

# Polen:

## Kurzinformation für die Radtour

Zuletzt geändert am: 17.01.2017

### Inhaltsverzeichnis:

- \* Landeskunde für Radler
- \* Klima und Reisezeiten
- \* Straßen und Verkehr
- \* Radfernwege
- \* Anreise
- \* Fahrrad und öffentlicher Inlandsverkehr
- \* Fahrradausstattung und Ersatzteile
- \* Verpflegung
- \* Unterkunft
- \* Verschiedenes
- \* Adressen und Informationsmöglichkeiten
- \* Karten
- \* Literatur
- \* Impressum

### Landeskunde für Radler

Polen ist ein gastfreundliches, interessantes und traditionsreiches Land mit vielfältigen Reisemöglichkeiten. Zwischen den Stränden der Ostsee und dem Gebirgsmassiv der Hohen Tatra bietet Polen herrliche Landschaften von besonderem Reiz: alte Städte, ursprüngliche Wälder, stille Seen, duftende Lindenalleen, Mittelgebirgslandschaften und ... eine Landwirtschaft, die gelegentlich noch an vorindustrielle Zeiten erinnert.

Polen ist insgesamt 312 000 km<sup>2</sup> groß und hat ca. 38 Mio Bewohner.

Zu den Dorados - nicht nur für Fahrradtouristen - gehört das **Masurische Seengebiet** im Nordosten Polens. Entstanden durch den Rückzug der skandinavischen Gletscher bietet diese Region eine Fülle von Seen, die teilweise durch Flüsse oder Kanäle miteinander verbunden sind. Das Gebiet zwischen den Seen ist leicht wellig und zum Teil heute noch mit ursprünglichen Wäldern bewachsen. Mit einer Gesamtfläche von 13.000 ha wurden in Masuren viele Nationalparks angelegt, in denen seltene Tierarten wie Biber, Elche, Kormorane, Schwarzstörche und Kraniche leben. Doch auch der Westen Polens hat seine Reize: weite Waldgebiete, geringe Besiedlungsdichte, ländliche Strukturen und noch wenig Tourismus.

Zu den besonders interessanten Städten des Landes gehören **Gdąnsk** (Danzig), **Warszawa** (Warschau), **Posnán** (Posen), **Torun** (Thorn), **Wroclaw** (Breslau) und **Kraków** (Krakau), deren vorbildlich rekonstruierte Altstädte wahre Glanzleistungen der Denkmalpflege darstellen.

### Klima und Reisezeiten

Das Wetter wird deutlich vom Kontinentalklima beeinflusst. Der Winter, der in den Bergen und im Osten des Landes normalerweise sehr schneereich ist, dauert in der Regel von Dezember bis Februar. Er wird von einem sonnigen und warmen Frühling abgelöst, so dass bereits zu Ostern Radtouren unternommen werden können.

Der polnische Sommer dauert von Juni bis August und hat viele warme, manchmal sogar heiße Tage mit Temperaturen über 30 °C. Niederschläge im Sommer, die häufig mit Gewittern verbunden sind, treten vorwiegend in den Bergen auf. Die Ostseeküste bietet sich in dieser Zeit dagegen mit vielen Sonnentagen an.

Besonders reizvoll und vielfach trocken und sonnig ist auch der "Goldene Polnische Herbst" in den Monaten September und Oktober. In den Bergen sorgt dann das sich bunt färbende Laub für Eindrücke von ganz besonderem Reiz.

## Straßen und Verkehr

Die großen Hauptverkehrsstraßen (mit ein- und zweistelliger Kennzeichnung) sind im allgemeinen gut asphaltiert, werden aber auch besonders von LKWs stark frequentiert. Zu empfehlen sind daher die landschaftlich schönen und weniger befahrenen Nebenstraßen (dreistellige Straßennummern oder keine). Die Beläge dieser Straßen sind gut bis zufriedenstellend.

