

Wissenswertes über das Baltikum

Drei junge Republiken an der Ostsee	10
Natur und Umwelt	13
Wirtschaft	18
Geschichte	24
Zeittafel	36
Gesellschaft und Alltagskultur	38
Architektur und Kunst	48
Essen und Trinken	59
Kulinarisches Lexikon	64

Wissenswertes für die Reise

Informationsquellen	70
Reise- und Routenplanung	76
Anreise und Verkehr	82
Unterkunft	87
Sport und Aktivurlaub	90
Einkaufen	94
Ausgehen	95
Gut zu wissen	96
Reisekasse und -budget	97
Reisezeit und -ausrüstung	98
Gesundheit und Sicherheit	100
Kommunikation	101
Sprachführer	102

Unterwegs im Baltikum

Kapitel 1 Litauen

Land zwischen Dünen und Wäldern	110
Steckbrief Litauen	112
Auf einen Blick: Litauen	114
Vilnius	116
Aktiv unterwegs: Spaziergang zu noch unentdeckten barocken Kirchen	133

Aukštaitija	138
Trakai	138
Kernavė	140
Kaunas	140
Aktiv unterwegs: Wanderung durch das Freilichtmuseum	
Rumšiškės	152
Umgebung von Kaunas	155
Kėdainiai	156
Anykščiai und Umgebung	158
Aukštaitija-Nationalpark	159
Aktiv unterwegs: Bootsfahrt im Aukštaitija-Nationalpark	
Biržai und Umgebung	164
Stelmužė	168
Von Kaunas am Nemunas entlang nach Jurbarkas	168
Dzūkija und Suvalkija	171
Druskininkai	171
Grūtas-Park	174
Marijampolė und Umgebung	175
Von Varėna nach Birštonas	175
Aktiv unterwegs: Wanderung durch den Dzūkija-Nationalpark	
Kurische Nehrung und Kleinlitauen	182
Kurische Nehrung	182
Eine Fahrt auf der Nehrung	184
Nida	188
Aktiv unterwegs: Radtour von Klaipėda	
Über die Nehrung	195
Klaipėda	197
Nemunasdelta in Kleinlitauen (Memelland)	203
Žemaitija	207
Palanga	207
Von Palanga nach Šiauliai	211
Šiauliai	215
Berg der Kreuze	216
Kloster Tytuvėnai	218

Kapitel 2 Lettland

Im Land der Lieder	222
Steckbrief Lettland	224

Auf einen Blick: Lettland	226
Riga	228
Aktiv unterwegs: Bummel über den Zentralmarkt von Riga	246
Holocaust-Gedenkstätten	249
Jūrmala und Umgebung	256
Jūrmala	256
Ķemeri und Umgebung	261
Aktiv unterwegs: Fahrradtour durch Jūrmala	262
Kurzeme	264
Am Westufer der Rigaer Bucht	264
Aktiv unterwegs: Fahrradtour am Kap Kolka	266
Nationalpark Slitere	267
Tukums und Umgebung	269
Talsi und Umgebung	270
Westlich von Talsi	273
Naturpark Urstromtal Abava	273
Kuldīga	277
Südwestlich von Kuldīga	279
Liepāja	280
Südlich von Liepāja	285
Von Liepāja nach Ventspils	287
Ventspils	289
Zum Kap Kolka	293
Zemgale	296
Bauska	296
Schloss Rundāle	299
Aktiv unterwegs: Spaziergang durch den Naturpark Tērvete	300
Jelgava	301
Latgale	305
Entlang der Daugava nach Jēkabpils	305
Von Jēkabpils nach Rēzekne	309
Von Rēzekne nach Daugavpils	313
Aglona	315
Daugavpils	319
Vidzeme	322
Am Ostufer der Rigaer Bucht	322
Nach Mazsalaca	325
Gauja-Nationalpark	327
Aktiv unterwegs: Kanufahrt auf der Gauja	334
Durch Ostvidzeme nach Alūksne	339

