

BÜSUM *spontan*

Aktuelle Urlaubs-Infos
täglich & gratis
**Nr. 383, Montag
22. Okt. 07**

*Moin
zusammen ...*

Am Montag fällt es immer besonders schwer, sich morgens nach dem Weckerklingeln aus dem Bett zu schälen. Hinzu kommt, dass um diese Jahreszeit weder Außentemperaturen noch Lichtverhältnisse den Aufstehwunsch nennenswert fördern.

Als vom Zeitdiktat befreiter Urlauber können Sie sich diese Ungemach glücklicherweise ersparen.

Aber ich muss Sie warnen: Auch exzessiver Schlafgenuss bereitet Probleme! Entgegen der Erwartung führt überlanges Schlafen nicht unbedingt zu einem besonders ausgeruhten Erwachen voller Tatendurst. Im Gegenteil: Der Körper hat sich so sehr ans Schlafen gewöhnt, dass man den Rest des Tages in einem lustlosen Dämmerzustand verbringt. Das Ganze wird meist noch begleitet von einem leichten Dauerkopfschmerz, der sich auch durch längste Spaziergänge an klarster Herbstluft nicht kurieren lässt.

Nicht zuletzt bringt das sonntägliche Ausschlafen den natürlichen Schlafrhythmus durcheinander. Welche Folgen diese Tatsache nach sich zieht, lesen Sie am Anfang dieser Geschichte ...

Schönen Tag noch

Kai Klüwer, Büsum spontan

Jetzt mit Webcam!
www.buesum-spontan.de

Gezeiten für Büsum

22 Mo	3.12	9.33	15.52	22.11
23 Di	4.28	10.45	17.01	23.17
24 Mi	5.32	11.46	17.59	

Berechnung: Dr. J. Wesseler • Kiel • Ohne Gewähr



Reimann
Haustechnik • Wohnaccessoires

- Badausstattung und Zubehör aller Art
- Frottier-, Bett- und Tischwäsche
- Wohnaccessoires
- Geschenke

Inh. Thomas Reimann
Sanitär- u. Heizungsbaumeister
Hafenstr. 9 • 25761 Büsum
Tel. (04834) 22 90 • Fax 31 49 • eMail: Reimann-shk@t-online.de



Halligen sind im Verlauf der Jahrhunderte aus größeren, mehr zusammenhängenden Landmassen entstanden, die durch Sturmfluten auseinander gerissen wurden. Auf den deutschen Halligen leben insgesamt weniger als 400 Menschen. Ihren Erwerb beziehen sie heute hauptsächlich vom Tourismus, Küstenschutz und Landwirtschaft. Die Landwirtschaft umfasst vor allem die Viehzucht auf den fruchtbaren, häufig überfluteten Salzwiesen im

Auftrage von Landwirten, die auf dem Festland wohnen. Der Hooger Landschaftsfotograf Hartmut Dell Missier berichtet heute um 19 Uhr im „Blanken Hans“ über die Jahreszeiten auf einer Hallig, das Wattenmeer, die Natur, Sturmfluten und über Land und Leute.

Eintritt mit Gästekarte € 4,-
(ohne Gästekarte € 5,-)



Im Dienste Ihrer Gesundheit
Ihre Apotheke in der Fußgängerzone

**DELPHIN
APOTHEKE**

Telse Thiessen
Alleestraße 10
25761 Büsum
Tel. (0 48 34) 90 60
Fax (0 48 34) 9 06 60

Blutwertmessung
Rollstuhlverleih

Strandhotel • Restaurant • Café

Hohenzollern

– direkt am Deich –

Wir empfehlen Mittags zusätzlich:

Mo.: Rinderbrust mit Meerrettichsauce,
Salzkartoffeln und Roter Beete 6,50

Mi.: Kohlroulade mit Sauce
und Salzkartoffeln 6,50

Fr.: Frische Heringe mit Salzkartoffeln,
zerlassener Butter und Salateller 6,50

Hohenzollernstr./Ecke Strandstr.
Tel. 0 48 34/ 99 50

AUCH SONNTAGS GEÖFFNET • MO-SA BIS 19 UHR GEÖFFNET

**WIR HABEN AUCH
JEDEN SONNTAG
GEÖFFNET!**

11.00-18.00 UHR

STOLZ
Unser Kaufhaus

Büsum • Gewerbegebiet • Hafentörn 4

TÄGLICH GÜNSTIG • TÄGLICH GÜNSTIG

MO-SA BIS 19 UHR GEÖFFNET • AUCH SONNTAGS GEÖFFNET

Wetter			
Mo	Max: 8 °C	12 – 19 km/h Böen – 29 km/h	
	Min: 2 °C		
Di	Max: 10 °C	8 – 20 km/h Böen – 36 km/h	
	Min: 3 °C		
Mi	Max: 11 °C	13 – 22 km/h Böen – 41 km/h	
	Min: 7 °C		

www.kachelmannwetter.de • www.unwetterzentrale.de

Was liegt an?