Bei noch kleineren Nebenstrecken muss teilweise mit sehr schlechter Oberflächenbeschaffenheit (dicker Schotter, kaum noch vorhandene Teerdecke und Schlaglöcher, teilweise auf mehreren Kilometern) gerechnet werden, selbst wenn sie Teil einer beschilderten Radroute sind.

Achtung: Vor Bahnübergängen anhalten, auch wenn sie beschränkt sind und kein Zug kommt.

In den Städten muss mit gefährlichen Schlaglöchern und tief abgesenkten Kanalisationsdeckeln gerechnet werden.

**Hinweise für Radfahrer:** Seit 2012 gelten in Polen verbesserte Sicherheitsstandards für Fahrradfahrer.

Danach werden an stark befahrenen Straßen sog. Fahrradschleusen eingerichtet, durch Markierung auf der Fahrbahn gekennzeichnete Aufstellflächen vor den vor Ampeln wartenden Autos. Damit sind sie besser sichtbar. Das bedeutet auch, dass Radfahrer wartende Autos rechts überholen dürfen.

Fahrradanhänger für den Kindertransport (bis zum 10. Lebensjahr) sind offiziell erlaubt.

Kinder dürfen neben ihren Eltern auf dem Bürgersteig fahren.

Generell dürfen Radfahrer die Bürgersteige dann benutzen, wenn sie mindestens 2 Meter breit sind und die danebenliegende Fahrbahn eine Höchstgeschwindigkeit von über 50 km/h aufweist oder wenn wetterbedingt eine schlechte Sicht herrscht.

Radfahrer dürfen beim Abbiegen in der Mitte der Fahrbahn und nicht mehr nur am rechten Rand fahren

## Radfernwege

Die Entwicklung eines landesweiten Radfernwegenetzes steckt noch in den Anfängen. Dabei bildet der ausgeschilderte R1, als Fortsetzung der Euroroute R1 von Holland bis Polen, ein erstes und wichtiges Element dieses zukünftigen Netzes. Der R1 überschreitet bei Küstrin die Oder, durchquert Nordost-Polen und erreicht nach ca. 675 km die polnisch-russische Grenze bei Braniewo. Eine Weiterführung über Kaliningrad und die baltischen Staaten bis St. Petersburg ist geplant (und in Teilen von Estland bereits umgesetzt).

Die Route führt durch touristisch nicht oder kaum erschlossenes Gebiet. Das Gelände ist flach bis wellig. Wiesen und Felder wechseln mit Wäldern ab. Landschaftliche Höhepunkte sind die großen Flüsse Warthe, Netze und Weichsel. Der Weg verläuft oft auf wenig befahrenen, asphaltierten Nebenstraßen und ist gut ausgeschildert. Zum Ende der Strecke empfiehlt sich ein Verlassen des R1 Richtung Norden über Marienburg zur Frischen Nehrung und zur Ostseeküste (herrliche Sandstrände!).

Als zweiter Radfernweg ist 2005 im Zuge der EuroVeloRoute 10 rund um die Ostsee der polnische Ostseeküstenradweg ausgeschildert worden. Die Wegweisung (rotes Fahrradpiktogramm mit dem Zusatz R 10) ist mit einer Schablone auf weißen Untergrund gesprüht worden und somit noch sehr einfach und kaum über Jahre hinweg witterungsbeständig. Die Strecke führt so gut es geht an der Küste entlang, verbindet die vielen kleinen und mittleren Häfen entlang der Ostsee, leitet den radfahrenden Besucher zu einigen sehr schönen Landschaften (NP Halbinsel Wolin, NP Slowinski, die riesige Wanderdüne von Leba, die Kaschubei, die 50 km lange Halbinsel Hel etc.) und ist sicherlich eine lohnenswerte Strecke für jeden Leuchtturmfan. Die Streckenführung schließt verkehrsarme Wege aber auch teilweise recht sandige Abschnitte mit ein. Empfohlen werden kann dieser Route daher im Moment wohl eher Radlern, die auch mit schlechten Wegeoberflächen klar kommen.

