

# Inhalt

Grußwort 13  
Nachgezählt 14

## Schleswig-Holstein 18

- 1** Aukrug 20
- 2** Holsteinische Schweiz 22
- 3** Hüttener Berge 24
- 4** Lauenburgische Seen 26
- 5** Schlei 28
- 6** Westensee 30

## Mecklenburg-Vorpommern 32

- 7** Am Stettiner Haff 34
- 8** Feldberger Seenlandschaft 36
- 9** Flusslandschaft Peenetal 38
- 10** Insel Usedom 40
- 11** Mecklenburgische Schweiz und Kummerower See 42
- 12** Nossentiner/Schwinzer Heide 44
- 13** Sternberger Seenland 46

## Brandenburg 50

- 14** Barnim 52
- 15** Dahme-Heideseen 54
- 16** Hoher Fläming 56
- 17** Märkische Schweiz 58
- 18** Niederlausitzer Heidelandschaft 60
- 19** Niederlausitzer Landrücken 62
- 20** Nuthe-Nieplitz 64
- 21** Schlaubetal 66
- 22** Stechlin-Ruppiner Land 68
- 23** Uckermarkische Seen 70
- 24** Westhavelland 72

## Sachsen-Anhalt 74

- 25** Fläming/Sachsen-Anhalt 76
- 26** Harz 78
- 27** Saale-Unstrut-Triasland 80
- 28** Unteres Saaletal 82

## Niedersachsen 86

- 29** Bourtanger Moor – Bargerveen 88
- 30** Dümmer 90
- 31** Elbhöhen-Wendland 92
- 32** Elm-Lappwald 94
- 33** Hümmeling 96

- 34** Lüneburger Heide 98
- 35** Münden 100
- 36** Solling-Vogler im Weserbergland 102
- 37** Steinhuder Meer 104
- 38** Südheide 106
- 39** TERRA.vita 108
- 40** Weserbergland 110
- 41** Wildeshauser Geest 112

## Nordrhein-Westfalen 114

- 42** Arnsberger Wald 116
- 43** Bergisches Land 118
- 44** Hohes Venn-Eifel 120
- 45** Hohe Mark 122
- 46** Rheinland 124
- 47** Sauerland Rothaargebirge 126
- 48** Schwalm-Nette 128
- 49** Siebengebirge 130
- 50** Teutoburger Wald/Eggegebirge 132

## Hessen 134

- 51** Bergstraße-Odenwald 136
- 52** Diemelsee 138
- 53** Habichtswald 140
- 54** Hessische Rhön 142
- 55** Hessischer Spessart 144
- 56** Vulkanregion Vogelsberg 146
- 57** Kellerwald-Edersee 148
- 58** Lahn-Dill-Bergland 150
- 59** Geo-Naturpark Frau-Holle-Land 152
- 60** Reinhardswald 154
- 61** Rhein-Taunus 156
- 62** Taunus 158

## Thüringen 160

- 63** Eichsfeld-Hainich-Werratal 162
- 64** Kyffhäuser 164
- 65** Südharz 166
- 66** Thüringer Schiefergebirge/Obere Saale 168
- 67** Thüringer Wald 170

## Sachsen 174

- 68** Dübener Heide 176
- 69** Erzgebirge/Vogtland 178
- 70** Zittauer Gebirge 180

## Rheinland-Pfalz und Saarland 182

- 71** Nassau 184
- 72** Rhein-Westerwald 186
- 73** Saar-Hunsrück 188
- 74** Soonwald-Nahe 190
- 75** Südeifel 192
- 76** Vulkaneifel 194

## Baden-Württemberg 198

- 77** Neckartal-Odenwald 200
- 78** Obere Donau 202
- 79** Schönbuch 204
- 80** Schwäbisch-Fränkischer Wald 206
- 81** Schwarzwald Mitte/Nord 208
- 82** Stromberg-Heuchelberg 210
- 83** Südschwarzwald 212

## Bayern 216

- 84** Altmühltafel 218
- 85** Ammergauer Alpen 220
- 86** Augsburg – Westliche Wälder 222
- 87** Bayerische Rhön 224
- 88** Bayerischer Wald 226
- 89** Fichtelgebirge 228
- 90** Frankenhöhe 230
- 91** Frankenwald 232
- 92** Fränkische Schweiz – Frankenjura 234
- 93** Haßberge 236
- 94** Hirschwald 238
- 95** Nagelfluhkette 240
- 96** Nördlicher Oberpfälzer Wald 242
- 97** Oberer Bayerischer Wald 244
- 98** Oberpfälzer Wald 246
- 99** Spessart 248
- 100** Steigerwald 250
- 101** Steinwald 252

## Schon gewusst?

- Unterschätzte Riesen 16
- Wolf, Luchs und Co. 48
- Nirgendwo lila Kühe 84
- Moore, Grünland und kurze Wege 172
- Gesund ohne Rezept 196
- Naturschutz mit Messer & Gabel 214

Impressum 256