

Vorwort	11
Das Wichtigste in Kürze	12
Tipps für Kreuzfahrtreisende	14
Routentipps für Individualreisende	19

LÄNDER UND LEUTE 22

Die Ostsee als Naturraum	24
Geographische Gliederung	24
Entstehung der Ostsee	26
Labiles Ökosystem	28
Die Tierwelt	30

Geschichte der Ostseeregion	32
Die Wikinger	32
Dänisches Ostseereich, Deutscher Orden und Hanse	33
Reformation und Dreißigjähriger Krieg	36
Vom Aufstieg Russlands bis zur Revolution	38
Machtkampf in Europa	39
Die Ostsee zur Zeit der Weltkriege	39
Kalter Krieg und Zerfall der politischen Blöcke	40
Politische und wirtschaftliche Zusammenarbeit	41
Ländersteckbriefe	44

KIEL 62

Stadtgeschichte	64
Stadtrundgang	68
Kiel-Informationen	73

Ausflüge	
Nord-Ostsee-Kanal	76
Laboe	76
Freilichtmuseum Molfsee	76

LÜBECK 78

Stadtgeschichte	80
Stadtrundgang	83
Lübeck-Informationen	91

Ausflüge	
Travemünde	94
ROSTOCK	98
Stadtgeschichte	100
Stadtrundgänge	103
Die westliche Altstadt	103
Die östliche Altstadt	106
Rostock-Informationen	108
Ausflüge	
Warnemünde	112
GDAŃSK	116
Stadtgeschichte	119
Stadtrundgang	123
Gdańsk-Informationen	127
Ausflüge	
Westerplatte, Stutthof	132
Sopot	132
Gdynia	138
KALININGRAD	142
Stadtgeschichte	144
Stadtrundgänge	148
Dominsel, Fischdorf und Friedländer Tor	148
Hafen, Bernsteinmuseum, Siegensplatz und Zoo	151
Kaliningrad-Informationen	155
Ausflüge	
Seebäder	159
Kurische Nehrung	160
KLAIPĖDA	164
Stadtgeschichte	166
Stadtrundgang	170
Altstadt	170

Nördlich der Danė	173
Alter Hafen und Smiltynė	175
Klaipėda-Informationen	177
Ausflüge	
Nida auf der Kurischen Nehrung	180
Palanga	181
RĪGA	182
Stadtgeschichte	184
Stadtrundgang	188
Rīga-Informationen	198
Ausflüge	
Jūrmala	204
Gauja-Nationalpark	205
TALLINN	206
Stadtgeschichte	208
Stadtrundgang	214
Unterstadt	217
Alter Markt und Rotermann- Quartier	219
Kalamaja	220
Kadriorg	223
Maarjamäe	224
Pirita	224
Zoo/Estnisches Freilichtmuseum	224
Tallinn-Informationen	225
ST. PETERSBURG	230
Stadtgeschichte	232
Stadtrundgang	236
Nevskij-Prospekt	236
Palastplatz	240
Peter-und-Paul-Festung	241
Heumarktviertel	242
Der südliche Nevskij-Prospekt	243
St.-Petersburg-Informationen	245

Ausflüge	
Carskoe Selo	250
Peterhof	250
HELSINKI	252
Stadtgeschichte	254
Stadtrundgang	261
Ausflüge	
Kaivopuisto	266
Suomenlinna	266
Seurasaari	268
Helsinki-Informationen	269
STOCKHOLM	274
Stadtgeschichte	276
Stadtrundgänge	279
Altstadt	279
Helgelandsholmen	283
Blasieholmen, Skeppsholmen, Kastellholmen	283
Djurgården	284
Stockholm-Informationen	288
Ausflüge	
Skulpturenpark Millesgården	294
Friedhof Skogskyrkogården	294
Schloss Drottningholm	295
VISBY AUF GOTLAND	296
Geschichte	298
Stadtrundgang	300
Stadtmauer und Park	303
Visby-Informationen	307
Ausflüge	
Gotlandbahn und Eisenbahn- museum	312
Freizeitpark Kneippbyn	312

RØNNE AUF BORNHOLM 314

Geschichte	316
Stadtrundgang	320
Rønne-Informationen	325

Ausflüge

Allinge-Sandvig, Hasle	327
Rundkirchen	327
Gudhjem	328
Nexø	329

KOPENHAGEN 330

Stadtgeschichte	332
Stadtspaziergang	338
Kopenhagen-Informationen	348

Ausflüge

Humblebæk	354
Frederiksborg	354
Roskilde	354
Malmö	354
Bornholm	355

OSLO 356

Stadtgeschichte	359
Stadtrundgänge	361
Das königliche Zentrum	361
Aker Brygge und Tjuvholmen	366
Grünerløkka	367
Grønland/Tøyen	367

Oslo-Informationen	369
--------------------	-----

Ausflüge

Skulpturenpark Ekebergparken	375
Skulpturenpark Vigelandsparken	375
Halbinsel Bygdøy	376
Skischanze Holmenkollen	377

REISETIPPS VON A BIS Z 378

Polen	380
Russland	382
Litauen	385
Lettland	388
Estland	391
Finnland	394
Schweden	397
Dänemark	400
Norwegen	403

SPRACHFÜHRER 405

ANHANG

Die Ostseestädte im Internet	414
Literaturtipps	415
Die Autoren	417
Herausgeberin und Herausgeber	417
Register	418
Bildnachweis	428
Kartenregister	428
Kartenlegende	432

EXTRA

Im Zeichen des Kreuzes	35
Der Nord-Ostsee-Kanal	66
Die Backsteingotik	89
Surfspot	
Warnemünde	102
Solidarität!	121
Bernstein	163
Der Küstenradweg	169
Die Alberta iela	193
Hanseatische Bürgerhäuser	213
Auf Dostoevskijs Spuren	244
Finnische Saunakultur	259
ABBAs Erben	287
Hey, Pippi Langstrumpf	313
Wegweisende Architektur	
Kopenhagens	337
Generation Weltschmerz	368