Bahnhof St. Peter-Bad – Ehrenmal Ording – Waldspielplatz Ponderosa – Hitzlöper – Dünen-Hus

### STRECKE 11 WALD- UND DEICHTOUR

**Länge:** 6.265 m

**Beschaffenheit:** 60% Asphalt, 40% befestigter Sand- und Waldboden

**Klimazonen:** 2 (Dünen), 3 (Wald)

**Hinweis zur Tour:** Bitte oben auf dem Deich halten, sodass die Beschilderung zu sehen ist!

**Wegstationen:** „Jan & Gret“ - Reisemobilhafen – Schützenhaus – Bahnhof – Erlebnis-Promenade – Reithalle Dreililien – „Backhus“

### STRECKE 12 KLEINE MALEENS KNOLL TOUR

**Länge:** 1.232 m

**Beschaffenheit:** Befestigter Sand- und Waldboden

**Klimazone:** 3 (Wald)

**Hinweis:** Die Tour ist besonders bei Wind geeignet, da sie durch den geschützten Wald führt.

**Besonderheit:** Diese Tour führt an der Aussichtsplattform Maleens Knoll vorbei.

**Wegstationen:** Gesundheits- und Wellnesszentrum – Dünen-Therme – Maleens Knoll – Parkpalette

### STRECKE 5 DORFSPAZIERGANG

**Länge:** 5.266 m

**Beschaffenheit:** 60% Asphalt, 40% befestigter Sand und Waldboden

**Klimazonen:** 2 (Dünen), 3 (Wald)

**Hinweis:** Bitte oben auf dem Deich halten, sodass die Beschilderung zu sehen ist!

**Wegstationen:** „Altes Rathaus“ – „Jan & Gret“ – Reisemobilhafen – Schützenhaus – Nordsee-Reha-Klink – Erlebnis-Promenade – Minigolfplatz – „Backhus“

### STRECKE 6 AUF DEN SPUREN VON JAN & GRET

**Länge:** 4.695 m

**Beschaffenheit:** 75% Asphalt, 25% befestigter Sand- und Waldboden

**Klimazonen:** 2 (Dünen), 3 (Wald)

**Hinweis zur Tour:** Bitte oben auf dem Deich halten, sodass die Beschilderung zu sehen ist!

**Wegstationen:** „Altes Rathaus“ – „Jan & Gret“ – Schützenhaus – Wohnanlage „Atlantic“ – Reha-Klinik „Goldener Schlüssel“ – Reitstall Dreililien – „Backhus“

### STRECKE 13 MALEENS WALDSPAZIERGANG

**Länge:** 2.012 m

**Beschaffenheit:** Befestigter Sand- und Waldboden

**Klimazone:** 3 (Wald)

**Hinweis:** Die Tour ist besonders bei Wind geeignet, da sie durch den geschützten Wald führt.

**Wegstationen:** Gesundheits- und Wellnesszentrum – Dünen-Therme – Parkpalette

### STRECKE 14 GROSSE MALEENS KNOLL TOUR

**Länge:** 2.596 m

**Beschaffenheit:** Befestigter Sand- und Waldboden

**Klimazone:** 3 (Wald)

**Hinweis:** Die Tour ist besonders bei Wind geeignet, da sie durch den geschützten Wald führt.

**Besonderheit:** Diese Tour führt an der Aussichtsplattform Maleens Knoll vorbei.

**Wegstationen:** Gesundheits- und Wellnesszentrum – Dünen-Therme – Parkpalette – Tennisplatz – Ehrenmal Ording – Ponderosa – Maleens Knoll

