

| | |
|---|----|
| Mecklenburg-Vorpommern im Steckbrief..... | 9 |
| Mecklenburg-Vorpommern ohne Geld erleben..... | 10 |

● BESONDERE ORTE

| | |
|--|----|
| 1. Kühlungsborn. Besuche einen der letzten Ostsee-Grenztürme. | 12 |
| 5. Ahrenshoop. Finde ein stilles Plätzchen am Darßer Weststrand. | 19 |
| 7. Besichtige die drei Kirchen auf dem Darß. | 22 |
| 12. Starkow. Spaziere durch den historischen Pfarrgarten in Starkow. | 29 |
| 14. Wismar. Entdecke das rote Brückenhaus. | 33 |
| 20. Mirow. Besichtige Schloss Mirow. | 41 |
| 21. Schwerin. Besuche Fürst Niklot im Schweriner Schloss. | 43 |
| 24. Rügen. Schaue bei den Kreidefelsen in Sassnitz vorbei. | 48 |
| 25. Rügen. Fotografiere das Molenfeuer in Sassnitz. | 49 |
| 26. Rügen. Spaziere auf der Seebrücke Sellin. | 51 |
| 27. Rügen. Beobachte die Wasservögel auf dem größten Findling Norddeutschlands. | 52 |
| 28. Rügen. Mach dein bestes Foto auf der Alleenstraße L 29. | 54 |
| 34. Rügen. Entdecke die Großsteingräber in Lancken-Granitz. | 63 |
| 37. Teterow. Finde deine Mitte in Teterow. | 67 |
| 42. Usedom. Steige auf den Mühlenberg. | 74 |
| 47. Parchim. Besichtige uralte Fachwerkhäuser. | 82 |

| | |
|--|-----|
| 58. Stralsund. Träume von der großen Fahrt auf der Gorch Fock | 99 |
| 61. Rüterberg. Besuche die Dorfrepublik Rüterberg. | 103 |
| 62. Röbel. Entdecke das Schinko-Haus in Röbel. | 104 |
| 64. Insel Poel. Schau den Teilnehmern des Extrem-Hindernislaufs Mudder Island zu. | 107 |
| 66. Nehringen. Fahre über die Holzzugbrücke an der Trebel. | 110 |
| 69. Neustrelitz. Entdecke die barocke Stadtanlage in Neustrelitz. | 114 |
| 70. Rostock. Besuche das Hausbaumhaus. | 116 |
| 73. Rostock. Fotografiere die mächtigen Kräne am Rostocker Hafen. | 121 |
| 78. Rostock. Bestaune die astronomische Uhr in der Marienkirche. | 128 |
| 79. Mestlin. Besuche das Musterdorf des Sozialismus. | 129 |
| 80. Lankow. Besuche den Gedenkstein an das Dorf Lankow. | 131 |
| 93. Karnin. Besuche die Hubbrücke Karnin. | 148 |
| 95. Ueckermünde. Besichtige die Pommernkogge Ucra. | 151 |
| 97. Lüttenhagen. Besuche die mächtige Eiche in Lüttenhagen. | 153 |
| 98. Alt Rehse. Lese die Inschriften an den Fachwerkhäusern in Alt Rehse. | 154 |

● FREIZEIT

| | |
|---|----|
| 2. Kühlungsborn. Flaniere auf der längsten Strandpromenade Deutschlands. | 14 |
| 4. Ahrenshoop. Entdecke die Naturschönheiten im Darßwald. | 17 |
| 6. Ahrenshoop. Erspähe die schönsten Fotomotive in Ahrenshoop. | 21 |
| 13. Wismar. Feiere mit beim Schwedenfest. | 31 |
| 18. Graal-Müritz. Erlebe das farbenprächtige Schauspiel der Rhododendronblüte. | 38 |

| | |
|---|-----|
| 29. Rügen. Hilf bei der Sanddornernte. | 55 |
| 33. Rügen. Spaziere auf dem Rundweg von Putgarten. | 61 |
| 45. Sinniere auf dem Pilgerweg über Gott und die Welt. | 80 |
| 48. Warnemünde. Reise von der Sonne bis zum Merkur in nur wenigen Minuten. | 84 |
| 50. Zingst. Beobachte den Zug der Kraniche. | 87 |
| 53. Ludwigslust. Erlebe die mystische Atmosphäre beim Barockfeuerwerk. | 92 |
| 55. Bollewick. Besuche die größte Feldsteinscheune Deutschlands. | 94 |
| 56. Rostock. Erlebe das Warnemünder Turmleuchten. | 96 |
| 59. Stralsund. Folge den Spuren der Hanse-Händler. | 100 |
| 60. Stralsund. Besuche das Nautineum. | 102 |
| 63. Insel Poel. Plansche im flachen Wasser der Insel Poel. | 106 |
| 71. Rostock. Finde den Schneeglöckchenbaum. | 118 |
| 81. Finde deinen Lieblingsgarten. | 132 |
| 85. Kargwo. Beobachte die Fischadler um Kargow. | 136 |
| 86. Bad Doberan. Bestaune die Maschinen beim Bikergottesdienst. | 138 |
| 91. Triff Biber und Eisvogel im Warnowtal. | 146 |
| 92. Pasewalk. Entdecke Teile des alten Spionagetunnels der »Operation Gold«. | 147 |
| 100. Wendisch-Waren. Erlebe die Hirschbrunft im Großen Serrahn. | 157 |
| 101. Zarrentin. Tauche am Schalsee so tief du kannst. | 158 |

