

255poo Foto: ki



Praktische Reisetipps von A bis Z



258po Foto: kj



196po Foto: kj



Im Hafen von Ruciane-Nida

Bernsteinverkauf am Straßenrand

Restaurantschiff

Anreise

Einreisebedingungen

An den Binnengrenzen der Länder im Schengen-Verband gibt es keine Grenzkontrollen mehr. Somit sind die Bürger der **Schengen-Länder** Deutschland, Österreich, Polen und Schweiz nicht verpflichtet, bei der Einreise ins jeweils andere Land ein gültiges Grenzübergangspapier vorzuweisen. Ebenso besteht keine Pflicht zur Benutzung von Grenzübergängen; die Landesgrenzen können an jedem beliebigen Punkt überschritten werden.

Allerdings muss ein Dokument zur Feststellung der Identität mitgeführt werden. Für den Aufenthalt in Polen **bis zu 90 Tagen** in einem Zeitraum von sechs Monaten ist das für Bürger der EU und der Schweiz der gültige **Personalausweis** oder **Pass**.

Kinder unter 16 Jahren reisen mit einem eigenen Kinderlichtbildausweis oder müssen im Pass der Eltern eingetragen sein.

Möchte man länger in Polen bleiben, ist eine befristete **Aufenthaltslaubnis** erforderlich, die man beim zuständigen Woivodschaftsamt beantragen kann.

In Deutschland, Österreich oder der Schweiz lebende Nicht-EU-Bürger, die unter Umständen ein **Visum** für den Polenaufenthalt benötigen, wenden sich hierfür an die zuständige diplomatische Vertretung Polens (↗ „Botschaften und Konsulate“).

Trotz entfallener Grenzkontrollen gibt es weiterhin **nationale Ein-, Aus-**

und Durchfuhrbeschränkungen, z.B. für Tiere, Pflanzen, Waffen, starke Medikamente und Drogen (auch Cannabis). Näheres ↗ „Zollvorschriften“.

Achtung: Für **Schweizer** besteht seit dem Beitritt zur Schengen-Zone im Dezember 2008 zwar Reisefreizügigkeit, der **Warenverkehr** ist davon jedoch nicht betroffen, da die Schweiz kein EU-Mitgliedsland ist. Bei der Einreise nach Polen gelten für Schweizer die üblichen EU-Zollbestimmungen (↗ „Zollvorschriften“).

Für die Weiterreise nach **Litauen** genügt bei EU-Bürgern und Schweizern der gültige Personalausweis. Für die Weiterreise nach **Russland** und **Weißrussland** ist ein Visum erforderlich, das bei den jeweiligen Botschaften rechtzeitig vor Reiseantritt beantragt werden muss. An den Grenzübergängen werden keine Visa ausgestellt. Infos:

- **Deutschland:** www.auswaertiges-amt.de (Stichwort „Länder, Reisen und Sicherheit“), Tel. (030) 50000, Fax 50003402.
- **Österreich:** www.bmaa.gv.at (Stichwort „Bürgerservice“), Tel. 05-011504411, Fax 05-011590 (05 muss immer vorgewählt werden).
- **Schweiz:** www.dfae.admin.ch (Stichwort „Reisehinweise“), Tel. (031) 3238484.

Hunde und **Katzen** dürfen mit in den Urlaub, sofern sie mindestens 30 Tage und maximal 12 Monate vor Reiseantritt gegen Tollwut geimpft worden sind. Die Impfung wird vom Tierarzt in den Heimtierausweis eingetragen, der seit 2004 den Impfpass ersetzt und an der Grenze vorgelegt werden muss. Damit das Tier dem Ausweis zweifelsfrei zugeordnet werden kann, muss es

mit einem **Mikrochip** oder übergangsweise (bis Juli 2011) mit einer lesbar eintätowierten Nummer gekennzeichnet sein.

Anreise mit dem Auto

↗ auch Abschnitt „Unterwegs in Polen, Autofahren“.

