

Vorwort	11
Herausragende Sehenswürdigkeiten	12
Das Wichtigste in Kürze	14
LAND UND LEUTE	16
Polen/Masuren: Zahlen und Fakten	18
Das nordöstliche Polen	19
Geografie und Natur	20
Hügel, Steine und Sand	21
Flüsse und Seen	22
Flora und Fauna	23
Nationalparks und Naturschutzgebiete	28
Klima	29
Kleine Geschichte Polens	31
Auftakt 963–1500	31
Blüte und Niedergang	33
Krieg, Frieden, Krieg	40
Die »Volksrepublik« Polen 1946–1989	43
Das neue Polen	44
Kultur und Gesellschaft	46
Architektur	50
Ermland-Masuren heute	51
Essen und Trinken	55
Wasserwandern in Masuren	58
Wander- und Radtouren durch Masuren	60
AUF DEM WEG NACH MASUREN	62
Toruń	64
Rund um den Altstädtischen Markt	66
Nördlich vom Altstädtischen Markt	70

Vom Kopernikushaus zum Eskens-Palais	71
Die Neustadt	75
Am Weichselufer	75
 Marienburg	80
Ein Rundgang	83
Sehenswertes im Ort	85
 Gdańsk	89
Die Rechtstadt	91
An der Mottlau	98
 Elbląg	109
Alter Markt	109
St. Nikolaikirche	111
Südlich des Alten Marktes	113
 Der Oberländische Kanal	115
 Routenvorschlag für eine drei- bis vierwöchige Ermland-Masuren-Radrundreise	118
 HISTORISCHES OBERLAND UND SÜDWESTLICHES MASUREN	120
 Das alte Oberland	123
Pasłęk und Umgebung	123
Słobity	125
Kwitajny	125
Morąg	126
Ostróda	129
Ilawa	133
Szymbark	136
 Südwestliches Masuren	137
Landschaftspark Wzgórza	
Dylewskie	137
Rychnowo	137
Grunwald/Stębark	139
Olsztynek	140
Nidzica	143
Szczytno	144

DAS ERMLAND / WARMIA 148

Die Region Warmia	150
Olsztyn	152
Marienwallfahrt Gietrzwałd	163
Barczewo	167
Dobre Miasto	168
Wallfahrt Głotowo	169
Orneto	169
Lidzbark Warmiński	171
Kloster Stoczek	174
Bisztynek	175
Galiny	176
Reszel	177
Święta Lipka	179

**DIE GROSSEN
MASURISCHEN SEEN** 182

Einstimmung	184
Kętrzyn und Umgebung	186
Kętrzyn	186
Nakomiady	189
Drogosze	192
Die Wolfsschanze	192
Mauersee	199
Węgorzewo	199
Mamerki	201
Sztynort	202
Giżycko	204
Puszcza Borecka	209
Ryn	209
Mrągowo	211
Piecki	214
Sorkwity	214
Szpryngelsee	218
Mikołajki	219
Masurischer Landschaftspark	223
Krutyń und Ukta	224
Gąkowo	226
Wojnowo	227
Ruciane-Nida	227

Pisz	230
Orzysz	231

ÖSTLICHES MASUREN UND SUWALSZCZYZNA

Östliches Masuren	234
Gołdap	234
Die Umgebung von Gołdap	235
Olecko	239
Elk	241
Der Nordosten	244
Suwałki	248
Suwalski-Landschaftspark	250
Wigry-Nationalpark	251
Augustów	254
Studzieniczna	258
Puszcza Augustowska und Czarna Hańcza	259

Routenvorschlag für eine zwei- bis dreiwöchige Radrundreise: Östliches Masuren, Suwalszczyzna und Große Masurische Seen	260
--	-----

REISETIPPS VON A BIS Z

ANHANG

Sprachführer	280
Ermeland-Masuren im Internet	290
Literaturtipps	290
Über die Autoren	291
Danksagung	291
Register	292
Kartenregister	299
Bildnachweis	299
Karten- und Zeichenlegende	304