





In Mecklenburg-Vorpommern führen viele Wege von See zu See, über sanfte Hügel und durch tiefgrüne Wälder direkt bis ans Meer. Nur in die Höhe geht es selten - es sei denn auf einen Leuchtturm oder eine Kirche. Darüber freuen sich vor allem Familien und Gelegenheitswanderer.

WANDERLAND Natur entdecken Vielfalt erleben Gastfreundschaft genießen	
WANDERTOUREN	
Bodden-Panoramaweg	
Falladas Fridolinwanderung Hochuferweg Jasmund	
Darßer Sterntouren — 16	
Erlebnistouren Nordusedom — 18	
Müritz-Nationalpark Weg — 20	
Malchiner Becken Sterntouren — 22	
Warnow-Durchbruchstal Rundtour — 24	
Klosterdreieck Rundtour — 20 26	
Thalasso-Kurweg — Z8	
Europäische Fernwanderwege — 30	1
Kloster- und Pilgerwege in MV — 3 I	
Barrierefreie Wanderangebote/	
Kur- und Heilwälder —	
Ansprechpartner — 36	
Übersichtskarte MV — 38	

www.auf-nach-mv.de/wandern



Wilde Schönheit mit reichlich Charme

Ob entspannter Tagesausflug, abenteuerliches Wochenende oder sportlicher Kurzurlaub - im Küstenland finden Wanderfreunde das Natürliche und Ursprüngliche, das anderswo längst verloren ging.











Paradiesische Zustände: Seltene Salzastern, glückliche Wanderer, stolze Seeadler, stille Strände, blauer Moorfrosch.



Fotos: J. Reich (Moore in MV, Hinstorff Verlag 2007) (2) \cdot TMV/outdoor-visions.com (1) \cdot TMV/Voigt & Kranz (1) \cdot TMV/Steindorf-Sabath (1)

ier schmeckt die Luft nach Meer, Wald und Freiheit. Die frische Brise sorgt für einen klaren Kopf. In stiller Weite entdecken Wanderer wilde Küsten

mit schneeweißen Kreidefelsen, tiefgrüne Wälder mit uralten Baumriesen, romantische Moore und schilfgesäumte Seen, sanfte Hügel und neue Horizonte. Begleitet werden sie von röhrenden Hirschen, schreienden Adlern und Jachenden Möwen

Frische Kraft schenken ein Sprung in die Wellen oder ein Fischbrötchen direkt vom Kutter Für helle Freu-

de sorgt die Sonne, die in Mecklenburg-Vorpommern häufiger scheint als irgendwo sonst in Deutschland.

Manche Wanderer steigen unterwegs einfach um und gehen mit Fahrrad, Boot oder Pferd auf Tour. Aber egal wie man sich auf den Weg macht: Das gesunde Heilklima im Norden bietet beste Bedingungen für eine aktive Erholung. Gerade auch im Frühjahr und im Herbst.

www.auf-nach-mv.de/wandern

Sehenswürdigkeiten, so weit

das Auge reicht

Mecklenburg-Vorpommern ist zu jeder Jahreszeit eine Wanderreise wert. Küste und Binnenland verheißen großes Kino und leise Töne.



Uralte Giganten: Mit beruhigender Gelassenheit trotzen zahllose Baumriesen den Jahrhunderten.

Schatzkammer der Natur

In allen Teilen des Landes staunen Wanderer über die urige Natur. Ein Drittel des Landes steht unter Schutz. Drei Nationalparke, drei UNESCO-Biosphärenreservate und sieben Naturparke zählen zu den Nationalen Naturlandschaften. Die Buchenwälder in Serrahn und bei Sassnitz ernannte die UNESCO zum Weltnaturerbe. Ranger zeigen Abenteurern die verschwiegensten Winkel und die besten Plätze, um Kraniche, Hirsche und Seeadler zu beobachten.

www.natur-mv.de

Bezauberndes Spiegelbild: Sie sind zweifellos die Schönsten im ganzen Land.

Tanzplatz der Kraniche

Ein fulminantes Open-Air-Spektakel bieten Frühling und Herbst: Dann treffen sich allein in der Vorpommerschen Boddenlandschaft bis zu 50.000 Kraniche, so viele wie nirgends sonst in Europa. Wenn die eleganten Großvögel auf Wiesen und Weiden tanzen, sitzen Naturliebhaber am Aussichtspunkt Pramort in der ersten Reihe. Aber auch am Rederangsee im Müritz-Nationalpark, am Schaalsee in Westmecklenburg und im Naturpark Mecklenburgische Schweiz sind die Kraniche gut zu beobachten

www.auf-nach-mv.de/ kraniche



Kulturgeschichte vom Feinsten

Auf Schritt und Tritt begegnen dem Besucher im Norden architektonische Juwelen. Seit dem Mittelalter prägen die gotischen Backsteinkirchen die Hansestädte und Dörfer. Stralsund und Wismar blieben besonders gut erhalten und gehören deshalb zum UNESCO-Weltkulturerbe.

Herzöge und Fürsten hinterließen mehr als 2.000 Schlösser, Guts- und Herrenhäuser. Viele schmücken sich mit einem prächtigen Park von berühmten Landschaftsarchitekten wie Peter Joseph Lenné. Ihr grünes Wunder erleben Besucher im Rosengarten auf Gut Groß Siemen, im Park auf Gut Tellow und im Nutzgarten auf Gut Schwechow.

Typisch für Mecklenburg-Vorpommern ist auch die Bäderarchitektur. Zwischen den weißen Villen mit verspielten Türmchen, rustikalem Schnitzwerk und eleganten Balkonen lässt es sich herrlich flanieren. Genauso wie auf Seebrücken und Strandpromenaden.

www.auf-nach-mv.de/ architektur



Genuss vom Lande

Abseits der lebendigen Ostseebäder und Hansestädte wandern Urlauber in aller Ruhe über bunte Wiesen, buckliges Kopfsteinpflaster und durch stattliche Alleen zu verträumten Dorfkirchen und imposanten Klöstern. Für eine gesunde Stärkung sorgen zahlreiche Hofläden und Hofcafés am Wegesrand. Hier servieren die Bauern, was die eigenen Wiesen und Äcker hergeben: Eier von glücklichen Hühnern, Käse aus der Schafscheune und Äpfel von der Streuobstwiese.

www.auf-nach-mv.de/ landurlaub

> Herzogliches Vergnügen: Das kleine Fest im großen Park rund um das Ludwiasluster Schloss.

Kaiserliche Flaniermeile: Die Seebrücke in Ahlbeck lädt zum Schlemmen und Baden in exklusivem Ambiente ein.

Das ganze Land eine Bühne

Ob Klassikkonzert oder Piratenspektakel, Heringswoche oder Hengstparade, Segelevent oder Drachenfest, ob in einer Backsteinkirche, in einem Schloss, an einem See oder direkt am Strand das Küstenland verzückt die Augen, Ohren und Gaumen seiner Gäste zu jeder Jahreszeit. Zu den Höhepunkten gehören die Festspiele MV. Kunst:Offen, die Hanse Sail und die Störtebeker Festspiele. Alljährliche Highlights für Wanderfreunde sind der Rügener Wanderfrühling und Wanderherbst mit geführten Touren über Deutschlands arößte Insel.

www.auf-nach-mv.de/ veranstaltungen



WanderParadies mit dichtem Wegeund Servicenetz





Pure Lust: Entdecker freuen sich über schier unbegrenzte Touren-Möglichkeiten und ein Urlaubsland wie aus dem Bilderbuch.









Gute Reise: Etliche Wegweiser und freundliche Einwohner sorgen für Orientierung. Vor allem auf dem Land sind zahlreiche Beherberger auf wandernde Gäste eingestellt.

In Mecklenburg-Vorpommern verbinden sich Tausende Kilometer Wanderwege zu abwechslungsreichen Touren. Die überwiegend naturbelassenen Wege verlaufen meist abseits der Straßen durchs ganze Land. Fast alle sind gut ausgebaut und beschildert. Viele kreuzen sich und können je nach Anspruch und Schwierigkeitsgrad kombiniert, abgekürzt oder verlängert werden. Drei Europäische Fernwanderwege führen durch das Land - einer von der Ostsee nach Süden, einer von der Oder zur Elbe und einer immer an der Küste entlang. Hinzu kommen zahlreiche Stern- und Rundtouren. Außerdem finden Wanderer in allen Regionen spannende Kurztouren

Überall laden schöne Picknickplätze und gemütliche Gasthöfe zum Verweilen ein. Hier kommen frischer Fisch und andere regionale Köstlichkeiten auf den Tisch. Zertifizierte Hotels, Pensionen, Campinaplätze und Gasthöfe nehmen durchreisende Wanderer auch für eine Nacht auf. Viele Beherberger und Veranstalter organisieren auf Wunsch einen Shuttle-Service und bringen das Gepäck zum nächsten Etappenziel. Wer sich vom GPS-Gerät durchs Land lotsen lassen will, kann sich bei www.auf-nach-mv.de/wandern.zahlreiche Touren. als GPX-Datei herunterladen. Außerdem bieten mehrere Verlage aktuelle Karten für alle Regionen an.

www.auf-nach-mv.de/wandern

Rügen | Neuenkirchen · Ralswiek · Lietzow · Mukran

Stille Weite in der Boddenlandschaft

Auf dem als Qualitätsweg ausgezeichneten Bodden-Panoramaweg genießen Wanderer die ursprüngliche Landschaft rund um den Großen und Kleinen Jasmunder Bodden. Abseits der Tourismushochburgen geht es auf naturnahen, markierten Wegen über saftige Wiesen, durch stille Wälder und zuweilen hoch hinaus. Seeadler sind in der Boddenregion heimisch. Mit etwas Glück zeigen sich sogar Fischotter.

