

Karten .....	10
1 Eine Flaniermeile mit maritimem Flair ...	11
<i>Hauptkanal mit Museumsschiff Friederike in Papenburg</i> ...	15
2 Ein Areal zum Aufblühen ...	16
<i>Stadtpark in Papenburg</i> ..... 17	
3 Vom Schiffbau zur Liveshow ...	18
<i>Kulturzentrum »Forum Alte Werft« in Papenburg</i> ..... 19	
4 Bei den Giganten der Meere ...	20
<i>Besucherzentrum der »Meyer Werft« in Papenburg</i> ..... 21	
5 Eine Oase für alle Generationen ...	22
<i>Naturgarten Naschke in Papenburg</i> ..... 23	
6 Der Erhabene ...	24
<i>Alter Turm in Papenburg</i> ..... 25	
7 Ostfriesischer Charme mit Schlagsahne ...	26
<i>Café-Hotel Stövchen in Papenburg</i> ..... 27	
8 Ein Freilichtmuseum im Fackelschein ...	28
<i>Von-Velen-Anlage in Papenburg</i> ..... 29	
9 Ein quickebendiges Kulturdenkmal ...	30
<i>Gut Altenkamp in Papenburg</i> ..... 31	
10 Wogende Wipfel am stillen Wasser ...	32
<i>Tunxdorfer Waldsee in Papenburg</i> ..... 33	
11 Harte Handarbeit bestaunen ...	34
<i>Landwirtschaftsmuseum in Rhede</i> ..... 35	
12 Ein faszinierendes Kastell ...	36
<i>Festung Bourtange</i> ..... 37	
13 Der beeindruckende Baumriese ...	38
<i>1.000-jährige Linde in Heede</i> ..... 39	
14 Auszeit mit Ausblick ...	40
<i>Hafencafé Marinapark in Walchum</i> ..... 41	
15 Schöne Bilder mit Schöpfergeist ...	42
<i>Papier-Erlebnis-Welt in Dörpen</i> ..... 43	
16 Gartenromantik und Kunstgenuss ...	44
<i>Café »Idylle Borchers« in Surwold</i> ..... 45	
17 Mahnen und Erinnern ...	46
<i>Gedenkstätte Esterwegen</i> ..... 47	

18	Tarzan mit Sicherungsseil /// <i>Kletterwald Surwold</i> .....	49
19	Von Göttern, Giebeln und Begegnungen /// <i>Batakhaus Werpeloh</i> .....	51
20	Barocke Sternenpracht /// <i>Schloss Clemenswerth in Sögel</i> .....	53
21	Spurensuche nach dem verlorenen Zuhause /// <i>Alte Dorfstelle Wahn bei Sögel</i> .....	55
22	Maritimes in all seinen Facetten /// <i>Schiffahrtsmuseum Haren</i> .....	57
23	Ein opulenter Anblick /// <i>St. Martinuskirche in Haren</i> .....	59
24	Freizeitspaß und Strandvergnügen /// <i>Dankernsee mit Ferienzentrum Schloss Dankern in Haren</i> .	61
25	Ein Kleinod mit Kreuzgang und Garten /// <i>Kloster Ter Apel</i> .....	63
26	Eine der Letzten ihrer Art /// <i>Hüvener Mühle</i> .....	65
27	Stille Zeugen der Frühgeschichte /// <i>Hünengräber der Hügellandschaft Hümmeling bei Groß Berßen</i> .....	67
28	Ein grünes Podium der Extraklasse /// <i>Waldbühne Ahmsen in Lähden</i> .....	69
29	Das Ried darf wieder wachsen /// <i>Torfwerk Hahnenmoor bei Herzlake</i> .....	71
30	Fast wie im Schlaraffenland /// » <i>Mundräuberbänke</i> « im Hasetal bei Herzlake .....	73
31	Brennergang und Burgmannshof /// <i>Berentzen-Hof in Haselünne</i> .....	75
32	Wo die wilden Pferde wohnen /// <i>Wacholderhain bei Haselünne</i> .....	77
33	Ein nostalgisches Fahrvergnügen /// <i>Hasetal-Express am Bahnhof in Haselünne</i> .....	79
34	Ein Gotteshaus am schönen Fluss /// <i>Alte Kirche St. Vitus in Meppen</i> .....	81
35	Markant und charmant /// <i>Rathaus am Marktplatz in Meppen</i> .....	83

36	Ein farbenfroher Blickfang /// <i>Gymnasialkirche in Meppen</i> .....	85
37	Ein Balkon am Wasser /// <i>Restaurant Bootshaus in Meppen</i> .....	87
38	Der Wallholländer zwischen den Wassern /// <i>Höltingmühle in Meppen</i> .....	89
39	Kultur, Natur, Kaffeegenuss /// <i>Koppelschleuse und Kunstmuseum in Meppen</i> .....	91
40	Ein himmlischer Flecken Erde /// <i>Naturschutzgebiet Borkener Paradies bei Meppen</i> .....	93
41	Neue Heimat im Hochmoor /// <i>Freilichtmuseum Veenpark in Barger-Compascuum</i> .....	95
42	Auf den Spuren des großen Malers /// »Van Gogh Huis« in Veenoord/Nieuw Amsterdam .....	97
43	Reetgedecktes Idyll /// <i>Restaurant »t Hoes van Hol-An« in Aalden</i> .....	99
44	Malerisch, authentisch und autofrei /// <i>Museumsdorf in Orvelte</i> .....	101
45	Tierische Vertreter an der grünen Grenze /// <i>Arends-Hof in Laar-Eschebrügge</i> .....	103
46	Die Blues-Welt zu Gast bei Freunden /// <i>Heimathaus Twist</i> .....	105
47	Kulinarische Genüsse aus der Region /// <i>Landgasthof Backers in Twist</i> .....	107
48	Freier Blick ins Vogelparadies /// <i>Naturpark Bourtanger Moor-Bargerveen bei Twist</i> .....	109
49	Ein Mammut im Moor /// <i>Emsland-Moormuseum in Geeste</i> .....	111
50	Kreativität mit der Kraft der Natur /// <i>Kräuterhof »Rosen« in Geeste</i> .....	113
51	Geschichte trifft Gastronomie /// <i>Restaurant Alte Posthalterei am Marktplatz in Lingen</i> ....	115
52	Von Königshäusern und kleinen Kämpfern /// <i>Führungen durch die Altstadt in Lingen</i> .....	117
53	Eine luftige und lichte Lernlandschaft /// <i>Hochschulcampus in Lingen</i> .....	119

