

- 12 | Die Farben Mecklenburgs: blau das Wasser, grün die Wälder und Wiesen
- 22 | Die Entstehung der Seenlandschaft – am Anfang war das Eis
- 26 | *Geopark Mecklenburgische Eiszeitlandschaft*
- 28 | Mecklenburgs artenreiche Tier- und Pflanzenwelt
- 35 | *Wölfe in Mecklenburg-Vorpommern*
- 38 | *Buchenurwälder*
- 40 | Am Schweriner Schloss – Hauptstadt mit Schloss am Wasser
- 46 | *Freilichtmuseum Schwerin-Mueß*
- 48 | Sternberger Seenland – Hügel, Seen und eine Slawenburg
- 54 | *Archäologisches Freilichtmuseum Groß Raden*
- 56 | Krakower Seenlandschaft und Güstrower Inselsee
- 63 | *Ernst Barlach*
- 64 | Nossentiner-Schwinzer Heide – im Herzen der Seenplatte
- 68 | *Porträt: „Kräuterfee“ Anke Bayler*
- 70 | Am Plauer See – vom Zauber großer Wasserflächen
- 76 | *Bärenwald Müritz*
- 78 | Mitten im Seenland – die Müritzregion
- 86 | *Das Müritzeum*
- 92 | Das wilde Herz der Region – der Müritz-Nationalpark
- 98 | *Kranichparadies Seenplatte*
- 100 | Mecklenburgische Schweiz und Kummerower See
- 110 | Große Namen: Künstler und Literaten
- 116 | *Porträt: Helmuth Freiherr von Maltzahn*
- 118 | Die Kleinseenplatte – stille Gewässer in herrschaftlichem Umfeld
- 124 | *Mecklenburger Alleen*
- 126 | Feldberger Seenlandschaft – wo die Eiszeit zum Greifen ist
- 132 | *Porträt: Der Naturschutzwart Fred Bollmann*
- 134 | Rund um den Tollensesee – Backsteintore und Burgen
- 140 | *Mythos Königin Luise*
- 142 | Kulinarisches Mecklenburg – von bodenständig bis ländlich fein
- 146 | Auf Wasserstraßen quer durchs beschauliche Seenland
- 150 | Natur und tiefblaue Seen: Tourismus im Mecklenburger Seenland
- 156 | *Heinrich Schliemann*
- 158 | Register
- 160 | Impressum/Bildnachweis