Los geht's im beschaulichen Örtchen Neuenkirchen. Von der gotischen Maria-Magdalena-Kirche mit Rügens ältester Glocke wandern Inselurlauber ostwärts nach Laase bis zur Brücke über den Liddower Strom.

Vorbei am Kulturgut Liddow, das mit regelmäßigen Kunstausstellungen zu einem Zwischenstopp lockt, führt der Weg immer parallel zum Ufer des Tetzitzer Sees in die bis zu 45 Meter hohen Banzelvitzer Berge. In Groß Banzelvitz lädt ein Walderlebnispfad dazu ein, die Natur mit allen Sinnen zu erleben.

Im leichten Auf und Ab schlängelt sich der Weg entlang der Schilfgürtel und über weitläufige Wiesen bis zum Buchberg. In dem am Berghang gelegenen Schloss Ralswiek können Wanderer fürstlich speisen und den majestätischen Boddenblick genießen. Im Sommer finden auf der Naturbühne Ralswiek die legendären Störtebeker Festspiele statt. Sehenswert ist auch der Landschaftspark rund um das Neorenaissance-Schloss

Der Weg führt mitten durch dieses dendrologische Kleinod, vorbei an Pyramideneichen, Platanen und Tulpenbäumen bis in den Ort Ralswiek mit seinen reetgedeckten Häusern und dem belebten Hafen.

Nächster Höhepunkt sind die Schwarzen Berge. Entlang des schattigen Waldweges liegen über 400 slawische Hügelgräber. Im Sommer verführt der Naturstrand in Lietzow zu einem Sprung ins kühle Nass. Einen Abstecher lohnt der Waldpark Semper mit neobarockem Schloss, schaurigem Hexenwald und historischer Wasserturmruine.

Am Kleinen Jasmunder Bodden geht es auf die letzte Etappe. Durch das Naturschutzgebiet Buddelin, einen naturnahen Buchenwald, verläuft der Weg über teilweise steiles Gelände bis nach Mukran. Eine geologische Rarität und einen kurzen Umweg wert sind die Feuersteinfelder. Gewaltige Sturmfluten spülten die faustgroßen Brocken vor etwa 4.000 Jaren an Land und warfen sie zu mächtigen Wällen auf.

Sehenswert

Maria-Magdalena-Kirche mit Rügens ältester Glocke, Störtebeker Festspiele in Ralswiek, Waldpark Semper bei Lietzow, Feuersteinfelder bei Mukran | **Abstecher:** Auf dem barrierefreien Baumwipfelpfad des Naturerbe Zentrums RÜGEN in Prora können Sie sich mit mächtigen Baumkronen urwüchsiger Buchen auf Augenhöhe bewegen

Kartenempfehlung

Verlag Grünes Herz: Halbinsel Jasmund, ISBN 978-3-86636-206-2 und Wittow/Kap Arkona, ISBN 978-3-86636-222-2 | Nordland Kartenverlag: Nationalpark Jasmund, ISBN 3-928397-10-9 und Rügen mit Hiddensee, ISBN 3-928397-06-0

Kontakt | Übernachtung

Tourismuszentrale Rügen GmbH www.ruegen.de | Kontakt auf Seite 36

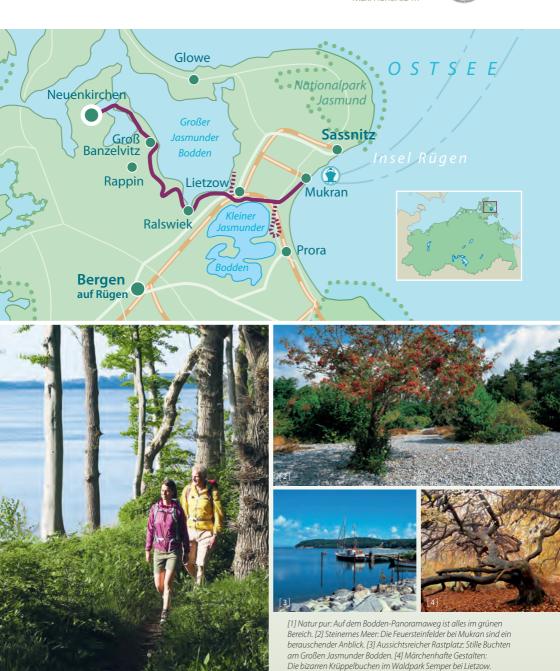
Erreichbarkeit

Von Berlin oder Hamburg mit dem IC und RE nach Bergen auf Rügen | www.bahn.de | Busanbindung vor Ort: www.vvr-bus.de



www.auf-nach-mv.de/ wandern-boddenpanoramaweg





[1]

Zu Fuß durch die Eiszeit

Dieser Wanderweg führt Sie durch die Feldberger Seenlandschaft. Der deutsche Schriftsteller Hans Fallada und seine Kinder waren einst wie verzaubert von ihren klaren Seen, unberührten Wäldern und ihrer reichen Tier- und Pflanzenwelt. In dieser Stimmung wurden die Texte vom frechen Dachs Fridolin geboren.

Der Name des Wanderwegs entspringt Hans Falladas Kinderbuch »Fridolin, der freche Dachs«, der viele Abenteuer in der Feldberger Seenlandschaft erlebt. Die Geschichte schrieb Hans Fallada für seine Tochter Lore als Geschenk zu Weihnachten 1944. Mit ihrem Bruder Ulrich durchstreifte sie die in der Eiszeit entstandenen bewaldeten Hügel, die weiten Sander und die malerischen Seeufer. Fallada hatte sich nach einem anstrengenden Stadtleben mit seiner Familie in der Feldberger Seenlandschaft niedergelassen, um endlich Ruhe zu finden.

Die Wanderung startet im idyllischen Ort Carwitz mit dem Wohnhaus Hans Falladas und seiner letzten Ruhestätte. Durch den Ortskern des alten Fischerdorfes geht es zum Schmalen Luzin, dem wohl schönsten See der Feldberger Seenlandschaft. Entlang der steilen Uferhänge führt der Weg zur Luzinfähre, einer der letzten handbetriebenen Seilfähren Europas - ein wahres Highlight für Wanderer. Nach der Überquerung des Sees führt der Weg über den Hünenwall und durch einen herrlichen 150-jährigen Rotbuchenwald über einen Bohlensteg durch das Kesselmoor. Der große Findling Teufelsstein trägt seinen Namen, da der Legende nach die Vertiefungen auf dem Stein die Kratzspuren des Teufels seien. Über einen aussichtsreichen Hügelrücken führt der Weg hinunter ins Dörfchen Carwitz. Es lohnt ein Abstecher zum Hans-Fallada Museum - eine ehemalige Büdnerei, die sich der Schriftsteller einst als Wohnsitz auserkor. Im Sommer lädt hier eine herrliche Badestelle ein, um zu verweilen und sich zu erfrischen.

Seit dem Jahr 2018 ist der Weg zertifiziert als »Traumtour Qualitätsweg Wanderbares Deutschland« - welch passender Name für dieses Idyll.

