

POLYGLOTT on tour

Polnische Ostseeküste

Mit großer Faltkarte & 80 Stickern
für entspanntes Reisen und Entdecken

Mit individueller
APP (siehe S. 18)

NEU



Polnische Ostseeküste

Die Autorin
Renate Nöldeke

Mit großer Faltkarte
& 80 Stickern
für die individuelle Planung

www.polyglott.de



SPECIALS

- 26 Unterwegs mit Kindern
- 83 Danzig (Gdańsk)
- 91 Schatzsuche am Ostseestrand
- 125 Polens beste Strände
- 151 Europäische Rad-, Wander- und Kunstwege

ERSTKLASSIG!

- 28 Die besten Wellnessangebote
- 31 Die schönsten historischen Hotels
- 42 Bunte Märkte
- 45 Die besten Fischrestaurants
- 59 Die schönsten Aussichtspunkte
- 70 Gratis entdecken

ALLGEMEINE KARTEN

- 4 Übersichtskarte der Kapitel
- 34 Die Lage der polnischen Ostseeküste

REGIONEN-KARTEN

- 50 Stettiner Bucht
- 66 Pommersche Küste und Danziger Bucht
- 105 Untere Weichsel
- 123 Ermland und Oberland
- 137 Masuren

STADTPLÄNE

- 55 Stettin
- 85 Danzig
- 110 Toruń
- 118 Detailplan Malbork

6 Typisch

- 8 Die polnische Ostseeküste ist eine Reise wert!
- 11 Reisebarometer
- 12 50 Dinge, die Sie ...
- 19 Was steckt dahinter?
- 159 Meine Entdeckungen
- 160 Checkliste

20 Reiseplanung & Adressen

- 22 Die Reiseregion im Überblick
- 23 Klima & Reisezeit
- 23 Anreise
- 24 Reisen im Land
- 28 Sport & Aktivitäten
- 30 Unterkunft
- 152 Infos von A-Z
- 155 Register

32 Land & Leute

- 34 Steckbrief
- 36 Geschichte im Überblick
- 38 Kunst & Kultur
- 41 Natur & Umwelt
- 42 Feste & Veranstaltungen
- 43 Essen & Trinken
- 158 Mini-Dolmetscher

SYMBOLLE ALLGEMEIN

-  Besondere Tipps der Autoren
-  Aktivitäten und Erlebnisse
-  Spannende Anekdoten zum Reiseziel
-  Top-Highlights und Highlights der Destination

46 Top-Touren & Sehenswertes

48 Stettiner Bucht

- 49 **Tour** ① Radtour auf zwei Inseln
- 51 **Tour** ② Woliński-Nationalpark: Wanderung
- 51 **Tour** ③ Auf schmaler Spur längs der Küste
- 52 Unterwegs in der Stettiner Bucht

64 Pommersche Küste

- 65 **Tour** ④ Leuchttürme und Strandseen
- 68 **Tour** ⑤ Wanderung im Słowiński-Nationalpark
- 68 Unterwegs an Pommerns Küste

78 Danzig und Umgebung

- 79 **Tour** ⑥ In die Kaschubische Schweiz
- 80 **Tour** ⑦ Schiffs- und Bahntour nach Hel
- 82 Unterwegs in Danzig
- 97 Unterwegs in Danzigs Umgebung

102 An der unteren Weichsel

- 103 **Tour** ⑧ Festungstädte an der Weichsel
- 104 **Tour** ⑨ Radtour zum Heiligen Hain
- 106 Unterwegs an der Weichsel

120 Ermland und Oberland

- 121 **Tour** ⑩ Auf Kopernikus' Spuren
- 122 **Tour** ⑪ Auf dem Oberländischen Kanal
- 124 Unterwegs im Erm- und Oberland

135 Masuren

- 136 **Tour** ⑫ Rings um die Großen Seen
- 138 **Tour** ⑬ Auf den »masurischen Meeren«
- 139 Unterwegs in Masuren

146 Extra-Touren

- 147 **Tour** ⑭ Längs der Pommerschen Küste
- 148 **Tour** ⑮ Von der Danziger Bucht ostwärts