>> MONTAG, 22.10.

- 9:00 Vitamaris Gruppengymnastik (trocken)
Nur auf Voranmeldung
- 9:30 Mini-Maxi-Club „Spiel- und Bastelzeit“ mit Rike
- 10:00 Bahnhofstr. 18 (auch 15 Uhr) „Drachmalen für Kinder“
- 10:10 Piraten Meer „Aqua-Fitness“
- 11:00 Vitamaris Therap. Atemgymnastik
Nur auf Voranmeldung
- 11:30 Vitamaris Bewegungsbad in der Gruppe
- 12:00 St. Clemens-Kirche „Mittagsgebet“
- 12:30 Vitamaris Kursbeginn Entspannungstherapie
- 13:00 Nordseestr./Campingpl. Naturkundliche Wattführung
- 13:30 Mini-Maxi-Club „Wir basteln mit Klammern“
- 14:00 Bernsteinkt./Schmiedestr. „Bernsteinschleifen für Kinder“
- 14:00 Wetterst./Hauptstrand Wattwanderung „mit Muße“

Fortsetzung auf Seite 2

Fahrplan 22.10.
Ausflugsschiffe ab Ankerplatz

Erlebnisfahrt Wattenmeer
Fahrzeit ca. 6 Std. 11:00 Uhr

Fahrt zur Seehundsbank
ca. 2 ½ Std. 11:00 Uhr

Küstenfahrt in See (ca. 1 Std.)
13:45, 15:00, 16:15 Uhr

Fangfahrt in See (ca. 1 ½ Std.)
11:00, 13:15, 15:15 Uhr

Dienstag: Büsum-Helgoland 9:15 Uhr

Reederei H. G. Rahder
Ankerplatz • Tel. 0 48 34 / 36 12

Mittagstisch heute: **Rinderleber „Berliner Art“**, mit Apfelscheiben und Kartoffelpüree € 6,50
Restaurant-Café „Büsumer Pesel“ im Gäste- und Veranstaltungszentrum • Das Fenster zum Meer, direkt an Deich und Hauptstrand

Was liegt an?

Fortsetzung von Seite 1

15:30 Mini-Maxi-Club
„Serviettentechnik“ mit Rike
Auch für Erwachsene
15:40 Piraten Meer
„Aqua-Fitness“
17:30 Ev. Gemeindehaus
Kanaster spielen lernen für
Anfänger
17:30 Alte Schule WDS
„Lachmöwen Spaßfabrik“
19:00 Vitamaris Fitwelt
„Fatburner“
19:00 Blanker Hans
Vortrag „Das Leben auf der
Hallig“
20:00 Vitamaris Fitwelt
„Spinning“ mit Uwe

Morgen

Hier ein paar Tipps – das ganze Programm
finden Sie morgen in Büsum spontan

7:00 Lehnsweg/Feuerwehr
Bauernwochenmarkt
7:30 Piraten Meer
„Frühschwimmer“
10:30 Vitamaris
Führung durch die Wellness-Oase
18:30 Mini-Maxi-Club
„Kinderfrei für Eltern“
17:17 Ankerplatz/Uhr
Hafenbummel mit anschl.
Museumsbesuch
19:30 Gäste- u. Veranstat'zentr.
Vortrag: Trischen – das Drama
einer Insel

Dies & das

Büsum-Film im Internet

Sie möchten Ihren Freunden und Bekannten Büsum schmackhaft machen? Dann zeigen Sie Ihnen doch den Film „Ein Sommer in Büsum“. Der Fünf-Minuten-Streifen kann auf der Homepage des Kur- und Tourismusservice heruntergeladen werden.

Zu sehen sind u. a. Impressionen vom Büsumer Strandleben, der Museumshafen, der alte Ortskern, die Kureinrichtungen und einige typische Veranstaltungen.

Sie finden die Datei auf der Seite www.buesum.de im Menü *Informationen/Impressionen*.

Fragen, Wünsche, Anregungen an die Redaktion?
Tel: (0 48 34) 96 04 80

Museumshafen: „Neue“ Anker



Museumshafenvereins-Vorsitzender Dr. Martin Kreitz freut sich über die Neuzugänge

Nicht nur im, sondern auch rund um den Museumshafen gibt es allerlei Zeugnisse der Seefahrts- und Fischereischicht zu sehen.