Sehenswert

Feldberg mit barocker Kirche und Wiesenpark, Luzinfähre, Kesselmoor, Carwitz mit dem Hans-Fallada-Museum, Badestelle am Schmalen Luzin | **Abstecher:** uralte Bäume im Weltnaturerbe-Buchenwald Serrahn oder in den Heiligen Hallen nahe Feldberg | Angebot von Pilz- oder Seeadlerexkursionen und geführten Wanderungen

Kartenempfehlung

Klemmer Verlag: Neustrelitz - Feldberger Seenlandschaft, ISBN 978-3940175076 | Nordland Kartenverlag: Feldberger Seenlandschaft, ISBN 978-3-928397-13-3 | Verlag Grünes Herz: Feldberger Seen, ISBN 978-3-86636-113-3

Kontakt | Übernachtung

Touristinformation - Kurverwaltung Feldberger Seenlandschaft www.feldberger-seenlandschaft.de | Kontakt auf Seite 36

Erreichbarkeit

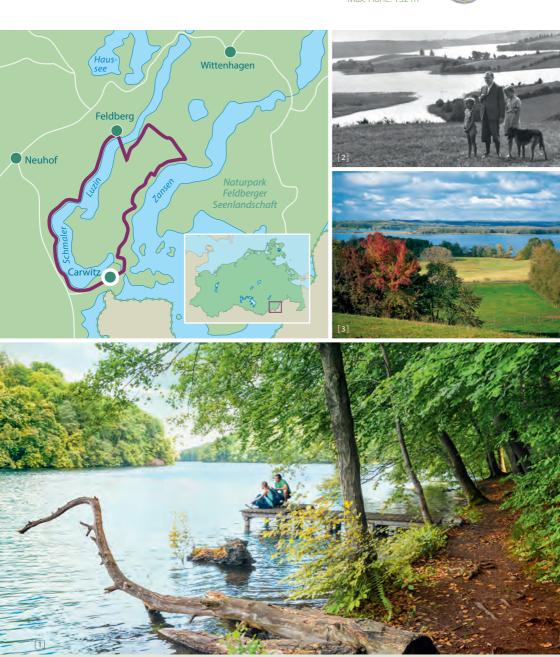
ICE, IC oder RE von Hamburg oder Berlin nach Neustrelitz, dann mit dem Bus 619 bis nach Feldberg | www.bahn.de



www.auf-nach-mv.de/ falladas-fridolinwanderung







[1] Immer nah am Wasser entlang: Der schmale Luzin lädt zu einer Pause ein. [2] Hans Fallada privat: Ein Blick ins Familienalbum. [3] Farbenfrohe Augenweide: Das Land um Feldberg ist zu jeder Jahreszeit eine Reise wert.

Odtsee, Buchenwälder und Kreideküste

Bei Trekkingfreunden besonders beliebt ist der Hochuferweg über die weißen Kreidefelsen von Rügen, die mit 118 Metern höchste Steilküste im südlichen Ostseeraum. Die Tour führt Wanderer parallel zur Kreideküste durch den Buchenwald der Stubnitz im Nationalpark Jasmund. Wiederholt wurde der Hochuferweg unter die Top 10 der schönsten deutschen Wanderwege gewählt.

Startpunkt der Tour ist der Parkplatz oberhalb des Tierparks Sassnitz in der Stubbenkammerstraße. Von dort geht es mit Blick auf die Ostsee entlang der Steilküste. Allgegenwärtig ist das Zwitschern der Mehlschwalben, die zu Tausenden ihre Nester an das Kliff geheftet haben. Über den Lenzer Bach gelangen die Wanderer zu den Wissower Klinken, die vermutlich Modell standen für das berühmte Bild »Kreidefelsen auf Rügen« von Caspar David Friedrich. Gleich dahinter lädt das Welterbeforum mit vielen Hintergrundinfos zum UNESCO-Weltnaturerbe »Alte Buchenwälder« und einem Bistro zu einer kurzen Rast ein.

Weiter führt der Weg vorbei an der Ernst-Moritz-Arndt-Sicht mit vielen imposanten Ausblicken auf die Kreideküste. Nur wenig später erreichen Naturliebhaber den Kieler Bach, der sich als Wasserfall in die Ostsee stürzt. Eine steile Treppe führt hinunter zum Strand und ermöglicht einen grandiosen Blick hinauf zu den weißen Kreidefelsen Zurück auf dem Hochuferweg tauchen die Wanderer ein in die uralten Buchenwälder der Stubnitz, die zum Weltnaturerbe der UNESCO gehören. An der Victoria-Sicht lässt sich die Aussicht auf den weißen Königsstuhl in aller Ruhe genießen. Das Wahrzeichen Rügens wird nur wenig später erreicht. Vom 118 Meter hohen Schopf des Königsstuhls schweift der Blick über die blaue Ostsee bis zum Horizont. Von seiner Entstehungsgeschichte sowie seiner Flora und Fauna berichtet das Nationalpark-Zentrum KÖNIGSSTUHL gleich nebenan. Von hier werden auch geführte Ranger-Touren angeboten.

Falls der Besuch länger dauert als geplant, ist es möglich, vom Nationalpark-Zentrum mit dem Bus zurück nach Sassnitz zu fahren. Wer aber den Hochuferweg weiter bis nach Lohme wandert, kann von dort mit dem Bus zurück nach Sassnitz fahren.

Sehenswert

Hafen Sassnitz, Kieler Bach, Victoria-Sicht, UNESCO-Weltnaturerbe Buchenwald, Nationalpark-Zentrum KÖNIGSSTUHL, Fischerort Lohme | **Abstecher**: Auf dem barrierefreien Baumwipfelpfad des Naturerbe Zentrums RÜGEN in Prora können Sie sich mit mächtigen Baumkronen auf Augenhöhe bewegen. | Unter www.ruegen.de/wandern finden Sie zahlreiche weitere Wandertouren auf der Insel Rügen.

Kartenempfehlung

Verlag Grünes Herz: Halbinsel Jasmund, ISBN 978-3-86636-206-2 | Nordland Kartenverlag: Nationalpark Jasmund, ISBN 3-928397-10-9

Kontakt | Übernachtung

Tourismuszentrale Rügen GmbH www.ruegen.de | Kontakt auf Seite 36

Erreichbarkeit

Von Berlin oder Hamburg mit dem IC und RE nach Sassnitz | www.bahn.de | Busanbindung vor Ort: www.vvr-bus.de



www.auf-nach-mv.de/ wandern-hochuferweg







[1] Atemberaubende Aussicht: Am Blick entlang der Kreideküste und über die Ostsee können sich die Augen nicht sattsehen.
[2] Einzigartiger Gegensatz: Hier trifft das Grün des Waldes auf das Blau des Meeres. [3] Berühmtes Motiv: Nach Postkarten-Idylle muss man an den Kreidefelsen nicht lange Ausschau halten.

Fischland-Darß-Zingst | Prerow · Darßer Ort · Wieck · Born · Ahrenshoop

Im Land aus Wind und Wellen

Durch den Nationalpark Vorpommersche Boddenlandschaft, hinauf zum Leuchtturm Darßer Ort, über junge Dünen und durch den verwunschenen Darßwald - diese Wanderung führt jeweils ausgehend vom Ostseebad Prerow in drei Tagen zum Darßer Ort, in die Boddendörfer Born und Wieck sowie nach Ahrenshoop.

- 1. Tagestour (16 km): Prerow Darßer Ort Prerow Von Prerow führt der Weg durch den urigen Darßwald. Sturm und Brandung türmten hier meterhohe Dünen auf. Über 100 Mal wechseln sich die kleinen bewaldeten Berge und Täler ab. Am Darßer Ort öffnet sich das dichte Blätterdach. Auf einem Holzbohlensteg geht es durch die Dünenlandschaft bis zum backsteinroten Leuchtturm. Wer die 134 Stufen erklimmt, genießt in 35 Meter Höhe den Blick über die Baumwipfel und über die Ostsee. Deutlich ist die wellige Struktur dieser Landschaft erkennbar. Über die Landbildungsprozesse auf dem Darß informiert das Natureum. Am Leuchtturm lädt ein kleines Café zum Verweilen ein, bevor es zurück nach Prerow geht. In der Saison wahlweise auch stündlich mit der Pferdekutsche.
- 2. Tagestour (22 km): Prerow Wieck Born Prerow Über saftige Wiesen, vorbei an dichten Schilfgürteln folgt der Wanderweg der sanften Boddenküste der Kinderstube vieler Wasser- und Watvögel. Im Herbst begleiten in luftiger Höhe riesige Kranichschwärme die Wanderer. Die Darßer Arche in Wieck gewährt faszi-

- nierende Einblicke in das Zugverhalten der Großvögel und die Landbildung am Darßer Ort. Auf dem Weg ins beschauliche Born mit seinen geduckten Reetdachhäuschen geben Schilflichtungen immer wieder den Blick frei auf vorbeiziehende Zeesenboote. Hinter Born beginnt der Darßwald. Im Herbst wird das sanfte Rauschen der Blätter vom imposanten Röhren der Hirsche übertönt. Bis das Säuseln der Wellen wieder von der nahen Ostsee kündet.
- 3. Tagestour (17 km): Prerow Ahrenshoop Prerow Die Tagestour beginnt mit einer Busfahrt nach Ahrenshoop. Der Weg führt durch das Ostseebad mit seinen windschiefen Fischerhäusern direkt an die Steilküste. Wie eine Mauer erhebt sie sich 15 Meter hoch aus dem Meer. In den oberen Etagen haben sich Tausende Uferschwalben ihre Bruthöhlen gegraben. Bis sich die Pforten des Darßwaldes auftun, geht es immer dicht am Ufer entlang. Dann säumen alte Buchen und stolze Eichen den Pfad. Im Frühjahr zieren weite Teppiche aus zarten Buschwindröschen den Waldboden.

Sehenswert

Darßwald, Leuchtturm Darßer Ort, Natureum, Darßer Arche, Steilküste, Nationalpark Vorpommersche Boddenlandschaft **Abstecher:** Bei Wanderungen auf dem Zingst lassen sich im Frühjahr und Herbst Tausende von Kranichen beobachten.