## Anreise

### Einreisebestimmungen:

Zur Einreise ist ein noch mindestens 3 Monate gültiger Personalausweis oder Reisepass erforderlich.

**Fahrrad:** An fast allen Grenzübergängen ist die Einreise per Rad problemlos möglich.

**Bahn:** Von Berlin-HBf. gelangt man 3x täglich ohne Umstieg nach Szczecin, 3x nach Poznan, 3x nach Warschau und 1x nach Wroclaw. Desweiteren gibt es diverse Verbindung zwischen Berlin und Warschau mit Umstieg in Küstrin/Kietz.

Von Amsterdam verkehrt jede Nacht der EuroNight-Zug "Jan Kiepura" über Köln und Hannover nach Poznan, Konin und Warschau. Eine neue interessante Nachtverbindung gibt es mit einem D-Nacht-Zug von Berlin HBf. über Danzig nach Olstyn und Elk in den Masuren. Wer von Dresden nach Wroclaw fahren möchte, muß in Görlitz oder Zgorzelec umsteigen. 2x täglich gelangt man so nach Westpolen. Von Wroclaw fahren mehrmals täglich Züge nach Warschau, Danzig, in die Masuren und in andere Zielgebiete Polens.

Außerdem nehmen einige RE- und RB-Züge Fahrräder über die Grenze mit, so z. B. von Berlin nach Szczecin (Stettin) und Kostrzyn (Küstrin). Zwischen Frankfurt/Oder und Poznan verkehren ebenfalls mehrere Nahverkehrszüge im grenznahen Bereich mit Fahrradmitnahme.

Die internationale Fahrradkarte nach Polen kostet 10 Euro, unabhängig von der Entfernung des Zielortes. Umgekehrt muss man für die Rückreise eine Karte in Polen kaufen, die 8 Euro kostet - eine Reservierung ist dann nicht möglich. Allerdings berichten Reisende, dass sie eine solche Fahrkarte für ihr Rad vor Ort nicht bekommen konnten, sondern nur eine bis zur Grenze und dass sie dann in Deutschland von der Grenze bis zum Zielbahnhof nachlösen mußten.

Der Tipp eines Reisenden: Fahrkarte (zumindest in Regionalzügen) nur bis zum ersten Ort in Polen kaufen und dann im Zug bis zum Zielort in Polen nachlösen. Das kostet deutlich weniger.

Daneben besteht die Möglichkeit, bis zu einem beliebigen deutschen Grenzort per Bahn anzureisen und mit dem Fahrrad nach Polen einzureisen. Auskünfte erteilt die Radfahrer-Hotline der Deutschen Bahn (s. Adr.).

**Bus:** Die früher mögliche Anreise im Fahrradbus gibt es leider nicht mehr.

## Fahrrad und öffentlicher Inlandsverkehr

**Bahn:** In den Zügen von „PKP Intercity S.A ist die Fahrradmitnahme in folgenden Zügen möglich:

1. TLK - Züge, in den mit Sitzplatzreservierung und zur Fahrradmitnahme geeigneten (gekennzeichneten) Wagen der 2.Klasse
2. TLK - Züge, ohne Sitzplatzreservierung, in den zur Fahrradmitnahme geeigneten (gekennzeichneten) Wagen, oder wenn diese nicht vorhanden sind - im ersten Vorraum des ersten Wagens oder im letzten Vorraum des letzten Wagens (außer Schlaf- und Liegewagen).
3. EIC-Züge, nur in den zur Fahrradmitnahme geeigneten (gekennzeichneten) Wagen der 2.Klasse unter der Bedingung, dass genug Platz vorhanden ist

Die Fahrradmitnahme in diesen Zügen erfolgt unter Aufsicht des Reisenden und der Pauschalpreis unabhängig von der Entfernung beträgt 9,10 PLN. Achtung! In den Schlaf- und Liegewagen dürfen keine Fahrräder befördert werden.

