

Inhalt	
Vorwort <b>Konrad Guldon</b>	4
Vorwort <b>Peer Schmidt-Walther</b>	6
Geleitwort <b>Arno Surminski</b>	7
<hr/>	
<b>1 Es begann an der Weichsel</b>	8
<b>2 Bergwanderung zu Schiff</b>	22
<b>3 Land der dunklen Wälder</b>	38
<b>4 Kombiniert durch Masuren</b>	54
<b>5 Schlemmen »jak u babci«: Wie früher bei Oma</b>	66
<b>6 Mit Picasso und Piroggen</b>	84
<b>7 Rehe an Backbord!</b>	100
<b>8 Ein Viertel Großpolenring, bitte!</b>	114
<b>9 Päpstlich-inspirierende Wasserroute</b>	132
<b>10 Kreuzfahrt: Euroregion Pomerania</b>	142
<b>11 Segeln &amp; mehr an der Ostseeküste</b>	164
<b>12 Ins Herz von Schlesien</b>	182
<b>13 »Hallo, Herr Brahms!«</b>	192
<hr/>	
Kurzvita <b>Dr. Peer Schmidt-Walther</b>	204
Danksagung	205