	TOUR-SYMBOLS		PREIS-SYMBOLS	
①	Die POLYGLOTT-Touren		Hotel DZ	Restaurant
⑥	Stationen einer Tour	€	bis 29 EUR	bis 9 EUR
①	Hinweis auf 50 Dinge	€€	30 bis 60 EUR	10 bis 15 EUR
[A1]	Die Koordinate verweist auf die Platzierung in der Faltkarte	€€€	über 60 EUR	über 15 EUR
[a1]	Platzierung Rückseite Faltkarte			



Menschenleere Strände und ein unzersiedeltes Hinterland sind typisch für Polens Ostseeküste



TYPISCH

50 Dinge, die Sie ...

Hier wird entdeckt, probiert, gestaunt, Urlaubserinnerungen werden gesammelt und Fettnäpfe clever umgangen. Diese Tipps machen Lust auf mehr und lassen Sie die ganz typischen Seiten erleben. Viel Spaß dabei!

... erleben sollten

① **Drei Seen, eine Marina** Achtung! Beim Segeltörn ab Sztynort › S. 143, das günstig auf einer Halbinsel zwischen Mauer-, Kissain- und Lababsee liegt, sollten Sie die Badesachen nicht vergessen! Das Wasser glitzert einfach zu verlockend (Segelboot: 300 zł/Tag).

② **Fest im Sattel** Im gestreckten Galopp am Strand entlangpreschen, dass das Meerwasser nur so spritzt! Erfahrene Reiter können auf dem Reiterhof Malechowo › S. 69 in der Nähe von Kołobrzeg aufsitzen (Ausritt: 1 Std./40 zł).

③ **Ab in die Pilze!** Ausgerüstet mit Körbchen und Pinsel, genau wie die Polen, geht's im Herbst in die Johanniskircher Heide. Getrocknet lassen die Pilze sich auch gut mit nach Hause nehmen. Hilfe bietet der Gutshof Łuknajno bei Mikołajki › S. 144 an.

④ **... 300, 301, 302 ...** der Aufstieg ist mühsam, lohnt sich aber, denn vom Turm der Marienkirche S. 89 in Danzig blickt man nicht nur über die alten Dächer der Hansestadt, sondern über die Mottlau hinaus bis zur Westerplatte.

⑤ **Stettin Underground** Das weitverzweigte unterirdische Bunkersystem, das bis 1941 entstand, lockt in Stettins › S. 52 Unterwelt. Bei der Führung geht es fünf Stockwerke in die Tiefe, also warm anziehen! (ul. Kolumba 1/6, www.schron.szczecin.pl, tgl. 12 Uhr; 60 zł).

⑥ **Kinder an die Macht!** Feiern Sie zusammen mit polnischen Familien in Gdynia › S. 99 am 1. Juni den Weltkindertag. Es gibt Fressbuden, Gewinnspiele, Masken- und Kostümbildner an der Strandpromenade und einen Superspielplatz.

⑦ **Grenzenloses Bikevergnügen** auf der Radtour, die von Świnoujście 12 km, parallel zur Uferpromenade, zu den deutschen Kaiserbädern, über Ahlbeck und Heringsdorf bis Bansin führt (Radverleih: Usedom Rad, UBB Bahnhof, Wojska Polskiego, www.usedomrad.de, 9 €/Tag; Rückfahrt mit der Usedomer Bäderbahn, Erw. 2 €, Rad 4 €). › S. 58

⑧ **Im Schlamm suhlen** – eine Alternative zur Wanne voll Moor ist die Moorpackung mit gesundheitsförderndem Torf aus einem Moor nahe Kołobrzeg › S. 68 (Day Spa Gałazka Oliwna, ul. Mariacka 12/I, www.galazkaoliwna.pl, 110 zł).

9 Satz und Sieg Der breite Sandstrand von Łeba › S. 73 ist das beste Beachvolleyball-Feld, das man sich wünschen kann – Netze, Zuschauer und Mitspieler findet man vor Ort.

10 Auf Polens schönstem Fluss Bei einer kurzen Paddeltour von Krutyń › S. 145 aus auf der Krutynia bis Utka geht es teilweise unter einem dichten Laubdach hindurch; zwischendurch locken kleine Badestellen (13 km, 2er-Kajak/Tag 20 zł).