In den Zügen von „Przewozy Regionalne“ (diese Verkehrsgesellschaft gehört nicht zur PKP -Gruppe) ist die Fahrradmitnahme in folgenden Zügen möglich:

1. In einem zur Fahrradmitnahme geeigneten Wagen
2. Im ersten Vorraum des ersten Wagens und im letzten Vorraum des letzten Wagens
3. In einem Abteil oder in einer anderen Stelle , die mit einem Piktogramm gekennzeichnet ist, vorausgesetzt, dass keine anderen objektiven Gründe vorliegen (z.B. hohe Frequenz der Fahrgäste).

Für die einmalige Beförderung des Fahrrads beträgt der Pauschalpreis **7,00 PLN** unabhängig von der Entfernung. Die Fahrradbeförderung erfolgt unter Aufsicht des Reisenden und darf keine Behinderung für die Fahrgäste sein.

Die Fahrradkarten gelten für die Fahrten bis zu den Grenzstationen: Löcknitz, Tantow, Görlitz, Forst, Frankfurt/O, Küstrin Kietz. Die DB-Fahrradkarten - bis: Szczecin Gl., Kostrzyn, Slubice, Zasieki, Zgorzelec.

Eine Fahrradplatzreservierung wird in Zügen des Binnenverkehrs in Polen nicht vorgenommen. Die Fahrradkarten sind **am Schalter vor Ort** zu kaufen.

Weitere Infos im Internet unter [www.intercity.pl/scripts/train/en](http://www.intercity.pl/scripts/train/en).

**Bus:** In Bussen ist die Fahrradmitnahme nicht möglich.

**Fähren:** Einige Flussfähren verkehren nur in der Saison und ausschließlich bei Tageslicht.

## Fahrradausstattung und Ersatzteile

Abgesehen vom gebirgigen Süden ist Polen flach bis hügelig. Wer nicht gerade in die Karpaten, die Tatra oder ins Riesengebirge fährt, kommt durchaus mit einer Drei-Gang-Schaltung zurecht. Ein leichteres Reiserad mit einer größeren Auswahl an Gängen kann aber auch in den hügeligen Moränenlandschaften Pommerns oder Masurens eine spürbare Erleichterung bringen.

Für eine Radreise durch Polen empfehlen sich gut profilierte Reifen.

In großen Städten gibt es Fahrradgeschäfte mit einem ausreichenden Sortiment; Wichtige Ersatzteile sollten aber immer mitgenommen werden.

## Verpflegung

Die Versorgungslage mit Lebensmitteln in Polen ist gut und meist günstiger als in Deutschland. In so gut wie allen Ortschaften gibt es Geschäfte und einfache Restaurants, in denen man preisgünstig essen kann. Einige Geschäfte sind auch sonntags geöffnet.

Auch die Preise in polnischen Restaurants und Cafés sind - verglichen mit Deutschland - meist günstiger. Sehr preiswertes, einfaches Essen bieten in den Städten die sog. *Bar Mleczny* (Milchbars).

## Unterkunft

**Camping:** Ein dichtes Netz an Camping- und besonders einfachen Biwakplätzen erstreckt sich über das gesamte Land. Die Ausstattung dieser Plätze ist sehr unterschiedlich, insbesondere hinsichtlich ihrer sanitären Anlagen. Eine Übersichtskarte der Campingplätze gibt es bei Polorbis (s. Adr.).

Freies Zelten ist offiziell nicht erlaubt, wird aber vielfach geduldet, außer in Naturschutzgebieten (dort mindestens 50 Euro Strafe!). Auf privatem Grund bitte vorher den Eigentümer fragen. Erfahrungsgemäß werden Radlerinnen auf Bauernhöfen herzlich aufgenommen.