### STRECKE 7 BÖHLER RUNDE

**Länge:** 2.118 m

**Beschaffenheit:** 75% Asphalt, 25% Waldboden und befestigter Sandweg

**Klimazonen:** 2 (Dünen), 3 (Wald)

**Hinweis zur Tour:** Bitte oben auf dem Deich halten, sodass die Beschilderung zu sehen ist!

**Wegstationen:** Nordsee-Internat – Gymnasium – Ev. Jugenderholungsdorf – „Stilles Dorf“ – Karpfenteich

### STRECKE 8 KLEINE DEICHRUNDE

**Länge:** 4.170 m

**Beschaffenheit:** 50% Asphalt, 50% Waldboden und befestigter Sandweg

**Klimazonen:** 2 (Dünen), 3 (Wald)

**Hinweis zur Tour:** Bitte oben auf dem Deich halten, sodass die Beschilderung zu sehen ist!

**Wegstationen:** „Stilles Dorf“

### STRECKE 15 WALD- UND WIESENRUNDE

**Länge:** 3.823 m

**Beschaffenheit:** 75% befestigter Sand- und Waldboden, 25% Asphalt

**Klimazonen:** 2 (Dünen), 3 (Wald)

**Besonderheit:** Diese Tour führt an der Aussichtsplattform Maleens Knoll vorbei.

**Wegstationen:** Parkpalette - Hochseilgarten TaNaGa – Ponderosa – Erlebnis-Promenade – Maleens Knoll

### STRECKE 16 STRANDTOUR

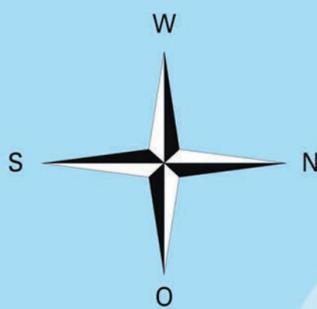
**Länge:** 5.599 m

**Beschaffenheit:** Strand, befestigter Sandboden sowie Asphalt/Holz (Seebrücke, Steg)

**Klimazonen:** 1 (Brandungszone), 2 (Dünen), 3 (Wald)

**Besonderheit:** Bei dieser Tour werden alle Klimazonen durchlaufen.

**Wegstationen:** Gesundheits- und Wellnesszentrum – Dünen-Therme – Yachthafen – Strandbar 54°Nord – Wassersportcenter X-H20 – Pfahlbaurestaurant „Arche Noah“ – Seebrücke – Erlebnis-Promenade



Hitzsand

Regattastrecke der Strandsegler

Nationalpark Wattenmeer

Badezone Kite- und Surfzone

DÜNEN-THERME  
Gesundheits- und Wellnesszentrum  
Freizeit- und Erlebnisbad mit Saunalandschaft  
Tourismus-Zentrale  
Nationalpark-Haus  
Behinderten-WC

Erlebnis-Promenade  
Kinder-Erlebniswasserspielfeld  
DÜNEN-HUS

Ortsteil Bad

Ortsteil Ording

Hochsichtsand

Die Strandhütte  
Badaufsicht und Strandkorbvermietung

Saisonhaltestelle

1d

1a

1c

1b

1a

1b

1a

1c

1b

1a

1b

1a

1b

1a

1b

1a

1b

1a

1b

1a

NORDSEE-FITNESS-PARK

Strecke	Länge
01	13.900 m
1a*	2.612 m
1b*	3.030 m
1c	725 m
1d*	2.580 m

\* Bei Hochwasser eingeschränkt nutzbar

02	2.538 m
03	2.105 m
04	3.822 m
05	5.266 m
06	4.695 m
07	2.118 m
08	4.170 m
09	2.183 m
10	4.953 m
11	6.265 m
12	1.232 m
13	2.012 m
14	2.596 m
15	3.823 m
16	5.599 m

Ortsteil Dorf

St. Peter-Ording

Ortsteil Böhl

WESTKÜSTENPARK & ROBBARIUM  
Der NaturErlebnisTierpark  
ST. PETER-ORDING

Wittendün

Süderhöft

Salzwiesen

Nationalpark Schleswig-Holsteinisches Wattenmeer  
Schutzzone 1 (Betretungsverbot)  
Achtung! Brut- und Rastgebiet  
Pfadmarkierung bitte in der Zeit vom 1. April bis 31. Juli nicht überschreiten

- Bundesstraße
- Landesstraße
- Straße
- Weg
- Bahn, Bahnhof
- Deich
- Düne
- bebaut Fläche
- öffentl. Gebäude
- Wald
- Wiese
- Friedhof
- Strand
- Wasser
- Watt
- Tennisplatz
- Sportplatz
- Golfplatz, Minigolf
- Tankstelle
- Brücke
- Parkplatz
- Parkhaus
- Bushaltestelle
- Busparkplatz
- Campingplatz
- Wohnmobilstellplatz
- Surfen/Segeln
- DLRG
- FKK-Strand
- Polizei
- Feuerwehr
- Apotheke
- Postagentur
- Telefon, Saisonmünzer
- Toilette
- Behindertengerechtes WC
- Kinderspielplatz
- Kindergarten
- Bücherei
- Museum
- DÜNEN-THERME
- Westküstenpark & Robbarium
- Schutzhütte
- Kirche, Kapelle
- Tourismus-Zentrale und Geschäftsstelle
- Informationsanlage
- Reitstall/-halle
- Reitweg
- Fußgänger- und Fahrradstege
- Rad- und Wanderweg
- Fitness-Park-Info

FAN|verlag  
© 2018 GmbH & Co. KG



Flugplatz St. Peter-Ording