... probieren sollten

11 Ein Topf, viel Fantasie Für Bigos, den gern in großen Kesseln gekochten polnischen Sauerkrauteintopf, gibt es diverse Rezepte. Richtig deftig mit Schweinebauch, Würsten und Speck ist er am besten. Eine gekonnte Mischung serviert das Lokal Pod Kogutem › S. 57 in Stettin.

12 Kalte Rote-Bete-Suppe Den *Barszcz* gibt es in vielen Variationen – kalt *Chłodniki z botwinki* genannt. Aus jungen Rüben und dem frischen Grün der Blätter zaubert das Metamorfosa › S. 93 in Danzig ein herrlich leichtes Sommergericht.

13 Pierogi Ruskie Einfach (und ein Klassiker: die Teigtaschen, gefüllt mit dem sehr trockenen polnischen Quark. Darüber kommen gebratener Speck und geröstete Zwiebeln. Himmlisch im Restaurant Goldwasser › S. 94 in Danzig.



Zahlreiche Segler zieht es an die Masurischen Seen

14 Räucherfisch Unnachahmlich: das leicht holzige Aroma von Räucherfisch. Auf Hel › S. 76 gibt es einige Räuchereien (*Wędzarnia Ryb*). Tipp: der Heilbutt von Okienko (ul. Księdza Bernarda Sychty 135, 84-140 Jastarnia, www.okienko-jastarnia.pl).

15 Würzige Häppchen Die Polen konservieren ihr Gemüse für den Winter in Essig oder Salzlake. Lecker eingelegte Gurken – am besten schmecken die mit Knoblauch – findet man am Stand vor der Danziger Markthalle › S. 89.

16 Bier im Sommer Besonders polnische Frauen genießen ihr Bier gerne etwas lieblicher als *Piwo z sokiem*, am besten mit einem Schuss Himbeer- oder Granatapfelsirup verfeinert, z.B. am dunklen Wasser der Nogat in Elblągs Taverna Tortuga (Bulwar Zygmunta Augusta, Mobil-Tel. 7 30 05 63 56). [F2]

17 Bier im Winter Weihnachtliche Wohlgefühle entfacht *Gzrane Piwo*,

Die Reiseregion im Überblick

Ein heller Gürtel feinen Sandstrands zieht sich über 500 km von der deutsch-polnischen Grenze auf der Insel Usedom Richtung Osten; landeinwärts liegen Seenplatten, von denen die masurische die schönste ist.

Die **Stettiner Bucht** reicht von der unteren Oder bis zur Küste. Sie umfasst das Delta des Flusses, der sich hier zu einem riesigen Haff weitet und mit drei Armen, vorbei an den Inseln Usedom und Wolin, in die Ostsee mündet. Einen Besuch lohnen vor allem Stettin sowie das Seebad Międzyzdroje, das zugleich der beste Zugangsort zum Woliński-Nationalpark ist.

Vielfältig ist auch die **Pommersche Küste**: Niedrige Kliffs wechseln ab mit sanft ansteigenden Dünen. Spektakulär präsentiert sich der Słowiński-Nationalpark, wo sich zwischen zwei Strandseen und das Meer ein Dünengebirge schiebt. Westlich von ihm liegen traditionsreiche Seebäder wie Kołobrzeg, Darłówko und Ustka; östlich ist die Küste einsam und wild – ein naturbelassener Strand reiht sich an den nächsten.

Im Osten schließt sich die **Danziger Bucht** an: Die alte Hansestadt bildet zusammen mit dem mondänen Badeort Sopot und der Hafencity Gdynia die von den Polen sogenannte Dreistadt. Landeinwärts erreicht man in einer knappen Stunde die **Kaschubische Schweiz**.

Oder man begibt sich ins **Erm- und Oberland** zwischen Frischem Haff und Masurischer Seenplatte. Ebenso wie die Region **an der unteren Weichsel** stand das Gebiet lange unter der Herrschaft der Deutschordensritter. Sehenswert sind die Marienburg und Toruń, eine intakte mittelalterliche Universitätsstadt – beide UNESCO-Weltkulturerbe.

Und wer in die Natur abtauchen will, fährt nach **Masuren**, ins Land der dunklen Wälder und kristallinen Seen.

Daran gedacht?