Kartenempfehlung

Verlag Grünes Herz: Fischland, Darß, Zingst, ISBN 978-3-86636-220-8 | Kompass Verlag: Darß - Zingst - Fischland, ISBN 978-3990443088 | Nordland Kartenverlag: Darßwald - Fischland - Zingst, ISBN 3-928397-05-2 | Publicpress: Fischland-Darß-Zingst, ISBN 978-3-7473-0226-2

Kontakt | Übernachtung

Tourismusverband Fischland-Darß-Zingst e. V. www.fischland-darss-zingst.de | Kontakt auf Seite 36

Erreichbarkeit

RE oder IC über Rostock nach Ribnitz-Damgarten West, Buslinie 210 nach Prerow | www.bahn.de, www.nvp-bus.de



www.auf-nach-mv.de/ wandern-darss



[1] Junges Land: Ein Holzbohlenweg führt Wanderer durch die Dünen bis zum Leuchtturm am Darßer Ort. [2] Treue Göste: Im Frühjahr und Herbst rasten bis zu 50.000 Kraniche im Nationalpark Vorpommersche Boddenlandschaft. [3] Schauriges Waldmoor. Im Darßwald verschwimmen vielerorts die Grenzen von Wasser und Land. [4] Frohe Farbtupfer: Bunte Fischerkaten prägen die Dörfer auf der Halbinsel Fischland-Darß-Zingst.

Usedom | Zinnowitz · Loddin · Kölpinsee · Peenemünde · Karlshagen · Trassenheide

Kontraste zwischen Natur und Architektur

Nirgends begegnen sich weiße Sandstrände und weiße Bädervillen, urige Schilfbuchten und urige Fischerdörfer so unmittelbar wie auf der Insel Usedom. Auf zwei abwechslungsreichen Tagestouren entdecken Wanderer die Sonneninsel in ihrer ganzen Pracht und Vielfalt.

1. Tagestour (19 km): Zinnowitz - Loddin - Kölpinsee - Zinnowitz

Auf dieser Etappe besuchen Wanderer die Usedomer Bernsteinbäder und erklimmen den Streckelsberg. Zunächst bringt die Usedomer Bäderbahn Wandersleute beguem von Zinnowitz in das kleine Seebad Kölpinsee. Auf Schusters Rappen geht es dann weiter an das Achterwasser nach Loddin. Ein Pfad über grüne Wiesen und Felder weist den Weg zum Loddiner Höft. Schroff ragt das Kliff aus dem Achterwasser und gibt einen weiten Blick frei - über die Fluten bis hinüber zur Halbinsel Gnitz, Zurück über Loddin und das Seebad Kölpinsee geht es der Ostsee entgegen. Am feinsandigen Strand im Seebad Kölpinsee legt so mancher Wanderer eine Pause ein, um sich im Meer zu erfrischen und Kraft für den Aufstieg zum 58 Meter hohen Streckelsberg zu sammeln. Durch einen Kreuzgang aus knarrenden Buchen wandeln Gipfelstürmer hinauf. Wo sich das Blätterdach öffnet, fliegt das Auge über das endlose Meer, die weißen Sandstrände und grün bewaldete Hänge.

2. Tagestour (17 km): Zinnowitz - Peenemünde -Karlshagen - Trassenheide - Zinnowitz

Mit der Bahn kommen Wanderer von Zinnowitz nach Peenemünde. Vorbei am Spielzeugmuseum, der naturwissenschaftlichen Ausstellung »Phänomenta« und dem Informationszentrum der ehemaligen Heeresversuchsanstalt geht es an den Peenestrom. Ganz in der Nähe befindet sich der größte Brutplatz von Graureihern. Am Himmel sind die eleganten Vögel manchmal zu beobachten. Am Ufer und dem Schilfgürtel des Cämmerer Sees entlang führt ein Weg bis nach Karlshagen. Kurz hinter dem Badeort schlängelt sich ein schmaler Pfad durch sonnendurchflutete Kiefernforste nach Trassenheide und weiter bis nach Zinnowitz, Das Rauschen der immer nur einen Katzensprung entfernten Ostsee begleitet den Wanderer zur Zinnowitzer Seebrücke. 300 Meter ragt sie in die See. Von ihrer Spitze schweift der Blick über das Meer und die typischen Bädervillen am Strand.

Sehenswert

Salzhütten und Streckelsberg in Koserow, Historisch-Technisches Museum Peenemünde, Promenade und Seebrücke in Zinnowitz mit Bäderarchitektur | **Abstecher:** Einen Besuch lohnt das Naturparkzentrum in Usedom, um sich über die verschiedenen Ausflugsziele und weitere Wandertouren zu informieren.

Kartenempfehlung

Verlag Grünes Herz: Zinnowitz, Ückeritz, Peenemünde, ISBN 978-3-86636-209-3 | Verlag Maiwald-Karten: Naturpark Insel Usedom, ISBN 3-932115-42-4 | Nordland Kartenverlag: Usedom, ISBN 3-928397-09-5

Kontakt | Übernachtung

Usedom Tourismus GmbH www.usedom.de | Kontakt auf Seite 36

Erreichbarkeit

RE oder IC von Berlin nach Züssow, weiter mit der UBB nach Zinnowitz; IC von Hamburg nach Stralsund, weiter mit der UBB nach Zinnowitz www.bahn.de, www.ubb-online.com



www.auf-nach-mv.de/ wandern-nordusedom [1] Lohnenswerter Holzweg: Von der Seebrücke in Zinnowitz hat man den besten Blick auf den Strand und auf die reich verzierten Bädervillen. [2] Ungewohnte Perspektive: Vom Streckelsberg den Blick auf die Ostsee von oben genießen.







 $\label{eq:mecklenburgische Seenplatte} \begin{tabular}{ll} Waren (M"uritz) & Schwarzenhof & Boek & Wesenberg & Klein Trebbow & Carpin & Neustrelitz & Kratzeburg & Federow \\ \end{tabular}$

Im Land der Tausend Seen

Der Müritz-Nationalpark Weg ist der längste Wanderweg durch einen Nationalpark in Deutschland. Auf unbefestigten, naturnahen Wald- und Feldwegen erkunden Naturliebhaber stille Wälder und blaue Seen, darunter den größten deutschen Binnensee: die Müritz.

1. Tagesetappe (18 km): Waren (Müritz) - Schwarzenhof

Gleich hinter Waren (Müritz) breitet sich die Wildnis des Müritz-Nationalparks aus. Am Rederangsee steht im Frühjahr und im Herbst die Trompeten-Sinfonie der Kraniche auf dem Programm. Auf dem Beobachtungsturm sitzen Gäste in der ersten Reihe.

- 2. Tagesetappe (17 km): Schwarzenhof Boek Von der Nationalpark-Information in Schwarzenhof führt der Weg durch ein renaturiertes Feuchtgebiet zum Specker See. Auf der Tour nach Boeker Mühle lohnt eine Kletterpartie auf den Käflingsbergturm. In 69 Metern Höhe schweift der Blick über Wälder, Seen und das Quellgebiet der Havel.
- 3. Tagesetappe (25 km): Boek Wesenberg Ein Paradies für Vogelfreunde sind die Boeker Fischteiche. Seeadler, Fischadler, Kormorane und Graureiher lassen sich hier gut beobachten. Auf einem Holzsteg gelangen Wanderer durch den vernässten Erlenbruch des Havelbaches. Auf dem Weg von Zwenzow nach Wesenberg ist ein Windwurf erlebbar und zeigt das umgestürzte Bäume nach einem Sturm zur Waldentwicklung gehören.
- 4. Tagesetappe (18 km): Wesenberg Klein Trebbow Ein Mosaik aus Seen, Schilfgürteln, Wäldern, Wiesen und Feldern umgibt den Pfad. Ein schöner Rastplatz ist die Wasservogelwarte am Tiefen Trebbower See, der besonders bei Enten beliebt ist.

- 5. Tagesetappe (28 km): Klein Trebbow Carpin Dichten Mischwald durchstreifen Wanderer auf dieser Etappe. Begleitet vom Rauschen der Baumkronen schlendert man hindurch. Und ab und zu funkeln blaue Seen zwischen den Stämmen hervor.
- 6. Tagesetappe (16 km): Carpin Neustrelitz Hinter Carpin beginnen die als UNESCO-Weltnaturerbe ausgezeichneten Serrahner Buchenwälder. Im Frühjahr streifen Wanderer hier durch frisches Grün und im Herbst staunen sie über das Farbenspiel des Blätterdachs.
- 7. Tagesetappe (17 km): Neustrelitz Kratzeburg Von Neustrelitz geht es über den Kammerkanal nach Prälank. Am Prälanksee laden 2 Badestellen zur Erfrischung. In Kratzeburg lohnt sich ein Besuch der Fledermausausstellung sowie die Verkostung regionaler Produkte bei einer Meierei und beim Fischer.
- 8. Tagesetappe (17 km): Kratzeburg Federow Durch Wälder, Sümpfe und an der Quelle der Havel vorbei führt der Weg. In der Nähe von Federow hat ein Fischadlerpaar sein Nest gebaut. Schon aus der Ferne sind die Tiere am Himmel zu sehen. Und eine Videokamera ermöglicht Einblicke in ihre Kinderstube.
- 9. Tagesetappe (10 km): Federow Waren (Müritz) Auf der kurzen Etappe nach Waren (Müritz) bleibt genügend Zeit, um dem Müritzeum einen Besuch abzustatten. Sein Aquarium zeigt die geheimnisvolle Welt der schuppigen Bewohner der Mecklenburgischen Seenplatte.







