

Vorwort	7
Das Wichtigste in Kürze	8
Unterwegs mit Kindern	10
Herausragende Sehenswürdigkeiten	12
LAND UND LEUTE	15
Landschaften	16
Die Ostsee –	
ein Erbe der letzten Eiszeit	18
Die Entstehung der Halbinselkette	
Fischland–Darß–Zingst	21
Die vorpommersche Boddenküste	22
Vögel an der Küste	24
Schutzgebiete	27
Geschichte der Region	33
Eiszeit und erste Besiedlung	33
Christianisierung und Kolonisation	33
Hansezeit und Reformation	35
Kampf um Pommern:	
Schweden und Preußen	36
Die Entdeckung der Sommerfrische	
auf der Halbinsel	37
Vom Nationalsozialismus	
bis zur Wiedervereinigung	38
Nach der Wiedervereinigung	40
Kultur und Lebensart	43
Architektur	43
Maler und andere Künstler	47
Wirtschaft und Gesellschaft	50
Feste und Festivals	51
Essen und Trinken	53
FISCHLAND – DARSS – ZINGST	57
Die Eingangstore zur Halbinsel	58
Ribnitz-Damgarten	59
Graal-Müritz	70
Vinetastadt Barth	76
Das Fischland	84
Dierhagen	85
Wustrow	88
Ahrenshoop	100

Fischland-Rundwanderung/ Radtour	107
---	-----

Der Darß	114
Born a. Darß	115
Wieck a. Darß	119
Prerow	123

Radtour von Prerow zum West- strand und nach Darßer Ort	129
--	-----

Der Zingst	136
Ostseeheilbad Zingst	137
Radtour von Zingst nach Pramort	141

HANSESTADT STRALSUND 147

Annäherung	148
Stadtgeschichte	148
Altstadt	150

REISETIPPS VON A BIS Z 164

Literaturhinweise	169
Internethinweise	170
Autorin und Autor	170
Register	171
Bildnachweis	172
Kartenregister/Kartenlegende	178

EXTRAS

Sintflut an der Ostsee: Das Sturm- hochwasser von 1872	20
Möwen am Strand	26
Das Nationalparkprogramm der DDR	41
Rezepte aus der Region	55
Bernstein – das Gold des Baltischen Meeres	68
Vineta – das Atlantis des Nordens	74
Zeesenboote – unter rotbraunen Segeln	83
Die Künstlerkolonie Ahrenshoop	96
Die Darßer Türen	112
FKK – Die nackte Freiheit	122
Kraniche – die »Vögel des Glücks«	134