



## EUROPA: POLEN

# POLEN - WANDERN MIT DEN DÜNEN

- > Wanderungen: 1 x leicht (2 - 3 Std.), 5 x moderat (3 - 5 Std.)
- > Von der höchsten Düne in Leba aus den weiten Blick auf das Meer bewundern
- > In Stettin und Danzig in die Geschichte der Hanse eintauchen
- > Im Wolin Nationalpark durch Kiefernwälder zum Swinedelta wandern
- > Die Marienburg, die größte Backsteinfestung Europas, erobern
- > Das Leben der Kaschuben und Slowinzen kennen lernen
- > Von Berlin mit dem Bus an- und abreisen

Warmer Wind fegt über den feinen, hellen Sand, die kleinen Körnchen wirbeln durch die Luft und landen ein paar Meter weiter wieder auf den wellenförmigen Dünen. Wir sind in der Sahara – allerdings in der polnischen, mitten in Europa. Die salzige Ostseebrise vermischt sich mit dem Duft der Fichten und Kiefern und begleitet uns auf unseren Wanderungen durch die weite Sandwüste. Wir erklimmen bis zu 50 Meter hohe Wanderdünen, durchstreifen dichte Mischwälder und lassen uns beim gleichmäßigen Schritt entlang der Steilküste den Wind um die Nase wehen. Aber nicht nur die gegenwärtige Natur, auch die vergangene Kultur der Region zieht uns in ihren Bann. Hinter den sanierten Backsteinfassaden schlummert friedlich das Mittelalter, aus den prachtvollen Schlössern spricht die preußische Vergangenheit und in den Hansestädten wird die Geschichte der Kaufleute fast wieder lebendig. Die Ostseefischer sorgen dafür, dass das kulinarische Erbe der Region nicht zu kurz kommt und die regionale Küche sorgt für tägliche Gaumenfreude. Ein Genuss für die Ohren sind die Melodien der Orgel, die aus der gotischen Kathedrale von Cammin klingen. Wir wollen auch wissen, wo Oskar die Blechtrommel von Günter Grass geschlagen hat und wie die Kaschuben und Slowinzen ihre tief verwurzelten Traditionen in die Moderne integrieren – natürlich immer mit genügend Zeit zum Durchatmen und Genießen.

Profil: Der Fokus dieser Reise liegt auf ausgedehnten Wanderungen entlang der polnischen Ostseeküste. Dabei lernen wir sowohl die einzigartige Naturlandschaft kennen, als auch die geschichtsträchtigen Städte. Besichtigungen und Wanderungen wechseln sich ab, so dass auch die Kultur des Landes nicht zu kurz kommt. Anforderung: Voraussetzung für diese Reise sind Kondition und Ausdauer für Wanderungen mit bis zu 5 Std. Gehzeit auf befestigten Wegen oder am Strand. Dabei sind keine nennenswerten Steigungen zu bewältigen, allerdings erfordert das Wandern auf die Sanddünen teilweise Konzentration (Tag 5). Gehzeiten können sich durch ungünstige Witterungsbedingungen und je nach Kondition der Gruppe verlängern. Die Wanderungen werden regelmäßig durch erholsame Pausen unterbrochen, einzelne Tagesetappen

können auch ausgelassen werden. Unterbringung: Die ausgewählten Mittelklassehotels befinden sich in zentraler Lage – entweder in der Altstadt oder an der Küste. Dadurch besteht die Möglichkeit, die freie Zeit ganz nach Belieben zu gestalten. In der Hauptsaison kann es in den Seebädern teilweise sehr lebhaft zugehen, eventuell finden Jahrmärkte oder Musikveranstaltungen statt. Alle Zimmer sind gemütlich eingerichtet und verfügen über ein Badezimmer. Verpflegung: Bei dieser Reise ist Halbpension inkludiert. Wir frühstücken in den Unterkünften, das Abendessen wird entweder in den Unterkünften oder in lokalen Restaurants eingenommen. Es beinhaltet sowohl internationale als auch polnische Spezialitäten. Mittags machen wir entweder ein Picknick oder kehren in einem Restaurant ein. Bei Lebensmittelunverträglichkeiten bitten wir Sie, sich selbst um entsprechendes Essen zu kümmern. Vegetarisches Essen ist möglich, veganes Essen eventuell nach Rücksprache. Wir bitten um Verständnis!



