

Thalasso - Kur - Weg N1

Dieser Weg ist geeignet :

- für die Eingewöhnungstage und als Aufbauphase eines Lungentrainings.
- zur Heranführung an den Strand mit Meeresluftkörpern (Meersalz in der Luft).
- für Personen mit (auch außergewöhnlicher) Gehbehinderung durch befestigten Untergrund.

Länge mit insgesamt 26 Stufen:
2.160 m

Nutzen Sie auf unseren Thalasso - Kur -Wegen das einmalige Klima Norderneys .

Die Wege N1-5 zeichnen sich aus durch:

- Regelmäßige Sitzgelegenheit.
- Öffentliche Toiletten in kurzen Abständen
- Eignung für Unterarmgehstütze, Hand-Spazierstock.
- Lage in der Nähe der ärztlichen Versorgung.

N1 Rundgang 2.160 m

N2 Rundgang (barrierefrei) 2.280 m

N3 Rundgang (barrierefrei) 3.208 m

N4 Rundgang (barrierefrei) 4.318 m

N5 Rundgang 4.500 m

Die Wege N6-10 sind Gehstrecken unterschiedlicher Länge zwischen 1,3 und 13,5 Km und führen am Strand entlang. Der Hin- oder Rückweg kann teilweise der NC-/Linienbus genommen werden.

Die Gehrichtung für diese Wege kann je nach Wind- und Wetterlage bestimmt werden

Aktivierender Thalasso - Kur - Weg



Staatsbad Norderney GmbH

Kurverwaltung • Am Kurplatz 3 • 26548 Norderney
Telefon: 0 49 32/8 91-0 • Fax: 0 49 32/8 91-1 12
www.norderney.de • info@norderney.de

Norderney. Hier will ich sein.
Wichtige Informationen für Ihren Urlaub

Thalasso Kur Weg N1

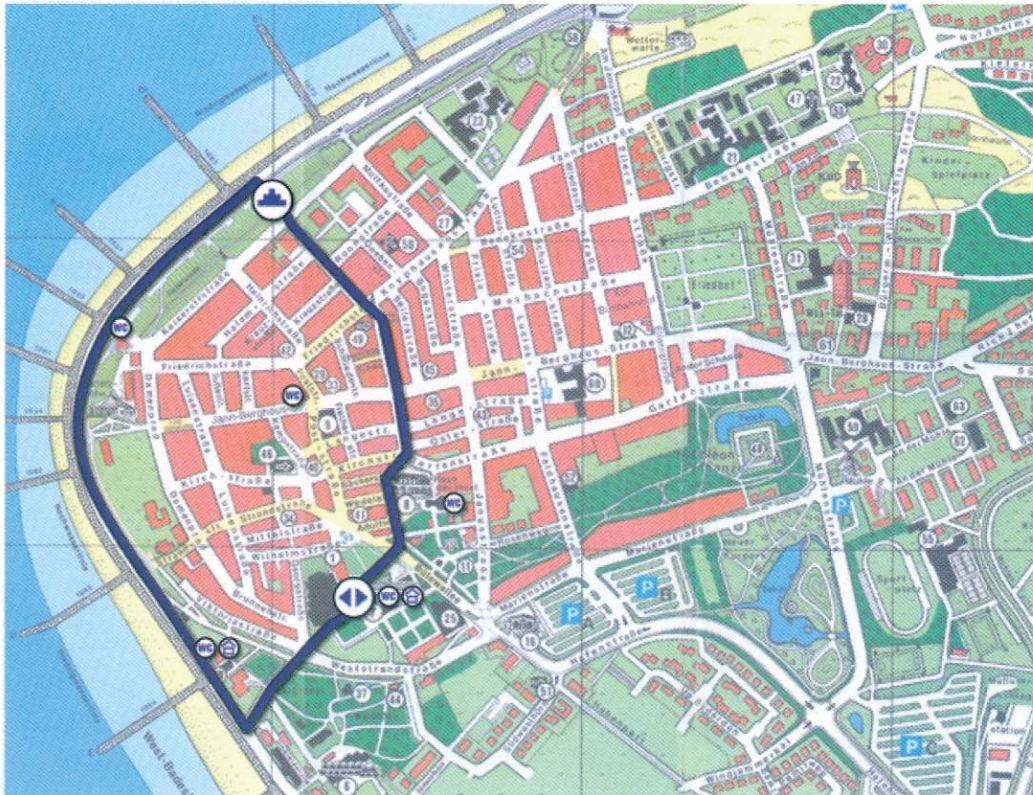
Startpunkt:

Beginnen Sie auf dem Platz vor dem Haupteingang des bade:hauses und gehen Sie nach rechts in Richtung Strandpromenade am Weststrand. Diese Wegstrecke (etwa 185 m) ist gepflastert.

Wenden Sie sich nun auf der Promenade nach rechts in Richtung Nordbad bis zum Aufgang Bismarckstraße. Diese Wegstrecke (1.055 m) ist betonierte.

In Höhe der Bismarckstraße (= 3. Aufgang zur Stadt nach der Milchbar) wird die Promenade über 13 aufwärts- und 13 abwärts führenden Stufen verlassen.

Der weitere Weg verläuft über die Bismarckstraße, am „Kaiser-Wilhelm“ Denkmal vorbei in den Herrenpfad. Hinter dem Haus der Insel entlang gehen Sie über die Adolfsreihe zurück zum bade:haus.



Zielzeit:

nach individuellen Voraussetzungen (auch Schlen-
dernd) in einer Zeit von 43 bis 45 Minuten
Leistung/Energieverbrauch:

spazieren gehend (3,9 km/h):

35 Minuten = 164 k/cal. Energieverbrauch

leicht-walking(5,0 km/h):

27 Minuten = 152 k/cal. Energieverbrauch

power-walking(6,0 km/h):

23 Minuten = 169 k/cal. Energieverbrauch

Medizinisch wissenschaftliche und andere zusätzliche Informationen:

Windeinflüsse:

285 m Südwind in Front
500 m West-Nord in Front
555 m Nord-Ost in Front
820 m relativer Schutz durch Deich und Häuserreihe

Seeinfluss:

Auf 1.055 m hohe Anteile von Meeresluftkörpern
(Meersalz) zur Freiluftinhalation am offenen Meer.
Schutz durch Brandungsmauer und Gründeich.

Sonneneinfluss:

Auf 1.055 m voller Sonneneinfluss für die
Heliotherapie.
Auf etwa 50 % der Strecke kann Sonnenschutz
durch Wahl der Gehwegseite aufgesucht werden.

Toiletten:

Am Startpunkt sowie nach etwa
380 m und nach etwa 750 m.

Schutzhütte:

nach 380 m vom Startpunkt.