Einfach abhaken und entspannt abreisen



- Reisepass/Personalausweis
- Führerschein/Zulassungsbescheinigung Teil 1/Grüne Versicherungskarte
- Flug-/Bahntickets
- Kreditkarte
- Krankenversicherungskarte/Medikamente
- Ladegeräte für Handy, Tablet, Kamera
- Sitter für Pflanzen und Tiere besorgen
- Briefkastenleerung organisieren
- Kühlschrank/Mülleimer leeren
- Hauptwasserhahn abdrehen
- Fenster schließen
- Heizung runterstellen (im Winter)

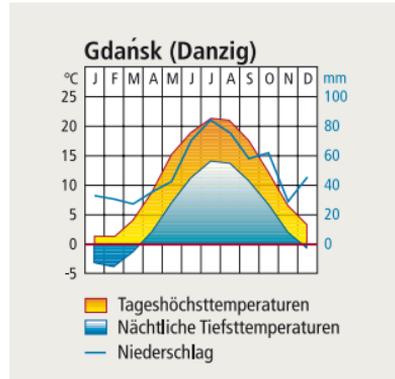
Klima & Reisezeit

Das Klima Nordpolens ist mit dem in Norddeutschland vergleichbar. Der kontinentale Einfluss sorgt jedoch für größere Beständigkeit: Die Winter sind kalt, die Sommer meist heiß – je weiter östlich, umso ausgeprägter.

Die östlich von Masuren gelegene Suwalki-Region wird auch als polnischer Nordpol bezeichnet, denn dort wird es bis zu $-37\text{ }^{\circ}\text{C}$ kalt. Winterurlaub an der Küste ist nur etwas für Hartgesottene; dagegen sind die tief verschneiten masurischen Seen und Wälder ein echter Geheimtipp – eine Märchenwelt wie aus Kindheitserinnerungen.

Im November/Dezember und von März bis Mitte Mai ist das Wetter unberechenbar. Ab Frühsommer wird es dann beständiger. Der sonnige August ist die beste Reisezeit, während es im Juli häufig regnet. Der Ostwind bringt normalerweise längere Perioden guten Wetters mit sich, der – leider häufigere – Westwind beschert dagegen Abkühlung und Wolken.

Die bevorzugte Reisezeit vieler Landeskenner ist der goldene Herbst von September bis etwa Mitte Oktober, wenn der masurische Wald zur bezaubernden Farbkulisse wird. Der Touristenstrom ist dann bereits abgezogen, und die Tage sind häufig noch spätsommerlich warm und sehr sonnig.



Anreise

Mit dem Flugzeug

- **Lufthansa/LOT:** von München und Frankfurt/Main nach Danzig, von Berlin, Düsseldorf, Frankfurt/Main, Hamburg und München nach Warschau. Von Warschau weiter mit Bus oder Zug nach Danzig oder Stettin, www.lufthansa.de, www.lot.com.
- **Air Berlin:** von Berlin, Frankfurt/Main, Düsseldorf, Karlsruhe/Baden-Baden, Köln, München, Münster, Nürnberg, Saarbrücken, Stuttgart und Sylt nach Danzig, www.airberlin.com.
- **Wizzair:** von Lübeck, Dortmund sowie von Köln nach Danzig, www.wizzair.com.
- **Ryanair:** von Düsseldorf-Weeze nach Bydgoszcz, www.ryanair.com.

Steckbrief



- **Einwohner:** 7,4 Mio.
- **Regionale Gliederung:** unterteilt in die Woiwodschaften Zachodniopomorskie (Westpommern),

Pomorskie (Pommern), Warmińsko-Mazurskie (Ermland-Masuren)

- **Flüsse:** Weichsel 1047 km, Oder 752 km in Polen, Drewenz 253 km
- **Berge:** Der 329 m hohe Wieżyca (Turmberg) ist die höchste Erhebung im Norden des Landes.
- **Größte Städte:** Danzig 460 000, Szczecin 410 000, Bydgoszcz 356 000, Gdynia 247 000, Toruń 205 000 Einwohner



- **Religion:** 95 % der Polen sind römisch-katholisch.
- **Landesvorwahl:** 00 48
- **Währung:** Żłoty
- **Zeitzone:** MEZ

Lage

Polens Norden erstreckt sich gut 500 km entlang der Ostsee von der Grenze zu Deutschland im Westen bis zur russischen Grenze des Kaliningrader Gebiets im Osten.

