

Inhalt

Der »Nahe Osten«: Strände, Seen und historische Städte	8
Reisen im Norden von Polen	10
Planungshilfe für Ihre Reise	13
Vorschläge für Rundreisen	17

Wissenswertes über Polens Norden

Steckbrief Polen	22
Natur und Umwelt	24
Wirtschaft und aktuelle Politik	30
Geschichte	35
Zeittafel	48
Gesellschaft und Alltagskultur	50
Kunst und Kultur	55

Wissenswertes für die Reise

Anreise und Verkehr	62
Übernachten	66
Essen und Trinken	68
Outdoor	72
Feste und Veranstaltungen	77
Reiseinfos von A bis Z	80

Unterwegs in Polens Norden

Kapitel 1 – Stettin und die Odermündung

Auf einen Blick: Stettin und die Odermündung	94
Stettin	96
Ein Blick zurück	96
Rundgang	97
Stettins Umgebung	108
Usedom und Wollin	110
Świnoujście	111
Aktiv: Radtour zum Haff	114

Międzyzdroje	116
Aktiv: Wandern im Wolliner Nationalpark	118
Wolliner Nationalpark	122
Wolin (Wollin)	122
Östlich der Insel Wollin	124
Kamień Pomorski	124
Von Dziwnów nach Mrzeżyno	125

Kapitel 2 – Mittlere Ostseeküste und Kaschubei

Auf einen Blick: Mittlere Ostseeküste und Kaschubei	132
Von Kołobrzeg nach Ustka	134
Kołobrzeg	134
Über Koszalin nach Ustka	141
Pommersche Seenplatte	149
Vom Slowinzischen Nationalpark nach Hel	151
Łeba	151
Slowinzischer Nationalpark	152
Aktiv: Wandern in der »Polnischen Sahara«	156
Krokowa	157
Żarnowiec und Dębki	159
Jastrzębia Góra	159
Halbinsel Hel	160
Puck	162
Kaschubische Schweiz	164
Wejherowo	164
Kartuzy	164
Ausflugsziele bei Kartuzy	167
Kościerzyna, Wdzydze und Bytów	168

Kapitel 3 – Von Danzig nach Toruń

Auf einen Blick: Von Danzig nach Toruń	172
Danzig	174
Ein Blick zurück	174
Rundgang	175
Aktiv: Die Westerplatte – mit dem Schiff und zu Fuß	186

Von Oliwa nach Gdynia	196
Oliwa	196
Sopot	198
Aktiv: Radtour von Sopot nach Danzig	202
Gdynia	204

Entlang der Weichsel	208
Malbork	208
Von Pelplin nach Bydgoszcz	215
Toruń	218

Kapitel 4 – Vom Frischen Haff nach Olsztyn

Auf einen Blick: Vom Frischen Haff nach Olsztyn	228
Elbląg und Frische Nehrung	230
Elbląg	230
Zwei Routen rund ums Haff	232
Über Morąg nach Gietrzwałd	240
Aktiv: Bootsfahrt auf dem Oberländischen Kanal	244
Ein Tag in Königsberg	246

Olsztyn	248
Ein Blick zurück	248
Rundgang	248

Vom Ermland ins Masurische	258
Ordensland	258
Lidzbark Warmiński	258
Über Święta Lipka nach Drogosze	260
Kętrzyn und die Wolfsschanze	263
Von Olsztynek nach Szczytno	265

Kapitel 5 – Naturparadies Masuren

Auf einen Blick: Naturparadies Masuren	270
Mrągowo und Umgebung	272
Mrągowo	272
Westlich von Mrągowo	274
Jędrzychowo	275
Östlich von Mrągowo	277

Mikołajki und die Johannisburger Heide	280
Mikołajki	280
Aktiv: Wanderung zum »Schwanensee« Łuknajno	282
Masurischer Landschaftspark	285
Aktiv: Paddeln Auf der Krutynia	286

Aktiv: Naturlehrpfade ab Krutyń	290
Zwischen den Großen Seen	295
Aktiv: Radtour im Masurischen Landschaftspark	296
Giżycko, Mamry-See und Suleyken	298
Giżycko	298
Rund um den Mamry-See	301
Goldap und Umgebung	306
Suche nach Suleyken	307

Kapitel 6 – Die Naturparks im Nordosten

Auf einen Blick: Die Naturparks im Nordosten	312
Suwałki und der Nationalpark Wigry	314
Suwałki	314
Einsiedlerkloster Wigry	315
Von Augustów zu den Biebrza-Sümpfen	317
Rund um Augustów	317
Aktiv: Floßfahrt auf dem »Polnischen Amazonas«	318
Nationalpark Biebrza	320
Aktiv: In den Biebrza-Sümpfen	322
Ausflug ins litauische Grenzland	324
Rund um Białystok	326
Białystok	326
Nationalpark Narew	331
Aktiv: Stocherkahn fahren	332
Multikulturelles Grenzland	333
Nationalpark Białowiecki	334
Aktiv: Ins Wisentreservat	336

Kapitel 7 – Warschau und Posen

Auf einen Blick: Warschau und Posen	340
Warschau und Umgebung	342
Rundgang	342
Auf jüdischen Spuren	355
Ausflugsziele	363
Posen und Umgebung	366
Ein Blick zurück	366
Rundgang	367
Rund um Posen	376
Lebuser Land	379
Nationalpark Warthemündung	380

Kulinarisches Lexikon	382
Sprachführer	384
Register	386
Abbildungsnachweis/Impressum	391