

# Inhalt

Vorwort 11  
Nachgezählt 12

## Schleswig-Holstein 16

- 1 Aukrug 18
- 2 Holsteinische Schweiz 20
- 3 Hüttener Berge 22
- 4 Lauenburgische Seen 24
- 5 Schlei 26
- 6 Nationalpark Schleswig-Holsteinisches Wattenmeer 28
- 7 Westensee – Obere Eider 30

## Mecklenburg-Vorpommern 32

- 8 Am Stettiner Haff 34
- 9 Feldberger Seenlandschaft 36
- 10 Flusslandschaft Peenetal 38
- 11 Insel Usedom 40
- 12 Nationalpark Jasmund 42
- 13 Mecklenburgische Schweiz und Kummerower See 44
- 14 Nationalpark Müritz 46
- 15 Nossentiner/Schwinzer Heide 48
- 16 Sternberger Seenland 50
- 17 Nationalpark Vorpommersche Boddenlandschaft 54

## Brandenburg 56

- 18 Barnim 58
- 19 Dahme-Heideseen 60
- 20 Hoher Fläming 62
- 21 Märkische Schweiz 64
- 22 Niederlausitzer Heideland 66
- 23 Niederlausitzer Landrücken 68
- 24 Nuthe-Nieplitz 70
- 25 Schlaubetal 72
- 26 Stechlin-Ruppiner Land 74
- 27 Uckermarkische Seen 76
- 28 Nationalpark Unteres Odertal 78
- 29 Westhavelland 80

## Sachsen-Anhalt 82

- 30 Drömling 84
- 31 Fläming 86
- 32 Nationalpark Harz 88
- 33 Harz 90
- 34 Saale-Unstrut-Triasland 92
- 35 Unteres Saaletal 94

## Niedersachsen 98

- 36 Bourtanger Moor-Bargerveen 100
- 37 Dümmer 102
- 38 Elbhöhen-Wendland 104

- 39 Elm-Lappwald 106
- 40 Nationalpark Hamburgisches Wattenmeer 108
- 41 Lüneburger Heide 110
- 42 Münden 112
- 43 Nationalpark Niedersächsisches Wattenmeer 114
- 44 Solling-Vogler im Weserbergland 116
- 45 Steinhuder Meer 118
- 46 Südheide 120
- 47 TERRA.vita 122
- 48 Weserbergland 124
- 49 Wildeshauser Geest 126

## Nordrhein-Westfalen 128

- 50 Arnsberger Wald 130
- 51 Bergisches Land 132
- 52 Nationalpark Eifel 134
- 53 Hohes Venn-Eifel 136
- 54 Ebbegebirge 138
- 55 Hohe Mark – Westmünsterland 140
- 56 Homert 142
- 57 Rheinland 144
- 58 Rothaargebirge 146
- 59 Schwalm-Nette 148
- 60 Siebengebirge 150
- 61 Teutoburger Wald/Eggegebirge 152

## Hessen 154

- 62 Bergstraße-Odenwald 156
- 63 Diemelsee 158
- 64 Habichtswald 160
- 65 Hessische Rhön 162
- 66 Hessischer Spessart 164
- 67 Hoher Vogelsberg 166
- 68 Nationalpark Kellerwald-Edersee 168
- 69 Kellerwald-Edersee 170
- 70 Lahn-Dill-Bergland 172
- 71 Meißner-Kaufunger Wald 174
- 72 Rhein-Taunus 176
- 73 Taunus 178

## Thüringen 180

- 74 Eichsfeld-Hainich-Werratal 182
- 75 Nationalpark Hainich 184
- 76 Kyffhäuser 186
- 77 Südharz 188
- 78 Thüringer Schiefergebirge/Obere Saale 190
- 79 Thüringer Wald 192

## Sachsen 196

- 80 Dübener Heide 198
- 81 Erzgebirge/Vogtland 200

- 82 Nationalpark Sächsische Schweiz 202
- 83 Zittauer Gebirge 204

## Rheinland-Pfalz und Saarland 206

- 84 Nassau 208
- 85 Pfälzerwald 210
- 86 Rhein-Westerwald 212
- 87 Saar-Hunsrück 214
- 88 Soonwald-Nahe 216
- 89 Südeifel 218
- 90 Vulkaneifel 220

## Baden Württemberg 224

- 91 Neckartal-Odenwald 226
- 92 Obere Donau 228
- 93 Schönbuch 230
- 94 Schwäbisch-Fränkischer Wald 232
- 95 Nationalpark Schwarzwald 234
- 96 Schwarzwald Mitte/Nord 236
- 97 Stromberg-Heuchelberg 238
- 98 Südschwarzwald 240

## Bayern 244

- 99 Altmühltal 246
- 100 Augsburg – Westliche Wälder 248
- 101 Bayerische Rhön 250
- 102 Nationalpark Bayerischer Wald 252
- 103 Bayerischer Wald 254
- 104 Nationalpark Berchtesgaden 256
- 105 Fichtelgebirge 260
- 106 Frankenhöhe 262
- 107 Frankenwald 264
- 108 Fränkische Schweiz – Veldensteiner Forst 266
- 109 Haßberge 268
- 110 Hirschwald 270
- 111 Nagelfluhkette 272
- 112 Nördlicher Oberpfälzer Wald 274
- 113 Oberer Bayerischer Wald 276
- 114 Oberpfälzer Wald 278
- 115 Spessart 280
- 116 Steigerwald 282
- 117 Steinwald 284

## Schon gewusst?

Unsere Natur- und Nationalparks 14  
Wolf, Luchs und Co. 54  
Nirgendwo lila Kühe 96  
Moore, Grünland und kurze Wege 194  
Gesund ohne Rezept 222  
Naturschutz mit Messer & Gabel 242

Bildnachweis 286  
Impressum 288