[1] Ausufernde Vielfalt: Im stillen Reich der Müritz findet ieder Wanderer seinen Platz am Wasser.

Sehenswert

Käflingsbergturm, Boeker Fischteiche, Weltnaturerbegebiet Serrahner Buchenwälder, Fledermausausstellung in Kratzeburg, Fischadlerbeobachtung in Federow, Müritzeum | **Abstecher:** Die Schönheit und Vielfalt des Müritz-Nationalparkes lässt sich auch auf zahlreichen Tagestouren erwandern.

Kartenempfehlung

Verlag Maiwald-Karten: Müritz-Nationalpark, ISBN 978-3-932115-00-4 | Klemmer-Verlag: Müritz-Nationalpark, ISBN 978-3-940175-55-7

Kontakt | Übernachtung

Tourismusverband Mecklenburgische Seenplatte e. V. www.mecklenburgische-seenplatte.de | Kontakt auf Seite 36

Erreichbarkeit

ICE oder RE von Berlin, IC und/oder RE von Hamburg nach Waren (Müritz) | www.bahn.de



www.auf-nach-mv.de/ wandern-mueritz-nationalpark

In der kleinen Schweiz über Janfte Hügel

Von Malchin aus an drei Tagen die Mecklenburgische Schweiz erkunden: Es geht ins urige Durchbruchstal der Ostpeene, durch dichte Buchenwälder und zum Schlosspark von Basedow.

1. Tagestour (17 km): Malchin - Gielow -Pinnow - Demzin

Von der kleinen Stadt Malchin inmitten der Mecklenburgischen Schweiz fahren Naturliebhaber nach Gielow. Von hier geht es zu Fuß - über hügelige Weiden und Wiesen - ins urige Durchbruchstal der Ostpeene. Bis zu 15 Meter erheben sich die Uferhänge über ihr steiniges Bett. Umrankt von einem dichten Buchenwäldchen folgt der Weg stromaufwärts ihrem Lauf. Auf den Feuchtwiesen zwischen Pinnow und Demzin schwirren unzählige Libellen und Schmetterlinge. Von Mai bis September erfreuen sich Wanderer an den farbenprächtigen Flugakrobaten.

2. Tagestour (17 km): Malchin - Basedow - Gielow Durch das Hainholz, einen kleinen Buchenwald vor den Toren Malchins, führt der Weg nach Viezendorf. Wo sich der Wald öffnet, gibt er den Blick frei auf das hügelige Panorama der Mecklenburgischen Schweiz. Eine toskanisch anmutende Allee aus Pyramidenpappeln geleitet staunende Betrachter zum Schlosspark von Basedow. Ihn gestaltete der weltberühmte Land-

schaftsarchitekt Peter Joseph Lenné. Geruhsame Bäche und geschwungene Wege durchweben die Parkanlage. Dazwischen träumen bedächtige Baumriesen. Mittendrin thront das Schloss mit einem märchenhaften Turm. Vor dem Rückweg laden der Alte Schafstall und das Café Schmiede zum Verweilen ein.

3. Tagestour (19 km): Malchin - Gülitz - Salem Hinter den sieben Bergen der Mecklenburgischen Schweiz liegt der Kummerower See. Um ihn zu erblicken, überqueren Wanderer von Pisede aus die 97 Meter hohe Friedrich-Franz-Höhe. Von ihrer Spitze haben Gipfelstürmer einen weiten Blick über die grünen Hügel und auf das Städtchen Neukalen. Nach dem Abstieg durch den sanft rauschenden Buchenwald lockt im Ort Salem der See bereits mit seinem funkelnden Blau. Begleitet vom leisen Wispern seines Schilfufers taucht der Wanderer dann wieder in dichten Mischwald ein. Durch frisch duftenden Kiefernwald und vorbei an den heute wassergefüllten Malchiner Torfstichen, in denen Fischreiher und Kormorane auf Jagd gehen, führt der Weg zurück nach Malchin.

Sehenswert

Mittelalterliche Stadtbefestigung Malchin, Schloss Basedow, Gielower Kreideschollen, Friedrich-Franz-Höhe | **Abstecher:** Der Naturpark Mecklenburgische Schweiz und Kummerower See kann auf vielen weiteren Wegen erwandert werden. Die Ranger bieten ebenfalls interessante geführte Touren.

Kartenempfehlung

Verlag Grünes Herz: Malchiner See, ISBN 978-3-86636-102-7 | Kompass Verlag: Mecklenburgische Schweiz, ISBN 978-3-850262-67-5

Kontakt | Übernachtung

Tourismusverband Mecklenburgische Seenplatte e. V. www.mecklenburgische-seenplatte.de | Kontakt auf Seite 36

Erreichbarkeit

RE von Berlin (mit Umsteigen) nach Malchin; IC oder RE von Hamburg nach Bützow, weiter mit RE nach Malchin | www.bahn.de



www.auf-nach-mv.de/ wandern-malchiner-becken







[1] Glückliche Gipfelstürmer: Auf den Minibergen finden sie Natur, so weit das Auge reicht. [2] Meisterliches Ensemble: Der Schlosspark von Basedow.

Mecklenburg-Schwerin | Warnow-Durchbruchstal

Selfene Tiere und Pflanzen am wilden Flux

Auf naturbelassenen, schmalen Wegen führt diese Tour durch den Naturpark Sternberger Seenland und das größte Durchbruchstal im Norden. Die Warnow hat sich hier ein bis zu 30 Meter tiefes Bett gegraben. Die ursprüngliche, wilde Landschaft genießen Wanderer ebenso wie Biber und Eisvögel.

Ausgangspunkt ist der Parkplatz am Naturschutzgebiet »Warnow Mildenitz Durchbruchstal« bei Groß Görnow. Bevor es richtig losgeht, informiert eine Infotafel über diese besondere Landschaft. Zunächst führt der Weg hinab zur Warnow und einige Hundert Meter am Ufer entlang, bis die Wanderer eine Holzbrücke erreichen. Hier beginnt der Aufstieg über einen schmalen Pfad zu den Resten einer über 1000 Jahre alten Höhenburg. Eine Schautafel gibt einen Überblick über die slawische Anlage. Wer mehr über diese historische Epoche erfahren möchte, kann im nur sechs Kilometer entfernten Freilichtmuseum in Groß Raden auf Zeitreise gehen.

Dem Burgwall folgend, verläuft der Weg in bis zu 30 Metern Höhe über der Warnow parallel zum Flussufer. Prächtiger Mischwald mit urigen Weißbuchen umgibt die Wanderer auf diesem Teilstück bis zu einer Schafkoppel. Dort treffen sie auf die Warnow und begleiten den Fluss über wilde Feucht- und Naturwiesen zurück in den Wald. Bei Klein Raden quert eine Brücke die Warnow. Gleich dahinter befindet sich ein Rastplatz.

Nun geht es am anderen Flussufer zurück. Neben den Wanderern zwängt sich die Warnow durch ein enges Tal. Geröll und Gestein in ihrem Bett sorgen für einen wildwasserartigen Flussverlauf. Die steil aufragenden Uferhänge verleihen dieser Landschaft fast Mittelgebirgscharakter. Hier und da sind die Nagespuren der Biber zu erkennen. Sogar ihre Burg ist zu sehen. Und mit etwas Glück lassen sich die großen Nager sogar am Ufer blicken. Kräftige Rotbuchen schließen ihr Blätterdach über den Köpfen der Wanderer. Und im Frühjahr bilden Buschwindröschen, Leberblümchen, Lerchensporn, Lungenkraut und Maiglöckchen einen zarten Blumenteppich am Waldboden.

Auf dem Rückweg zum Parkplatz entdecken Wanderer immer wieder Findlinge. Diese riesigen Steine brachten die Gletscher in der letzten Eiszeit hierher. Tafeln am Wegesrand informieren über ihre Reise.

Sehenswert

Holzbrücke, slawischer Burgwall, Naturwiesen, Rastplatz, Findlinge | **Abstecher:** Archäologisches Freilichtmuseum in Groß Raden; Naturparkzentrum Sternberger Seenland in Warin. Dort kann man sich über die verschiedenen Ausflugsziele und weitere Wandertouren des Naturparks informieren.