Am Wochenende ist die Sammlung wieder um zwei Exponate reicher geworden: Gleich zwei Fischern sind historische Stockanker ins Netz

gegangen, die sie dem Museumshafenverein stifteten. Einen der Anker fand Stephan Frenz, Eigner der „Damkerort“ (SC 12), in der Nähe von Wismar in der Ostsee, der Andere ging Fischer Daniel Peters (SD 16 „Polly“) im Norderpiep-Fahrwasser vor Büsum ins Netz.

Bücherei mit Meerblick

Mancher mag hier auch schon vor einem Regenschauer Schutz gesucht haben: Die Bücherei direkt an Deich und Hauptstrand bietet alles für große und kleine Leseratten: Neben dem ständig aktualisierten Buchbestand findet man DVDs, Hörbücher und vieles mehr.

Für Urlauber gibt es den günstigen Benutzerausweis: Für nur € 2,- (ohne Gästekarte € 3,-) kann man vier Wochen lang so viele Bücher und Medien ausleihen, wie man möchte.

Das Team der Bücherei ist zu folgenden Zeiten für Sie da: Montag bis Freitag 15 – 18 Uhr, sowie Donnerstag zusätzlich 10 – 12 Uhr. Tel. 04834/6891

Wochenkurse im Vitamaris

Im Alltag bleibt oft wenig Zeit, seinem Körper etwas Gutes zu tun. Im Urlaub haben Sie Gelegenheit, das Versäumte nachzuholen, zum Beispiel mit dem Kursangebot des Gesundheitszentrums Vitamaris. Ab heute starten hier die Kurse „Entspannungstherapie“, „Rückenschule“ und „Nordic-Walking“.

Entspannungstherapie: beginnt am Montag, 5 Termine (bis Freitag) und kostet 45,-

Rückenschule:

beginnt am Montag, 5 Termine (bis Freitag) und kostet 45,-

Nordic-Walking:

Dieser Kurs geht über 3 Termine und kann am Montag, Mittwoch oder Freitag begonnen werden. Der Preis beträgt 49,- (Stöcke werden gestellt)

Für alle Kurse können Sie sich im Vitamaris unter 04834-909124 anmelden. Hier erfahren Sie dann auch die genauen Anfangszeiten.



Ärztl. Notdienst

Notdienst-Anlaufpraxis Büsum 0 18 05 - 11 92 92
(im Ärzthaus • Westerstr. 30) (14 ct./min)

Apotheken-Notdienst

Anker-Apotheke, Brunnenplatz (0 48 34) 95 90-0

Polizei | 110 • Feuerwehr/Rettungsd./Notarzt | 112

Zahnärztl. Notdienst (04 81) 8 55 67 89

Tierärztl. Notdienst 0700 - 88 22 11 00

Tipps

Täglich **Neu!**
Mittagstisch ab € 5,-

Frisch eingeflogen:
Halbe Ente
aus der Röhre

Wir freuen uns auf Ihren Besuch
RESTAURANT & CAFÉ

WIESENGRUND

Stintec 16 • Tel. (0 48 34) 21 47
Täglich ab 11.30 Uhr geöffnet

Strandrestaurant & Café
„Zur Perle“

Jetzt jeden Tag: **Frische Muscheln!**
Rahmgescnnetzeltes mit Reis € 5,-

Grillhaxe mit Sauerkraut
und Kartoffelpüree € 6,-

Haben Sie schon Ihren Bonus-Pass?
Nordseestraße 80 • Tel. (04834) 47 47

E Aktivmarkt
EDEKA **Wolff-Dietrich Bill**

Lieferservice
SB-Waschsalon

Nordseestr. 16
Tel. 0 48 34 - 95 950

In allen Gesundheitsfragen:
anker - apotheke Wir kümmern
uns um Sie!



heiko schwarze

am brunnenplatz – 25761 büsum
tel. 0 48 34 / 9 59 00 – fax 95 90 19

Zur allen Post

an der Fischerkirche

Hotel und Restaurant
- heute -

Preiswerte Empfehlung im besonderen Restaurant:

Wildgulasch mit Apfelrotkohl,
Preiselbeeren und
Salzkartoffeln **7.80**

Rotzungenfilet, gebraten, mit
Tomaten-Basilikum-Sauce, Band-
nudeln und Salatbeilage **8.50**

Wir empfehlen hierzu 1 Glas
1/10 ltr. Moselwein **1.-**

Impressum

Gesamtherstellung:

Klüwerbung

Werbeagentur & Verlag e. K.
Kai Klüwer

Möwenweg 2 • 25761 Büsum

Tel.: (0 48 34) 960 480

Fax: (0 48 34) 960 488

E-Mail:

info@kluewerbung.de

Fotos:

Klüwerbung, KTS Büsum,

Dithmarschen Tourismus

Anzeigenpreisliste

Nr. 3 vom 08.01.07