

- 37 *Per Hausboot ...*
... durch das Weichseldelta:
beschaulich-anschaulich.
- 53 *Wahre Schätze ...*
... auf dem Meeresgrund: Tau-
chen in der Danziger Bucht.
- 69 *Der Himmel voller Drachen*
Vor der Halbinsel Hela flattern
an guten Tagen Hunderte von
Drachen im Himmelsblau.
- 87 *Alles im grünen Bereich*
Einst verpönt, jetzt en vogue:
Golf in Polen.
- 111 *Schlemmerkreuzfahrt ...*
... durch Masuren: ein Genuss!

Titelthemen

- 106 **WELTSPRACHE ESPERANTO** *Ein Traum vom Frieden*
 111 **SCHLEMMER-KREUZFAHRT** *Genusstour durch Masuren*
 87 **IM GRÜNEN BEREICH** *Golf in Polen*

IMPRESSIONEN

- 8 *Ein- und Ausblicke auf eine Region, deren Vielfalt kaum zu beschreiben, wohl aber zu zeigen ist: Ob Kultur oder Natur, lebendige Historie oder quirlige Gegenwart, Strandleben oder Kunstgenuss – hier findet jeder Anregung und Zeitvertreib zuhauf.*

DANZIG

- 20 *Eine Stadt der Freiheit*
In der größten Stadt Nordpolens hat die Gewerkschaft Solidarność ihren Ursprung. Die nach dem Zweiten Weltkrieg beispielhaft wieder aufgebaute Altstadt empfängt alljährlich Millionen Besucher aus aller Welt.
- 32 DuMont Thema
Die Wiege der friedlichen Revolution
Ein Teller Suppe kann den Lauf der Weltgeschichte verändern. Jedenfalls wenn die Suppe kalt ist...
- 34 *Cityplan*
 35 *Infos*

ZOPPOT UND GDINGEN

- 38 *Polnische Sommerträume*
Zoppot mit seiner weithin bekannten Seebrücke gilt als die ungekrönte Sommerhauptstadt Polens. Ein Ausflug ins ruhigere Gdingen, die „weiße Stadt am Meer“, ist fast wie Urlaub im Urlaub.
- 46 DuMont Thema
Die Tränen der Götter
Die ältesten Perlen und Amulette aus Bernstein datieren aus der Steinzeit.
- 50 *Straßenkarte*
 51 *Infos*

KASCHUBIEN

- 54 *Paradies mit Sand, Bergen und Wäldern*
Gewaltige Wanderdünen erstrecken sich als grandiose Wüstenlandschaft zum Fischerort Leba an der Ostsee.

- 62 DuMont Thema

Ein ganz besonderes Wässerchen

Auch wenn sich die Russen gern als seine Erfinder bezeichnen – Wodka ist das polnische Nationalgetränk.

- 66 *Straßenkarte*
 67 *Infos*

ERMLAND, WESTMASUREN

- 70 *Im Land der Deutschritter*
Die gewaltige Marienburg war einst die Machtzentrale des Deutschen Ordens. Überall in dieser Region zeigt sich bis heute sein beeindruckendes Erbe.
- 82 DuMont Thema
Auf der schiefen Ebene
Schiffsfahrten kann man überall auf der Welt erleben, Fahrten auf Schienen auch. Aber Schiffe, die auf Schienen fahren, gibt es nur in Polen.
- 84 *Straßenkarte*
 85 *Infos*

MASUREN, PODLASIE

- 88 *Europas grüne Lunge*
Masuren hat viele wohlklingende Namen. „Grüne Lunge Europas“ und „Land der tausend Seen“ sind nur zwei davon. Kulturelle Vielfalt und der natürliche Reichtum machen Polens fernen Osten rund um Białystok interessant.
- 106 DuMont Thema
Dr. Esperanto und sein Traum vom Frieden
Es ist kein Zufall, dass der Arzt Ludwik Zamenhof gerade hier auf die Idee kam, eine Weltsprache zu erfinden.
- 108 *Straßenkarte*
 109 *Infos*

ANHANG

- 112 *Service – Daten und Fakten*
 117 *Register*
 117 *Impressum*
 118 *Lieferbare Ausgaben*

Die bedeutendsten Sehenswürdigkeiten der Region und Erlebnisse, die Sie keinesfalls versäumen dürfen, haben wir auf dieser Seite für Sie zusammengestellt. Auf den Infoseiten ist das jeweilige Highlight als

►TOPZIEL gekennzeichnet.

ERLEBEN

1 **Der Lange Markt in Danzig**
Auf dem – mit dem Rechtstädtischen Rathaus, dem Neptunbrunnen und dem Grünen Tor – schönsten Platz Polens gibt es immer viel zu sehen.
Seite 35

2 **„Dar Pomorza“ in Gdingen**
Im Jachthafen von Gdingen liegt das Segelschulschiff „Dar Pomorza“, ein Dreimastvollschiff, das 1929 mit Spendengeldern gekauft werden konnte.
Seite 51

NATUR

3 **Wanderdünen bei Leba**
Die „polnische Sahara“ ist Teil des von der UNESCO zum Biosphärenreservat ernannten Slowinzischen Nationalparks.
Seite 67

4 **Störche in Żywkowo**
Das an der russischen Grenze gelegene Dorf ist bekannt für seine Störche.
Seite 85

5 **UNESCO-Welterbe Białowieża**
In dem Nationalpark findet man die „Könige des Urwalds“: Wisente.
Seite 111

KULTUR

6 **Seebrücke Zoppot**
Die mit stattlichen 511,5 Metern längste hölzerne Seebrücke Europas erhielt ihre heutige Form und Länge bereits im Jahr 1927.
Seite 52

7 **Freilichtmuseum Sanddorf**
Wer das ursprüngliche Kaschubien mit seinen strohgedeckten Fachwerkhäusern sucht, ist hier richtig.
Seite 68

8 **UNESCO-Welterbe Marienburg**
Die ab dem späten 13. Jh. erbaute Anlage gilt als das größte gotische Schloss der Welt.
Seite 86

9 **Wallfahrtskirche Heiligelinde**
Das Gotteshaus zählt zu den schönsten Barockbauten Nordpolens.
Seite 110

10 **Kruszyniany und Bohoniki**
In den abgelegenen Dörfern siedelten sich im 17. Jh. Tatarenfamilien an.
Seite 111