## REISEDETAILS

### 1. Reisetag: Anreise von Berlin über Stettin nach Kamien Pomorski (Cammin)

Am Morgen treffen wir unsere polnische Reiseleitung am Alexanderplatz in Berlin und fahren gemeinsam mit dem Bus nach Stettin. Nach unserer Ankunft unternehmen wir eine kurze Stadtrundfahrt, bevor es mit dem Bus weiter nach Misdroy geht. An der Strandpromenade des kleinen Seebads kehren wir zum Mittagessen in einem Restaurant ein. Anschließend genießen wir die frische Meeresluft und starten zu unserer ersten Wanderung entlang der Steilküste. Die Klippen ragen hier fast 100 Meter in die Höhe und bieten eindrucksvolle Ausblicke. Unser Weg führt uns bis nach Wiselka, eine kleine Ortschaft mitten im Woliner Nationalpark. Dort wartet bereits unser Bus, der uns das letzte kurze Stück nach Kamien Pomorski bringt, wo wir unser Hotel beziehen.

Gehzeit: ca. 03:00-04:00 Std. | Gehstrecke: ca. 10 km | Fahrzeit: ca. 04:30 Std. | Fahrstrecke: ca. 275 km | Unterkunft: Hotel Pod Muzami in Kamien Pomorski | Verpflegung: A

## **2. Reisetag: Ausflug nach Wolin und zum Stettiner Haff**

Nach dem Frühstück fahren wir mit dem Bus nach Wolin. Die Kleinstadt war im Mittelalter ein bedeutender Ostseehafen und wird mit der sagenumwobenen Stadt Vineta in Verbindung gebracht. Wir tauchen in die Welt der Wikinger ein, die hier einst siedelten, und erleben ihre Handwerkskunst, Spiele und Traditionen hautnah.

Anschließend wandern wir entlang des Stettiner Haffs. Die Landschaft ist geprägt von weiten Schilfgürteln, sanft ansteigenden Hügeln, wilden Steilküsten sowie dichten Wäldern. Mit etwas Glück entdecken wir einen Seeadler, der seine Kreise zieht. Vor uns liegen die Inseln Wolin und Usedom, die nur durch einen Fluss getrennt sind. Während die Ostsee im Norden an ihre Küsten drängt, werden sie im Süden vom Stettiner Haff umspült.

Unsere Wanderung führt uns zum Türkis-See, der nicht ohne Grund diesen Namen trägt. Zum Abschluss des Tages bleibt Zeit für einen Bummel durch Misdroy und eine Kaffeepause an der Promenade, bevor wir nach Kamien Pomorski zurückkehren.

Gehzeit: ca. 04:00-05:00 Std. | Gehstrecke: ca. 12 km | Fahrzeit: ca. 01:30 Std. | Fahrstrecke: ca. 77 km | Aufstieg: 100 m | Abstieg: 100 m | Unterkunft: Hotel Pod Muzami in Kamien Pomorski | Verpflegung: F, A

## **3. Reisetag: Fahrt über Trzesacz (Hoff) nach Kolobrzeg (Kolberg)**

Die Kathedrale von Kamien Pomorski zählt zu den bedeutendsten des Landes – ein Besuch darf daher nicht fehlen. Wir entdecken die Geheimnisse der spätgotischen Wandgemälde und lauschen dem Orgelspiel eines einheimischen Organisten, der sein Handwerk bereits an die nächste Generation weitergegeben hat.

Anschließend fahren wir mit dem Bus nach Trzęsacz (Hoff), einem kleinen Ort an der Ostseeküste, bekannt für die Ruine einer gotischen Kirche. Vor Ort erfahren wir, wie das Meer im Laufe der Jahrhunderte an dem Sakralbau genagt hat.

Weiter geht es nach Pogorzelica, wo unsere Küstenwanderung beginnt. Entlang des Strandes wandern wir nach Mrzeżyno (Deep), stets begleitet vom Rauschen der Wellen. Am Ziel wartet bereits unser Bus und bringt uns nach Kołobrzeg (Kolberg), wo wir den Tag mit einem Abendspaziergang entlang der Mole ausklingen lassen.

Gehzeit: ca. 04:00-05:00 Std. | Gehstrecke: ca. 12 km | Fahrzeit: ca. 01:30 Std. | Fahrstrecke: ca. 50 km | Aufstieg: 50 m | Abstieg: 50 m | Unterkunft: Hotel New Skanpol in Kolobrzeg | Verpflegung: F, A

#### **4. Reisetag: Fahrt über Smoldzing (Schmolsin) in den Slowinski Nationalpark**

Unsere Reise führt uns heute nach Smółdzino, wo wir bei einem Rundgang durch den Ort mehr über das Leben der Herzogin Anna de Croy erfahren.

Anschließend fahren wir durch die einsame Landschaft weiter nach Kluki und tauchen in die Welt der Slowinzen ein. Der Besuch des Freilichtmuseums gleicht einer Zeitreise – besonders der historische Bauernhof gibt spannende Einblicke in die Kultur und Lebensweise der Slowinzen.