Bürger aus der Schengen-Zone werden an den Grenzübergängen nach Polen durchgewinkt. Kleinere Grenzkontrollpunkte an Nebenstrecken wurden gänzlich geschlossen.

Für die Einreise nach Polen benötigen Deutsche, Schweizer und Österreicher den **nationalen Führerschein** und den **Kfz-Schein**. Die **Grüne Versicherungskarte** ist für sie nicht mehr obligatorisch, seit dem EU-Beitritt Polens reicht das Autokennzeichen als Nachweis des Versicherungsschutzes. Es empfiehlt sich jedoch, die Karte trotzdem so lange noch mitzuführen, bis sich die neue Regelung auch bis zum entlegensten kleinen Außengrenzposten herumgesprochen hat. Darüber hinaus erleichtert sie erfahrungsgemäß die Abwicklung im **Schadensfall**.

Fährt nicht der Kfz-Halter selbst, sondern jemand anders den Wagen, benötigt der Fahrer eine **Bescheinigung**, in der ihm der Halter die Erlaubnis erteilt, das Auto zu nutzen und damit nach Polen zu reisen. Selbst wenn der Halter als Beifahrer anwesend ist und seine Erlaubnis somit persönlich bestätigen könnte, ist die schriftliche Bescheinigung obligatorisch. Ein Muster-

formular findet sich auf der Website der Polnischen Botschaft Berlin, www.berlin.polemb.net, Stichwort „Straßenverkehr und Transport“.

Vorsorglich empfiehlt sich der Abschluss eines **Auslandsschutzbriefes**, da bei einem Unfall gegebenenfalls hohe Kosten für den Pkw-Rücktransport oder auch eine Verschrottung des Wagens in Polen anfallen könnten.

Zur **Pflichtausstattung** des Wagens gehören in Polen Warndreieck, Verbandskasten, Sicherheitsweste und Feuerlöscher.

Anreise mit der Bahn

Zu Bahnreisen und Fahrradmitnahme in Polen ↗ „Unterwegs in Polen“.

Von Süden her besteht aus Deutschland keine direkte schnelle **Verbindung** nach Polen. In Ost-West-Richtung verkehren dreimal täglich der Eurocity (EC) Berlin – Warschau über Frankfurt/Oder und Poznań (Posen) sowie einmal täglich der EC Hamburg – Berlin – Krakau und der Intercity (IC) Amsterdam – Osnabrück – Hannover – Berlin – Stettin. Aus Österreich steuert der EC Wien – Warschau die polnische Hauptstadt an. Von der Schweiz fährt man über Prag oder Wien.

Nachts fahren auf direktem Weg der **Euronight** (EN) Amsterdam – Warschau über Köln, Hannover und Berlin, der **Citynightliner** Amsterdam – Stettin über Berlin, der **D 50472** Basel – Warschau über Frankfurt/Main und Berlin sowie der **D 50482** Innsbruck/München – Warschau über Berlin.

Um in den polnischen Großstädten nicht in der Peripherie zu landen, steigt man erst auf dem Bahnhof mit der Bezeichnung **Städtename plus „Główny“** („Haupt-“, „Zentral-“) aus.

Ein grenzüberschreitender **Regionalexpress** (RE) Richtung Nordpolen verkehrt mehrmals täglich zwischen Berlin und Stettin, einmal durchgehend, ansonsten mit Umsteigen in Angermünde. Eine **Regionalbahn** (RB) verbindet Frankfurt (Oder) mit Poznań, und eine Linie der Niederbarnimer Eisenbahn (NEB) verknüpft Berlin und die deutsch-polnische Doppelstadt Küstrin/Kostrzyn an der Oder.

Alle anderen Zugverbindungen Richtung Polen enden in den **Grenzstädten**, und dort heißt es **umsteigen** – beispielsweise in den Schnellzug Stettin – Białystok. In durchgehender Verbindung führt er täglich ab Stettin über Danzig, Malbork (Marienburg) und Olsztyn (Allenstein) zu den Großen Masurischen Seen und von dort weiter über Elk (Lyck) zum Zielbahnhof Białystok nahe der weißrussischen Grenze.

