

# ***POLEN***

*Mark Salter*



# INHALT

Anreise			
Unterwegs in Polen		15	
Übernachten		24	
Essen		.....30	
Trinken		.35	
Reisepraktisches		.....37	
Einreiseformalitäten.....	37	Landkarten.....45	
Öffnungszeiten und Feiertage... ..	38	Kommunikation und Medien ... . 47	
Feiertage und Festivals.....	39	Polizei und Kriminalität.....50	
Gesundheit und Versicherung.	42	Preise und Finanzen..... .. 51	
Information.....	43	<b>Wissenswertes von A bis Z</b> .....53	
Internet.....	44		
Geschichte		57	
<b>Mazowsze/Masowien</b>		...90	
Warszawa/Warschau		...94	
Geschichte.....	95	Unterhaltung.....	.114
Praktische Informationen.....	96	Nachtleben.....	114
Übernachten.....	104	Einkaufen.....	.117
Essen und Trinken.....	107		
<b>Sehenswertes</b>			119
Altstadt/Stare Miasto.....	121	Śródmieście.....	143
Neustadt/Nowe Miasto.....	130	Lazienki-Park.....	154
Muranów und Mirów - das jüdische Warschau.....	137	Die Vororte.....	163
<b>Mazowze/Masowien</b>			166
Der Kampinoski-Nationalpark.....	167	Lowicz.....	172
Zelazowa Wola.....	168	Arkadia und Nieborów	173
<b>Der Norden Masowiens</b>			175
Jabtonna.....	175	Ciechanów.....	178
Puttusk.....	176		
<b>Der Westen Masowiens</b>			179
Burg Modlin.....	179	<b>Ptock</b>	181
Czerwińsk nad Wisła.....	180		
<b>Südlich von Warschau</b>			184
Göra Kalwaria.....	184	<b>tödZ/Lodsch</b>	190
Czersk.....	188		

---

<b>Der Nordosten</b>	.....	200
<b>Gdahsk/Danzig und Umgebung</b>	.....	204
<b>Gdahsk/Danzig</b>	204	Gniew.....252
Westerplatte.....	229	Grudziadz/Graudenz.....253
Wrzeszcz/Langfuhr.....	230	<b>Chetmno/Kulm</b>
Oliwa/Oliwa.....	231	.....254
Sopot/Zoppot.....	233	<b>Toruh/Thorn</b>
Gdynia/Gdingen.....	236	.....256
Halbinsel Hel/Hela.....	239	Golub-Dobrzyn.....263
<b>Die Kaschubei</b>	242	Stutthof/Sztutowo.....265
Zukowo/Zuckau und		Die Wislana-Halbinsel.....267
Kartuzy/Karthaus.....	242	Elbla.g.....267
Ausflüge in die Kaschubei.....	244	Kadyny/Cadinen.....272
Entlang der Wista/Weichsel.....	246	<b>Frombork/Frauenburg</b>
<b>Malbork/Marienburg</b>	..247	.....273
Kwidzyn/Marienwerder.....	251	Pastek.....276
		Mora.g.....277
		Der Elblqg-Kanal.....278
<b>Masuren</b>		280
<b>Olsztyn/Allenstein</b>	.....282	Orneta.....288
Lidzbark Warmihski/Heilsberg	.....286	Südlich von Olsztyn.....288
<b>Die Masurische Seenplatte</b>	.....	291
Mr^gowo/Sensburg.....	294	GiertoZ/Görlitz.....299
Swieta Lipka.....	296	Mikotajki/Nikolaiken.....302
Ketrzyn/Rastenburg und die		Südlich von Mikotajki.....304
Wolfsschanze.....	299	Gizycko/Lötzen.....307
<b>Die Suwalszczyna</b>		310
<b>Augustöw und Umgebung</b> .....	310	Die Route nach Wizajny.....320
Suwatki und Umgebung.....	314	Die Route nach PuhsK und Sejny
<b>Biatystok und das Grenzgebiet zu Weißrussland</b>		327
<b>Biatystok</b> .....	328	Die Puszcza Biatowieska/
Die Umgebung von Biatystok.....	335	Biatowiezer Heide.....344
Tykocin.....	338	Biatowieza und der Naturpark..
Der Biebrza-Nationalpark..	339	.....344
Kruszyniamy und Bohoniki	.....340	Bielsk Podlaski.....349
Hajnówka.....	343	Siemiatycze.....350
<b>Südostpolen</b>		353
<b>Lublin</b>	.....356	Biaia Podlaska.....375
Lubartöw.....	372	Chetm.....380
Koztöwka.....	373	Wtodawa.....383
<b>Westliches Ostpolen</b>		384
Naleczöw.....	384	<b>Kazimierz Dolny</b>
Putawy.....	385	.....387
		<b>Sandomierz</b>
		.....392