Kartenempfehlung

Nordland Kartenverlag: Naturpark Sternberger Seenland, ISBN 3-928397-28-1 | Klemmer-Verlag: Sternberger Seenland, ISBN 978-3-940175-13-7 | Kompass Verlag: Sternberger Seenlandschaft. ISBN 978-3-85026-124-1

Kontakt | Übernachtung

Touristinformation Sternberg www.stadt-sternberg.de | Kontakt auf Seite 36

Erreichbarkeit

RE von Berlin und Hamburg nach Blankenberg. Weiter mit dem Bus nach Sternberg. Von hier Abholung mit Beherberger vereinbaren. | www.bahn.de



www.auf-nach-mv.de/ wandern-warnow-durchbruchstal



[1] Schillernde Persönlichkeit: Der Eisvogel liebt unberührte Landschaften und saubere Gewässer. An der Warnow ist er noch recht häufig zu beobachten. [2] Aufbrausender Charakter: Im Durchbruchstal legt die Warnow ihre norddeutsche Gelassenheit ab.

-otos: TMV/Neumann (1) - TMV/foto@andreas-duerst.de (1) - TMV/Grundner (1)

Labyrinth aus Wiesen, Wäldern und Seen

Die Klosterdreieck Rundtour verbindet die drei einst bedeutenden Klöster in Rehna, Zarrentin und Ratzeburg. Kultur und Entspannung pur in der unberührten Natur des UNESCO-Biosphärenreservats Schaalsee.

1. Tagesetappe (24 km): Zarrentin - Klein Zecher - Salem - Ratzeburg

Die Rundtour um den Schaalsee startet in der Klosterstadt Zarrentin. Der Bischofsweg genannte Pfad vom 1246 errichteten Kloster führt ein Stück am schilfgesäumten Seeufer entlang. Landeinwärts quert der Pfad hügelige Wiesen und Felder. Entlang des Seedorfer Forstes und vorbei an betagten Buchen geht es zum Küchensee. Mit Blick auf die stämmigen Douglasien und Eichen des Seedorfer Werders geht es nach Salem.

2. Tagesetappe (20 km): Ratzeburg - Schlagsdorf - Demern

Vorbei am Ratzeburger Dom aus dem 12. Jahrhundert gehen Naturliebhaber auf dem Mönch-Ernestus-Wanderweg in Richtung Schlagsdorf. Mehrmals kreuzt der Weg die ehemalige deutsch-deutsche Grenze. Das Museum »Grenzhus« erinnert an diese Zeit. In der



[1] Glitzernder Abgrund: Der Schaalsee geht nicht nur in die Breite, sondern auch mehr als jeder andere See des Landes in die Tiefe.

ehemaligen Sperrzone sind Eisvögel, Rohrdommeln und Kraniche zu beobachten. Quer über grüne Weiden mit einsamen Baumriesen und durch das Lankower Holz geht es an den Röggeliner See und weiter nach Demern.

3. Tagesetappe (20 km): Demern - Rehna - Breesen - Roggendorf

Gleich hinter Demern genießen Wanderer den weiten Blick über die Hügel des Radegasttals. Das sehenswerte Kloster von Rehna aus dem 13. Jahrhundert weist den Weg in die Kleinstadt. Hinter Rehna windet sich die Radegast durch Wiesen mit Orchideen, Sumpfdotterblumen sowie Kohldisteln. Dem Flusslauf folgend, geht es über Gras- und Ackerland nach Roggendorf.

4. Tagesetappe (15 km): Roggendorf - Kneese -Lassahn

Der Nonnenweg, der sich zwischen Rehna und Zarrentin erstreckt, führt Wanderer zum Goldensee. Badebuchten laden zum Baden ein. Weiter geht es auf dem ehemaligen DDR-Grenzweg, vorbei an Magerrasen und Feuchtwiesen. Vom Aussichtsturm in Kneese schweift der Blick über satte Wiesen. Der Weg schlängelt sich bis nach Lassahn.

5. Tagesetappe (10 km): Lassahn - Zarrentin Vorbei an Hecken und Feldsteinmauern gelangen Wanderer zum Boissower See und weiter zum PAHLHUUS. Das Informationszentrum gibt faszinierende Einblicke in den Wandel dieser Landschaft. Von der Eiszeit bis heute. Auf der Uferpromenade des Schaalsees kehren Naturliebhaber zurück nach Zarrentin.





Rehna Schlagsdorf Roggendorf Ratzeburg Kneese Salem Seedorf Schaalsee Lassahn Wittenburg

[2] Befreiender Alleingang: Im UNESCO-Biosphärenreservat genießen Wanderer die Natur in aller Ruhe. [3] Sehenswerter Zeitzeuge: Das Kloster Rehna ist schon über 800 Jahre alt und noch sehr gut erhalten.

Sehenswert

Ehemaliges Kloster und Kirche Zarrentin, Ratzeburger Kloster und Dom, Grenzhus Schlagsdorf, Kloster Rehna, PAHLHUUS, UNESCO-Biosphärenreservat Schaalsee | **Abstecher**: Das Biosphärenreservat Schaalsee kann auf vielen Wegen erwandert werden, Ranger bieten ebenfalls interessante geführte Touren.

Kartenempfehlung

Kompass Verlag: Lauenburgische Seen, ISBN 978-3990446119 | Verlag Maiwald-Karten: Pocketkarte Schaalsee, ISBN 978-3-9321-15-86-8

Kontakt | Übernachtung

Tourismusverband Mecklenburg-Schwerin e. V. www.mecklenburg-schwerin.de | Kontakt auf Seite 36

Erreichbarkeit

RE von Berlin nach Ludwigslust, weiter mit der ODEG nach Hagenow Land und der Buslinie 540 nach Zarrentin; RE von Hamburg nach Hagenow Land, weiter mit der Buslinie 540 nach Zarrentin | www.bahn.de, www.odeg.info und www.lvq-hagenow.de



www.auf-nach-mv.de/ wandern-klosterdreieck

Schrittweise die Gesundheitheit fördern

Bei jedem Schritt tief durchatmen und eine wohlverdiente Pause am Meer genießen. In der Rostocker Heide trifft Ostseeluft auf Waldluft. Dieses milde Reizklima bietet ideale Bedingungen für eine gesunde und gesundheitsfördernde Wanderung. Und ein ausdauernder Blick über die Wellen bringt auch die Seele ins Gleichgewicht.

Schon die alten Griechen setzten auf die heilende Kraft des Ozeans. Von ihrem Wort »thalassa« für Meer leitet sich ab, was Wanderer in der Rostocker Heide beim Durchatmen genießen können. Je näher die Wellen kommen, desto gesünder wird die Wanderung. Denn die Brandung zerstäubt wichtige Mineralien und Spurenelemente, auch Aerosole genannt, aus dem Meerwasser. Das milde Reizklima an der Ostsee wirkt besonders heilsam auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Erkrankungen der Atemwege, Stoffwechselerkrankungen, Hauterkrankungen, Osteoporose, Stärkung des Immunsystems und der eigenen Leistungsfähigkeit. Zehn verschiedene Thalasso-Kurwege führen rundum Warnemünde und Markgrafenheide.

Der Kurweg 7 beginnt in Markgrafenheide am Parkplatz Borwin direkt an der Übersichtstafel mit den Thalasso-Kurwegen in der Rostocker Heide, verläuft weiter Richtung Osten und zweigt vor dem Campingplatz rechts ab in den Wald. Am Moorgraben entlang des Wanderweges wachsen die stärksten und mit bis zu 300 Jahren ältesten Eichen der Rostocker Heide. Weiter geht es der Beschilderung folgend Richtung Graal-Müritz. Unterwegs informieren Lehrstationen des Entdeckerpfades »Biologische Vielfalt« spielerisch über den Naturraum und das Naturschutzgebiet »Heiligensee und Hütelmoor«. Zwei Aussichtstürme eröffnen einen weiten Blick über das Moor.

Langsam ist die Meeresluft zu riechen und das Wellenrauschen zu hören. Über die Müggenburger Schneise und die Rosenortschneise führt der Weg zum Rosenort und am Strand entlang in Richtung Graal-Müritz. Nach etwa drei Kilometern geht es am Strandzugang 36 über die Dünen und auf der wasserabgewandten Seite entlang des südwestlichen Randes des Naturschutzgebietes bis zum Budentannenweg. An der Straße geht es zurück zum Ausgangspunkt am Parkplatz Borwin.

Sehenswert

Kletterwald Hohe Düne, Aussichtspunkt am Hütelmoor, Entdeckerpfad Biologische Vielfalt mit 15 Lehrstationen | **Abstecher:** Hanse- und Universitätsstadt Rostock mit historischer Altstadt, Backsteinkirchen, Giebelhäusern und kleinen Gassen

Kartenempfehlung

Verlag Grünes Herz: Rad- und Wanderkarte Graal-Müritz & Rostocker Heide, ISBN 978-3-86636-218-5 | Nordland Kartenverlaa; Rostocker Heide - Fischland, ISBN 3-928397-21-4

Kontakt | Übernachtung

Tourismuszentrale Rostock & Warnemünde touristinfo@rostock.de | Kontakt auf Seite 36

Erreichbarkeit

RE oder IC von Berlin oder Hamburg nach Rostock/Warnemünde, Überquerung der Warnow mit der Fähre; Bus 17 oder 18 nach Markgrafenheide | www.bahn.de



www.rostock.de/ thalasso-kurwege





[1] Aussichtsreicher Waldweg: Wo Wald und Meer sich begegnen, werden Wanderer mit einem atemberaubenden Blick verwöhnt.
[2] Sandiges Vergnügen: Strandwanderungen sind der perfekte Weg zu innerer Ruhe. [3] Natürlicher Genuss: Hier wird der Pausensnack mit einer Prise Ostseeluft serviert.