Fahrradmitnahme

ICs, ECs, ENs sowie Citynightliner sind mit wenigen Ausnahmen generell für die Fahrradmitnahme vorgesehen.

Über die deutsch-polnische Grenze hinweg werden die Drahtesel außerdem in einigen **RE- und RB-Nahverkehrsügen** transportiert, so z.B. von Frankfurt/Oder nach Poznań (Posen) und von Berlin nach Stettin oder auch Kostrzyn (Küstrin). Im **Schnellzug Stettin – Białystok** besteht ebenfalls

die Möglichkeit, sein Rad mit auf die Reise zu nehmen.

Da die Fahrradmitnahme insgesamt **uneinheitlich geregelt** ist, empfiehlt es sich, für die gewünschte Verbindung gezielt Auskünfte bei der DB-Radfahrerhotline (Tel. 01805-151415) und den Polnischen Staatsbahnen (Tel. (030) 2423453) einzuholen.

Im IC/EC ist die Mitnahme **reservierungspflichtig**. Aufgrund der begrenzten Platzzahl ist die Reservierung spätestens einen Tag vor der Reise am Schalter, online oder bei der Radfahrerhotline vorzunehmen.

Die für die Fahrradmitnahme obligatorische **Internationale Fahrradkarte** kostet 10 € unabhängig von der Entfernung des Zielorts. Sie gilt grundsätzlich nur im Abfahrtsland, d.h. für die Hinfahrt nach Polen ist sie bei der Deutschen Bahn (DB) zu lösen, für Binnenfahrten in Polen sowie die Rückfahrt bis zur Grenze kauft man sie an einem Schalter der Polnischen Staatsbahnen (PKP) zum umgerechnet ungefähr selben Preis (↻ „Unterwegs in Polen“).

Ermäßigungen

Der Tarif **Europa Spezial Polen** bietet Bahnverbindungen von Deutschland ins Nachbarland ab 39 € (2. Klasse) bzw. 69 € (1. Klasse) für die einfache Fahrt; auf einigen Strecken werden sogar nur 19 €/29 € verlangt. Das Ticket muss spätestens drei Tage vor Reiseantritt erworben werden und gilt einen Monat auf den grenzüberschreitenden Strecken zwischen Deutschland und Polen (nicht im Nachtreise-

verkehr). Kinder bis fünf Jahre fahren kostenlos mit, ebenso Kinder bis 15 Jahre in Begleitung mindestens eines eigenen Eltern- oder Großeltern-teils mit Europa-Spezial-Fahrkarte (Eintrag der Kinder auf dem Ticket). Besitzer einer BahnCard 25 erhalten zusätzlich 5 € Rabatt.

Mit der **BahnCard 25 oder 50** gibt es für den deutschen Streckenabschnitt weitere 25 oder 50 Prozent Ermäßigung. Zusätzlich werden für BahnCard-Inhaber Zugreisen in 29 europäische Länder – darunter Polen – auf den gewöhnlichen Fahrpreis der Auslandsstrecke um 25 Prozent günstiger. In BahnCards, die ab dem 9. Dezember 2007 ausgestellt worden sind, ist dieser **internationale Rabatt** automatisch enthalten. BahnCard-Inhaber mit Ausstellungsdatum vor dem 9. Dezember 2007 haben die Möglichkeit, für 15 € jährlichen Aufpreis eine **Rail-plus-Card** zu erwerben. Diese bietet 25 Prozent Ermäßigung auf den gewöhnlichen Fahrpreis auf Auslandsstrecken in 29 europäischen Ländern, darunter auf den Strecken der Polnischen Staatsbahnen (PKP).

Ein weiteres Angebot ist der Tarif **Regio Spezial Polen**. Er gilt im Nahverkehr jeweils 120 Kilometer vom/bis zum deutsch-polnischen Grenzpunkt und ermäßigt die Zugfahrt um 50 Prozent auf den Normalpreis. Im Geltungsbereich liegen folgende Bahnhöfe: Berlin, Cottbus, Dresden, Stettin, Świnoujście (Swinemünde), Stargard Szczeciński (Stargard), Międzyzdroje (Misdroy), Kostrzyn (Küstrin), Zielona Góra (Grünberg) und Jelenia Góra

(Hirschberg). Auf den PKP-Strecken dürfen Personen- und Schnellzüge genutzt werden (nicht IC, EC, Expresszüge), auf denen der DB D-Züge, S, SE, RB und RE (nicht IC, EC).

