

# Inhaltsverzeichnis

<b>Zurück zum Urzustand</b>	12		
<b>Der Norden</b>	22		
1 <b>Watt, Wind und Wellen – Nationalpark Schleswig-Holsteinisches Wattenmeer</b>	24	11 <b>Land der tausend Seen – Müritz-Nationalpark</b>	50
2 <b>Im Land der Hügel und Seen – Naturpark Holsteinische Schweiz</b>	28	12 <b>Vom Jagdrevier zum Schutzgebiet – Müritz-Nationalpark</b>	52
3 <b>Der gute Ton am Tüteberg – Naturpark Westensee</b>	32	13 <b>Vilmreife Vorstellung – Südost-Rügen</b>	56
4 <b>Kneippkur am Kniepsand – Amrum</b>	34	14 <b>Paradies für Wandervögel – Biosphärenreservat Schaalsee</b>	58
5 <b>Das Wahrzeichen Helgolands – Naturdenkmal Lange Anna</b>	38	15 <b>Idylle an der Ostsee – Naturpark Insel Usedom</b>	60
6 <b>Von Bergen, Seen und Knicks – Naturpark Hüttener Berge</b>	40	16 <b>Das Erbe der Eiszeit – Naturpark Sternberger Seenland</b>	64
7 <b>Wald und Wasser so weit das Auge reicht – Naturpark Lauenburgische Seen</b>	42	17 <b>Stürmische Zeiten – Kap Arkona</b>	66
8 <b>Nachhaltig unterwegs im Grenzland – Naturpark Schlei</b>	44	18 <b>Sanfte Wellen, weite Niederungen – Naturpark Mecklenburgische Schweiz und Kummerower See</b>	68
9 <b>Die strahlende Schönheit – Jasmund</b>	46	19 <b>Heilige Hallen mitten im Wald – Naturpark Feldberger Seenlandschaft</b>	72
10 <b>Stille Größe – Vorpommerscher Bodden</b>	48	20 <b>Erhabene Stille in wilder Natur – Naturpark am Stettiner Haff</b>	74
		21 <b>Kegelrobben und Seehunde – Nationalpark Hamburgisches Wattenmeer</b>	76
		22 <b>Wasser und Wildnis an der Oder – Nationalpark Unteres Odertal</b>	80
		23 <b>Im grünen Vorbildland – Biosphärenreservat Schorfheide-Chorin</b>	84

<b>24</b>	<b>Im Land der Gurkenflieger – Naturraum Spreewald</b>	86	<b>38</b>	<b>Nebelreiches Fleckchen – Nationalpark Harz</b>	126
<b>25</b>	<b>Wildnis am Wasser – Biosphärenreservat Flusslandschaft Elbe-Brandenburg</b>	90	<b>39</b>	<b>Krautgarten Eden – Lüneburger Heide</b>	128
<b>26</b>	<b>Vogelschutz im Wanderparadies – Naturpark Märkische Schweiz</b>	94	<b>40</b>	<b>Outdoor-Idylle – Naturpark Steinhuder Meer</b>	132
<b>27</b>	<b>Wildnis, Wasser und Wälder – Naturpark Uckermärkische Seen</b>	96	<b>41</b>	<b>Entdeckungen für Groß und Klein – Naturpark Elm-Lappwald</b>	134
<b>28</b>	<b>Land zwischen Elbe und Elster – Naturpark Niederlausitzer Heidelandschaft</b>	102	<b>42</b>	<b>Urwald im Heideiland – Naturpark Südheide</b>	136
<b>29</b>	<b>Vom Forst zum Urwald – Weltnaturerbe Buchenwald Grumsin</b>	104	<b>43</b>	<b>Auf romantischen Spuren – Weserbergland</b>	138
<b>30</b>	<b>Im Land der Rummeln – Naturpark Hoher Fläming</b>	106	<b>44</b>	<b>Die Erde und das Leben – Natur- und Geopark Terra Vita</b>	140
<b>31</b>	<b>Im Reich der Rotbauchunke – Naturpark Barnim</b>	108			
<b>32</b>	<b>Habitat Niedermoor – Biosphärenreservat Drömling</b>	110			
<b>33</b>	<b>Vom Bergbauland zum Naturraum – Naturpark Harz Mansfelder Land</b>	112	<b>45</b>	<b>Den Steinkrebs retten – Nationalpark Eifel</b>	146
<b>34</b>	<b>Wandern im Flusstal – Naturpark Unteres Saaletal</b>	114	<b>46</b>	<b>Waldmeer Westfalens – Naturpark Arnsberger Wald</b>	150
<b>35</b>	<b>Im Wald und auf der Heide – Naturpark Dübener Heide</b>	116	<b>47</b>	<b>Auf dem Holzweg – Teutoburger Wald</b>	152
<b>36</b>	<b>Wandern im Trias – Geo-Naturpark Saale-Unstrut-Triasland</b>	120	<b>48</b>	<b>Sagenumwobenes Märchenland – Naturpark Siebengebirge</b>	156
<b>37</b>	<b>Wechsel der Gezeiten – Weltnaturerbe Watt</b>	122	<b>49</b>	<b>Wilder Wisent und großer Kurfürst – Naturpark Sauerland-Rothaargebirge</b>	160
			<b>50</b>	<b>Vom Industrieland zur Naturregion – Naturpark Bergisches Land</b>	162
			<b>51</b>	<b>Der Eiszeit auf der Spur – Naturpark Hohe Mark</b>	164

