



### Letland entdecken

Geographie und Klima.....	4
Letlands Regionen .....	6
Draußen unterwegs .....	9
Die Touren in diesem Buch .....	13

### Wander- und Entdeckertouren

#### Kurzeme – an der Ostseeküste 16

<b>Tour 1:</b> .....	30
Wolkenteiche am Hochmoorpfad <i>Im großen Hochmoor von Kemerī</i> (1 h 15, 3,5 km)	

#### Zwischen Wasser und Land – .... 32

Wie eine Moorlandschaft entsteht

<b>Tour 2:</b> .....	34
Auerochsen und wilde Pferde <i>Abenteuerfahrt zu den Dunduru Wiesen</i>	

#### Wo die wilden Pferde leben ..... 36

Frei lebende Pferde in lettischen Naturparks

<b>Tour 3:</b> .....	38
Am Engure See <i>Auf dem Orchideenpfad durch Wald und Moor</i> (2 h, 3,5 km)	

<b>Tour 4:</b> .....	41
Der wilde Strand von Kolkasrags <i>Eine Wanderung ums Kap Kolka</i> (1 h 30, 4 km)	

<b>Tour 5:</b> .....	44
Die livischen Dörfer <i>Fahrradtour im Slītere Nationalpark</i> (2-3 h, 15 km)	

<b>Livland und die Liven – .....</b>	48
<i>Ein Blick in die lettische Geschichte</i>	

<b>Tour 6:</b> .....	50
Berg und Tal im Petersmoor <i>Alte Dünen, Wald und Moor</i> (1 h 30, 3,7 km)	

<b>Tour 7:</b> .....	53
Auf der Irbe zum Meer <i>Kanuabenteuer für zwei Tage</i> (8-10 h, 38 km)	

<b>Weniger ist mehr – .....</b>	59
<i>Ausrüstung für ein Kanubiwak</i>	

<b>Tour 8:</b> .....	60
Die graue Düne von Pavilosta <i>Zwischen Düne und Meer</i> (1 h, 3 km)	

<b>Tour 9:</b> .....	63
Kleinstadt mit Patina <i>Spaziergang durch Kuldīga</i> (1 h 15, 4 km)	

<b>Tour 10:</b> .....	66
Kunst und Natur <i>Das Freilichtmuseum von Pedvale</i> (1-2 h, 2-3 km)	

<b>Tour 11:</b> .....	68
Das Moor von Cūžu Mīre <i>Im Urstromtal der Abava</i> (1 h 30, 4 km)	

#### Zemgale – In Lettlands Süden 72

<b>Tour 12:</b> .....	76
Pokainu mežs <i>Der mystische Wald von Pokaini</i> (3-4 h, 9 km)	

<b>Tour 13:</b> .....	78
Hexen, Gnome und ein Angelsee <i>Mit dem Fahrrad rund um den Märchenwald von Tervete</i> (2+2 h, 10 km)	

<b>Tour 14:</b> .....	82
Versailles des Baltikums <i>Das Schloss von Rundale und seine Gärten</i>	

<b>Tour 15:</b> .....	84
Der grüne Fluss <i>Mit dem Kanu auf der Memele</i> (7-8 h, 28 km)	

<b>Sinfonie der Teichrohrsänger ...89</b>	
<i>Sommerkonzert im Schilf</i>	

#### Latgale – Land der tausend Seen 90

<b>Tour 16:</b> .....	96
Burgberg mit Flussblick <i>Wo die Dünaburg über Livland wacht</i> (30 min, 1 km)	

<b>Tour 17:</b> .....	98
Adamova dabas taka <i>Auf dem Urwaldpfad zur Daugava</i> (45 min, 1,8 km)	

<b>Tour 18:</b> .....	100
Zwischen blauen Seen <i>Rundfahrt mit dem Auto zwischen dem Raznas ezers und Kraslava</i> (172 km, 1-2 Tage)	

<b>Tour 19:</b> .....	106
Der Moorpfad von Teirumnieki <i>Mini-Wanderung zum Moorsee</i> (30 min, 1,5 km)	

#### Die Rigaer Bucht und Gauja Nationalpark..... 108

<b>Tour 20:</b> .....	120
Rote Burg über der Gauja <i>Turaida und der Folk Song Park</i> (45 min, 1,8 km)	

<b>Tour 21:</b> .....	124
Auf dem Amata Trail <i>Waldpfad am Flussufer</i> (2 h, 6 km)	

<b>Tour 22:</b> .....	126
Wasserwandern auf der Gauja <i>Mit dem Kanu von Cesis nach Ligatne</i> (4-5 h, 18 km)	

#### Mit J-Schlag und Heckruder .... 130

Kanadier mit dem Stechpaddel lenken

<b>Tour 23:</b> .....	132
Mit dem Kanu von Ligatne nach Sigulda <i>Rote Felsen und Sandbänke am Ufer der Gauja</i> (4-5 h, 18 km)	

<b>Tour 24:</b> .....	136
Die Wasserburg im Araišu ezers <i>Das archäologische Museum von Araiši</i>	

<b>Tour 25:</b> .....	138
Rund um die Burg von Cesis <i>Ein Spaziergang durch die schönste Stadt im Gauja Nationalpark</i> (2-3 h, 1 km)	

<b>Tour 26:</b> .....	141
Die Sarkanās klintis und der Raiskuma ezers <i>Mountainbiketour ohne Berge</i> (2-3 h, 17 km)	

<b>Tour 27:</b> .....	144
Quellsee am Gaujaufer <i>Der Naturpfad von Cirulisu</i> (1 h 15, 3,5 km)	

<b>Tour 28:</b> .....	147
Brīvdabas Muzejs <i>Eine Zeitreise durch Lettland</i> (2-4 h, 4 km)	

<b>Tour 29:</b> .....	152
Hansestadt Riga <i>Ein Rundgang durch Rigas Altstadt</i> (3-4 h, 4 km)	

<b>Tour 30:</b> .....	158
Vecemju klintis <i>Strandspaziergang zwischen Fels und Meer</i> (3 h, 10 km)	

<b>Tour 31:</b> .....	160
Rote Felsen am schnellen Fluss <i>Kanutour auf der Salaca</i> (4-5 h, 18 km)	

<b>Tour 32:</b> .....	164
Zur Nordmole von Aināzi <i>Spaziergang an der estnischen Grenze</i> (1 h 30, 3,5 km)	

### Reiseinformationen

Anreise und Reiseplanung .....	167
Unterkunft und Übernachtung...	174
Register .....	187
Impressum.....	189