Seit 2007 ersetzt der **InterRail One Country-Pass** das Euro Domino-Ticket. Er gilt für drei, vier, sechs oder acht Tage innerhalb eines Monats für beliebige Zugreisen in Polen in den Preiskategorien für Personen bis 26 und ab 26 Jahren. Kinder zwischen vier und elf Jahren erhalten 50 Prozent Ermäßigung auf den Erwachsenenpreis. Der Pass ist nicht für das eigene Wohnsitzland zu erwerben.

Für Reisende, die bis zu einem Monat unterwegs sein wollen und neben Polen noch weitere Länder entdecken möchten, empfiehlt sich der **InterRail Global-Pass**. Er wird ebenfalls in den Varianten für Menschen bis 26 und ab 26 Jahren ausgestellt. Kinder zwischen vier und elf Jahren erhalten 50 Prozent Ermäßigung auf den Erwachsenenpreis. Der InterRail Global-Pass gilt in 30 europäischen Ländern inklusive Türkei. Achtung: Die baltischen Länder sowie Russland und Weißrussland sind nicht mit im Verbund.

Tickets

Man kann Bahntickets an jedem größeren Bahnhof direkt am Schalter kaufen. Es geht aber auch ohne Warteschlangen online oder telefonisch; die Tickets erhält man dann per Post (2,50 €) oder druckt sie sich an einem Bahntix-Automaten in den Bahnhöfen nach Eingabe einer zugewiesenen PIN-Nummer aus.

295900 Foto: ki



Infos

- **DB**, www.bahn.de oder in Deutschland Tel. 0180-5996633, Fahrplan- und Preisauskünfte, telefonische Ticketbestellung sowie Weiterleitung zu weitergehenden DB-Auskunftsdiensten.
- **DB Radfahrerhotline**, Tel. 01805-151415.
- **ÖBB**, www.oebb.at oder in Österreich Tel. 05 1717.
- **SBB**, www.sbb.ch oder in der Schweiz Tel. 0900 300300.
- **Polnische Staatsbahnen PKP**, Panoramastraße 1, 10178 Berlin, Tel. (030) 2423453, Fax 24729999 (keine Fahrkarten, keine Reservierungen).

Auch er reist auf dem Luftweg an

Anreise mit dem Flugzeug

Seit dem EU-Beitritt Polens und damit zusammenhängend der Liberalisierung des Luftverkehrs tummeln sich neben der Lufthansa und der polnischen Fluggesellschaft LOT zahlreiche Mitbewerber am Himmel. Sie bieten Verbindungen zwischen deutschen und polnischen Großstädten an, etwa in Nordpolen nach Danzig. Weiter südlich werden u.a. Breslau, Posen und Warschau angefliegen. Anzahl und Destinationen verändern sich jedoch ständig, sodass man sich besser direkt bei den Airlines informiert.

Dies sind die **wichtigsten Fluggesellschaften** mit Direktverbindungen nach Nord- und Zentralpolen:

- **Air Berlin**, www.airberlin.com, Tel. (030) 41021003. Von Berlin nach Danzig.
- **Austrian Airlines**, www.aua.com, Tel. (0043) 05-1789. Von Wien über Warschau nach Danzig.
- **Deutsche Lufthansa**, www.lufthansa.com, Tel. 0180-5838426. Von Frankfurt/Main und München nach Danzig und Posen; von Düsseldorf nach Danzig; von Hamburg, Berlin, Düsseldorf, Frankfurt/Main, Stuttgart und München nach Warschau.
- **Germanwings**, www.germanwings.com, Tel. 0900-1919100. Von Hamburg, Berlin, Leipzig/Halle, Dresden, Köln/Bonn, Stuttgart, München, Zürich und Wien nach Warschau.
- **LOT Polish Airlines**, www.lot.com, Tel. 0180-3000336. Von Hamburg, Berlin, Düsseldorf, Frankfurt/Main, München, Wien, Zürich und Genf nach Warschau.
- **Swiss International Airlines**, www.swiss.com, Tel. (0041) 0848-700700. Von Zürich und Basel nach Warschau.
- **Wizzair**, www.wizzair.com, Tel. 0900-120 4021. Von Hamburg-Lübeck, Dortmund und Köln nach Danzig, von Dortmund nach Posen und Warschau.