Am frühen Nachmittag geht es weiter in den Słowiński-Nationalpark. In Czołpino starten wir unsere Wanderung durch das Biosphärenreservat und erleben die spektakulären Wanderdünen. Nicht ohne Grund wird dieses Gebiet auch als „polnische Sahara“ bezeichnet.

Nach diesen "sandigen" Eindrücken erreichen wir den Badeort Łeba. Die Mischung aus traditionellen Fischerhäusern, zahlreichen Bars und Tavernen verleiht dem Städtchen seinen besonderen Charme. Die Ostsee, der Łeba-Fluss, die Seen Łebsko und Sarbsko sowie die breiten Sandstrände prägen das einzigartige Mikroklima und machen den Ort so beliebt. Wir beziehen unser Hotel in Strandnähe und richten uns für die kommenden Tage ein.

Gehzeit: ca. 03:00-04:00 Std. | Gehstrecke: ca. 11 km | Fahrzeit: ca. 04:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 210 km | Aufstieg: 50 m | Abstieg: 50 m | Unterkunft: Hotel Wodnik in Leba | Verpflegung: F, A

#### **5. Reisetag: Erkundung des Slowinski-Nationalparks**

Heute erkunden wir den Słowiński-Nationalpark noch intensiver. Unsere Wanderung führt uns durch die beeindruckende Dünenlandschaft auf der Nehrung zwischen Łeba und Rowy. Jahr für Jahr türmt der Wind den Sand zu bis zu 50 Meter hohen Dünen auf und versetzt sie um etwa 10 Meter pro Jahr. Wir steigen auf eine der Wanderdünen und spüren den feinen, weißen Sand unter unseren Füßen. Wer Lust hat, kann ein erfrischendes Bad in der Ostsee nehmen, bevor wir die einzigartige Küstenatmosphäre noch einmal in vollen Zügen genießen. Anschließend machen wir uns auf den Rückweg zum Hotel.

Gehzeit: ca. 04:00-05:00 Std. | Gehstrecke: ca. 12 km | Fahrzeit: ca. 00:30 Std. | Fahrstrecke: ca. 10 km | Aufstieg: 50 m | Abstieg: 50 m | Unterkunft: Hotel Wodnik in Leba | Verpflegung: F, A

## **6. Reisetag: Fahrt in den Landschaftspark Kaschubei und Wanderung nach Kartuzy (Karthaus)**

Nach dem Frühstück fahren wir nach Chmielno und besuchen das Keramikmuseum der Familie Necel. Hier erhalten wir Einblicke in die traditionelle Handwerkskunst der Kaschuben und bewundern die kunstvoll verzierten Schüsseln, Tassen und Krüge. Anschließend unternehmen wir eine Wanderung uns durch die Wald- und Seenlandschaft des Kaschubischen Landschaftsparks bis nach Kartuzy. Dort genießen wir unsere Mittagspause und lassen die Atmosphäre des Ortes auf uns wirken. Danach besuchen wir das historische Stift des Kartäuserordens und tauchen in die Geschichte der Region ein - dazu gehört auch der wohl berühmteste Kaschube, Günter Grass. Am Nachmittag erreichen wir Danzig. Wer mag, lässt den Tag mit einem Abendspaziergang durch die Stadt ausklingen.

Gehzeit: ca. 02:00-03:00 Std. | Gehstrecke: ca. 8 km | Fahrzeit: ca. 02:30 Std. | Fahrstrecke: ca. 105 km | Aufstieg: 100 m | Abstieg: 100 m | Unterkunft: Hotel Number One in Danzig | Verpflegung: F, A

## **7. Reisetag: Erkundung der Dreistadt: Danzig, Oliwa, Sopot**

In Danzig gibt es viel zu entdecken: Wir bummeln durch die Altstadt der ehemaligen Hansestadt, spazieren entlang des Radaune-Kanals und besuchen die Rechtstadt am Ufer der Mottlau. Was steckt wohl hinter dem Krantor?

Am Nachmittag erkunden wir die Umgebung der lebendigen Dreistadt. Mit dem Bus geht es nach Oliwa, wo wir den berühmten Dom besichtigen. Unser nächstes Ziel ist das einst mondäne Seebad Sopot. Bei einem Spaziergang bewundern wir die schmucke Einkaufsstraße mit ihren restaurierten Prachtbauten. Was hat Paul Dahlberg wohl dazu inspiriert, das „krumme Haus“ zu entwerfen?

Zum Abschluss schnuppern wir frische Seeluft und gehen auf einer der längsten Seebrücken Europas weit in die Ostsee hinaus. Zurück in Danzig lassen wir den Tag mit einem Abendessen im Hotel ausklingen.

