
Die Alte Mark	
- Gedanken auf den Weg	8
Besondere Sehenswürdigkeiten	10
Das Wichtigste in Kürze	12
LAND UND LEUTE	15
Zahlen und Fakten	16
Geografie	17
Gewässer	18
Schutzgebiete	19
Bevölkerung	20
Wirtschaft und Gesellschaft	22
Industrie	22
Energie und Verkehr	23
Land- und Ernährungsgüterwirtschaft	27
Hochschule	27
Sport	28
Geschichte	29
Von der Frühzeit bis ins Mittelalter	29
Die Altmark und der preußische Staat	33
20. und 21. Jahrhundert	33
Berühmte Persönlichkeiten	35
Kunst und Kultur	42
Architektur	42
Museen	43
Theater, Film und Musik	46
Bildende Kunst und Freie Szene	47
Traditionen, Feste und Festivals	48
Essen und Trinken	50
DIE WESTLICHE ALTMARK	55
Zwischen Salzwedel, Gardelegen und Arendsee	57
Hansestadt Salzwedel	57
Salzwedels Umgebung und der »Hansjochen-Winkel«	64
Klötze und Umgebung	70
Kalbe (Milde)	72

Von Kalbe (Milde) nach	
Arendsee	75
Arendsee	76
Hansestadt Gardelegen	87
Der Drömling	92
DIE ÖSTLICHE ALTMARK	97
Auf altmärkischem Urgrund	98
Hansestadt Stendal	98
Rund um Stendal	103
Bismarck und Umgebung	106
Entlang der Elbe nach Norden	
– Hansestädte und Altmärkische	
Wische	109
Arneburg	109
Hansestadt Werben	111
Hansestadt Osterburg	114
Hansestadt Seehausen	117
Von Seehausen	
nach Schnackenburg	118
Der altmärkische Südosten	123
Hansestadt Tangermünde	123
Tangerhütte	128
Der Elb-Havel-Winkel	133
Hansestadt Havelberg	133
Rund um Havelberg	140
Schönhausen (Elbe)	141
Das Land Schollene	142
Der Katte-Winkel	143
Jerichow	145
ZU BESUCH BEI NACHBARN	149
Der Osten: Wasser und	
Sternenblick	150
Der Norden: Wunderblut	
und Vier-Länder-Eck	151
Der Westen: Autostadt	
und Otter-Zentrum	152
Der Süden: Effis Schloss	
und Kalimandscharo	153

Aktiv in der Altmark	154
Wandern	154
Unterwegs mit dem Fahrrad	155
Hoch zu Ross	157
Aktiv auf dem Wasser	158
Unterwegs mit Kindern	159
REISETIPPS VON A BIS Z	162
Literatur	169
Die Altmark im Internet	170
Der Autor	171
Danksagung	171
Register	172
Kartenregister	177
Bildnachweis	177