Flüssigkeiten im Handgepäck

Fluggäste dürfen Flüssigkeiten oder Dinge ähnlicher Konsistenz (z.B. Gels, Spray, Shampoos, Cremes, Zahnpasta) nur in einer **Höchstmenge von 0,1 Liter** als Handgepäck mit ins Flugzeug nehmen. Die Flüssigkeiten müssen in einem **durchsichtigen Plastikbeutel** transportiert werden. Weitere Infos: www.auswaertiges-amt.de.

Anreise mit dem Bus

Es gibt zahlreiche Linienbusverbindungen von deutschen Städten in den polnischen Norden. Die Busse verkehren zwei- bis viermal die Woche.

- **Becker Reisen**, Bremer Straße 36, 21255 Torstedt, Tel. 0180-1155333, www.becker-reisen.de.
- **Berlinlinienbus GmbH**, Mannheimer Straße 33/34, 10713 Berlin, Tel. 0180-1546436, www.berlinlinienbus.de.
- **Deutsche Touring GmbH**, Am Römerhof 17, 60486 Frankfurt/Main, Tel. (069) 790 3501, www.deutsche-touring.com.

Anreise mit dem Boot

Es gelten die üblichen europäischen **Schifffahrtsgrundsätze**. Ausländische Bootsleute müssen über dieselben **Schifffahrtsberechtigungen** (Segelschein, Registrierschein für das Boot etc.) verfügen wie in ihren Heimatländern. Seit dem Beitritt Polens zum Schengen-Abkommen finden in den Seehäfen keine Grenzkontrollen für Boote aus Schengen-Ländern mehr statt. Dennoch können der polnische Grenzschutz und die Wasserpolizei im Einzelfall Kontrollen durchführen.

Botschaften und Konsulate

Polnische Vertretungen

In Deutschland

- **Botschaft der Republik Polen**, Lassenstraße 19-21, 14193 **Berlin**, Tel. (030) 223 130, Fax 22313155, www.berlin.polemb.net.
- **Generalkonsulate** gibt es in Hamburg, Köln und München, **Honorarkonsulate** befinden sich in Bremen, Frankfurt/Main und Stuttgart, ↗ www.berlin.polemb.net.

In Österreich

- **Botschaft der Republik Polen**, Hietzinger Hauptstraße 42c, 1130 **Wien**, Tel. (01) 8701 5100, Fax 87015222, www.wien.polemb.net.

In der Schweiz

- **Botschaft der Republik Polen**, Elfenstraße 20a, 3000 **Bern** 15, Tel. (031) 3580202, Fax 3580216, www.berno.polemb.net.

Vertretungen in Polen

Beim **Verlust der Personalunterlagen** stellen die Botschaften Ersatzpapiere aus. Zwei Passbilder und eine durch die örtliche Polizei ausgestellte Verlustanzeige müssen dazu vorgelegt werden.

Zuständig für Deutschland

- **Warschau**: Botschaft der Bundesrepublik Deutschland (Ambasada Republiki Federalnej Niemiec), ul. Jazdów 12, 00-467 Warszawa, Tel. (022) 5841700, Fax 5841739, www.ambasadaniemiec.pl.
- **Danzig**: Deutsches Generalkonsulat (Konsulat Generalny Republiki Federalnej Niemiec), al. Zwycięstwa 23, 80-219 Gdańsk-Wrzeszcz, Tel. (058) 3406500, Fax 3406538, www.danzig.diplo.de.

