

Im Land der ruhigen Naturschätze

Mecklenburg-Vorpommern





Wenn nach dem Sommer Ruhe einkehrt, ist nur das Wasser aufgewühlt ...

Wanderer am rauen Wasser, Fischland Darß-Zingst © Uwe Engler

Viele finden den Herbst und frühen Winter am besten, um Mecklenburg-Vorpommern kennenzulernen. Nach dem Sommertrubel kehrt wieder Ruhe ein in einer der beliebtesten Ferienregionen Deutschlands. Man macht es sich gemütlich, die Natur steht noch stärker im Vordergrund. Dabei sind es natürlich nicht die Gipfel in großer Höhe, die Wanderer hier begeistern – die höchste Erhebung im Binnenland beträgt gerade mal 179,2 m. Es sind vielmehr die Sichtachsen und Naturräume des

am dünnsten besiedelten Bundeslandes, die innehalten lassen. Fast ein Drittel der Fläche steht unter Naturschutz. Drei Nationalparke, zwei UNESCO Weltnaturerbe, sieben Naturparke und 2.000 km Küstenlinie bieten eine eindrucksvolle Naturkulisse für alle, die sich draußen am wohlsten fühlen.

Jetzt spürt man die Naturkräfte besonders deutlich, die Küste zeigt sich wild und rau. Das Meer raubt sich das Land

und als Mensch ist man froh, dass nicht alles reguliert werden kann und Normen entspricht. In der Mecklenburgischen Seenplatte präsentiert sich die Tierwelt im bunten Herbstwald, im Morgennebel erwacht die Natur an den großen Wasserflächen. In diesen Momenten spürt man, wie unmittelbar Natur sein darf. Ruhe spüren, innehalten, durchatmen – dieser Dreiklang macht Wandererlebnisse hier so nachhaltig, dass sie lange im Gedächtnis bleiben.

Die grünen „Ärzte“ von Usedom

An die 150 Jahre alt sind die grünen „Ärzte“ auf Usedom. Sie sind hochgewachsen, unendlich geduldig und für ihre Patienten jederzeit greifbar. Zu finden sind sie in Europas erstem zertifizierten Kur- und Heilwald im Ostseebad Heringdorf auf Usedom. Die heilenden Kräfte des 187 ha großen Küstenwaldes, der von alten Buchen, die sich im Herbst golden färben, und von Kiefern geprägt ist, werden hier bewusst genutzt: für die Therapie von Atemwegs-, Herz-Kreislauf-, psychosomatischen und orthopädischen Erkrankungen, aber auch „einfach nur so“ für das allgemeine Wohlbefinden. Denn die Kombination aus Wald- und Seeluft schafft ein besonders wohltuendes mildes Reizklima, das jedem guttut. Als zertifizierter Kur- und Heilwald wartet das Outdoor-Fitnesscenter mit Trainingsgeräten, die den Muskelaufbau, die Koordination, den Gleichgewichtssinn und die Konzentration fördern, sowie mit einem Wegenetz verschiedener Steigungsgrade auf. Und das alles ohne Mitgliedsgebühr oder Eintrittspreis! Ein Teil des Kur- und Heilwaldes ist behindertengerecht ausgestattet und seit kurzem können Kinder bei der Waldschatzsuche als Kinder-Gesundheitsdetektiv aktiv werden und den Wald-Geheimcode knacken.