**Jugendherbergen** befinden sich oft in Schulgebäuden. Dadurch haben sie lediglich zu den Ferienzeiten geöffnet. Insgesamt gibt es ca. 200 Jugendherbergen, wovon eine Auswahl der besten Häuser im Internationalen Jugendherbergsverzeichnis aufgelistet ist (s. Adr.).

**Urlaub auf dem Lande** gibt es auch in Polen. 4.000 Bauernhöfe haben sich mittlerweile auf Urlaubsgäste eingestellt. Das Logo der Polnischen Föderation für Tourismus auf dem Lande - ein Storch auf dem Dach - bürgt für Qualität

**Hotels** unterschiedlicher Kategorien sind in einem Verzeichnis zusammengestellt, das beim polnischen Reisebüro "Polorbis" angefordert werden kann.

**Rasthäuser**, die teilweise auch Zimmer vermieten, existieren in Gebieten mit erhöhtem Verkehrsaufkommen.

**Private Unterkünfte** sind an den Hinweisschildern "*Pokoje*" oder "*Noclegi*" erkennbar und bislang vorwiegend in touristischen Regionen vertreten. Der Preis hängt vom Verhandlungsgeschick ab.

## Verschiedenes

**Landessprache:** Polnisch ist als slawische Sprache für uns relativ schwer erlernbar. Einige wichtige Worte sollte man aber vor einer Reise nach Polen in seinen Wortschatz aufnehmen. Manche ältere Leute sprechen noch deutsch, jüngere Menschen zunehmend englisch. "*Rower*" heißt das Fahrrad auf Polnisch.

**Währung:** 1 Zloty (PLN) = 100 Groschen, 1 Euro = 4,37 Zloty (1/2017). Die meisten privaten Wechselstuben (*Kantor*) akzeptieren nur Bargeld. Reiseschecks können bei Banken (8-17 Uhr, samstags 8-14 Uhr geöffnet) getauscht werden. Weithin genutzte Zahlungsmittel sind inzwischen ec- und Kreditkarten, die man in vielen Geschäften und auch an Geldautomaten nutzen kann. In ländlichen Regionen sind nicht immer Geldautomaten in der Nähe. Mit der SparCard der Postbank erhält man ebenfalls Bargeld am Automaten (max. 4x pro Jahr zum Nulltarif!)  
Im Notfall kann man sich über die Postbank (Western Union) auch Geld zusenden lassen. Wenige Stunden nach Einzahlung am Postschalter ist es weltweit an einer der über 100.000 Auszahlungsstellen verfügbar.

**Telefon:** Vorwahl von D nach PL: 0048 (für einige größere Städten gibt es andere Vorwahlnummern), von PL nach D: 0049. Danach jeweils eventuell vorhandene "0" bei der Ortsvorwahl weglassen.  
Innerhalb Polens muß jetzt immer die Vorwahlnummer mitgewählt werden, auch wenn man nur innerhalb eines Ortsnetzes telefonieren will. Da Münztelefone oft unbrauchbar sind, empfiehlt sich der Kauf von Telefonkarten. Es gibt sie mit 25, 50 und 100 Einheiten in allen Postämern, an Tankstellen, Kiosks etc.

Post: Postämter sind von Mo bis Sa zwischen 8 und 20 Uhr geöffnet. Rote Briefkästen werden 3x täglich geleert, grüne nur für den Ortsbriefverkehr genutzt.

**Einkauf:** In Polen gibt es kein Ladenschlußgesetz und folglich auch Supermärkte, die von 6-22 Uhr und an Wochenenden bis 13 Uhr geöffnet haben, einzelne sogar rund um die Uhr!

**Krankenversorgung:** Die Europäische Versicherungskarte (gibt es bei der eigenen Krankenkasse bzw. ist automatisch auf der Rückseite der neuen Versicherungskarten abgedruckt) ermöglicht die Behandlung im Krankenhaus, ambulant und stationär.