## Die Mitte

<b>52</b>	<b>Flaches Wald- und Seenland –</b> Naturpark Schwalm-Nette	166		<b>65</b>	<b>Schutzgebiet mit Welterbestatus –</b> Nationalpark Kellerwald-Edersee	204
<b>53</b>	<b>Felsen und Formen – Sächsische Schweiz</b>	170		<b>66</b>	<b>In der Heimat der Märchen – Geo-Naturpark</b> Frau-Holle-Land	208
<b>54</b>	<b>Wandern im Waldland – Naturpark</b> Erzgebirge/Vogtland	172		<b>67</b>	<b>Dem Schinderhannes auf der Spur –</b> Naturpark Taunus	212
<b>55</b>	<b>Reich der Teiche – Biosphärenreservat Oberlausitz</b>	174		<b>68</b>	<b>Streitlustige Riesen – Naturschutzgebiet Felsenmeer</b>	214
<b>56</b>	<b>Natur, von Menschenhand geschaffen –</b> Geopark Muskauer Faltenbogen	176		<b>69</b>	<b>Vulkankegel und Kräuterwiesen –</b> Geopark Vulkanregion Vogelsberg	216
<b>57</b>	<b>Inspiration für Künstler – Nationalpark</b> Sächsische Schweiz	180		<b>70</b>	<b>Hessens wilder Südosten –</b> Biosphärenreservat Rhön	220
<b>58</b>	<b>Wandern im Waldland – Naturpark</b> Zittauer Gebirge	184		<b>71</b>	<b>Vom Wald zum Wein – Naturpark Rhein-Taunus</b>	224
<b>59</b>	<b>Wildnistour in Thüringen – Nationalpark Hainich</b>	186		<b>72</b>	<b>In Grimms Märchenland – Naturpark</b> Habichtswald	226
<b>60</b>	<b>Aus drei wird eins – Naturpark</b> Eichsfeld-Hainich-Werratal	190		<b>73</b>	<b>Idylle im Orchideenland – Biosphärenreservat</b> Bliesgau	228
<b>61</b>	<b>Barbarossas Schlafgemach – Naturpark Kyffhäuser</b>	192		<b>74</b>	<b>Die Wildnis kommt zurück – Nationalpark</b> Hunsrück-Hochwald	230
<b>62</b>	<b>Wunderbare Feenwelt – Saalfelder Feengrotten</b>	196		<b>75</b>	<b>Im Land der Vulkane – Natur- und Geopark</b> Vulkaneifel	234
<b>63</b>	<b>Im Land des blauen Golds – Naturpark</b> Thüringer Schiefergebirge Obere Saale	198		<b>76</b>	<b>Sandsteinglühnen in der Pfalz –</b> Natur- und Kulturdenkmal Altschlossfelsen	238
<b>64</b>	<b>Naturraum in Harmonie – Naturpark</b> Thüringer Wald	202				

<b>77 Weinberge und Wälder – Naturpark Rhein-Westerwald</b>	240	<b>90 Nationalpark Berchtesgaden</b>	280
<b>78 Von Edelkastanien und Eisvögeln</b>	242	<b>91 Vom Hesselberg zum Altmühlatal</b>	282
<b>79 Zwischen Wald und Wein – Naturpark Soonwald-Nahe</b>	246	<b>92 Voller Geheimnisse – der Untersberg</b>	288
<b>Der Süden</b>	250	<b>93 Vom Ochsenkopf zur Porzellanstraße – Naturpark Fichtelgebirge</b>	290
<b>80 Neue Wildnis – Nationalpark Schwarzwald</b>	252	<b>94 Kieselperlen auf einer Schnur – Naturpark Nagelfluhkette</b>	294
<b>81 Italienisches Flair – Geo-Naturpark Bergstraße-Odenwald und Naturpark Neckartal-Odenwald</b>	256	<b>95 Naturidyll vor dramatischer Kulisse – Eibsee</b>	298
<b>82 Naturschutz allenthalben – Biosphärenreservat Schwäbische Alb</b>	260	<b>96 Zum Teufel mit dem Wetter – Naturwunder Höllental</b>	300
<b>83 Durch Donautäler radeln – Naturpark Obere Donau</b>	264	<b>97 Wildfluss zwischen Gipfelwelten – Oberes Isartal</b>	304
<b>84 Schutz für Streuobstwiesen – Naturpark Schwäbisch-Fränkischer Wald</b>	266	<b>98 Heimat der deutschen Mostkönigin – Lallinger Winkel</b>	306
<b>85 Blaues Wunder – Nationales Geotop Blautopf</b>	268	<b>99 Weitsicht auf den Sonnengipfeln – Sonntraten und Rechelkopf</b>	308
<b>86 Wasserfall der Superlative – Triberg</b>	270	<b>100 Weite und Freiheit erleben – Wendelstein und Rotwand</b>	310
<b>87 Schrecklich schön – der Schrecksee</b>	272	 Register	314
<b>88 Dem Himmel nahe – Naturschutzgebiet Allgäuer Hochalpen</b>	274	 Bildnachweis	318
<b>89 Nationalpark Bayerischer Wald</b>	278	 Impressum	320