54	Auszeit vom Alltag ///	
	» <i>Linus Lingen Wasserwelten</i> « in <i>Lingen</i> .....	121
55	Flussabwärts liegt das Abenteuer ///	
	<i>Kanu-Camp Lingen</i> .....	123
56	Wo der Wasserfall rauscht /// <i>Emswehr und</i>	
	<i>Naherholungsgebiet Hanekenfähr bei Lingen</i> .....	125
57	Begeisternde Impulse ///	
	<i>Kulturzentrum Alte Molkerei in Freren</i> .....	127
58	Regionales Bierhandwerk ///	
	<i>Landhausbrauerei Borchert in Lünne</i> .....	129
59	Wohlgefühl am wilden Wasser ///	
	<i>Raue Rampe bei Emsbüren</i> .....	131
60	Vertrautes mit allen Sinnen erleben ///	
	<i>Freilichtmuseum Heimathof Emsbüren</i> .....	133
61	Beflügelnde Erlebnisse /// <i>Gartenwelt Emsflower</i>	
	<i>mit Schmetterlingshaus bei Emsbüren</i> .....	135
62	Ein schwungvolles Vergnügen ///	
	<i>Swin-Golf-Platz Mehringer Heide bei Emsbüren</i> .....	137
63	Eine farbenfrohe Verbindung ///	
	<i>Emsfähre »MehrLi« in Emsbüren</i> .....	139
64	Hören, Fühlen, Staunen ///	
	<i>Erlebnispfad »Stoverner Wald« bei Salzbergen</i> .....	141
65	Geschichtsträchtig und märchenhaft schön ///	
	<i>Kloster Bentlage mit Salinenpark in Rheine</i> .....	143
66	Der kleine Sehnsuchtsort ///	
	<i>Zentrum des Dorfes Ohne</i> .....	145
67	Gaumen- und Augenschmaus am Wasser ///	
	<i>Restaurant »Else am See« in Schüttorf</i> .....	147
68	Eine Festung wie aus dem Bilderbuch ///	
	<i>Burg Bentheim in Bad Bentheim</i> .....	149
69	Im Angesicht der Alten Meister ///	
	<i>Museum am Herrenberg in Bad Bentheim</i> .....	151
70	Ein facettenreiches Forum für die Kunst ///	
	<i>Otto-Pankok-Museum in Bad Bentheim</i> .....	153
71	Sturmfest und schön anzusehen ///	
	<i>Osttmühle in Bad Bentheim</i> .....	155

72	Weit gereist und hochgewachsen ///	
	<i>Arboretum »Poort Bulten« in De Lutte</i> .....	157
73	Das versteckte Idyll ///	
	<i>Naturgebiet Lutterzand bei De Lutte</i> .....	159
74	Felsen mit sagenhafter Vergangenheit ///	
	<i>Sandsteinformationen und Aussichtsturm bei Isterberg</i> ...	161
75	Familienfreundlich und natürlich ///	
	<i>Tierpark Nordhorn</i> .....	163
76	Der Stoff, aus dem die Träume sind ///	
	<i>Textilmuseum im Nino-Hochbau in Nordhorn</i> .....	165
77	Mit Sonnenkraft durch die Wasserstadt ///	
	<i>Fahrt mit den Vechtebooten in Nordhorn</i> .....	167
78	Industriekultur und Cocktails /// <i>Bar »Hoch 5«</i>	
	<i>und Stadtmuseum im Povelturm in Nordhorn</i> .....	169
79	Die Vielfalt der »Cucina Italiana« ///	
	<i>Restaurant »La Nuova Gondola« in Nordhorn</i> .....	171
80	Ein Bauwerk mit einzigartigem Ambiente ///	
	<i>Kloster Frenswegen bei Nordhorn</i> .....	173
81	Erkunden und genießen /// <i>Hotel-Restaurant</i>	
	<i>Haus Brünemann am Mühlenkolk in Neuenhaus</i> .....	175
82	Faszinierende Blicke ins All ///	
	<i>Sternwarte Neuenhaus</i> .....	177
83	Gesegnete Einkehr ///	
	<i>Stiftshäuser mit Café Menke in Wietmarschen</i> .....	179
84	Lauschiger Genuss nahe der Grenze ///	
	<i>Dorf Lage mit Grafschafter Teestube bei Neuenhaus</i> .....	181
85	Wo die Romantik zu Hause ist ///	
	<i>Landgut Singraven bei Denekamp</i> .....	183
86	Leuchtende Lebensfreude ///	
	<i>Ton-Schulten-Museum in Ootmarsum</i> .....	185
87	Verwunschen und urgemütlich ///	
	<i>Restaurant »Watermolen Bels« in Tubbergen</i> .....	187
88	Handwerk wie vor 3.000 Jahren ///	
	<i>Freilichtmuseum Bronzezeithof in Uelsen</i> .....	189