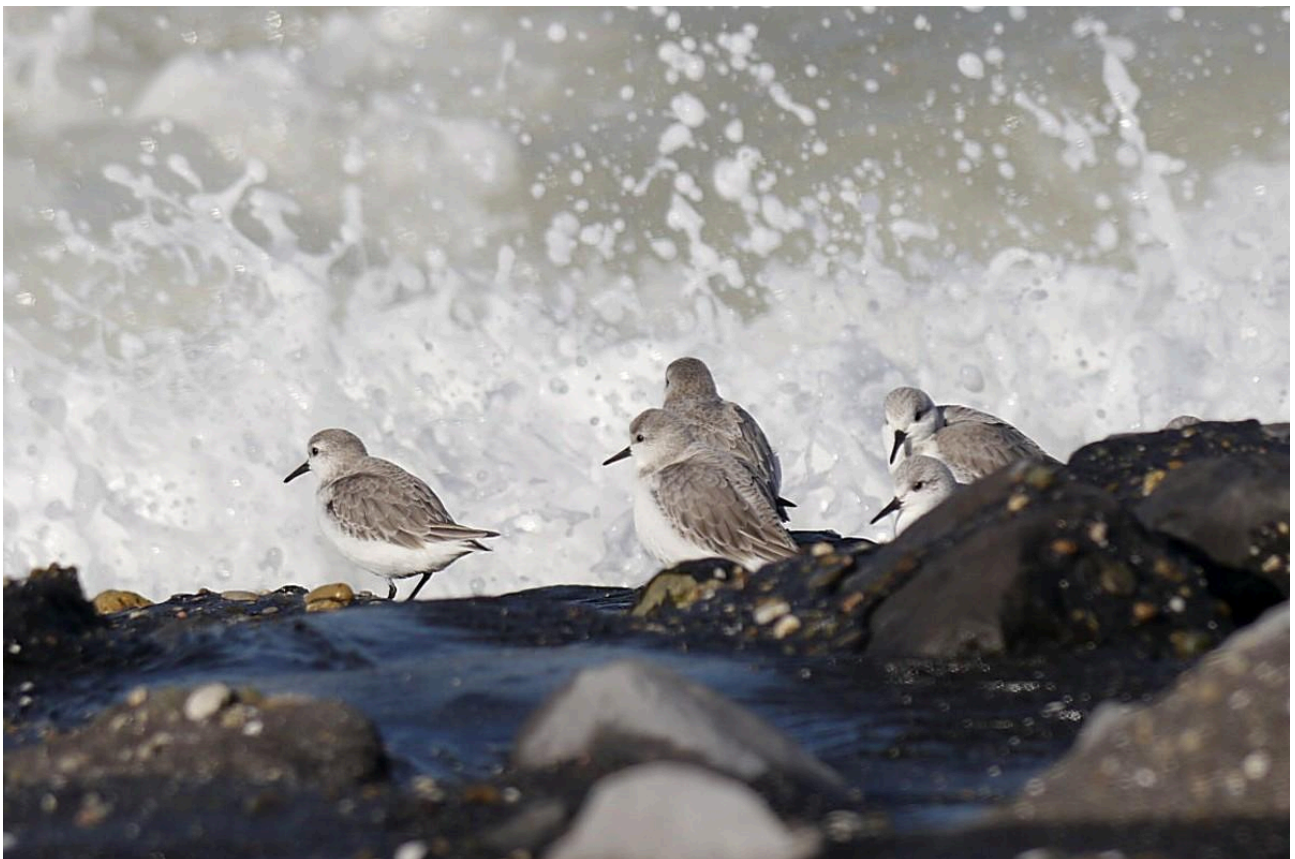


Nationalpark Lauwersmeer: Watvögel in Westfriesland

Land: Niederlande
Termin: 29.07.2026 bis 02.08.2026 (5 Tage)
Referent: [→ Christof Bobzin](#)
Teilnehmende: min. 8, max. 12
Veranstalter: [→ NABU|naturgucker-Reisen](#)



Sanderlinge (*Calidris alba*), (c) Thomas Griesohn-Pflieger

Zielarten dieser Praxistage

Eiderente, Trauerente, Löffler, Seeadler, Rohrweihe, Wiesenweihe, Säbelschnäbler, Bekassine, Uferschnepfe, Pfuhlschnepfe, Brachvogel, Regenbrachvogel, Kampfläufer, Rotschenkel, Dunkelwasserläufer, Grünschenkel, Sandregenpfeifer, Goldregenpfeifer, Kiebitz, Austernfischer, Alpenstrandläufer, Sichelstrandläufer, Temminckstrandläufer, Knutt, Mantelmöwe, Raubseeschwalbe, Flusseeeschwalbe, Trauerseeschwalbe, Schwarzkehlchen, Blaukehlchen, Schilfrohrsänger, Bartmeise

