



## HINTERGRUND

---

### 12 Tradition und Zukunft

### 14 Fakten

15 Natur und Umwelt

19 Bevölkerung · Politik ·  
Wirtschaft

22 **■ Infografik: Die Polnische  
Ostseeküste auf einen Blick**

26 **■ Willkommen im Alltag**

### 28 Geschichte

29 Polens Zeitläufte

36 **■ Infografik: Die Teilungen  
Polen**

### 44 Kunst und Kultur

45 Architekturgeschichte

49 Kunstgeschichte

51 Musik

53 Literatur

56 **■ Special: Literaturstadt  
Danzig**

58 **Berühmte  
Persönlichkeiten**

## ERLEBEN & GENIEßEN

---

66 Essen und Trinken

67 Herzhaft genießen

68 **■ Typische Gerichte**

71 **■ Special: Bier und  
Goldwasser**

74 **Feiertage · Feste ·  
Events**

75 Hier spielt die Musik!

- 79 **■ Special: Historien-  
spektakel**
- 82 **Mit Kindern  
unterwegs**
- 83 Auf Entdeckungsreise
- 84 **Shopping**
- 85 Typowy polski –  
typisch polnisch
- 86 **■ Special: Polens  
Volkskunst**
- 88 **Übernachten**
- 89 Von Bauernhof bis  
Schlosshotel
- 91 **■ Special: Schlösser und  
Gutshäuser**
- 94 **Urlaub aktiv**
- 95 Vielfalt ist Trumpf
- 100 **■ Special: Aktiv-Resort  
»Masurische Seen«**

## TOUREN

---

- 104 Touren durch den  
Norden Polens
- 106 Unterwegs im Norden  
Polens



107	Tour 1: Strände ohne Ende	133	Chojnice · Konitz
109	Tour 2: Mit dem Rad entlang der Danziger Bucht	136	Darłowo · Rügenwalde
111	Tour 3: Durch das Land der tausend Seen	139	Drawieński Park Narodowy · Drawa- Nationalpark
114	Tour 4: Unbekannter Nordosten	141	Elbląg · Elbing
116	Tour 5: Paddeltour auf der Krutynia	145	Elk · Lyck
		148	Frombork · Frauenburg
		152	Gdańsk · Danzig
		158	 <b>Infografik: Solidarność</b>
		166	 <b>3D: Krantor</b>
		176	Gdynia · Gdingen
		180	Giżycko · Lötzten
		186	Gołdap
		188	Kamień Pomorski · Cammin
		190	Kętrzyn · Rastenburg

  

<b>REISEZIELE VON A BIS Z</b>	
120	Augustów
123	Białystok
131	Bielsk Podlaski



196	Kołobrzeg · Kolberg
198	<b>■ Special: »Kolberg«</b>
203	Koszalin · Köslin
205	Krynica Morska · Kahlberg
207	Łeba · Leba
208	<b>■ Infografik: Gold der Ostsee</b>
213	Lidzbark Warmiński · Heilsberg
216	Łomża
219	Malbork · Marienburg
220	<b>■ Infografik: Der Deutschordensstaat</b>
224	<b>■ 3D: Hochmeisterpalast</b>
228	Międzyzdroje · Misdroy
231	Mierzeja Helska · Halbinsel Hel
235	Mikołajki · Nikolaiken
240	Morąg · Mohrunen
243	Mrażkowo · Sensburg
246	Myślibórz · Soldin
249	Olsztyn · Allenstein
259	Ostróda · Osterode
262	<b>■ Special: Mit dem Schiff über Land</b>
264	Pojezierze Mazurskie · Masurische Seenplatte
266	Pojezierze Pomorskie · Pommersche Seenplatte
270	Puck · Putzig
273	Puszcza Białowieża · Urwald von Białowieża
276	Rewal-Nichorze
278	Słupsk · Stolp
282	Sopot · Zoppot
288	Stargard Szczeciński · Stargard
290	Suwałki
294	<b>■ Special: Multikulturelles Podlachien</b>
298	Święta Góra Grabarka · Heiliger Berg Grabarka

300	Świnoujście · Swinemünde
304	Szczecin · Stettin
314	Szwajcaria Kaszubska · Kaschubische Schweiz
316	<b>■ Special: Die Kaschuben</b>
320	Tczew · Dirschau
322	<b>■ 3D: Kathedrale von Pelplin</b>
325	Tykocin
328	Warszawa · Warschau

## PRAKTISCHE INFORMATIONEN

340	Anreise · Reiseplanung
343	Auskunft
344	Mit Behinderung unterwegs
344	Elektrizität
344	Etikette
346	Geld
346	Gesundheit
347	Literaturempfehlungen
349	Medien
349	Notrufe
349	Post · Telekommunikation
350	Preise · Vergünstigungen
350	Reisezeit
353	Sicherheit
353	Sprache
361	Verkehr
363	Zeit
364	Register
370	Verzeichnis der Karten und grafischen Darstellungen
370	atmosphärisch
371	Bildnachweis
372	Impressum
376	<b>■ Kuriose Polnische Ostseeküste</b>