Kapitel 3 Estland

Ein Hauch von Skandinavien	346
Steckbrief Estland	348
Auf einen Blick: Estland	350
Tallinn	352
Aktiv unterwegs: Durch Tallinns dunkle Gassen	358
Vororte	371
Aktiv unterwegs: Spaziergang durch Kadriorg	372
Umgebung von Tallinn	378
Inseln der Tallinner Bucht	378
Östlich von Tallinn	379
Aktiv unterwegs: Mit dem Kajak zur Insel Pedassaar	380
Westlich von Tallinn	381
Nordestland	384
Narva	384
Narva-Jõesuu	386
Von Narva nach Rakvere	386
Rakvere	391
Südlich und südwestlich von Rakvere	394
Paide	395
Aktiv unterwegs: Die Gutshöfe von Järvamaa	396
Türi · Lahemaa-Nationalpark	397
Gutshäuser im Lahemaa-Nationalpark	399
Dörfer im Lahemaa-Nationalpark	402
Aktiv unterwegs: Wanderung um die Halbinsel Käsmu	405
Südestland	406
Tartu	406
Nördlich von Tartu	415
Von Tartu nach Vasknarva	416
Insel Pärnumaa	418
Südwestlich von Tartu	419
Otepää	420
Aktiv unterwegs: Mit dem Fahrrad um den Püha-See	422
Umgebung von Otepää	423
Von Valga nach Vana-Västseliina	424
Urstromtal der Piusa	429
Viljandi	430
Umgebung von Viljandi	433
Aktiv unterwegs: Unterwegs im Soomaa-Nationalpark	436

Westestland	438
Pärnu	438
Umgebung von Pärnu	442
Am Pärnu entlang	443
Von Pärnu zur lettischen Grenze	445
Haapsalu	446
Umgebung von Haapsalu	450
Saaremaa und Hiiumaa	453
Saaremaa	453
Aktiv unterwegs: Zu Fuß auf die Insel Vilsandi	457
Muhu	458
Rundfahrt auf Hiiumaa	460
Register	466
Abbildungsnachweis/Impressum	472

Alle Themen auf einen Blick

Das baltische Gold	14
Lichtblicke im Umweltschutz	17
Deutsche in Lettland	30
Die Singende Revolution	32
Russen im Baltikum – Leben mit den einstigen Besatzern	40
Baltische Mittsomernacht	45
Bücherschmuggel im Litauen des 19. Jh.	51
Mehr als nur Volkslieder: die lettischen Dainas	54
Von der Legende zur Geschichte	120
Jüdische Geschichte in Litauen und Lettland	128
M. K. Čiurlionis – Komponist und Maler	150
Thomas Mann und die Künstlerkolonie in Nidden	190
Haff-Fischerei und Kurenkahnwimpel	192
Jugendstilbauten in Riga	240
Das Volk der Liven	295
Die Altgläubigen	311
Namen und Legenden einer alten Stadt	362
Estnische Gutshöfe	398
Das Nationalepos der Esten: Kalevipoeg	431
Setomaa	432
Die Kirche von Karja	459
Rätselhafte Steine	462

Alle Karten auf einen Blick

Litauen, Überblick	115
Vilnius: Cityplan	119
Kaunas: Cityplan	142
Freilichtmuseum Rumšiškės: Wanderkarte	152
Aukštaitija	165
Von Kaunas am Nemunas entlang nach Jurbarkas	169
Druskininkai: Cityplan	173
Dzūkija-Nationalpark: Wanderkarte	176
Von Varėna nach Birštonas	179
Kurische Nehrung	184
Nida: Cityplan	189
Klaipėda: Cityplan	199
Von Paianga nach Šiauliai	213
Lettland, Überblick	227
Riga – Altstadt: Cityplan	230
Riga – Neustadt: Cityplan	239
Jūrmala: Cityplan	258
Jūrmala: Radkarte	262
Kap Kolka: Radkarte	266
Liepāja: Cityplan	281
Ventspils: Cityplan	290
Schlösser in Zemgale	297
Von Rēzekne nach Daugavpils	312
Daugavpils: Cityplan	320
Gauja-Nationalpark	326
Sigulda: Cityplan	329
Gauja: Wasserwanderkarte	334
Cēsis: Cityplan	336
Estland, Überblick	351
Tallinn: Cityplan	354
Umgebung von Tallinn	382
Von Narva nach Rakvere	390
Die Gutshöfe von Järvamaa	396
Lahemaa-Nationalpark	402
Tartu: Cityplan	410
Nördlich und östlich von Tartu	414
Nach Vana-Västseliina	424
Soomaa-Nationalpark: Wanderkarte	436
Pärnu: Cityplan	440
Haapsalu: Cityplan	446
Insel Vilsandi: Wanderkarte	457