**Notrufe:** Polizei Tel. 997 (sie ist immer bei Verkehrsunfällen zu benachrichtigen), Unfallrettungsdienst Tel. 999 (beide Nummern sind kostenlos aus öffentlichen Telefonzellen zu erreichen)

**Verkehrsregeln:** Sie sind nicht anders als bei uns. Die Alkoholgrenze liegt allerdings bei 0,2 Promille und gilt auch für Radfahrer. Ebenso ist das Benutzen eines Handys während der Fahrt verboten.

## Adressen und Informationsmöglichkeiten

### Bundeslandspezifische Adressen:

#### Polnisches Fremdenverkehrsamt

Kurfürstendamm 71, 10709 Berlin  
Tel. 030/21 00 92-0, Fax 030/21 00 92-14  
info.de@polen.travel, www.polen.travel/de

#### Polnische Gesellschaft für Touristik u. Landeskunde (PTTK)

ul. Senatorska 11, PL-00-075 Warszawa  
Tel. +22/826 22 51-6, Fax +22/826 25 05  
www.pttk.pl

#### Polnische Botschaft, Konsularabteilung

Richard-Strauss-Str. 11, 14193 Berlin  
Tel. 030/22 31 30, Fax 030/22 31 32 12  
berlin.amb.sekretariat@msz.gov.pl, www.berlin.msz.gov.pl/de/

#### Deutsche Botschaft

ul. Dabrowiecka 30, PL-03-932 Warszawa  
Tel. +22/617 30 11, Fax +22/617 35 82  
<http://www.polen.diplo.de/>

#### Federacja Campingu i Caravaningu

ul. Grochowska 331, PL-03-838 Warszawa  
Tel. +22/810 60 50, Fax +22/810 60 50  
[www.pfcc.eu/niem/main.php?nazwa=campingi1](http://www.pfcc.eu/niem/main.php?nazwa=campingi1)

#### Polskie Towarzystwo Schronisk Młodzieżowych (pol. Jugendherb.)

ul. Chocimska 28, PL-00-791 Warszawa  
Tel. +22/49 81 28, Fax +22/49 83 54  
[www.ptsm.org.pl/](http://www.ptsm.org.pl/)

#### Masurische Schifffahrt

PL-11-500 Gizycko  
Tel. +87/428 52 65, Fax +87/428 25 78  
[zegluga\\_mazurska@gizycko.com.pl](mailto:zegluga_mazurska@gizycko.com.pl), [zeglugamazurska.com/](http://zeglugamazurska.com/)

#### Polnische Staatsbahn (PKP)

ul. Grojecka 17, PL-02-021 Warszawa  
Tel. +22/524 45 86, Fax +22/629 65 14

[rozklad-pkp.pl/de](http://rozklad-pkp.pl/de)

Panoramastr. 1, 10178 Berlin, Tel. 030/242 34 53, Fax 030/24 72 99 99 (Auskunft Mo-Fr 8-16 Uhr, kein Fahrkartenkauf oder Reservierungen möglich)

## **Bundeslandübergreifende Adressen:**

### **ADFC-Bundesverband**

Mohrenstraße 69, 10117 Berlin  
Tel. 030 2091498-0, Fax 030 2091498-55  
[kontakt@adfc.de](mailto:kontakt@adfc.de), [www.adfc.de](http://www.adfc.de)

### **European Cyclists' Federation (ECF)**

Rue Franklin 28, B-1000 Brüssel  
Tel. +32 2 880 92 77, Fax +32 2 880 92 75  
[office@ecf.com](mailto:office@ecf.com), [www.ecf.com](http://www.ecf.com)

Europäischer Radfahrerverband (Alltags- und Tourenradler)

### **ADFC-Mitradelzentrale Deutschland**

[www.adfc.de/mitradelzentrale/ADFC-Mitradelzentrale](http://www.adfc.de/mitradelzentrale/ADFC-Mitradelzentrale)

Wer nicht allein auf Radtour gehen möchte oder für seinen nächsten Radurlaub einen Partner/eine Partnerin sucht, der findet hier eine gute Gelegenheit, sich mit anderen abzustimmen.

