

<b>Vorwort</b>	7
<b>Das Wichtigste in Kürze</b>	8
<b>Unterwegs mit Kindern</b>	10
<b>Herausragende Sehenswürdigkeiten</b>	12
<b>LAND UND LEUTE</b>	15
<b>Landschaften</b>	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
<b>Geschichte der Region</b>	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
<b>Kultur und Lebensart</b>	43
Architektur	43
Maler und andere Künstler	47
Wirtschaft und Gesellschaft	50
Feste und Festivals	51
Essen und Trinken	53
<b>FISCHLAND – DARSS – ZINGST</b>	57
<b>Die Eingangstore zur Halbinsel</b>	58
Ribnitz-Damgarten	59
Graal-Müritz	70
Vinetastadt Barth	76
<b>Das Fischland</b>	84
Dierhagen	85
Wustrow	88
Ahrenshoop	100

<b>Fischland-Rundwanderung/</b>	
<b>Radtour</b>	107
<b>Der Darß</b>	114
Born a. Darß	115
Wieck a. Darß	119
Prerow	123
<b>Radtour von Prerow zum Weststrand und nach Darßer Ort</b>	129
<b>Der Zingst</b>	136
Ostseeheilbad Zingst	137
Radtour von Zingst nach Pramort	141
<b>HANSESTADT STRALSUND</b>	147
Annäherung	148
Stadtgeschichte	148
Altstadt	150
<b>REISETIPPS VON A BIS Z</b>	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