

Von den Eiszeiten geprägt – Landschaft als Abenteuer	6
„Up ewich ungedeelt“ – Auszüge aus einer ungewöhnlichen Geschichte	18
Grüne Wiesen, graues Watt – Nordfriesland und sein Nationalpark	24
Krabben, Kohl und Kernkraftwerke – Dithmarschen und das Land an der Elbe	42
Wechselnde Landschaften, wechselvolle Historie – Von Flensburg nach Kiel	54
Ziel von Ausflüglern und Reisenden – Das Kieler Umland, die Holsteinische Schweiz und die Ostseebäder	70
Impressionen aus Schleswig-Holsteins Osten – Die Hansestadt Lübeck und die Lauenburgische Seenplatte	82
Karte	96