● **KULTUR**

| | |
|---|----|
| 15. Wismar. Erlebe magisches Flair beim Straßentheaterfest. | 34 |
| 23. Wittenburg. Lerne die größte Mehlsacksammlung der Welt kennen. | 46 |

| | |
|---|-----|
| 30. Rügen. Bestaune die Bäderarchitektur in Binz. | 57 |
| 31. Rügen. Besuche den »Koloss von Rügen« | 59 |
| 35. Plau am See. Lausche den Kirchenkonzerten beim Musiksommer. | 64 |
| 39. Usedom. Veranstalte mit »Pappa ante Portas« dein eigenes Kino-Open-Air. | 70 |
| 41. Usedom. Tritt entlang der »Feininger-Route« in die Pedale. | 73 |
| 44. Usedom. Besuche die älteste Kirche Usedom. | 78 |
| 49. Zingst. Folge dem FotoKunstPfad. | 85 |
| 51. Zingst. Tanze am Strand. | 89 |
| 65. Ribnitz-Damgarten. Entdecke Architektur-Highlights in Ribnitz-Damgarten. | 108 |
| 67. Katzow. Besuche den Skulpturenpark Katzow. | 111 |
| 74. Rostock. Sei bei den Kempowski-Tagen dabei. | 122 |
| 76. Rostock. Begib dich im Kulturhistorischen Museum auf Zeitreisen. | 125 |
| 82. Federow. Lausche den Hörspielen in der Kirche in Federow. | 132 |
| 84. Bad Doberan. Weine zu »Bobby Brown Goes Down« am Frank-Zappa-Denkmal. | 135 |
| 88. Neubrandenburg. Unternimmt einen Ausflug ins Mittelalter. | 141 |

● LAND & LEUTE

| | |
|--|----|
| 3. Kühlungsborn. Geh ins Molli-Museum. | 16 |
| 8. Entdecke die alten Darßer Haustüren. | 23 |
| 9. Born, Wieck und Prerow. Hab Spaß beim Tonnenabschlagen. | 25 |
| 17. Bad Sülze. Erlebe die Krönung der Dahlienkönigin. | 37 |
| 22. Schwerin. Genieße die Atmosphäre beim Drachenbootfestival. | 45 |

| | |
|---|-----|
| 40. Usedom. Erlebe den Strandkorbsprint. | 72 |
| 43. Freest. Beobachte die Fischer im Hafen von Freest. | 76 |
| 57. Stralsund. Sei bei den Wallensteinstagen dabei. | 97 |
| 83. Bad Doberan. Mach mit beim Anbaden der Historischen Badegesellschaft. | 134 |
| 90. Sei bei der Zeesbootregatta dabei. | 144 |
| 96. Röbel. Erlebe das Speckreiten in Röbel. | 152 |

● FAMILIE

| | |
|---|-----|
| 10. Trinwillershagen. Erfahre Spannendes über Natursalze. | 27 |
| 19. Graal-Müritz. Triff Trolle, Hexen und Feen beim Fest der Moorgeister. | 40 |
| 54. Heringsdorf. Finde den Schatz beim Spielfest in Heringsdorf. | 93 |
| 75. Rostock. Erlebe, wie der Weihnachtsmann nach Rostock segelt. | 124 |
| 94. Gewinne beim Sandburgenwettbewerb. | 150 |

● ABENTEUER

| | |
|--|-----|
| 32. Rügen. Heirate in einem Rettungsturm. | 60 |
| 38. Finde einen Bernstein. | 69 |
| 52. Greifswald. Lerne die richtige Hangeltechnik für das Ryckhangeln. | 90 |
| 77. Rostock. Wirf einen Blick in die Weiten des Weltalls. | 127 |
| 87. Nienhagen. Grusel dich im Gespensterwald. | 139 |
| 99. Karow am See. Schaue in der Nossentiner Schwinzer Heide in die Sterne. | 156 |

● SPORT

| | |
|---|-----|
| 11. Darßer Ort. Wandere durch die Vorpommersche Bodden-landschaft. | 28 |
| 16. Klütz. Lerne den Klützer Winkel auf einer Radtour kennen. | 35 |
| 36. Karlshagen. Motiviere die Spieler beim größten Beachvolleyball-Turnier der Welt. | 66 |
| 46. Rieth. Beobachte Eissegler am Stettiner Haff. | 81 |
| 68. Plau am See. Fahre auf dem Elbe-Müritz-Radweg. | 113 |
| 72. Rostock. Erlebe die Faszination der Hanse Sail. | 119 |
| 89. Beobachte die Eissegler auf dem Bodden. | 143 |
| | |
| Bildverzeichnis..... | 160 |