Das Lauwersmeer in den Niederlanden zählt zu den besten Rastplätzen für Watvögel oder [→ Limikolen](#) an der Nordseeküste. Limikolen gehören für viele Vogelbeobachter*innen zu den schwierig zu bestimmenden Vogelarten. Pracht- und Ruhekleid, Jugendkleid, unterschiedliche Mauserstadien und dann auch noch möglicherweise Unterschiede im Aussehen der Geschlechter wie bei den Kampfläufern können verwirren. Da tut ein bisschen Übung und Praxis gut. Im Rahmen dieser fünf Praxistage besteht ausreichend Gelegenheit, Wasservögel, vor allem die Limikolen, gründlich zu beobachten und ihre arttypischen Verhaltensweisen zu studieren und zu interpretieren.

An der Nordseeküste Westfrieslands ist alles möglich: [→ Regenpfeifer](#), [→ Strandläufer](#), Wasserläufer, Schnepfen sowie Möwen, Seeschwalben, Greife und auch Singvögel. In den vergangenen Jahren konnten regelmäßig in fünf Tagen zwischen 25 und 30 Limikolenarten gesehen werden.

Der [→ Nationalpark Lauwersmeer](#) ist ein eingedeichter Meeresbusen nordöstlich von Groningen, der sich zu einem europaweit bedeutsamen Vogelschutzgebiet entwickelt hat. Besonders interessant ist die Kombination der umliegenden Lebensräume, die wir kennenlernen. Das Wattenmeer grenzt unmittelbar an und wir finden im Binnenland Feuchtwiesen, Moorheiden und Marschen neben großflächigen Agrarlandschaften. Unser Hauptaugenmerk gilt zwar dem Lauwersmeer und den Wattgebieten. Wir werden aber genauso die Salzwiesen vordeichs sowie Wiesenlandschaften und Venengebiete in der Umgebung von Leeuwarden besuchen. Einer der vielen Höhepunkte ist ein Besuch der Insel Ameland. Sie ist der einzige Ort, an dem die Niederlande noch wachsen, denn dort landet die Nordsee große Mengen Sand an, was konstant zu Veränderungen führt. Die Schiffsfahrt durch das Wattenmeer kann je nach Wasserstand ebenfalls spektakuläre Beobachtungen großer Limikolenschwärme bieten.

Im Watt, aber auch in den Flachwasserbereichen des Lauwersmeeres können wir oft überwältigende Vogelmassen sehen und viele ungewöhnliche Beobachtungen machen, darunter mit ein wenig Glück echte Seltenheiten. Hunderte Säbelschnäbler, Dunkelwasserläufer, Kampfläufer und Brachvögel sind dort am Lauwersmeer und in den benachbarten Wattgebieten „Tagesgeschäft“.

Die Beobachtungsbedingungen sind wie so oft in Holland hervorragend. Diese Praxistage eignen sich wegen der langen Beobachtungsphasen an den einzelnen gut ausgestatteten Orten und der kurzen Distanzen zu den Vögeln besonders für Einsteiger*innen, die die Vielfalt der Limikolen kennenlernen wollen. Erfahrene Beobachter*innen kommen wegen der Chancen auf Seltenheiten aber gleichermaßen auf ihre Kosten.

Wer sich im Vorfeld/Nachgang noch tiefer mit den Grundlagen zur Vogelbestimmung oder konkreter mit dem Thema Watvögel beschäftigen will, kann dies mit Hilfe der kostenlosen Online-Lernangebote [→ Vögel Grundwissen](#) und [→ Watvögel Aufbauwissen](#) der NABU|naturgucker-Akademie tun. Die Beschäftigung mit den Kursen ist keine Voraussetzung für die Teilnahme. Elemente des Lernangebots sind zudem Teil der Exkursionen und abendlichen Besprechungen.

Allgemeiner Hinweis: Die Abfolge der Beobachtungsorte richtet sich nach den Gezeiten und dem Wetter. Daher kann sich die Reihenfolge der einzelnen Ziele im Vergleich zum Programm ändern.

