

Ostseeküste persönlich	6
Lieblingsorte	12
Schnellüberblick	14

Reiseinfos, Adressen, Websites

Informationsquellen	18
Wetter und Reisezeit	20
Anreise und Verkehrsmittel	21
Übernachten	23
Essen und Trinken	25
Aktivurlaub, Sport und Wellness	27
Feste und Unterhaltung	31
Reiseinfos von A bis Z	34

Panorama – Daten, Essays, Hintergründe

Steckbrief Mecklenburg-Vorpommern	40
Geschichte im Überblick	42
Landschaftliche Vielfalt – von Eis, Wind und Wellen geformt	46
Die Ostsee – ein kleines Meer mit großen Problemen	49
Natur- und Nationalparks – das Tafelsilber der Vereinigung	52
Kraniche – Vögel des Glücks	54
Alleen – der Stolz des Landes	57
Vineta – das Atlantis der Ostsee	59
Klaus Störtebeker – ein Outlaw macht Kasse	60
Typisch norddeutsche Baukunst – der gebackene Stein	62
Klützer Winkel – Träumereien im Junkerland	64
Das Meer tut gut – neues Leben in alten Seebädern	67

Der Reichtum des Meeres –	
gute Zeiten, schlechte Zeiten	70
Auf den Spuren der Künstler – Inspiration Ostsee	73
Literarische Streifzüge –	
Gerhart Hauptmann und Kollegen	76
Strandgut – auf der Suche nach dem Glück	79

Unterwegs an der Ostseeküste Mecklenburg-Vorpommern

Der Nordwesten Mecklenburgs	84
Die Mecklenburger Bucht zwischen	
Trave und Warnow	86
Klützer Winkel	86
Boltenhagen	90
Wismar	92
Insel Poel	104
Inseltour per Fahrrad	105
Salzhaff	106
Rerik	107
Kühlungsborn	109
Bad Doberan	114
Wandern im Quellental	120
Heiligendamm	121
Von Rostock bis Graal-Müritz	124
Backsteingotik, feine Sandstrände	
und Wälder	126
Rostock	126
Warnemünde	137
Graal-Müritz und Rostocker Heide	144
Wanderung zwischen Küste und Heide	145
Fischland-Darß-Zingst	148
Im Land der Kraniche	150
Ribnitz-Damgarten	151
Dierhagen	153
Wustrow	156
Ahrenshoop	157
Küstenwanderung ab Ahrenshoop	161
Born und Wieck	163
Prerow	165

Darßer Ort	167
Zingst	167
Barth	172
Rügen und Hiddensee	174
Deutschlands größte Insel – Rügen	176
Bergen und das Mutland	177
Putbus	181
Rangerwanderung in die Goor	183
Unterwegs mit Rad und Rasendem Roland	183
Binz	185
Sellin	192
Mönchgut	194
Sassnitz	203
Nationalpark Jasmund	207
Wanderung entlang der Kreideküste	207
Jasmunder Bodden	209
Schaabe	214
Kap Arkona	215
Wieker Bodden	220
Rügens Westen	221
Rügens schöne kleine Schwester – Hiddensee	224
Kloster	224
Den Dornbusch erwandern	225
Vitte	227
Neuendorf	229
Von Stralsund nach Ueckermünde	230
Pommersche Hansestädte	232
Stralsund	232
Greifswald	244
Auf dem Bildweg in Wieck nach Eldena	248
Wolgast	252
Anklam	254
Wanderung durch die Peenewiesen	255
Ueckermünde	258
Usedom	260
Trubel am Strand, Stille im Hinterland	262
Usedom's Süden	263
Kaiserbäder	265
Auf der Europapromenade nach Swinemünde	269
Usedomer Schweiz und Lieper Winkel	274
Radtour durch Thurbruch und um den Gothensee	275

Bernsteinbäder	277
Im Inselnorden	284
Die Halbinsel Gnitz erwandern	286
Register	292
Autorin/Abbildungsnachweis/Impressum	296

Auf Entdeckungstour

Die Schweden in Wismar – unter den drei Kronen	96
Das Bad Doberaner Münster – ein guter Ort	116
Der IGA-Park in Rostock – zu Lande und zu Wasser	138
Törn auf dem Saaler Bodden – knarrende Segel im Wind	154
Radtour durch die Sundischen Wiesen – Naturbeobachtungen	170
Rügener Kreide – ein bemerkenswertes Naturprodukt	210
Die Slawen auf Rügen – ein grausames Volk?	216
Die Hanse in Stralsund – mächtig, prächtig, international	234
Paddeln auf der Peene – zu Bibern und Wikingern	256
Bäderarchitektur in Heringsdorf – kaiserliche Kronjuwelen	266