Fahrzeit: ca. 01:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 30 km | Unterkunft: Hotel Number One in Danzig | Verpflegung: F, A

## 8. Reisetag: Marienburg und Freizeit in Danzig

Wir fahren mit dem Bus nach Marienburg (Malbork) und folgen den Spuren der Kreuzritter. Warum wurde genau hier die größte Backsteinfestung Europas erbaut? Wie kam der Deutsche Orden in diese Region? Gespannt lauschen wir den Erklärungen unseres Reiseleiters zur Geschichte der Herrschaftszeit.

Zurück in Danzig verbringen wir den Nachmittag nach Lust und Laune. Wie wäre es mit einem Museums-Besuch des hochmodernen Zentrums der Gewerkschaft Solidarność? Oder mit einer Bootsfahrt durch die Danziger Bucht sowie Kaffee und Kuchen in einem der unzähligen charmanten Cafés? Am Abend treffen wir uns zum Abschiedessen in einem typischen Restaurant in der Altstadt und lassen die Eindrücke der vergangenen Tage noch einmal auf uns wirken.

Fahrzeit: ca. 02:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 130 km | Unterkunft: Hotel Number One in Danzig | Verpflegung: F, A

## 9. Reisetag: Heimreise

Zeit zum Abschied nehmen: Wir verlassen Pommern und fahren mit dem Bus zurück nach Berlin, wo wir am Nachmittag ankommen.

Fahrzeit: ca. 07:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 500 km | Verpflegung: F

| TERMINE UND PREISE |            |        |            |
|--------------------|------------|--------|------------|
| von                | bis        | Plätze | Preis in € |
| 30.08.2025         | 07.09.2025 | X      | 1.695 €    |

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

## LEISTUNGEN

- > Lokale Hauser-Reiseleitung ab Berlin bis Danzig
- > Halbpension
- > Bahnreise ab/bis Berlin nach Stettin, zurück ab Danzig
- > Übernachtung 8 x in Mittelklassehotels
- > Eintrittsgebühren lt. Programm
- > Reisekrankenschutz
- > Bahnreise ab/bis Berlin nach Stettin, zurück ab Danzig
- > Übernachtung 8 x in Mittelklassehotels
- > Halbpension
- > Eintrittsgebühren lt. Programm

## NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Weitere Mahlzeiten und Getränke (ca. 130,00 €)
- > Trinkgelder
- > Individuelle Ausflüge und Besichtigungen

## TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 5

Maximalanzahl von Personen: 12

## ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 20%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 21 Tage vor Reisebeginn
- > Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 0 vor Reisebeginn möglich.
- > Bei kurzfristigen Buchungen (weniger als 28 Tage vor Reisebeginn) ist der Reisepreis, sofern keine Absage nach AGB Ziffer 5.1. mehr erfolgen kann, bei Übergabe der Reiseunterlagen sofort fällig.

## WEITERE INFOS

### Einreise & Gesundheit

- > 1-2

### Generelle Hinweise

>

Warmer Wind fegt über den feinen, hellen Sand, die kleinen Körnchen wirbeln durch die Luft und landen ein paar Meter weiter wieder auf den wellenförmigen Dünen. Wir sind in der Sahara – allerdings in der polnischen, mitten in Europa. Die salzige Ostseebrise vermischt sich mit dem Duft der Fichten und Kiefern und begleitet uns auf unseren Wanderungen durch die weite Sandwüste. Wir erklimmen bis zu 50 Meter hohe Wanderdünen, durchstreifen dichte Mischwälder und lassen uns beim gleichmäßigen Schritt entlang der Steilküste den Wind um die Nase wehen. Aber nicht nur die gegenwärtige Natur, auch die vergangene Kultur der Region zieht uns in ihren Bann. Hinter den sanierten Backsteinfassaden schlummert friedlich das Mittelalter, aus den prachtvollen Schlössern spricht die preußische Vergangenheit und in den Hansestädten wird die Geschichte der Kaufleute fast wieder lebendig. Die Ostseefischer sorgen dafür, dass das kulinarische Erbe der Region nicht zu kurz kommt und die regionale Küche sorgt für tägliche Gaumenfreude. Ein Genuss für die Ohren sind die Melodien der Orgel,

die aus der gotischen Kathedrale von Cammin klingen. Wir wollen auch wissen, wo Oskar die Blechtrommel von Günter Grass geschlagen hat und wie die Kaschuben und Slowinzen ihre tief verwurzelten Traditionen in die Moderne integrieren – natürlich immer mit genügend Zeit zum Durchatmen und Genießen.

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.