<b>Zamosc</b>	398	<b>taricut</b>	416
Szczecbrzeszyn'	405	Lezajsk	421
Zwierzyniec	406	Jarostaw	422
Rzeszów	407	Przemysl	424
Tarnów	411	Umgebung von Przemysl	430
<b>Die Region um Sanok</b>			430
<b>Sanok</b>	431	Lesko und das Vorgebirge	436
Holzkirchen rund um Sanok	435		439
<b>Die Beskiden/Bieszczady</b>			439
Von Ustrzyki Dolne nach Ustrzyki		Gorlice	458
Görne	442	Wandern im Beskid Niski	459
Wandern in den Beskiden	444	<b>Beskid Sąddecki</b>	461
Von den Bergen in die Täler	449	<b>Nowy Sącz</b>	461
<b>Beskid Niski</b>	452	Stary Sącz	465
Krosno	452	Das Poprad-Tal	466
Dukla	456	Krynica	468
			471
			474
<b>Kleinpolen und Tatra</b>		Der Wawel-Hügel	518
<b>Kraków/Krakau</b>		Kazimierz, das Ghetto u. Ptaszów	528
Geschichte	475	Die Vororte	548
Praktische Informationen			552
Sehenswertes	500	Pinczów	578
<b>Matopolska/Kleinpolen</b>		Szydów	580
Oswiecim/Auschwitz und		<b>Nord-Matopolska</b>	582
Brzezinka/Birkenau	552	Kielce	582
Kalwaria Zebrzydowska und		Die Raj-Höhle	587
Wadowice	562	Checiny	588
Der Nationalpark Babia Góra und		Das Tokarnia Freilichtmuseum	589
Umgebung	564	<b>Göry Swietokrzyskie/Heilig-Kreuz-</b>	
Zywiec	566	<b>Berge</b>	590
Ojców-Tal und Route der		Lysogöry/Kahle Berge	590
Adlerhorste	567	Wachock	594
<b>Czestochowa/Tschenstochau</b>	570	Szydowiec	595
Jasna Góra/Heller Berg	574		597
Jedrzejów	577	Niedzica und entlang der slowa-	
<b>Podhale und Tatra</b>		kischen Grenze nach Westen	616
Rabka und Gorce	599	Szczawnica und Umgebung	617
Nowy Targ	600	<b>Das Pieniny-Gebirge</b>	618
<b>Zakopane</b>	601	Trzy Korony	618
Zakopane/Umgebung	607	Die Dunajec-Schlucht	620
<b>Hohe und Niedere Tatra</b>	611		
Wandern in der Tatra	612		
Die Region von Spisz	615		