Programm

1. Tag: Wat ist los?

Gegen 13 Uhr geht es zunächst zur gemeinsamen Vorstellungsrunde ins Hotel in Dokkum. Nach kurzer Pause starten wir zum Dorf Holwerd. Von dort aus verkehren die Fähren zur Insel Ameland. Das ist deshalb von Bedeutung, weil der Ableger weit draußen im Watt liegt und es uns ermöglicht, durch das Watt zu fahren und zu beobachten, ohne nasse Füße zu bekommen. Am Pier können wir einen Imbiss zu uns nehmen. Bei Hochwasser rasten dort in den Salzwiesen hunderte Watvögel wie Rotschenkel und Alpenstrandläufer, oft auch Knutts und Pfuhschnepfen. Bei Niedrigwasser suchen die Vögel, welche im Watt weit verteilt sind, nach Nahrung. In diesem Fall fahren wir eine halbe Stunde zum Ezumakeeg bei Anjum: Das ist unser Hauptbeobachtungsgebiet in den nächsten Tagen, wo wir hunderte Limikolen in mehr als einem Dutzend Arten erwarten können.

Abendessen im Hotel, Besprechung der Beobachtungen und gemeinsames Erstellen der Artenliste.

2. Tag: Wiesen, Wasser, Vögel

Am Morgen bleiben wir im Binnenland und besuchen ein ehemaliges Moor in der Nähe von Leeuwarden. Nach einer guten halben Stunde Fahrt erreichen wir das renaturierte Moor Alde Feanen. Es ist heute ein gut erschlossener Nationalpark, den wir teilweise durchwandern und seine unvergleichliche Landschaft genießen werden. Dort begegnen wir Löfflern, Seeadlern, Limikolen und Greifen. Seeschwalben und Kleinvögel wie Rohrammern, Schwirle und Rohrsänger sind in dem Gebiet ebenso zu finden. Es bestehen Chancen auf Rohrschwirl, Blaukehlchen und Bartmeise. Löffler brüten in einer kleinen Kolonie, Rohrweihen, Mäusebussarde und Seeadler lassen sich regelmäßig sehen. Mit Glück können wir auch die scheuen Purpurreiher oder eine fliegende Rohrdommel entdecken.

Ab dem Mittag wenden wir uns unserem Hauptbeobachtungsgebiet, dem Lauwersmeer, zu und landen spätestens am Nachmittag am Ezumakeeg, dem bekanntesten Limikolenort Frieslands.

Abendessen im Hotel, gemeinsame Diskussion der Beobachtungen und Erstellen der Artenliste.

3. Tag: Wertvolle Salzwiesen

Wir widmen uns den Salzwiesen am Moddergatt. Salzwiesen sind sehr seltene Lebensräume im Wattenmeer, da die modernen Deiche weit in das Watt reichen und vordeichs nur noch wenig Platz für diese an Salzwasser angepasste Pflanzengesellschaft bleibt. An wenigen Stellen in Westfriesland sind größere Flächen erhalten geblieben und unter Schutz gestellt worden. Ja, sogar für neue Salzwiesen wurde durch das Zurückverlegen von Deichen Raum geschaffen. In den Salzwiesen stehen Lerchen, Bluthänflinge, Kiebitze und viele typische Limikolen wie Austernfischer und Säbelschnäbler, aber auch Wiesenpieper auf dem Programm. Mit Seltenheiten wie Zwergseeschwalben, Trauerenten oder Sumpfohreule „muss“ man genauso rechnen.

Daneben hat der Hafen selbst oft einiges an interessanten Vögeln zu bieten, darunter Steinwälzer, Rotschenkel, Taucher, Meerenten und sogar eine Flusseeeschwalbenkolonie. Wir werden uns deshalb dort umsehen. Nachmittags sind wir wieder am Lauwersmeer unterwegs und beobachten je nach Wetter und Windrichtung am Jaap Deensgat oder im Ezumakeeg.

Abendessen im Hotel und gemeinsame Auswertung der Beobachtungen sowie Erstellen der Artenliste.

4. Tag: Reif für die Insel

Heute steht die Schifffahrt auf dem Programm. Durch das Watt schwimmen oder schlindern wir je nach Wasserstand mit der Fähre zur Insel Ameland. Während der Fahrt hat man meist eine hervorragende Sicht auf die Watvögel und Enten, die je nach Wasserstand nahe der Fahrrinne im Watt nach Nahrung suchen oder in Schwärmen das Schiff fliegend überholen und dabei gut zu beobachten sind. Seehunde und Kegelrobben sollten auch zu sehen sein.

