

# Inhalt

|   |    |  |     |
|---|----|--|-----|
| Radfahren macht Spaß!.....  | 06 | Raue Landschaft, ein blühendes<br>Paradies und der Blick zu<br>den Nachbarn..... | 80  |
| Vorbereitungen .....  | 08 | Unterwegs zum Nolde-Museum<br>in Seebüll .....                                   | 81  |
| Achtsames Fahrradfahren –<br>Aufmerksamkeit außen und innen ...         | 11 | Still ruht der See ... ..  | 88  |
| Von Brillenschafen, Hähnen<br>und Kultbauern .....                      | 12 | Rund um den Schaalsee .....  | 89  |
| Durch die Hahnheide .....   | 13 | Stadt, Land, Fluss<br>und eine Queen.....  | 96  |
| Wikinger, Schlösser und ein<br>altes Fischerdorf.....                   | 22 | Immer an der Elbe „längs“ .....  | 97  |
| Entlang der Schlei .....  | 23 | Deichschafe, Köge und der<br>Schimmelreiter .....                                | 104 |
| Zum Westerhever Sand,<br>dem schönsten Leuchtturm<br>Deutschlands ..... | 30 | Nordstrand – Insel oder<br>nicht Insel? .....                                    | 105 |
| Unterwegs auf Eiderstedt .....  | 31 | Viermaster, Steilufer und<br>Fischbrötchen .....                                 | 112 |
| Strandleben, ein Kloster<br>und Erdbeeren satt .....                    | 38 | Rund um Travemünde –<br>Der Tipp des Fotografen .....                            | 113 |
| Rund um Grömitz .....   | 39 | Ein Dom, ein Narr<br>und ein Kanal.....  | 120 |
| Zwischen Fledermäusen<br>und Sahnetörtchen.....                         | 46 | Zwischen Ratzeburg und Mölln .....   | 121 |
| Rund um Bad Segeberg.....   | 47 | Meerblick, Hofcafés und<br>etwas Dänemark-Feeling.....                           | 128 |
| Reetdachhäuser, Nordseeluft<br>und eine Kunstsammlung.....              | 54 | Ostseeinsel Fehmarn .....  | 129 |
| Auf der Insel Föhr .....  | 55 | Danke.....   | 136 |
| Kaiser, Kanal und Käse .....  | 64 | Heike Götz.....  | 137 |
| Am Nord-Ostsee-Kanal .....  | 65 | Register .....   | 138 |
| Ostsee, Kalifornien und<br>Brasilien .....                              | 72 |  |     |
| Von der Kieler Förde<br>in die Probstei .....                           | 73 |  |     |