### **ADFC-Dachgeber**

Manteuffelstraße 60, 28203 Bremen  
Tel. 0421 / 758 90, Fax 0421 / 794 80 65  
[info@dachgeber.de](mailto:info@dachgeber.de), [www.dachgeber.de](http://www.dachgeber.de)

Rund 100 Adressen von Radlern außerhalb Deutschlands, die andere Radlerinnen und Radler auf Tour gern bei sich aufnehmen, stehen bereits im aktuellen Verzeichnis. Außerdem gibt es einige ausländische Übernachtungsverzeichnisse auf Gegenseitigkeit, die Mitglieder im ADFC-DACHGEBER auf ihren Auslandsreisen nutzen können. - Infos und Anmeldung gibt's im Internet. Oder den Info- und Anmeldebogen als pdf per E-Mail anfordern.

### **Der ADFC präsentiert ausgewählte Urlaubsangebote von Radreiseveranstaltern im Katalog Radurlaub**

[www.radurlaub-online.de](http://www.radurlaub-online.de)

### **Service-Hotline der DB**

[www.bahn.de/bahnundbike](http://www.bahn.de/bahnundbike)

Tel. 0180 6 99 66 33\*, allgemeine Reiseauskunft und Auskunft zur Fahrradmitnahme und zum Bahn- und Radurlaub einschließlich Buchung und Reservierung (Stichwort "Fahrrad" nennen, Mo-So 8-20 Uhr) und alle weiteren Infos zur Bahn (rund um die Uhr).

\* 20 Cent pro Minute aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunktarife können abweichen

## DJH Service GmbH

Postfach 1462, 32754 Detmold  
Tel. 05231 / 74 01-0, Fax 05231 / 99 95-90  
service@djh.de, www.djh.de

Internationale Herbergsverzeichnisse.

## Weitere nützliche Internetadressen

www.hotelsinpoland.com --> Hotelsuchmaschine  
www.aktivtours.com.pl --> engagierter polnischer Radreiseveranstalter

\* 14 Cent pro Minute aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunktarife können abweichen

## Karten

- \* **Landkarte Polen**, 1:650.000, Reise Know-How Verlag 2012. Gute Übersichtskarte für die Reiseplanung. Auch Campingplätze sind eingezeichnet
- \* **Mapa Turystyczna**, 1:500.000, PPWK-Verlag Warszawa, 16 Blätter. Für Radreisen geeignete Kartenserie; mit Kilometerangaben, Höhenlinien und einigen Stadtplänen; Markierung der Hotels, Herbergen und Campingplätze ist mit Vorsicht zu benutzen.
- \* **Polen**, 1:300.000, RV-Euro-Regionalkarte, 4 Blätter. Kilometrierung auch an kleinen Nebenstraßen, Steigungspfeile, mehrsprachig; gut zur Planung von Radreisen geeignet.
- \* **Wielkie Jeziora Mazurskie**, 1:120.000, PPWK-Verlag. Brauchbare Karte für Radtouren durch ganz Masuren; Nebenstraßen und Waldwege sind vermerkt, ebenso Camping- und Biwakplätze.
- \* **Ostseeküsten-Radweg, Teil 3: Polen**, 1:75:000, Esterbauer-Verlag. Von Ahlbeck auf Usedom auf über 480 Kilometern bis in die alte Hansestadt Danzig.
- \* **Radatlas Masuren - mit dem Rad durch das polnische Seenland**, 1:75.000, Esterbauer-Verlag. Rundkurs und Stadtpläne.
- \* **WZ-Kart**, 1:100.000, Mapa topograficzna Polski, 140 Blätter. Völlig neue, sehr klar gestaltete Serie mit Höhenlinien und touristischen Hinweisen.
- \* **Mapa turystyczna**, 1:30.000 bis 1:100.000, EKO-KAPIO u.a.; Wander- und Freizeitkarten für beliebte Urlaubsregionen, präzise und informativ, z. T. auch mit deutscher Legende und deutschen Texten auf der Rückseite erhältlich; decken inzwischen große Teile des Landes ab