Die Balance finden im Kur- und Heilwald Usedom
© Henry Böhm



Barrierefreier Weg im Kur- und Heilwald Usedom
© Henry Böhm



! » heringsdorf.kur-und-heilwaelder.de (Wald-App)
INFO: www.kur-und-heilwald.de, www.usedom.de

Mecklenburgischen Seenplatte – Kranichflug trifft Blattgold



Blattgold-Wanderung im Müritz-Nationalpark
© 1000seen.de, Christin Drühl

Im Land der 1000 Seen bieten die Naturbühnen im Herbst ein beeindruckendes Programm. So können Nachtschwärmer und Frühaufsteher im Oktober ein imposantes Naturschauspiel im Müritz-Nationalpark beobachten. Nachts nämlich kommen die Kraniche, um sich in den flachen Seen östlich der Müritz auszuruhen. Im Morgennebel starten sie gemeinsam zu ihren Futterplätzen. Von Mitte August bis 31. Oktober können Besucher mit dem Kranichticket täglich an der geführten „Wanderung zum abendlichen Kranicheinflug“ teilnehmen. Alternativ geht es frühmorgens mit Nationalpark-Rangern unter dem Motto „Aufgewacht mit den Vögeln des Glücks“ zur Beobachtung des Abflugs, der von den lauten Rufen der Vögel begleitet wird. Ein ganz stilles Herbst-Schauspiel indes liefern die Bäume im UNESCO-Weltnaturerbe „Alte Buchenwälder“ bei Serrahn: Sie leuchten in schillernden Farben und mit jedem Windhauch regnet es wahrlich Blattgold. Die Serrahner Buchenwälder wurden in den letzten 150 Jahren vor intensiver forstlicher Nutzung bewahrt. Das Ergebnis: mehr als 2400 Tier-, Pflanzen- und Pilzarten. Auf geführten Wanderungen erfahren die Teilnehmer interessante Geschichten über diesen einmaligen Wald. Tipp für eine individuelle Tour: Auf dem Walderlebnispfad von Zinow nach Carpin wandern (6,5 km).



INFO: www.1000seen.de/herbst

Rügen – zwischen Steilküste und Buchenwäldern

Leise rascheln die Blätter unter den Wanderschuhen, goldenes Licht schimmert durch die bunt gefärbten Kronen der Buchen. Es riecht nach Erde, nach Meer und sogar ein bisschen nach Freiheit. Im Herbst weckt die Insel Rügen die Wanderlust. Die schönsten Wandertouren der Insel werden in der goldenen Jahreszeit zu einem besonderen Naturerlebnis. Im Nationalpark Jasmund sind es die märchenhaften Buchenwälder, die sich dicht an den Rand der hochaufragenden Steilküste schmiegen. Auf dem Hochuferweg zwischen Sassnitz und Lohme erleben Reisende immer wieder spektakuläre Ausblicke auf die Kreidefelsen, die umrahmt von herbstlich gefärbten Baumkronen, nur umso heller leuchten. Nur wenige Kilometer weiter, in den Zicker Bergen auf Mönchgut, wäh-

nen sich Wanderer schon in einer anderen Welt. Sanft geschwungene Hügel, wogende Gräser, vom Herbstwind sacht bewegt, ein Grüppchen Schafe, gemütlich dösend im Schatten einer Eiche, erinnern Reisende unweigerlich an die idyllischen Hirtengemälde der Romantiker. Auf müde Wanderer warten unterwegs lauschige Plätzchen: zum Einkehren, Aufwärmen und Genießen regionaler Spezialitäten. Beim Aktivherbst vom 14. September bis zum 27. Oktober können Wanderfreunde Rügen in der bunten Jahreszeit entdecken – mit zahlreichen Themenwanderungen auf den schönsten Routen der Insel.



INFO: www.ruegen.de/aktivherbst

Bild links:
Herbststimmung im Nationalpark Jasmund
© Tourismuszentrale Rügen, Christian Thiele

Bild rechts:
Blick zu den Zicker Bergen auf Mönchgut
© Tourismuszentrale Rügen, Christian Thiele





Das Röhren der Hirsche ist auf Fischland Darß-Zingst weithin zu hören
© Sandra Frese

Fischland-Darß-Zingst – wo die Hirsche in den Dünen röhren

Wandern zwischen Bodden und Meer, begleitet von röhrenden Hirschen, vorbei an vom Wind gezeichneten Wäldern und entlang weißer Sandstrände. Das kann man nur auf Fischland-Darß-Zingst erleben. Eingebettet in den mit 786 km² größten Nationalpark an der Ostsee – dem Nationalpark Vorpommersche Boddenlandschaft, bietet die Halbinsel Naturliebhabern viele einzigartige Erlebnisse.

