

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 90 (2012)  
**Heft:** 6

## Werbung

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

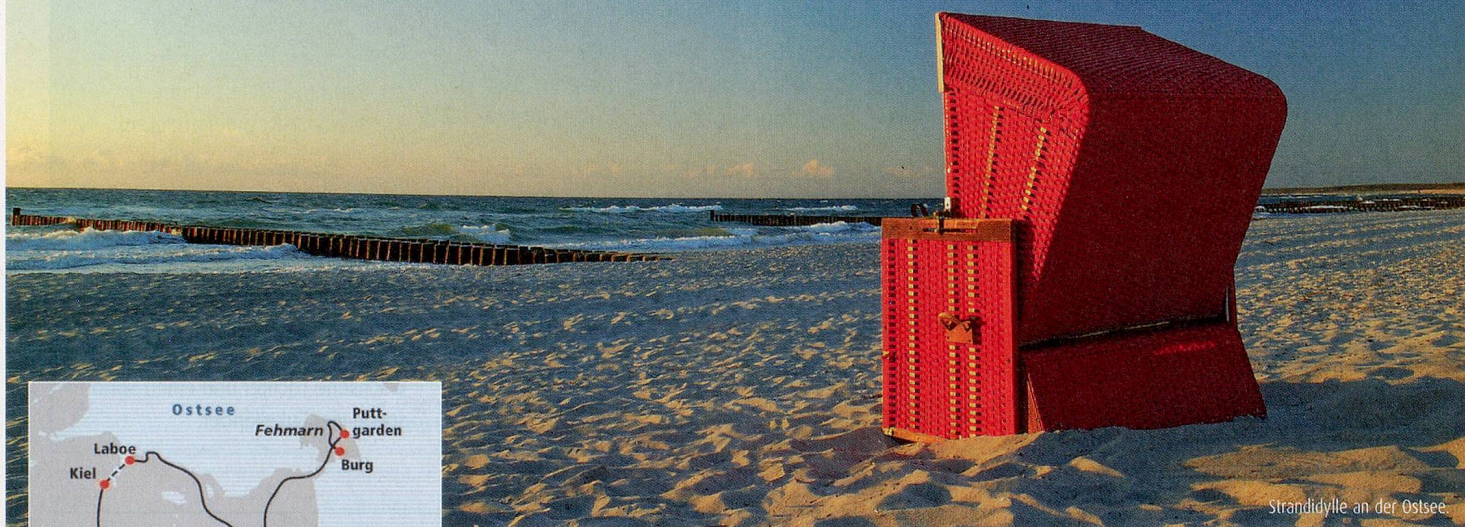
**Download PDF:** 22.01.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Traumhafte Küsten – Traditionsreiche Hansestädte

# OSTSEE PANORAMA

## WANDERREISE



Strandidylle an der Ostsee.



Die Küste Schleswig Holsteins gilt als abwechslungsreichster Abschnitt der deutschen Ostseeküste. Man findet auf engem Raum unterschiedlich geprägte Landschaften und kulturelle Leckerbissen. An der blauen, lieblichen Ostsee wechseln sich lange goldene Sandstrände und wildromantische Steilküsten ab. Gemütlich wandern lässt es sich auch im malerischen Hinterland, wo hunderte von Seen aus dem Grün der Wälder und Gelb der Rapsfelder schimmern. Natur und Kultur in Musse entdecken!

### 1. Tag Basel – Hamburg – Lübeck

**Samstag:** Bahnfahrt 1. Klasse ab Basel SBB mit Umsteigen in Hamburg nach Lübeck. Kurzer Spaziergang zu unserem zentral gelegenen Hotel in der schönen Lübecker Altstadt.

### 2. Tag Historisches Lübeck

**Sonntag:** Unter kundiger Führung lernen wir die «Königin der Hansestädte» kennen. Die wunderschöne Altstadt, die einem lebendigen Museum gleicht, gehört zu Recht zum UNESCO-Welterbe. Nach den kulturellen Eindrücken stärken wir uns bei einem typischen Mittagessen. Am Nachmittag nehmen wir es gemütlich und umrunden per Boot die Lübecker Altstadt auf der Trave. Bei Kaffee und

Kuchen im berühmten Niederegger Café lassen wir den Tag ausklingen.

### 3. Tag Inselkleinod Poel und Wismar

**Montag:** > Wanderzeit: ca. 1½ Std.

In der südlichen Mecklenburger Bucht liegt die reizvolle Ostseeinsel Poel, welche wir über einen Damm vom Festland aus erreichen. Wir genießen die gesunde Ostseeluft bei einer herrlichen Wanderung entlang der Nordwestküste. Am Nachmittag lernen wir auf einem geführten Rundgang die kleine, charmante Hansestadt Wismar kennen mit ihren historischen Gebäuden und dem spannenden Hafenviertel.



