
| | |
|---|--------|
| 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 |
| Bismark 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 |