

INHALT

TOURENÜBERSICHT	8
VORWORT	11
DIE »WANDERNESTER ALTMARK«	14
GEDICHT: FUß UM FUß	18

ÖSTLICHE ALTMARK 19

TOUR 1: UNSER SCHÖNES AUENLAND	21
TOUR 2: ZUR WIRLSPITZE	29
TOUR 3: BARFUß AM ARENDSEE	35
TOUR 4: DAS MEER VON BEUSTER	41
TOUR 5: DER WALDDUFT VON BARSBERGE	49
TOUR 6: KEINE BRISE AN DER BIESE	57
TOUR 7: WENN ZWEI SICH KÜSSEN	65
TOUR 8: ARNEBURGER ELBTOUR	73
TOUR 9: ZUM PALAZZO AN DER ELBE	81
TOUR 10: STADT, LAND, FLUSS	89
TOUR 11: VON BÜTTNERSHOF ÜBER BERGE NACH RÄBEL	97

GEDICHT: MEINE ALTMARK	106
------------------------	-----

WESTLICHE ALTMARK

107

TOUR 12:	DER WEG IST FREI	109
TOUR 13:	AM BACH NAMENS BÄKE	117
TOUR 14:	ES RUFEN DIE KLÖTZER BERGE	125
TOUR 15:	DER GOLIATH	133
TOUR 16:	VON UCHTSPRINGE NACH WITTENMOOR	141
TOUR 17:	VON MEHRIN NACH VIENAU	151
TOUR 18:	VON HENNINGEN ÜBER OSTERWOHLE NACH TYLSEN	161
TOUR 19:	VON BÖCKWITZ-ZICHERIE NACH JAHRSTEDT	171
TOUR 20:	VON APENBURG ZUM ÖKODORF SIEBEN LINDEN	181
TOUR 21:	QUARNEBECK & DRUMHERUM	191
TOUR 22:	LINDENTHAL - IPSE - ZIEPEL - GARDELEGEN	201
TOUR 23:	IM WALD „WOHLD“ BEI DIESDORF	209
TOUR 24:	DIESDORF-REVUE	217
TOUR 25:	GRÜNES BAND BEI HOYERSBURG	225
TOUR 26:	IM KLÖTZER FORST UNTERWEGS	233
TOUR 27:	MELLINER WALDLUFT	243
TOUR 28:	DRÖMLINGSTOUR BEI KUNRAU	251
TOUR 29:	SÜD-DRÖMLINGSTOUR BEI KÄMKERHORST	259
TOUR 30:	VON DAHRENDORF ÜBER BARNEBECK NACH GROß GRABENSTEDT	267
TOUR 31:	RUND UM LINDSTEDT	275
TOUR 32:	RUND UM LETZLINGEN	283
TOUR 33:	ZICHTAU UND SEINE HELLBERGE	291
TOUR 34:	KLOSTER NEUENDORF UND DIE KELLERBERGE	299