Politik und Verwaltung

Nach dem Ende des kommunistischen Systems im Jahre 1989 wurde Polen mit der Verfassung von 1997 eine präsidentiale Republik. Die Nachwende-Zeit war durch häufige Regierungswechsel zwischen den Post-Solidarność-Parteien (1989 bis 1993, 1997–2001) und den sozialdemokratischen Postkommunisten (1993–1997, 2001–2005) charakterisiert. Die nationalistische Partei »Recht und Gerechtigkeit« (PiS) unter den Zwillingen Lech und

Jarosław Kaczyński wurde 2007 von der neoliberalen Bürgerplattform (PO) unter Donald Tusk abgelöst.

Außenpolitisch ist Polen auf klarem Kurs – seit 1999 in der NATO, seit 2004 in der EU. Zu Kontroversen führten die polnische Beteiligung am Irak-Krieg und der strikt pro-amerikanische Kurs bei der geplanten Stationierung des US-Raketenabwehrsystems auf polnischem Boden.

Erster Mann im Staat ist der Präsident, der für fünf Jahre gewählt wird (seit 2010 ist Bronisław Komorowski im Amt). Seine Befugnisse sind weitgehend repräsentativ. Im Zuge der Verwaltungsreform 1999 wurden aus 49 Woiwodschaften 16 größere Einheiten, die den Bundesländern vergleichbar sind.

Wirtschaft

Der Übergang vom Sozialismus zur Marktwirtschaft in den 1990ern wurde nach dem damaligen Finanzminister »Balcerowicz-Schocktherapie« genannt. Als zäh erwies sich die Restrukturierung der Schwerindustrie, die 100 000 Bergarbeiter den Arbeitsplatz kostete.

Noch heute arbeiten gut 15 % der Polen in der Landwirtschaft, viele davon auf Minihöfen, die nur der Selbstversorgung dienen. Nur größere, wettbewerbsfähige Betriebe erhalten EU-Direktbeihilfen. Ausländische Investoren sind stark präsent – angezogen von Billiglöhnen und einem großen Absatzmarkt. Im Zuge der Rezession 2009/2010 kehrten viele der rund 2 Mio. Gastarbeiter aus Großbritannien und Irland zurück.

Bevölkerung

Vor 1945, als die Ostseeküste zum Deutschen Reich gehörte, lebten dort mehrheitlich Deutsche. Als Folge von Vertreibung und Auswanderung ist ihre Zahl auf einige Tausend geschrumpft. Die meisten heutigen Bewohner sind Nachkommen von Zuwanderern aus Zentralpolen und von Vertriebenen aus den nach 1945 unter sowjetische Herrschaft gefallenen Ostgebieten Vorkriegspolens, hinzu kommen zwangsumgesiedelte Ukrainer.

Sprache

Polnisch ist eine westslawische Sprache und am engsten mit den sorbischen Sprachen verwandt; es ist auch dem Slowakischen ähnlich

und – entfernter – dem Tschechischen. Das Kaschubische, das in der Danziger Gegend noch von rund 50 000 Menschen gesprochen wird, ist eine eigenständige Sprache.

Religion

95 % der Polen sind Katholiken. Die 15 000 Kirchen des Landes sprechen für sich. Die Macht der Kirche ist geschichtlich begründet: Im 19. Jh. war sie eine Bastion des Polentums gegen die Besatzungsmächte, diese Rolle behielt sie während der NS-Besatzung und sogar während des kommunistischen Regimes bei. Gleichwohl bröckelt die kirchliche Macht. Kaum ein jüngerer Pole will sich vom Vatikan in Fragen der Empfängnisverhütung, Scheidung und Abtreibung etwas vorschreiben lassen. Mit der Demokratie hat die Kirche ihre politische Funktion verloren und mit der fortschreitenden Verwestlichung der Gesellschaft ihre ideologische Stärke.