Weit weg vom Alltag

Drei europäische Fernwanderwege verlaufen durch Mecklenburg-Vorpommern. Ob entlang weißer Sandstrände, mondäner Seebäder und romantischer Fischerdörfer oder über goldgelbe Felder, vorbei an glitzernden Seen und durch prächtige Hansestädte - jeder hat seinen eigenen Charme.

E9 und E9a | Von Estland nach Portugal ca. 4.800 km, davon ca. 400 km in Mecklenburg-Vorpommern

E9 | Küstenwanderweg

Der mit einem blauen Querstreifen markierte Europäische Fernwanderweg Nr. 9 verbindet die Küsten von Atlantik, Nordsee und Ostsee. Von der Lübecker Bucht bis ins Seebad Ahlbeck auf der Insel Usedom verläuft

er durch Mecklenburg-Vorpommern. Überwiegend unmittelbar an der Ostsee. Vorbei an mondänen Seebädern, gemütlichen Fischerdörfern und den stolzen Hansestädten Wismar, Rostock, Stralsund und Greifswald. Durch windgegerbte Küstenwälder, entlang stiller Buchten und verträumter Halbinseln. Ein fast unberührter Abschnitt führt durch den Nationalpark Vorpommersche Boddenlandschaft.

www.auf-nach-mv.de/ostseekuestenwanderweg

E9a | Naturparkweg

Der Naturparkweg verbindet die sieben Naturparke in Mecklenburg-Vorpommern. Zwischen dem Bioshärenreservat Schaalsee und dem Naturpark Insel Usedom führt der Weg von See zu See, über sanfte Hügel und durch tiefgrüne Wälder bis ans Meer. Eindrucksvolle Schlösser und Herrenhäuser illustrieren die über 800-jährige Geschichte der mecklenburgischen Herzöge. Und auch bis zur nächsten Badestelle ist es nie weit.

www.auf-nach-mv.de/wandern-naturparkweg

Schrift für Schrift zu sich selbst finden

Schritt für Schritt weg vom hektischen Alltag hin zu Entschleunigung, Ruhe und Achtsamkeit. Eine Wanderauszeit in der Natur zwischen Ostsee und Seenplatte bringt Körper, Geist und Seele in Einklang. Ob geistiges oder geistliches Wandern, das Ziel ist oftmals den Stress hinter sich zu lassen und mit jedem Schritt mehr bei sich anzukommen.

Pilgerwege

Himmlische Ruhe und selige Eingebungen versprechen alte Pilgerpfade inmitten beruhigender Weite und befreiender Stille. Auf der »Via Baltica«, dem »Jakobus-Pilgerweg der heiligen Birgitta von Schweden« oder dem »Pilgerweg Mecklenburgische Seenplatte« können Wanderer dem Himmel nah kommen.

Pilgerweg Mecklenburgische Seenplatte 101-153 km | 6-11 Tagesetappen

Auf dem Pilgerweg Mecklenburgische Seenplatte kann man die Natur genießen, aus vertrauten Alltagsbahnen herausfinden und neue Erfahrungen sammeln. Die einmalige Dichte an alten Kirchen ermöglicht in den

E10 | Von Finnland nach Spanien

ca. 2.600 km, davon ca. 380 km in Mecklenburg-Vorpommern

E10 | Moränenweg

Der Europäische Fernwanderweg E10 reicht von Finnland bis nach Spanien. In Mecklenburg-Vorpommern verläuft der E10 quer über Deutschlands größte Insel Rügen - vom Kap Arkona, entlang des Jasmunder Boddens, vorbei an der »weißen Stadt« Putbus und weiter bis in die Hansestadt Stralsund. Von dort durch die sanft gewellte Landschaft der Mecklenburgischen Schweiz, vorbei an Güstrow sowie Krakow am See bis zu den Mecklenburgischen Kleinseen und nach Brandenburg. www.auf-nach-mv.de/wandern-moraenenweg



meisten Dörfern Einkehr, Besinnung und Gebet. Klare Seen, hügelige Landschaften mit Wiesen oder Buchenwäldern, selten gewordene Tiere wie Fischadler und Eisvogel lehren das Staunen über die Schöpfung Gottes. Die Etappen sind jeweils etwa 13 bis 20 Kilometer lang. Übernachten können Pilger in einfachen Pfarrhäusern oder Privatguartieren entlang der Strecke.

Kartenempfehlung

Detailkarte mit Wegbeschreibung und weitere Inspirationen für Ihre Auszeit unter: www.auf-nach-mv.de/wanderauszeit

[1] Stolze Eskorte: Nirgends sonst in Deutschland schreitet man durch so viele Alleen wie in Mecklenburg-Vorpommern. [2] Prächtiges Bauwerk: Die Burg Stargard ist die nördlichste Höhenburg Deutschlands und ein architektonischer Hingucker aus dem 13. Jahrhundert.

Natur erleben für alle

Gäste mit Mobilitäts- und Sinneseinschränkungen erleben zwischen Meer, Wald und Seen große Abenteuer. Immer mehr Erlebnispartner, Beherberger, Restaurants und Museen sind auf Rollstuhlfahrer, Seh- und Hörbehinderte eingestellt. Besonders wohltuende und gesundheitsfördernde Naturerfahrungen versprechen die Kur- und Heilwälder als »Grüne Therapieräume«. Mecklenburg-Vorpommern steht ganz oben an der Spitze der Bewegung.

Zeitreise im Wald

3,5 km | 1 Tagestour

Der 3,5 km lange Naturerlebnispfad SpurenWeg zwischen Kratzeburg und Dambeck ist für blinde und sehgeschädigte Wanderer geeignet. Informationstafeln am Wegesrand erklären in Brailleschrift, wie das Zusammenwirken von Mensch und Natur diese Landschaft geprägt hat. Ein Begleitheft zum SpurenWeg in Blindenschrift gibt es zur Ausleihe in der Nationalpark-Information in Kratzeburg.

Sinfonie der Kraniche

16 km | 1 Tagestour

Ausgangspunkt der Tour ist der Parkplatz Sundische Wiese. Auf dem befestigten Deich geht es 8 Kilometer Richtung Zingst und weiter zur rollstuhlgeeigneten Aussichtsplattform Pramort im Nationalpark Vorpommersche Boddenlandschaft. Im Frühjahr und im Herbst erwartet Naturfreunde hier ein Orchester mit Tausenden Kranichen. Auf Führungen begleiten erfahrene Ranger auch mobilitäts- und aktivitätseingeschränkte Gäste über den asphaltierten Deichweg zu den Rastplätzen der eleganten Vögel und verraten viel Wissenswertes.

Gerätepfad im Heilwald Plau am See

1,65 km | 1 Tagestour

Der Weg liegt in direkter Nähe zum Reha-Zentrum Plau am See. Hochqualifizierte Heilwaldtherapeuten bieten geführte Wanderungen mit gemeinsamen Übungen an. Die Tour ist damit bestens für Menschen mit Behinderungen und orthopädischen Einschränkungen geeignet. Durch den lichtdurchfluteten, grünen Kiefernwald führen befestigte Wege. Das Gelände weist kaum Gefälle auf. Entlang des Pfades motivieren verschiedene Geräte dazu, die Muskeln zu bewegen und die Koordination zu stärken. So gibt es beispielsweise Rollstuhltrainer, Cross-Trainer, Klimmzugstationen, Balance-Strecken und Rudergeräte. Infotafeln zeigen anschaulich die korrekte Ausführung der einzelnen Übungen. Zum Verschnaufen und Entspannen laden Holzdrehliegen ein.

Barrierefreie Angebote unter: www.auf-nach-mv.de/barrierefrei









[1] Wildes Vergnügen: Mit dem Waldmobil über Stock und Stein. [2] Grenzenlose Weite: Auch viele Aussichtspunkte haben einen barrierefreien Zugang. [3] Interessante Einblicke: Tafeln in Braille- und Schwarzschrift informieren über Natur und Kultur.





Faszinierendes Mecklenburg-Vorpommern

Entdecken Sie mit Wikinger Reisen Mecklenburg-Vorpommern:

- Geführte und individuelle Wanderreisen
- Sympathische Reiseleitung oder detailliertes Kartenmaterial
- Über 45 Jahre Reisekompetenz

Reisetipp:

Seen und Wälder im Müritz-Nationalpark 8-tägige geführte Wanderreise inkl. Übernachtungen, Halbpension und qualifizierter Wikinger-Reiseleitung



Infos und Kataloge erhalten Sie unter www.wikinger.de oder 02331 – 9046 Wikinger Reisen GmbH · Kölner Str. 20 · 58135 Hagen













- 590 km² Naturpark Insel Usedom
- 400 km Rund- und Weitwanderwege
- lange Sandstrände, schattige Wälder und weite Wiesen und Felder
- unverwechselbare Naturlandschaften und Erlebnisräume
- geführte Wanderungen und Erlebnistouren
- Via Baltica Wandern entlang des Jakobsweges



Informationen & Prospekte:

Usedom Tourismus GmbH

Tel.: +49 (0)38375 244144 | info@usedom.de | usedom.de

Buchungszentrale: Tel.: +49 (0)38375 244244

Tourismusverbände

Verband Mecklenburgischer Ostseebäder e.V.