Jedes Jahr im Herbst wird der Nationalpark zur Bühne für außergewöhnliche Naturschauspiele: der Zug der Kraniche und die Brunft der majestätischen Rothirsche. So ist es mittlerweile mehr als ein Insidertipp von Naturinteressierten, den Darß im Herbst zu bereisen.

Anfang September bis Anfang Oktober ist die Zeit der Hirschbrunft auf Fischland-Darß-Zingst. Zu dieser Jahreszeit kann man Hirsche mitten in der Dünenlandschaft an der nördlichsten Spitze der Halbinsel oder in der Boddenlandschaft beobachten und vor die Linse bekommen. Auf einem Streifzug durch den Nationalpark hört man es schon von weither: das Röhren der Hirsche. Und nur wenig später sieht man sie auch. Mit dem Fernglas, durchs Kameraobjektiv, aber oft schon mit dem bloßen Auge: stolze Hirsche in der Dünenlandschaft und auf den Salzgraswiesen – einen Steinwurf vom Meer entfernt. Besonders spektakulär und ein echter Tipp für einen Besuch auf Fischland-Darß-Zingst sind die beliebten Hirschbrunftführungen. Von September bis Oktober haben Besucher die Möglichkeit auf einmalige

Einblicke und Erlebnisse in Bereichen des Nationalparks, in die man sonst keinen Zutritt hat. So geht es zum Beispiel mit einem Ranger zur Beobachtungsplattform an der Lichtung Buchhorster Maase, die nur während der Brunftzeit geöffnet hat. Von hier aus hat der Beobachter uneingeschränkte Sicht auf die Maase und das Rotwild, das sich zumeist in Scharen auf dieser Lichtung tummelt. Für ambitionierte Fotografen, die dieses Erlebnis gerne festhalten wollen, werden während des aktiven Fotoherbstes in Zingst Fotoworkshops sowie geführte Touren mit Foto-Ranger angeboten.

Eine Führung ist aber kein Muss – bei einer Wanderung durch den Darßwald und die Dünenlandschaft am Darßer Ort kann man die Hirschbrunft ganz entspannt und individuell erleben. Entlang der Wege kann man sich auf einem der Beobachtungstürme niederlassen und die Natur genießen. Von dieser erhöhten Position hat man einen hervorragenden Blick und die Möglichkeit, den einen oder anderen Hirsch zu entdecken oder zumindest zu hören.



INFO: www.nationalpark-vorpommersche-boddenlandschaft.de
www.zingst.de



Hirschbrunftzeit auf Fischland-Darß-Zingst – wem gelingt das beste Foto?
© Daniel Scholz, fotura.com

