

Vorwort	11
Hinweise zur Benutzung	12
Zeichenlegende	12
Das Wichtigste in Kürze	13
Tipps für Kreuzfahrtreisende	14
Routentipps für Individualreisende	18

LÄNDER UND LEUTE 22

Die Ostsee als Naturraum	24
Geographische Gliederung	24
Entstehung der Ostsee	26
Labiles Ökosystem	28
Die Tierwelt	30
 Geschichte der Ostseeregion	32
Die Wikinger	32
Dänisches Ostseereich, Deutscher Orden und Hanse	33
Reformation und Dreißigjähriger Krieg	36
Vom Aufstieg Russlands bis zur Revolution	38
Machtkampf in Europa	39
Die Ostsee zur Zeit der Weltkriege	39
Kalter Krieg und Zerfall der politischen Blöcke	40
Politische und wirtschaftliche Zusammenarbeit	41
 Ländersteckbrief Polen	44
Ländersteckbrief Russische Föderation	46
Ländersteckbrief Litauen	48
Ländersteckbrief Lettland	50
Ländersteckbrief Estland	52
Ländersteckbrief Finnland	54
Ländersteckbrief Schweden	56
Ländersteckbrief Dänemark	58
Ländersteckbrief Norwegen	60
 KIEL	62
Stadtgeschichte	64

Stadtrundgang	68
Kiel-Informationen	72
Holtenau	76
Laboe	77
Freilichtmuseum Molfsee	77
LÜBECK	78
Stadtgeschichte	80
Stadtrundgang	83
Lübeck-Informationen	91
Travemünde	94
ROSTOCK	98
Stadtgeschichte	100
Die westliche Altstadt	103
Die östliche Altstadt	106
Rostock-Informationen	108
Warnemünde	112
GDAŃSK	116
Stadtgeschichte	119
Stadtrundgang	123
Gdańsk-Informationen	127
Westerplatte	132
Stutthof	132
Sopot	132
Gdynia	138
KALININGRAD	142
Stadtgeschichte	144

Dominsel, Fischmarkt und Friedländer Tor	148
Hafen, Bernsteinmuseum, Siegesplatz und Zoo	151
Kaliningrad-Informationen	155
Seebäder	159
Kurische Nehrung	160
 KLAIPÉDA	164
Stadtgeschichte	166
Altstadt	170
Nördlich der Dané	173
Alter Hafen und Smiltyné	175
Klaipéda-Informationen	177
Nida auf der Kurischen Nehrung	180
Palanga	181
 RĪGA	182
Stadtgeschichte	184
Stadtrundgang	188
Riga-Informationen	198
Jūrmala	204
Gauja-Nationalpark	205
 TALLINN	206
Stadtgeschichte	208
Stadtrundgang	213
Tallinn-Informationen	223
Pirita	228
Kadriorg	229
Rocca al mare	229

ST. PETERSBURG

Stadtgeschichte	232
Nevskij-Prospekt	237
Heumarktviertel	242
Der südliche Nevskij-Prospekt	243

St.-Petersburg-Informationen

Carskoe Selo	250
Peterhof	250

HELSINKI

Stadtgeschichte	254
Stadtrundgang	261

Helsinki-Informationen

Kaivopuisto	273
Suomenlinna	273
Seurasaari	275

STOCKHOLM

Stadtgeschichte	278
Altstadt	281
Helgelandsholmen	285
Blasieholmen, Skeppsholmen, Kastellholmen	285
Djurgården	286

Stockholm-Informationen

Skulpturenpark Millesgården	296
Waldfriedhof Skogskyrkogården	296
Schloss Drottningholm	297

VISBY AUF GOTLAND

Geschichte	300
Stadtrundgang	302

Visby-Informationen	309
Gotlandbahn	314
Freizeitpark Kneippbyn	314
RØNNE AUF BORNHOLM	316
Geschichte	318
Stadtrundgang	322
Rønne-Informationen	327
Allinge-Sandvig	329
Hasle, Rundkirchen	329
Gudhjem	330
Nexø	331
KOPENHAGEN	332
Stadtgeschichte	334
Stadtrundgang	340
Kopenhagen-Informationen	350
Humlebæk	356
Frederiksborg	356
Roskilde	356
Malmö	356
Bornholm	357
OSLO	358
Stadtgeschichte	360
Das königliche Zentrum	363
Aker Brygge und Tjuvholmen	368
Grünerløkka	369
Grønland/Tøyen	369
Oslo-Informationen	371
Skulpturenpark Ekebergparken	377
Skulpturenpark Vigelandsparken	377
Halbinsel Bygdøy	378
Skischanze Holmenkollen	379

REISETIPPS VON A BIS Z 380

Fähren	380
Reiseveranstalter	381
Polen-Reisetipps von A bis Z	383
Russland-Reisetipps von A bis Z	385
Litauen-Reisetipps von A bis Z	389
Lettland-Reisetipps von A bis Z	392
Estland-Reisetipps von A bis Z	395
Finnland-Reisetipps von A bis Z	398
Schweden-Reisetipps von A bis Z	401
Dänemark-Reisetipps von A bis Z	404
Norwegen-Reisetipps von A bis Z	407
Sprachführer	409
Die Ostseestädte im Internet	420
Literaturtipps	422
Über die Autoren/Danksagung	424
Register	425
Bildnachweis	436
Kartenlegende und -register	444

EXTRA

Minikreuzfahrt – ein Hauch von	
Traumschiff	20
Im Zeichen des Kreuzes	35
Wasserstraße der Weltschifffahrt –	
der Nord-Ostsee-Kanal	66
Der Stein der Hanse	85
Der Strandkorb	102
Solidarität!	121
Bernstein	162
Der Küstenradweg	169
Stadt des Jugendstils	193
Kalamaja, Tallinns Szeneviertel	219
Am Griboedov-Kanal –	
auf Dostoevskijs Spuren	244
Rauch und Birkenpeitschen –	
finnische Saunakultur	259
Thank you for the Music	289
Hey, Pippi Langstrumpf!	315
Stadtentwicklung mit Augenmaß	339
Generation Weltschmerz	370