Holstentor, Lübeck.



#### 4. Tag Holsteinische Schweiz

**Dienstag:** > Wanderzeit: ca. 2¼ Std.  
Ausflug in die malerische Holsteinische Schweiz. In Bosau besuchen wir die schicke, schneeweisse Feldsteinkirche St. Petri. Auf unserer traumhaften Seenwanderung durch den idyllischen Naturpark geniessen wir die Stille der Uferlandschaft. Bei der anschliessenden 5-Seen-Bootsfahrt lernen wir die romantische Seenlandschaft auf entspannende Art kennen. Am Nachmittag haben wir Zeit für einen Bummel durch die Rosenstadt Eutin, dem «Weimar» des Nordens.

#### 5. Tag Klippenwanderung

**Mittwoch:** > Wanderzeit: ca. 1½ Std.  
Bei einer Klippenwanderung am Brodter Steilufer lassen wir uns die Ostseeluft um die Nase wehen. Wir spazieren durch das bekannte Seebad Travemünde und fahren mittags per Bahn zurück nach Lübeck. Der Nachmittag steht zur freien Verfügung.

#### 6. Tag Kieler Förde

**Donnerstag:** > Wanderzeit: ca. 1 Std.  
Bei unserem Besuch von Kiel, dem Tor zur Ostsee, erhalten wir einen Eindruck der maritimen Atmosphäre, die diese Stadt ausmacht. Auf einer Rundfahrt lernen wir auch die riesige HDW-Werft, den Fahr- und Kreuzfahrthafen, die lange Uferpromenade und den Nord-Ostsee-Kanal mit der Holtener Schleuse kennen. Mit der Fähre fahren wir gemütlich durch die Kieler Förde und haben Zeit, die Unterschiede zwischen West- und Ostufer zu entdecken und die riesigen Container- und Kreuzfahrtschiffe zu bestaunen. Unser Ziel ist Laboe, ein bekannter Badeort am Mü-

ndungstrichter der Kieler Förde. Zum Abschluss spazieren wir je nach Lust und Laune auf dem Deich oder am schönen weissen Sandstrand, immer mit Blick auf die blaue Ostsee und die typischen Strandkörbe.

#### 7. Tag Inselentdeckung Fehmarn

**Freitag:** > Wanderzeit: ca. 2 - 2½ Std.  
Die Ostseeinsel Fehmarn, die zu den sonnenreichsten und regenärmsten Regionen Deutschlands zählt, bietet vielfältige Naturerlebnisse. Wir wandern im Norden der Insel durch das Naturschutzgebiet «Grüner Brink» mit seinem vielfältigen Pflanzenreichtum und beliebte Rast- und Brutstätte für viele Vogelarten. Auf dem Deich gehts weiter bis zum grossen Hafen von Puttgarden. Danach besuchen wir den malerischen Inselhauptort Burg. Über die eindrückliche Fehmarnsundbrücke gehts dann wieder zurück aufs Festland. Bei einem Abschiedsessen in einem bekannten Lübecker Lokal lassen wir die Woche Revue passieren.



#### 8. Tag Lübeck - Hamburg - Basel

**Samstag:** Rückfahrt nach Basel SBB per Bahn 1. Klasse mit Umsteigen in Hamburg oder individuelle Verlängerung.

**Programmänderungen bleiben vorbehalten:**  
Die Wanderzeiten können je nach Wetter und Reisegruppe variieren.

#### Hotelstandort

Das 2010 eröffnete Erstklass-Hotel Atlantic im Herzen der historischen Lübecker Altstadt.  
>> [www.atlantic-hotels.de/luebeck](http://www.atlantic-hotels.de/luebeck).

#### Anforderungen

**Leistungsstufe Wandern:** leicht

**Dauer:** die Wanderungen in Form von ausgedehnten Spaziergängen dauern zwischen 1 bis 2½ Stunden.

**Wege:** auf guten Wegen durch harmonische Landschaft, teils am Strand, ohne nennenswerte Steigungen.

**Ausrüstung:** bitte bequemes, solides Schuhwerk sowie Wanderausrüstung mit Wind- und Regenschutz einpacken. Auch Badesachen, Sonnenschutz sowie Kopfbedeckung nicht vergessen.