Sternberger Seenland – Auszeit für die Seele

Wenn Morgennebel das Sternberger Seenland überzieht, bringt er eine mystische Stimmung mit. Die Gedanken fangen an zu fliegen hier in der Region Mecklenburg-Schwerin in der von der Eiszeit geformten Endmoranenlandschaft mit sanften Hügelketten, Wäldern, dem verzweigten Flusssystem mit Mooren und Bruchwäldern und den Seen. Hier darf sich die Seele eine Auszeit nehmen. In dieser alten Gegend, in der sich Großstein- und Hügelgräber aus der Steinzeit finden, uralte Dörfer und große Klosteranlagen mit jahrhundertealter Geschichte, drängt sich die Inspiration über das Werden, den Wandel und das Vergehen geradezu auf. Seit einigen Jahren, durch die Eröffnung des Pilgerwegs der heiligen Birgitta von Schweden, lebt die Tradition des Pilgerwanderns hier im Sternberger Seenland wieder auf. 680 Jahre ist es her, dass sich Schwedens Nationalheilige auf eine Pilgerreise nach Santiago de Compostela begab. Die rund 350 km lange Route, die sie damals zwischen Saßnitz auf Rügen und Boizenburg/Elbe durch Mecklenburg-Vorpommern geführt haben soll, ist seit einigen Jahren durchgängig ausgeschildert. Vielleicht hat Birgitta damals auch im Kloster Tempzin übernachtet. Auf eine mehr als 500 Jahre alte Geschichte kann die Pilgerherberge jedenfalls zurückblicken. Auch heute noch unterhält das Pilger-Kloster ein Haus der Gastfreundschaft. Man muss aber nicht unbedingt auf den Spuren der Heiligen Birgitta wandeln, um sich hier eine Auszeit zu nehmen. Es gibt individuelle Einkeritage mit der Möglichkeit der geistlichen Begleitung. Nach dem Motto „Ora et Labora“ können Gäste das Klosterleben einmal ausprobieren. Für mindestens zwei bis maximal zwölf Wochen wird dabei neben dem täglichen Gebet auch tatkräftig mit angepackt. Vom 14.-20. Oktober 2019 findet das Angebot als Gemeinschaftsan-



gebot statt. Wer hier mitmacht, gliedert sich in die Gebetsgemeinschaft ein und bereitet das Kloster auf den Winter vor – kümmert sich um das Ernten der Obstbäume, lagert ein, mostet, macht den Garten winterfest und stapelt Holz zum Heizen in den kalten Monaten. Dabei gilt: Alles kann, nichts muss in Tempzin – auch wer nur wandern will, ist herzlich willkommen, einfach die idyllische Lage und die Wandermöglichkeiten in der Region zu genießen. (ae)

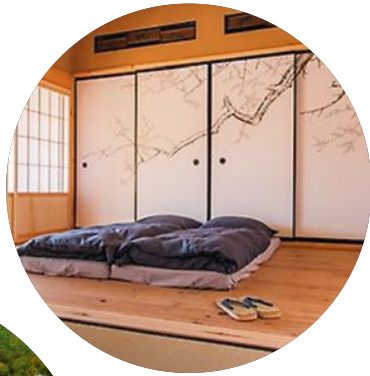


INFO: www.pilger-kloster-tempzin.de

Bild oben: Nebel über dem Glammsee
© Naturpark Sternberger Seenland

Bild unten: Pilgerherberge mit jahrhundertealter Tradition: das Kloster Tempzin
© Regionalmanagement LAG Warnow-Elde-Land

Wie in Japan:
der Garten
mit Gäste-
haus von
Waldemar
Keiss
© W. Keiss



Mitmachen & gewinnen!

Japanische Achtsamkeit zwischen Schafen und Seen

Haben Sie Lust auf eine besondere Begegnung? Mecklenburg-Vorpommern lädt sie ein.

Waldemar Keiss begeistert sich bereits seit Kindheitstagen für Malerei, dabei entdeckte er besonders die japanische Tuschemalerei (Sumi-e) für sich: die Einfachheit und Reduziertheit dieser Maltechnik fasziniert ihn. 2018 vollendete er seinen Japanischen Garten mit den vier Elementen Stein, Moos, Wasser und Pflanzen. Nun ist es auch möglich, darin eine Nacht zu verbringen. Mit natürlichen Materialien und viel Liebe zum Detail schuf er für achtsame Gäste eine Idylle mitten im großartigen Umfeld der Feldberger Seenlandschaft in der Mecklenburgischen Seenplatte.

Das können Sie gewinnen:

- 2 Ü/Frühstück für 2 Personen im Japanischen Garten in Feldberg
- Geführte Wanderung auf dem Qualitätsweg „Falladas Fridolinweg“ auf den Spuren des Dachs Fridolin mit Besuch des Hans-Fallada-Museums
- Einkehr mit Imbiss im Schäferladen

Was Sie dafür tun müssen?