<b>Slask/Schlesien</b>		622
<b>Wroclaw/Breslau und Umgebung</b>		626
<b>Wroclaw/Breslau</b>	.626	Die Seenregion Zmigröd u. Milicz .647
Sleza und Sobötka/Zopten	.645	Legnica/Liegnitz.....649
TrzebnicaATrebnitz.....	.646	Legnickie Pole/Wahlstatt.....651
<b>Nordwest-Schlesien</b>		652
Gtögöw/Glogau.....	652	Zagah/Sagan.....654
Zielona Göra/Grünberg	.653	
<b>Südwest-Schlesien</b>		655
<b>Jelenia Göra/Hirschberg</b>		655
Cieplice Sla,skie-Zdröj/Bad		Sobieszöw/Hermsdorf. 658
Warmbrunn.....	657	
<b>Karkonosze-Gebirge/Riesengebirge</b>		659
Szklarska Poreba/Schreiberbau....	660	Wanderungen von
Karpacz/Krummhübel.....	661	Karpacz/Krummhübel aus. .662
<b>Vom Riesengebirge in die Region Ktodzko/Glatz</b>		663
Krzeszöw/Grüssau.....	664	Swidnica/Schweidnitz.....668
Bolköw/Bolkenhain.....	665	Henryköw/Heinrichau.....670
Ksia,z/Fürstenstein.....	667	
<b>Die Region von Ktodzko</b>		.....670
Ktodzko/Glatz.....	671	Ins Göry Stotowe/Heuscheuer-
Wambierzyce/Albendorf.....	673	Gebirge.....676
Duszniki-Zdröi/Bad Reinerz.....	674	Bystrzyca Ktodzka/Habelschwerdt 677
Westlich nach Kudowa-Zdröj und		Miedzygörze und Masyw Snieznika.678
Göry Stotowe.....	675	Durch die Berge nach Lqdek-Zdröj/ Bad Landeck und Umgebung.....679
<b>Von Paczköw nach Nysa</b>		
Paczköw/Patschkau.....	680	Nysa/Neiße.....682
Otmuchöw/Ottmachau.....	681	
<b>Südost-Schlesien</b>		684
<b>Brzeg/Brieg</b>	684	Göra Swietej Anny/Sankt Annaberg .690
<b>Opole/Oppeln</b>	.....686	
<b>Das Ballungsgebiet von Katowice</b>		691
Tarnowskie Göry/Tarnowitz.....	694	Szczyrk und die Beskid slqski/ Schlesischen Beskiden.....699
Pszczyna/Pless.....	695	Cieszyn/Teschen.....701
Bielsko-Biala.....	697	
<b>Wielkopolska/Großpolen und Pomorze/Pommern</b>		706
<b>Wielkopolska/Großpolen</b>		707
<b>Poznan/Posen</b>	708	Rogalin.....727
Körmik.....	725	Wielkopolski-Nationalpark . . . . 728

<b>Leszno/Lissa</b>	730	Die Schmalspurbahn.....	743
Wolsztyn.....	732	<b>Biskupin</b>	.....743
<b>Kalisz</b>	733	Die Piastenroute: Von Trzemeszno	
Gotuchów.....	734	nach Inowroctaw.....	745
<b>Gniezno/Gnesen</b>	736	Inowroctaw/Hohensalza.....	747
Der Jelonek-See .....	741	Wtoctawek/Leslau und	
Der Lednica-See.....	741	Ciechocinek.....	748
<b>Znin</b> .....	742		
<b>Pomorze/Pommern</b>			751
<b>Bydgoszcz/Bromberg</b>	753	Dartowo/Rügenwalde und	
<b>Die Pommersche Seenplatte</b>	755	Umgebung.....	764
Chojnice/Konitz und die östliche		Koszaliin/Kösel.....	765
Seenplatte.....	756	<b>Kotobrzeg/Kolberg</b>	.....766
Die westliche Seenplatte:		Entlang der Hanseroute.....	767
Szczecinek und Czaplinek.....	757	<b>Kamieh Pomorski/Cammin</b>	. 7 6 9
<b>Leba und Umgebung</b>	758	<b>Die Insel Wolin/Wollin</b>	. 7 7 1
Der Sfowiński-Nationalpark.....	760	Swinoujscie/Swinemünde.....	774
Stupsk/Stolp.....	762	<b>Szczecin/Stettin</b>	.....774
		Stargard Szczeciński/Stargard.....	783
<b>Sprachführer</b>			786
<b>Sach- und Personenindex</b>			.....795
<b>Geografischer Index</b>			.....796
<b>Kartenverzeichnis</b>			.....800

_____	Autobahn	ynsL	Konzentrationslager
_____	Hauptstraße	" / \	Gebirgszug
_____	Nebenstraße	•	Berggipfel
TTTTmmrr	Treppenwege	(7)	Information
	Wege	H	Post
	c k u r • tisenaoannnie	w	DUSifa II6ST6II6
	Fährlinie	•MMMM.	Wall oder Befestigungsanlage
	Staatsgrenze	HI	<b>Gebäude</b>
	Fluss	13	<b>Kirche (Stadtplan)</b>
<b>X</b>	Flughafen	/	Kirche (Übersichtskarten)
	Campingplatz	\$	Synagoge
®	Übernachtung	[V <sup>1</sup>	<b>Friedhof</b>
II	Restaurant	P3~	<b>Jüdischer Friedhof</b>
<i>j</i>	Grenzstation	•	<b>Wald</b>
•	Sehenswürdigkeit		Park
		↳ j	Nationalpark