

## HINTERGRUND

- 12 Tradition und Zukunft**
- 16 Fakten**
- 17 Natur**
- 21 Bevölkerung · Politik · Wirtschaft**
- 30 Geschichte**
- 31 Vor- und Frühgeschichte**
- 31 Herrschaft der Piasten (963 – 1385)**
- 33 Herrschaft der Jagiellonen (1386 – 1648)**
- 34 *Special: Der Deutsche Orden***
- 38 Zeit der Teilungen Polens (1648 – 1918)**
- 40 *Special: Die Teilungen Polens***
- 43 Zwischen den Weltkriegen (1918 – 1945)**
- 45 Nach dem Zweiten Weltkrieg**
- 48 Kunst und Kultur**
- 49 Architekturgeschichte**
- 52 Kunstgeschichte**
- 54 Musik**
- 56 Literatur**
- 58 *Special: Literaturstadt Danzig***
- 60 Berühmte Persönlichkeiten**

## PRAKTISCHE INFORMATIONEN

- 68 Anreise · Reiseplanung**
- 72 Auskunft**
- 73 *Mit Behinderung unterwegs***
- 73 Elektrizität**
- 73 Essen und Trinken**
- 76 Feiertage, Feste und Events**
- 78 Geld**
- 79 Gesundheit**
- 79 Mit Kindern unterwegs**
- 80 Knigge**
- 80 Literaturempfehlungen**
- 82 Medien**
- 83 Notdienste**
- 83 Post · Telekommunikation**
- 84 Preise · Vergünstigungen**
- 85 Reisezeit**
- 88 Shopping**
- 89 Sprache**
- 97 Übernachten**
- 100 Urlaub aktiv**
- 105 Verkehr**
- 106 Wellness · Kuren**
- 107 Zeit**

## TOUREN

- 112 Unterwegs im Norden Polens
- 113 Tour 1: Strände ohne Ende
- 115 Tour 2: Mit dem Rad entlang der  
Danziger Bucht
- 117 Tour 3: Durch das Land der  
tausend Seen
- 119 Tour 4: Unbekannter Nordosten
- 121 Tour 5: Paddeltour auf der  
Kruytnia
- 158 *Special: Danzig und die  
»Solidarität«*
- 170 *3 D: Krantor*
- 181 Gdynia · Gdingen
- 185 Giżycko · Lötzen
- 190 Goldap
- 191 Kamień Pomorski · Cammin
- 194 Kętrzyn · Rastenburg
- 200 Kołobrzeg · Kolberg
- 202 *Special: »Kolberg«*
- 205 Koszalin · Köslin
- 208 Krynica Morska · Kahlberg
- 210 *Special: Das Gold der Ostsee*
- 212 Łeba · Leba
- 216 Lidzbark Warmiński · Heilsberg
- 219 Łomża
- 222 Malbork · Marienburg
- 224 *3 D: Hochmeisterpalast*
- 228 Międzyzdroje · Misdroy

## REISEZIELE VON A BIS Z

- 126 Augustów
- 129 Białystok
- 137 Bielsk Podlaski
- 139 Chojnice · Konitz
- 141 Darłowo · Rügenwalde
- 144 Drawieński Park Narodowy  
Drawa-Nationalpark
- 146 Elbląg · Elbing
- 150 Elk · Lyck
- 153 Frombork · Frauenburg
- 157 Gdańsk · Danzig

## Preiskategorien

### Hotels

Luxus: ab 400 zł (ca. 100 €)  
Komfortabel: 240–400 zł (60–100 €)  
Günstig: bis 240 zł (bis 60 €)  
Für eine Übernachtung  
im Doppelzimmer

### Restaurants

Fein & teuer: ab 100 zł (ca. 25 €)  
Erschwinglich: 50–100 zł (12,50–25 €)  
Preiswert: bis 50 zł (ca. 12,50 €)  
Für ein Menü mit Vor-, Haupt- und  
Nachspeise (ohne Getränke)

<b>231</b>	Mierzeja Helska · Halbinsel Hel
<b>234</b>	Mikołajki · Nikolaiken
<b>240</b>	Morąg · Mohrungen
<b>243</b>	Mrągowo · Sensburg
<b>246</b>	Myślibórz · Soldin
<b>249</b>	Olsztyn · Allenstein
<b>257</b>	Ostróda · Osterode
<b>258</b>	<i>Special: Mit dem Schiff über Land</i>
<b>262</b>	Pojezierze Mazurskie · Masurische Seenplatte
<b>264</b>	Pojezierze Pomorskie · Pommersche Seenplatte
<b>268</b>	Puck · Putzig
<b>270</b>	Puszcza Białowieża Urwald von Białowieża
<b>273</b>	Słupsk · Stolp
<b>277</b>	Sopot · Zoppot
<b>281</b>	Stargard Szczeciński · Stargard
<b>284</b>	Suwałki
<b>288</b>	<i>Special: Multikulturelles Podlachien</i>

<b>290</b>	Święta Góra Grabarka · Heiliger Berg Grabarka
<b>294</b>	Świnoujście · Swinemünde
<b>297</b>	Szczecin · Stettin
<b>307</b>	Szwajcaria Kaszubska · Kaschubische Schweiz
<b>308</b>	<i>Special: Die Kaschuben</i>
<b>313</b>	Tczew · Dirschau
<b>314</b>	<i>3 D: Kathedrale von Pelplin</i>
<b>317</b>	Tykocin
<b>320</b>	Warszawa · Warschau
<b>330</b>	Register
<b>335</b>	Verzeichnis der Karten und grafischen Darstellungen
<b>336</b>	Bildnachweis
<b>337</b>	Impressum
<b>337</b>	atmosfair