Beantworten Sie einfach folgende Gewinnspielfrage:

Sie wachen morgens im Japanischen Garten auf – Welches „Verkehrsmittel“ dürfen Sie nun nutzen, um auf Ihrem Wanderweg zur Schäferei Hullerbusch zu gelangen ?

- A** 2 km mit 270 jährigen Dampfisenbahn Polli
- B** Handbetriebene Seilfähre über den Schmalen Luzin
- C** Berglift inkl. Gepäckkiste für Rucksäcke

Wie können Sie mitmachen?

Alle Informationen und Teilnahmemöglichkeiten für das Gewinnspiel finden Sie unter www.auf-nach-mv.de/wandern/gewinnspiel



In der Feldberger
Seenlandschaft
erwarten Wande-
rer tolle Begeg-
nungen.
© Kurverwaltung
FSL, Andreas
Duerst

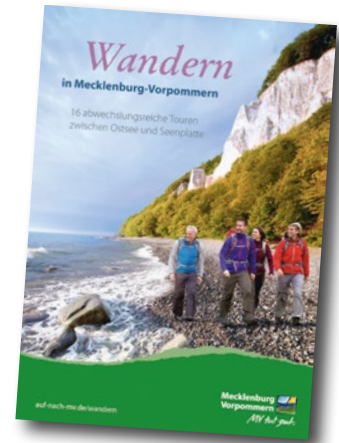


Mecklenburg-Vorpommern – alles da fürs Wanderherz

Tausende Kilometer meist naturbelassene und markierte Wanderwege laden in Mecklenburg-Vorpommern ein, auch abseits der Straßen kreuz und quer durchs Land zu gehen. Drei Europäische Fernwanderwege führen durch das Land – einer von der Ostsee nach Süden, einer von der Oder zur Elbe, der dritte immer an der Küste entlang. Die Tagesetappen liegen zwischen entspannten zehn und sportlichen 25 Kilometern. Hinzu kommen zahlreiche Stern- und Rundtouren. Außerdem finden Wanderer in allen Regionen auch Kurztouren, stets in Wassernähe. Vom Deutschen

Wanderverband als Qualitätswege zertifiziert sind hier der Bodden-Panoramaweg Rügen (24 km, 1-2 Etappen zwischen Neuenkirchen und Mukran) und Falladas Fridolinweg (10,5 km in der Gemeinde Feldberger Seenlandschaft, Ortsteil Carwitz) in der Mecklenburgischen Seenplatte.

Mehr Infos und Broschürenbestellung unter:
www.auf-nach-mv.de/wandern
Tel. 0381-4030500



Kontaktieren & informieren:

Ihre Ansprechpartner:
Usedom Tourismus GmbH
Hauptstr. 42, 17459 Ostseebad Koserow
Tel. 038375/2 44 144, Fax 038375/244 145
info@usedom.de
www.usedom.de

Tourismusverband Mecklenburgische Seenplatte e. V.
Turnplatz 2, 17207 Röbel/Müritz
Tel. 039931/53 80, Fax 039931/5 38 29
info@mecklenburgische-seenplatte.de
www.mecklenburgische-seenplatte.de

Tourismuszentrale Rügen GmbH
Circus 16, 18581 Putbus
Tel. 03838/80 77 80, Fax 03838/25 44 40
info@ruegen.de
www.ruegen.de

Tourismusverband Fischland-Darß-Zingst e. V.
Barther Str. 16, 18314 Löbnitz
Tel. 038324/64 00, Fax 038324/6 40 34
info@tv-fdz.de
www.fischland-darss-zingst.de

Tourismusverband Mecklenburg-Schwerin e. V.
Puschkinstraße 44, 19055 Schwerin
Tel. 0385/59 18 98 75, Fax 0385/59 18 98 74
info@mecklenburg-schwerin.de
www.mecklenburg-schwerin.de



Vom Sturm gebogene Bäume am Weststrand des Darß
© TMV-Allrich





