

☐ Intro

Polen Impressionen 6

Vielfältiges Land im Herzen Europas

Geschichte, Kunst und Kultur im Überblick 12

Könige und Kaufleute, Kreuzritter und
Kriegsherren prägten Polen

☐ Unterwegs

Warschau und Ostpolen – städtische Pracht und stille Auwälder 18

- 1** Warszawa/Warschau 18
 - Brücken zur Vergangenheit 20
 - Nowe Miasto/Neustadt 21
 - Stare Miasto/Altstadt 22
 - Trakt Królewski/Königsweg 23
 - Auf dem Königsweg
stadtauswärts 27
 - Wilanów, das ›polnische
Versailles‹ 28

- 2** Kazimierz Dolny 31

- 3** Lublin 33
 - Majdanek 35

- 4** Zamość 36

- 5** Puszcza Białowieska 39

Krakau und Südpolen – Handels- städtchen, Hochgebirge und Polens heimliche Hauptstadt 40

- 6** Kraków/Krakau 40
 - Rund um den Rynek 42
 - Trakt Królewski/Königsweg 45
 - Wawel 45
 - Kazimierz 47

- 7** Oświęcim/Auschwitz 51

- 8** Kalwaria Zebrzydowska 52

- 9** Zakopane 52
 - Tatrzński Park Narodowy 54
 - Podhale 55

- 10** Sandomierz 56
 - Baranów Sandomierski 57

**Breslau und der Südwesten –
Natur- und Architekturschätze
zu Füßen der Sudeten** 58

- 11** Wrocław/Breslau 59
 - Inseln in der Oder 62
 - Jenseits der Altstadt 63
 - Trzebnica/Trebnitz 64
- 12** Opole/Oppeln 66
- 13** Częstochowa/Tschenstochau 68
- 14** Jelenia Góra/Hirschberg 70
 - Kotlina Jeleniogórska/Hirschberger Tal 72
- 15** Karpacz/Krummhübel 73
 - Śnieżka/Schneekoppe 75

**Posen und Zentralpolen –
Deutschherren und Bischöfe** 76

- 16** Poznań/Posen 76
- 17** Gniezno/Gnesen 80
- 18** Toruń/Thorn 82
 - Chełmno/Kulm 84
- 19** Łódź/Lodz 86

**Stettin und die Ostseeküste –
Sandstrände und Kurbäder** 92

- 20** Szczecin/Stettin 93
- 21** Świnoujście/Swinemünde 97
 - Insel Wolin/Wollin 99
- 22** Kamień Pomorski/Cammin 100
- 23** Kołobrzeg/Kolberg 101
 - Pojezierze Pomorskie/Pommersche Seenplatte 103
- 24** Darłowo/Rügenwalde 103
- 25** Słowiński Park Narodowy 104

**Danzig und Masuren –
herrschaftliche Ritterburgen und
nostalgische Ostseebäder** 106

- 26** Gdańsk/Danzig 106
 - Stare Miasto/Altstadt 109
 - Główne Miasto/Rechtstadt 109
 - Um den Długi Targ 112
 - Westerplatte 115
- 27** Sopot/Zoppot 117
- 28** Hel/Hela 119

- 29** Malbork/Marienburg 120
- 30** Elbląg/Elbing 123
- 31** Olsztyn/Allenstein 124
- 32** Kętrzyn/Rastenburg 125
 - Święta Lipka/Heiligelinde 125
 - Gierłoż/Görlitz 126
- 33** Giżycko/Lötzen 126

Polen Kaleidoskop

- Widerstand in Warschau 20
- Virtuose am Klavier 26
- Ein Universum aus Salz 50
- Evangelisches Weltkulturerbe 71
- Von Gipfelhöhen und Berggeistern 74
- Legendäre Reichsgründung 82
- Kreuzritter in Polen 87
- Die Sehnsucht nach Arkadien 91
- Vom Werftarbeiter zum Staatspräsidenten 108
- Von Küsten- und Waldkaschuben 118
- Baltisches Gold 120
- Polnische Schmankerl 132

Karten und Pläne

- Polen Süd
 - vordere Umschlagklappe
- Polen Nord und Warszawa/Warschau
 - hintere Umschlagklappe
- Kraków/Krakau 44
- Wrocław/Breslau 64/65
- Poznań/Posen 78
- Toruń/Thorn 84
- Łódź/Lodz 88
- Szczecin/Stettin 94
- Gdańsk/Danzig 114

☐ Service

Polen aktuell A bis Z **129**

Vor Reiseantritt 129
Allgemeine Informationen 129
Service und Notruf 130
Anreise 131
Bank, Post, Telefon 131
Einkaufen 132
Essen und Trinken 132
Feiertage 133
Festivals und Events 133
Kuren 134
Sport 134
Klima und Reisezeit 135
Statistik 135
Unterkunft 135
Verkehrsmittel im Land 136

Sprachführer **137**

Polnisch für die Reise

Register **141**

Impressum 143
Bildnachweis 143