Die Polen sind sehr traditionsverbunden



Die ehemalige Hansestadt
Danzig ist ein architektonisches
Juwel

TOP-TOUREN & SEHENS- WERTES



STETTINER BUCHT

Kleine Inspiration

- **Erste Stettin-Eindrücke** beim Bummel vom Schloss zur Hakenterrasse sammeln › S. 54
- **Das bunte Angebot auf dem Grenzmarkt** von Świnoujście nach einer Strandtasche durchstöbern › S. 60
- **Den weiten Blick über die Ostsee** vom höchsten polnischen Leuchtturm in Świnoujście aus genießen › S. 59
- **Bei Wanderungen an der Steilküste** windkrumme Kiefern bestaunen › S. 62





Pommerns wichtigste Stadt lohnt vor allem der restaurierten Altstadt und des weiten Hafengebiets wegen. Es ist der Auftakt für das Oderdelta, dessen drei Arme auf dem Weg zur Ostsee die Inseln Usedom und Wolin bilden.

Stettin, die wichtigste Stadt Pommerns, ist eine jugendlich-lebendige Stadt. Ein Bummel durch die kleine, z.T. rekonstruierte Altstadt mit dem Alten Rathaus und dem Schloss macht ebenso Spaß wie ein Besuch der zur Oder hinabführenden, pompösen Hakenterrasse. Von hier bietet sich ein Blick über das riesige Hafengebiet, auf dem sich einst Europas größte Werft befand. Mit einem Ausflugsschiff kann man sich durch die weitläufigen Hafenanlagen schippern lassen oder einen Trip aufs große Haff unternehmen. Großstädtisch präsentiert sich Stettin jenseits der Altstadt mit Prachtbauten aus der Gründerzeit, sternförmig angelegten Alleen und

weitläufigen Parks. Nach dem städtischen Sightseeing folgt das Badevergnügen: Die breitesten Strände der Ostsee findet man in **Świnoujście** und **Międzyzdroje**. Die Insel Wolin, eine von drei Inseln, die das Mündungsdelta der Oder bilden, wartet im **Woliński-Nationalpark** mit einer überwältigenden Landschaft auf. Das zum tosenden Meer hin steil abfallende hügelige Land ist seit Urzeiten von einem herrlichen Mischwald überzogen. Wanderungen und Radtouren auf markierten Wegen bieten eine schöne Abwechslung zum Badespaß. Genau wie ein Orgelkonzert im eindrucksvollen Dom von **Kamień Pomorski**, nicht nur bei Regenwetter ein Erlebnis.

Touren in der Region



Radtour auf zwei Inseln

Route: Międzyzdroje › Łunowo › Przytór › Fähre Karsibór › Świnoujście › Fähre Centrum › Warszów › Międzyzdroje

Karte: Seite 50

Länge: 42 km

Praktische Hinweise:

- Räder verleiht z.B. das Amber Hotel.
- Zwischen den Inseln Wolin und Usedom pendeln regelmäßig Fähren.
- Der Radweg ist erst blau, dann grün (R-10) markiert.

Tour-Start:

Prächtiger Laubwald, zwei Fahrpassagen über die Świna, Seebäder und viel Strand – dies ist die ideale Einstiegstour für alle Pedaltreter! Vom Zentrum in **Międzyzdroje 4** > S. 60 fährt man südwärts auf der ul. Nowomyśliwska, passiert die Zugunterführung und erreicht in Lubiewo die Straße E65 Wolin – Świnoujście. Ein kurzes Stück folgt man ihr westwärts und biegt nahe dem ersten Gebäude links in den blau markierten Radweg ein. Breit und bequem folgt er sodann einer in den Wald geschlagenen Hochspannungstrasse 5 km bis Łunowo. Hier biegt man erst links in den Schotterweg ul. Gajowa, dann rechts in die ul. Zalewowa ein. Die blauen Radwegmarkierungszeichen

führen zum Dorf Przytór auf eine viel befahrene Straße, der man nach links 3 km zur Anlegestelle Karsibór folgt. Hier setzt man mit der Fähre über die Świna nach Usedom.

Am gegenüberliegenden Ufer geht es nordwestwärts weiter – der weiterhin blau markierte Radweg verläuft parallel zur belebten Straße durch dichten Wald. Nach 4 km ist **Świnoujście 3** > S. 58 erreicht – am attraktivsten präsentiert sich das Seebad im Strand- und Parkbereich.