Konrad-Zuse-Straße 2 18057 Rostock fon +49 381 808 926 70 fax +49 381 808 926 71 info@ostseeferien.de www.ostseeferjen.de

Tourismusverband Fischland-Darß-Zingst e.V.

Barther Straße 16 | 18314 Löbnitz fon +49 38324 64 00 fax +49 38324 6 40 34 info@tv-fdz.de www.fischland-darss-zingst.de

Tourismuszentrale Rügen GmbH

Circus 16 | 18581 Putbus fon +49 3838 80 77 80 fax +49 3838 25 44 40 info@ruegen.de | www.ruegen.de

Usedom Tourismus GmbH

Hauptstraße 42 17459 Ostseebad Koserow fon +49 38375 244 144 fax +49 38375 244 145 info@usedom.de | www.usedom.de

Tourismusverband Vorpommern e.V.

Fischstraße 11 17489 Hansestadt Greifswald fon +49 3834 89 10 fax +49 3834 89 15 55 info@vorpommern.de www.vorpommern.de

Tourismusverband Mecklenburgische Seenplatte e.V.

Turnplatz 2 | 17207 Röbel/Müritz fon +49 39931 53 80 fax +49 39931 5 38 29 info@mecklenburgische-seenplatte.de www.mecklenburgische-seenplatte.de

Tour is musver band

Mecklenburg-Schwerin e.V. Puschkinstraße 44 | 19055 Schwerin fon +49 385 59 18 98 75 fax +49 385 59 18 98 74 info@mecklenburg-schwerin.de www.mecklenburg-schwerin.de

Touristinformationen Kurverwaltungen

Touristik-Information Seebad Ueckermünde

Altes Bollwerk 9 17373 Seebad Ueckermünde fon +49 39771 284 85 fax +49 39771 284 87 info@ueckermuende.de www.ueckermuende.de www.urdaub-am-stettiner-haff.de

Touristinformation - Kurverwaltung Feldberger Seenlandschaft

Strelitzer Str. 42
17258 Feldberger Seenlandschaft/
OT Feldberg
fon +49 39831 27 00
fax +49 39831 27 027
willkommen@feldberg.de
www.feldberger-seenlandschaft.de

Touristinformation Sternberg

Am Markt 3 | 19406 Sternberg fon +49 3847 44 45 35 fax +49 3847 44 45 70 touristinfo@stadt-sternberg.de www.stadt-sternberg.de

Tourismuszentrale Rostock & Warnemünde

Am Strom 59 I Eingang Kirchenstraße I 18119 Rostock-Warnemünde Warnemünder Straße 3 (Heidehaus) I 18146 Rostock-Markgrafenheide (saisonal) fon +49 381 381 22 22 touristinfo@rostock.de www.rostock.de

Nationale Naturlandschaften

Naturpark Am Stettiner Haff

Am Bahnhof 4-5, 17367 Eggesin fon +49 39779 29 68-0 fax +49 39779 29 68-17 info-ash@lung.mv-regierung.de www.naturpark-am-stettiner-haff.de

Naturpark Feldberger Seenlandschaft

BIZ im Haus des Gastes in Feldberg Strelitzer Str. 42 17258 Feldberger Seenlandschaft fon +49 39831 5278-0 fax +49 39831 5278-9 info-fsl@lung.mv-regierung.de www.naturpark-feldbergerseenlandschaft.de

Naturpark Flusslandschaft Peenetal

Peeneblick 1 | 17391 Stolpe fon +49 39721 56 92 90 fax +49 39721 569 29 20 poststelle-pee@lung.mv-regierung.de www.naturpark-flusslandschaftpeenetal.de

Naturpark Insel Usedom

BIZ im Klaus-Bahlsen-Haus Bäderstraße 5 | 17406 Usedom fon +49 38372 763-0 fax +49 38372 763-11 info-use@lung.mv-regierung.de www.naturpark-insel-usedom.de

Naturpark

Mecklenburgische Schweiz und Kummerower See

Wargentiner Str. 4 | 17139 Basedow fon +49 39957 29 97-0 fax +49 39957 29 97-20 info-msk@lung.mv-regierung.de www.naturpark-mecklenburgischeschweiz.de

Naturpark Nossentiner/ Schwinzer Heide

BIZ | Kultur- und Informationszentrum Karower Meiler | Ziegenhorn 1 19395 Plau am See/OT Karow fon +49 38738 73 90-0 fax +49 38738 73 90-21 info-nsh@np.mvnet.de www.naturpark-nossentiner-schwinzerheide de

Naturpark Sternberger Seenland

Am Markt 1 | 19417 Warin fon +49 38482 23527-0 fax +49 38482 23527-20 info-ssl@lung.mv-regierung.de www.naturpark-sternbergerseenland.de

Biosphärenreservat Flusslandschaft Elbe-MV

BIZ | Auf der Festung 3 | 19303 Dömitz fon +49 38851 302-0 fax +49 38851 302-20 poststelle@bra-schelb.mvnet.de www.elbetal-mv.de c/o Amt für das Biosphärenreservat Schaalsee

Biosphärenreservat Südost-Rügen

BIZ Granitzhaus am Fuße des Jagdschlosses Granitz Am Jagdschloss Granitz Nr. 1 18609 Binz fon +49 38301 8829-0 fax +49 38301 8829-50 poststelle@suedostruegen.mvnet.de www.biosphaerenreservat-suedostruegen.de

Biosphärenreservat Schaalsee

PAHLHUUS Wittenburger Chaussee 13 19246 Zarrentin am Schaalsee fon +49 38851 30 20 fax +49 38851 302-20 poststelle@bra-schelb.mvnet.de www.schaalsee.de

Müritz-Nationalpark

Nationalpark-Information in Federow Nationalpark-Service Müritz Damerower Straße 6 17192 Federow fon +49 3991 66 88 49 poststelle@npa-mueritz.mvnet.de www.mueritz-nationalpark.de

National park Vorpommersche Boddenlandschaft

Nationalparkamt Vorpommern Im Forst 5 | 18375 Born fon +49 38234 502 0 fax +49 38234 502 24 poststelle@npa-vp.mvnet.de www.nationalpark-vorpommerscheboddenlandschaft.de

Nationalpark Jasmund

Nationalpark-Zentrum KÖNIGSSTUHL in Sassnitz Stubbenkammer 2 | 18546 Sassnitz fon +49 38392 66 17 66 fax +49 38392 66 17 40 info@koenigsstuhl.com www.koenigsstuhl.com www.nationalpark-jasmund.de

Legende:



Sterntouren



Rundtouren



Streckentouren



Siegel »Qualitätsweg Wanderbares Deutschland«

Das Siegel »Qualitätsweg Wanderbares Deutschland« wird vom Deutschen Wanderverband vergeben. Die Qualitätskriterien des Siegels basieren auf den Vorlieben der Wanderer. Sie berücksichtigen neben Beschaffenheit, Streckenführung und Kennzeichnung des Weges z.B. auch landschaftliche und kulturelle Sehenswürdigkeiten und Erlebnispotenzial.

Impressum

Herausgeber:

Tourismusverband Mecklenburg-Vorpommern e.V. Konrad-Zuse-Straße 2 · 18057 Rostock fon +49 381 40 30-550 · fax -555 info@auf-nach-mv.de · www.auf-nach-mv.de

Design/Gesamtherstellung: WERK3 Werbeagentur GmbH Doberaner Str. 155 · 18057 Rostock Titelmotiv: TMV/Schneider

Druck: optimal Media GmbH Glienholzweg 7 · 17207 Röbel/Müritz

Rostock, 10. Jahrgang 08/2020 - 30

Alle Daten in diesem Verzeichnis wurden von der Redaktion nach bestem Wissen erstellt und sorgfältig überprüft. Sie entsprechen dem Stand der Drucklegung im September 2020. Dennoch sind inhaltliche Fehler nicht vollständig auszuschließen. Für die Richtigkeit und Vollständigkeit der Angaben kann keine Haftung übernommen werden.

Gefördert durch:



Europäische Union Europäischer Fonds für Regionale Entwicklung











VIELE TOURENANGEBOTE UNTER:

WANDERN.MRT-REISEN.DE

BUCHUNGEN & INFORMATION: MECKLENBURGER-RADTOUR GMBH ZUNFTSTRASSE 4 - 18437 STRALSUND - 03831/306760 - INFO@MECKLENBURGER-RADTOUR.DE