

6 **Vorwort**

Stephan Richter



8 **Die Elbmarschen: Im Rhythmus der Gezeiten**

Susanne Mayer-Peters

28 **Wer nach Dithmarschen will, muss übers Wasser**

Frank Trende

46 **Nordfrieslands Grün**

Jochen Missfeldt

70 **Von Flensburg bis Kiel: Von Fördern, Feldern, Fähren**

Andrea Paluch

90 **Die Wiege der wichtigen Wege: Schleswig-Holsteins Mitte**

Frank Jung

102 **Die Holsteinische Schweiz: Seen, Knicks und Herrenhäuser**

Konrad Dittrich

112 **„Stolz auf sein Meer“: Von Lübeck bis Fehmarn**

Karin Lubowski

128 **Herzogtum Lauenburg und Stormarn: Sanfte Hügel unter heiterem Himmel**

Myriam Witt

142 **Ortsregister**

143 **Autoren**

144 **Impressum**