Nach der Ankunft fahren wir mit dem Linienbus in den Osten der Insel. Wir wandern durch die Dünenlandschaft, in der Steinschmätzer, Schwarzkehlchen sowie Wiesenpieper unterwegs sind und Hohлтаuben in Kaninchenlöchern brüten. Schließlich gelangen wir an den Strand und freuen uns auf Fluss- und hoffentlich Brandseeschwalben und vielleicht Meerenten (Eiderenten und andere) oder Zwergseeschwalben. Die flinken Sanderlinge sollten ebenso zu sehen sein. Unser Ziel ist ein Süßwassersee inmitten der Dünen. Dorthin kommen viele Vögel zum Trinken und Baden und es gibt eine gemischte Kormoran-Reiher-Kolonie. Es ist außerdem der Platz, an dem wir so hoch im Norden sogar Seidenreiher sehen können. Außerdem zeigen sich regelmäßig Rohrweihen.

Da wir erst nach einer längeren Wanderung einkehren können, sollten wir Verpflegung für unterwegs mitnehmen. Nach einer ausgiebigen Erholungspause im Schatten des Leuchtturms (Wandern im Sand ist anstrengend) fahren wir mit dem Bus zurück zum Hafen und nehmen die letzte Fähre nach Holwerd.

Abendessen im Hotel, wo wir auch unsere Beobachtungen auswerten und besprechen sowie die Artenliste erstellen.

5. Tag: Abschied vom Lauwersmeer – Rückreise

Nach dem Frühstück steht je nach Wasserstand noch einmal das Wattenmeer am Fähranleger Ameland in Holwerd zu ausgiebigen Limikolenbeobachtungen auf dem Programm oder wir fahren direkt wieder an das Lauwersmeer. Dort besuchen wir den Süden und machen auf dem ehemaligen Meeresboden eine kleine Wanderung durch die Kollumerwaard oder je nach Lage entlang der Vogelroute „de Pomp“. Uns erwarten interessante, von Rindern beweidete Flächen, die vielen Singvögeln Nahrung bieten. Wir können mit Bluthänfling, Stieglitz, Neuntöter, Pirol

und Schwarzkehlchen rechnen – und wie immer mit Überraschungen wie Wiesenweihe oder Rohrweihe, Baumfalke, Blaukehlchen, Rohrsänger und anderen.

Zurück im Hotel gibt es eine Abschiedssuppe und letzte Ergänzungen der Artenliste. Dann verabschieden wir uns ab 14 Uhr von den Autofahrer*innen und die Bahnfahrer*innen werden mit dem Taxi nach Leeuwarden gebracht, wo die Abreise voraussichtlich ab 14:45 Uhr stattfinden kann.

Preise pro Person

Grundpreis im Doppelzimmer:	1.270 €
Zuschlag für Einzelzimmer:	305 €
Nachlass bei Buchung der Praxistage ohne Unterkunft, aber mit Frühstück und Abendessen:	334 €

An-/Abreisemöglichkeiten

Klimaschonende Bahnreise (Ø Klimawirkung: 44 kg CO₂)*: **ab etwa 154 €**

Pkw-Anreise (Ø Klimawirkung: 164 kg CO₂)*

* Durchschnittlicher Wert ab/bis Frankfurt am Main, die realen Werte variieren abhängig vom individuellen An-/Abreiseort.

Nachlässe auf den Grundpreis

Mitglieder des NABU:	3 %
Registrierte Nutzer*innen des Meldeportals von NABU naturgucker/der NABU naturgucker-Akademie:	3 %
Aktive Beobachter*innen mit min. 250 Beobachtungen auf dem Meldeportal von NABU naturgucker:	4,5 %

Es kann pro Person jeweils nur einer der drei zuvor genannten Preisnachlässe in Anspruch genommen werden. Sie sind mit dem weiter oben genannten Preisnachlass bei Buchung der Praxistage ohne Unterkunft, aber mit Frühstück und Abendessen kombinierbar.

Leistungen

- Übernachtungen (wenn gebucht)
- Halbpension
- Alle Exkursionen und Transfers gemäß Programm mit Minibus
- Eintritte laut Programm
- Kursleitung
- Reduktion des CO₂-Fußabdruckes gemäß [→ ökologischer Verpflichtungserklärung](#)

Nicht eingeschlossene Leistungen

- An-/Abreise nach/von Leeuwarden
- Übrige Mahlzeiten
- Getränke
- Trinkgelder
- Persönliche Ausgaben

Hinweise

Die Mindestanzahl der Teilnehmenden muss bis 4 Wochen vor Beginn der Praxistage erreicht sein.

Die Programmpunkte werden von uns bei Bedarf den lokalen Bedingungen angepasst.

Veranstalter dieser Praxistage ist NABU|naturgucker-Reisen der [→ NABU|naturgucker geG.](#)

Es gelten die folgenden [→ Reisebedingungen.](#)