#### baumeler-Leistungen

- Bahnfahrt 1. Klasse ab/bis Wohnort Schweiz, Basis Halbtax-Abonnement
- Reservierte Sitzplätze ab/bis Basel SBB
- Unterkunft im 4-Sterne-Hotel
- Halbpension plus 1 Picknick
- Kaffee und Kuchen in Lübeck
- Willkommens- und Abschiedsgetränk
- Trinkgelder im Hotel/Restaurants
- Wanderungen, Gruppentransfers
- Bootsfahrt rund um Lübeck
- 5-Seen-Bootsfahrt
- Bootsfahrt Kieler Förde mit öffentlicher Fähre
- Führungen in Lübeck, Wismar und Kiel
- Eintritte und Besichtigungen
- baumeler-Reiseleitung/Wanderführung
- Ausführliche Reisedokumentation/Reiseführer

#### Anmeldung und weitere Informationen:

**Baumeler Reisen AG**  
Zinggertorstrasse 1, 6002 Luzern  
Frau Brigitte Knauer, Direktwahl: 041 418 65 16  
brigitte.knauer@baumeler.ch, [www.baumeler.ch](http://www.baumeler.ch)



Datum	Basispreis im Doppelzimmer	Zuschlag im Doppelzimmer zur Alleinbenützung	Zuschlag ohne Halbtax-Abonnement	Verlängerungsnacht im Doppelzimmer	Verlängerungsnacht im Doppelzimmer zur Alleinbenützung
23.06. - 30.06.12	CHF 1890	CHF 350	CHF 68	CHF 80	CHF 130
07.07. - 14.07.12	CHF 1890	CHF 350	CHF 68	CHF 80	CHF 130
28.07. - 04.08.12	CHF 1890	CHF 350	CHF 68	CHF 80	CHF 130
11.08. - 18.08.12	CHF 1890	CHF 350	CHF 68	CHF 80	CHF 130
25.08. - 01.09.12	CHF 1890	CHF 350	CHF 68	CHF 80	CHF 130

**Garantierte Abreisen:** maximal 23 Teilnehmer/innen. **Verlängerungstage:** Detailangaben dazu finden sie unter [www.baumeler.ch](http://www.baumeler.ch) oder unter 041 418 65 16. **Reisedokumente:** gültiger Reisepass oder gültige Identitätskarte.

**Zuschlag:** obligatorische Annullierungskosten- und Extrarückreiseversicherung CHF 75.

# Polaroid Suncovers: Die Sonnenbrille für Brillenträger



Brillenträger brauchten bis anhin eine teure Sonnenbrille mit Korrekturgläsern oder Filter-Clips, die sich auf die Brille montieren lassen. Neu gibt es Polaroid Suncovers: leicht, modisch und kaum grösser als eine normale Sonnenbrille. Sie lassen sich problemlos über die bestehende Brille aufsetzen und bieten sicheren Halt.



## Wie funktioniert Polarisation?

Alle Polaroid Sonnenbrillen nutzen eine Eigenschaft des Lichts: Trifft ein Lichtstrahl auf eine reflektierende Fläche, wird er durch die Brechung teilweise polarisiert, d.h. in horizontale und vertikale Strahlung aufgeteilt. Vertikales Licht bringt nützliche Informationen zum Auge und erlaubt uns, Farben und Kontraste zu sehen. Horizontal reflektiertes Licht dagegen schafft Blendung. Die von Polaroid 1929 entwickelten Polarisationsgläser eliminieren den horizontal einfallenden, weitgehend störenden Anteil reflektierten Lichts. Dadurch bieten sie hohen Blendschutz ohne Einschränkung der sichtbaren Information. Das ermöglicht eine klare Sicht und die Augen sind vor schädlichen Strahlen besser geschützt.

Die Suncovers erfüllen höchste Anforderungen: Sie decken die Augen auch von oben und seitlich optimal ab, ohne die Sicht am Rande des Blickfeldes einzuschränken. Hochwertige polarisierende Gläser ermöglichen eine perfekte und angenehme visuelle Wahrnehmung: blendfrei, kontrastreich, farbgetreu und verzerrungsfrei. Selbstverständlich ist auch der UV-Schutz bis 400nm zu 100% garantiert.

## Perfekte Lösung fürs Auto

Der Sonnen- und Blendschutz ist gerade im Verkehr sehr wichtig. Autofahrer/innen sind bei wechselnden Lichtverhältnissen (z.B. Tunnel, Waldstrassen) oft gezwungen, ihren Sonnenschutz schnell auf- oder wieder abzusetzen. Mit den Suncovers ist dies nun auch für Brillenträger/innen eine einfache Sache. Im Unterschied zu einer korrigierten Sonnenbrille erfolgt der Wechsel ohne kurzzeitigen Verlust der Sehschärfe.

Elf verschiedene Modelle berücksichtigen unterschiedliche Brillengrössen und individuelle Modewünsche. Dank des moderaten Preises von **CHF 59.90** (Kindermodell CHF 39.90) lässt sich auch ein zweiter oder dritter Sonnenschutz als Reserve im Handschuhfach bereithalten, ohne das Budget gross zu belasten. Erhältlich im Optikfachhandel.



Ohne polarisierende Sonnenbrille.



Blendfreie Sicht mit polarisierender Sonnenbrille.

Weitere Informationen finden Sie unter:  
[www.polaroideyewear.ch](http://www.polaroideyewear.ch)

 **Polaroid**  
Polarized Suncovers™