Vom Zentrum der Stadt setzt man mit der Fähre wieder auf die Insel Wolin über und folgt der schattigen Barlickiego-Straße. Ab hier ist der Radweg als R-10 mit grünen Markierungszeichen versehen. Hinter dem Vorort Warszów quert man einen Bahnübergang



Touren in der Stettiner Bucht

Tour 1

Radtour auf zwei Inseln

Międzyzdroje > Łunowo
> Przytór > Fähre Karsibór >
Świnoujście > Fähre Centrum >
Warszów > Międzyzdroje

Tour 2

Wanderung im Woliński-Nationalpark

Międzyzdroje > Wisentreservat
> Warnowo > Wiselka
> Międzyzdroje

Tour 3

Auf schmaler Spur längs der Küste

Trzęsacz > Rewal > Niechorze
> Pogorzela

nach links und folgt der ul. Ku Morzu nordwärts Richtung Küste. Bevor sie erreicht ist, kommt man zu einer Gabelung und biegt rechts ab – als Landmarke dient ein gut sichtbarer Turm in 2 km Entfernung. Durch Wald führt der Radweg R-10 parallel zur Küste zurück nach Międzyzdroje.

Tour 2 Wanderung im Woliński- Nationalpark

Route: Międzyzdroje › Wisent-Reservat › Warnowo › Wiselka › Międzyzdroje

Karte: Seite 50

Länge: 23 km (Tagestour)

Praktische Hinweise:

- Der Weg ist anfangs grün, ab Wiselka rot markiert; Einkehr ist in Wiselka möglich, doch mehr Spaß macht ein Picknick am Strand.
- Badesachen und Sonnenschutzmittel nicht vergessen!
- Hilfreich ist der Kauf der Karte »Woliński Park Narodowy« (Parkverwaltung im Naturkundemuseum Międzyzdroje › S. 60).

Tour-Start:

Vom Zentrum in **Międzyzdroje** **4** › S. 60 führt der grün markierte Weg (R-10) ostwärts zum Wisentreservat (Zagroda Pokazowa Żubrów). Weiter in östlicher Richtung geht es auf dem Waldweg bis zum Dorf Warnowo und zum gleichnamigen See. Unmittelbar anschließend läuft man am Ufer des Czajczesees ent-

lang und kommt ins Dorf Wiselka. Hier quert man die Straße 102 und folgt der ul. Leśna durch das Eingangsportale des Nationalparks › S. 61 (wer will, kann hier auf dem schwarz markierten Weg einen Abstecher zum Leuchtturm Kiekut unternehmen: zusätzlich 4 km). Die Haupttour führt nordwestwärts zum Strand, wo die spektakulärste Etappe beginnt: 8 km wandert man am Fuß der Steilklippen durch weißen Sand – zur Rechten das Meer, in dem man sich immer wieder erfrischen kann. Vorbei an bunten, am Strand aufgebockten Fischerbooten geht es schließlich ins Zentrum von Międzyzdroje zurück.

Tour 3 Auf schmaler Spur längs der Küste

Route: Trzęsacz › Rewal › Niechorze › Pogorzelica

Karte: Seite 50

Länge: Trzęsacz › Pogorzelica ca. 10 km, Fahrtdauer 30 Min.

Praktische Hinweise:

- Man kann an jeder Station aussteigen und mit der nächsten Bahn weiterfahren.

Tour-Start:

»Ciuchcia Retro« heißt die dampfbetriebene altertümliche Bahn, die an jedem Maiwochenende sowie von Juni bis Mitte September täglich in Gryfice startet und nach Pogorzelica fährt. Da sie sehr gemütlich

durch die pommersche Landschaft tuckert, benötigt sie für die 55 km lange Strecke fast zwei Stunden! Anschließend pendelt die Bahn den ganzen Tag zwischen Pogorzelica und Trzęsacz, bevor sie abends ins Eisenbahnmuseum von Gryfice zurückkehrt. Das ermöglicht einen schönen Halbtagesausflug: Nach Besichtigung der Kirche von Trzęsacz **7** > S. 63, die einst 2 km landeinwärts stand, nun aber haarscharf am Abgrund thront, steigt man in den Retro-Express und lässt sich nach Rewal bringen, einem beliebten Kurort. Hier lohnt ein Spa-

ziergang am brandungsumtosten Strand. Nächste Station ist Niechorze mit einem Leuchtturm, der weiten Ausblick über die raue, nordisch anmutende Landschaft verschafft. Bei klarer Sicht erkennt man am Horizont die dänische Insel Bornholm! In Pogorzelica empfiehlt sich ein Picknick in den Stranddünen, bevor man sich wieder auf den Rückweg macht.