Regionale Karten in brauchbarer bis guter Qualität findet man in gut sortierten Buchläden aber auch schon in kleinen Papiergeschäften insbes. in touristischen Regionen. Sie sind vor Ort immer deutlich günstiger als in Deutschland.

## Literatur

### Bundeslandspezifische Literatur:

- \* **Polen per Rad**, 2 Bände, Nord und Süd, Kettler-Verlag, 2004
- \* **Masuren per Rad**, Kettler-Verlag, 2009
- \* **Mit dem Fahrrad durch Polen**, PTTK Slat Brdy. Routenskizzen.
- \* **Die polnische Ostseeküste**, Trescher Reihe Reisen
- \* **Radwandern in Masuren**, Conrad-Stein Verlag



## Bundeslandübergreifende Literatur:

**Europe by bike**, 2. Auflage. Auflage, ECF 2004

Englischsprachige Broschüre über verschiedene Radelregionen in Europa. 2. Auflage

### **ADFC-Katalog Radurlaub**

Katalog mit vielen ausgewählten Radreisen in Deutschland, Europa und der weiten Welt, präsentiert von renommierten Radreiseanbietern in Zusammenarbeit mit dem ADFC. Alle Angebote und den Katalog zum Download gibt es online auf [www.radurlaub-online.de](http://www.radurlaub-online.de).

**Europäisches Fahrrad-Lexikon**, Europäischer Wirtschafts- und Sozialausschuss (EWSA), 2. Auflage. Auflage, Brüssel 2010

Das kompakte Bildwörterbuch - inzwischen in zweiter Auflage erschienen - enthält nützliche Begriffe aus der Fahrradwelt in 27 Sprachen und weitere Tipps zum Radfahren in Europa.

» mehr Infos zum Fahrrad-Lexikon

## Impressum

### **Liebe Tourenradlerin, lieber Tourenradler!**

Wenn Sie festgestellt haben, dass einzelne Angaben nicht mehr zutreffen oder Sie Ergänzungen hinzufügen würden, so teilen Sie uns dies bitte mit --> [laenderinfo@adfc.de](mailto:laenderinfo@adfc.de)  
Ihre Hinweise helfen uns, immer aktuell zu bleiben. Vielen Dank!

**Herausgeber:** ADFC-Bundesverband, Mohrenstr. 69, 10117 Berlin, und  
Ralf Bohle GmbH, Postfach 1120, 51571 Reichshof (Hersteller der bekannten und welterprobten Schwalbe MARATHON-Reifen)

**Copyright:** ADFC-Fachausschuss Fahrradtourismus, Bremen

**Autoren:** Heiko Ahlers und Wolfgang Reiche

**Infos:** Uwe Jenss, Raimund Held, Wolfgang Reiche, Thomas Fläschner

**Text und Lektorat:** Wolfgang Reiche und Markus Hübner

### **Hinweis:**

Die Informationen in den ADFC-Länderinfos sollen allen Reiseradlern und Fahrradurlaubern dazu dienen, sich auf ihre eigenen Radtouren besser vorzubereiten. Sie sind folglich nur zum privaten, nicht-kommerziellen Gebrauch bestimmt!

---

Kontakt: ADFC-Infoline - Tel.: 030 / 209 14 98-0 - E-Mail: [kontakt@adfc.de](mailto:kontakt@adfc.de)