

# Inhalt

Šventoji	220
Kretinga	221

Vorwort	4
Exkursverzeichnis	9
Kartenverzeichnis	10
Die Länder im Überblick	12

## **1 Litauen** 14

### **Vilnius und der Südosten** 18

Die Hauptstadt	19
Umgebung von Vilnius	85
Trakai	88
Druskininkai	97
Dzūkija-Nationalpark	99

### **Kaunas und der Südwesten** 102

Kaunas	103
Kauno-Marios-Regionalpark	138
Nemunas-Schleifen-Regionalpark	142
Kedainiai	144
Marijampole	147
Von Kaunas durch das Nemunas-Tal	148
Jurbarkas	152
Von Kaunas nach Klaipeda auf der A1	153

### **Klaipėda und Ostseeküste** 154

Klaipeda	155
Umgebung von Klaipeda	179
Im Osten des Kurischen Haffs	179
Šilutė (Heydekrug)	185
Kurische Nehrung	187
Nida (Nidden)	199
Palanga (Polangen)	209

## **Im Norden und Osten** 224

Plunge	225
Žemaitija-Nationalpark	227
Telšiai	228
Šiauliai (Schaulen)	230
Berg der Kreuze	236
Panevežys	238
Biržai	240
Rokiškis	243
Im Land der Seen	244
Zarasai	244
Ignalina	245
Aukštaitija-Nationalpark	246

## **Lettland** 252

### **Riga und Umgebung** 256

Die Hauptstadt	256
Jūrmala	316
Kemerri-Nationalpark	325
Entlang der Daugava nach Osten	326

### **Vidzeme – der Norden** 330

Cēsis	332
Naturpark Līgatne	343
Herrenhaus Orellen, Ungurs-See	345
Nationalpark Gauja	346
Sigulda	347
Valmiera	359
Strenči	362
Valka	363
Mazsalaca	364
Limbaži	366

Die Ostküste der Rigaer Bucht	368	<b>Der Nordosten</b>	<b>534</b>
Alūksne	372		

<b>Kurzeme – der Westen</b>	<b>378</b>	Lahemaa-Nationalpark	537
		Rakvere	548
		Von Rakvere nach Osten	552
		Narva-Jõesuu	553
		Narva	554
		Von Narva zum Peipus-See	563

Liepāja	382		
Die Küste um Liepāja	393		
Pāvilosta	394		
Jūrkalne	395		
Kuldīga	396	<b>Im Zentrum Estlands</b>	<b>566</b>
Kandava	407		
Ventspils	408	Paide	568
Užava, Usma-See	417	Turi	572
Die Küste nördlich von Ventspils	418	Von Paide nach Norden	573
Slītere-Nationalpark	419	Pandivere-Hochland	576
Landspitze Kolkastrags	421	Endla-Moor	577
Die Küste von Kolka bis Roja	422	Palamuse	577
		Landschaftsschutzgebiet Vooremaa	578
		Põltsamaa	580

<b>Zemgale – der Süden</b>	<b>424</b>		
Jelgava	426		
Bauska	433		
Schloss Pilsrundāle	439		
Palast Mežotne	442		
Entlang der mittleren Daugava			
nach Daugavpils	443		

<b>Latgale – der Osten</b>	<b>450</b>		
Daugavpils	453		
Aglona	463		

<b>3 Estland</b>	<b>466</b>		
------------------	------------	--	--

<b>Tallinn und Umgebung</b>	<b>470</b>		
Die Hauptstadt	471		
Umgebung von Tallinn	526		

## Der Süden

584

Tartu	587
Alatskivi	612
Der Peipus-See	613
Rund um Põlva	620
Das Grenzgebiet zu Russland	621
Haanja-Naturpark	627
Rõuge	629
Võru	632
Karula-Nationalpark	636
Valga	636
Schloss Sangaste	638
Otepää	639
Elva	645
Viljandi	647
Am Westufer des Võrtsjarv (Wirz-Sees)	656
Südlich von Viljandi	657

## Westküste und Hinterland

660

Pärnu	663
Insel Kihnu	682
Soomaa-Nationalpark	684
Von Pärnu zur lettischen Grenze	689
Haapsalu	691
Lihula	707
Matsalu-Nationalpark	707
Rund um Virtsu	709
Halbinsel Noarootsi	710

## Die westlichen Inseln

712

Muhu	715
Saaremaa	721
Hiumaa	743
Vormsi	756

# 4

## Praktische Reisetipps A–Z

758

Anreise	760
Autofahren	769
Behinderte	772
Camping	773
Ein- und Ausreisebestimmungen	774
Einkaufen und Souvenirs	776
Elektrizität	780
Essen und Trinken	781
Fahrradfahren	790
Feste und Feiertage	794
Geld	798
Gesundheitsvorsorge	800
Hygiene	800
Informationsstellen	802
Internetzugang	804
Kleidung und Reisegepack	805
Mit Kindern unterwegs	806
Medien	807
Medizinische Versorgung	808
Notfälle	808
Öffnungszeiten	810
Post	810
Reisezeit	811
Sicherheit	813
Sport und Aktivitäten	813
Sprache und Verständigung	820
Telefonieren	822
Trinkgeld	825
Unterkunft	825
Verhaltenstipps	832
Verkehrsmittel	833
Versicherungen	840
Zeitverschiebung	841

# 5

## Land und Leute

842

Geografie	844
Umwelt- und Naturschutz	848
Flora und Fauna	853
Klima	862
Geschichte des Baltikums	863
Staat und Politik	879
Die Lander im Überblick	880
Wirtschaft	883
Bevölkerung	886
Traditionen und Brauche	896
Architektur	900

# 6

## Anhang

902

Literaturtipps	904
Register	913
Die Autoren	924