Verkehrsmittel

Von Stettin kommt man per Zug oder Bus zur Küste. Dort verbinden Busse mehrmals täglich alle größeren Orte.

Unterwegs in der Stettiner Bucht

Szczecin

(Stettin) **1** [A3]

Die einst flächenmäßig drittgrößte deutsche Stadt zählt heute 410 000 Einwohner und liegt am Westufer der Oder, 20 km vor deren Mündung ins Stettiner Haff (Zalew Szczeciński). Szczecin ist industrielles und kulturelles Zentrum von Westpommern (Pomorze Zachodnie), das etwa der historischen Region Hinterpommern entspricht.

1945 wurde die Parole ausgegeben: »Stettin ist zum polnischen Mutterland zurückgekehrt«. Diese Geschichtsklitterung sollte den Polen helfen zu vergessen, dass sie die Großstadt lediglich der Gnade Stalins verdankten. Waren die Polen im 12. Jh. Herren über das slawische

Stettin, übernahm es im 13. Jh. die Dynastie der Greifen. Später wurde die Stadt von Deutschen besiedelt, die erst infolge des Zweiten Weltkriegs vertrieben wurden; in ihre Häuser zogen die gleichfalls vertriebenen Polen ein. Für die heute hier lebenden Menschen ist Stettin längst zur selbstverständlichen Heimat geworden.

Die Stadt besitzt den neben Danzig und Gdynia (Gdingen) wichtigsten Hafen Polens und eine bedeutende Werft. Mit einer Universität, zahlreichen Hochschulen, Theatern und Konzertsälen ist Stettin auch kulturell eine der führenden Städte Polens. Der größte »Sohn« der Stadt ist eine Frau namens Sophie Friederike von Anhalt-Zerbst. Die spätere Katharina die Große, Zarin von Russland, hatte 1729 ganz in der

Nähe der Jakobikirche das Licht der Welt erblickt.

Sämtliche sehenswerten Bau-
denkmäler konzentrieren sich im
einst mittelalterlichen Stadtbereich,
sodass man sie im Rahmen eines
zwei- bis dreistündigen Spazier-
gangs bequem besichtigen kann. An
der Stelle der direkt am Fluss gelege-
nen Altstadt entstand um das Jahr
2000 eine Siedlung in historisieren-
dem Stil, die sich in Höhe und Brei-
te den früheren Häusern sowie dem
Straßenverlauf der alten Bebauung
anpasst.

Hakenterrasse **A**

Am besten beginnen Sie den Spa-
ziergang auf der Vorzeigestraße
Stettins, der ehemaligen **Hakenter-
rasse**, heute Wały Chrobrego, be-
nannt nach dem Stettiner Oberbür-
germeister Haken (Anfang des
20. Jhs.), der sie einst anlegen ließ.

Die Terrasse führt von der Ufer-
promenade hinauf zu drei repräsen-
tativen Gebäuden: Das ehemalige
Regierungsgebäude rechter Hand
(heute Woiwodschaftssitz) mit pati-
nierten Kupferdächern ist dem Stil
der niederländischen Renaissance
nachempfunden. Auf der Fassade
des **Schiffahrtsmuseums** in der Mit-
te (ul. Waly Chrobrego 3, 70-500
Stettin, Di/Mi, Sa 10–18, So 10–16,
Do 10–20 Uhr, Eintritt 10/5 zł) sind
die großen Architekturleistungen
der Menschheit dargestellt, darun-
ter der Kölner Dom. In der ehema-
ligen **Landesversicherungsanstalt**
links fand die Marinehochschule
Aufnahme.

Am Hafen

Nicht weit entfernt ist die **Anlege-
stelle der Ausflugsschiffe** **B** (Dwor-
zec Morski; ul. Jana z Kolna), die in
das riesige **Hafengelände** mit un-



Blick auf die Hakenterrasse in Stettin