Zuständig für Österreich

● **Warschau:** Botschaft der Republik Österreich (Ambasada Republiki Austrii), ul. Gagarina 34, 00-748 Warszawa, Tel. (022) 841 0081, Fax 8410085, www.ambasadaaustrii.pl.

Zuständig für die Schweiz

● **Warschau:** Botschaft der Konföderation Schweiz (Ambasada Konfederacja Szwajcarska), al. Ujazdowskie 27, 00-540 Warszawa, Tel. (022) 6280481, in Notfällen auch außerhalb der Bürozeiten (Mo–Fr 9–12 Uhr) 0608-422266, Fax 6210548, www.eda.admin.ch/warsaw.

Elektrizität

Die **Steckdosen** entsprechen der europäischen Norm. Deutsche sollten deshalb für ihre Schuko-Stecker (das sind die dicken, runden) einen **Adapter** mitnehmen.

Die **Netzspannung** beträgt 230 Volt Wechselstrom.

Essen und Trinken

Gastronomische Einrichtungen

Kaum jemand kann sich die Zeiten noch vorstellen, als normalsterbliche Hungrige in den Restaurants der Valuta-Hotels unter dem wählerischen Auge des Kellners geduldig anstehen mussten, um irgendwann freundlicher Weise platziert zu werden. Heute ist für jeden ein Plätzchen frei, und die Auswahl ist vielfältig. Grundsätzlich betreiben alle großen **Hotelerien** eine

eigene Küche mit variationsreicher Speisekarte und leckerem Essen zu vernünftigen Preisen. Geht man nach 21 Uhr zu Tisch, darf man sich aber nicht wundern, wenn einen der Ober mit einem leisen Knurren begrüßt. Die Hotelrestaurants **schließen** oft bereits um 22, allerspätestens um 23 Uhr.

Daneben haben sich zur Freude der polnischen Feinschmecker eine ganze Reihe Restaurants mit **internationaler Küche** etabliert – chinesisch, griechisch, italienisch und vieles mehr, was man auf der Weltkarte findet. Doch des einen Freud' ist des anderen Leid. Ausländer, die sicherlich erst einmal die polnische Küche entdecken möchten, haben es gar nicht so leicht. Restaurants mit **polnischen Spezialitäten** sind vergleichsweise selten. Wozu auch, das wird schließlich zu Hause gekocht. Neben internationalen Gerichten werden sie aber in jedem Fall in den Hotel-Restaurants angeboten.

Typisch polnisch sind auch die zahllosen **Snackbars** und **Imbissbuden**, und sie sind meistens viel, viel besser als der Ruf, der diesen beiden Wörtern vorausseilt. Ja, in einigen Snackbars kann man sich besser durch die landestypischen Köstlichkeiten futtern als in manch einem Lokal. Pommes und Bratwurst gibt es dort selbstverständlich auch. Außerdem amerikanische Pizza, gelegentlich sogar noch die alte polnische Pizza, die bei Italienern wahrscheinlich zu einem mittleren Ohnmachtsanfall führen würde (Hefeteig mit Tomatenketchup und Spiegelei), und seit Polens EU-Beitritt 2004 auch immer mehr Döner Kebab.



Trinkgeld (*napiwek*) ist im Preis inbegriffen. Es zusätzlich zu geben, gilt jedoch wie überall als Ausdruck besonderer Zufriedenheit, die auch bei der Bedienung Freude auslöst. Üblich sind etwa zehn Prozent der Rechnungssumme.

Spezialitäten

An der Ostseeküste und an den masurischen Seen ist eine der klassischen Spezialitäten natürlich **Fisch**, in allen nur denkbaren Arten, Variationen und Zubereitungen. Die Preise der Fischgerichte werden in der Regel nach ihrem Gewicht berechnet, an der Imbissbude ebenso wie im vornehmen Restaurant.

Typisch polnische Gerichte werden nach Rezepten der altpolnischen Küche zubereitet, die vielfach von der russischen und litauischen Küche beeinflusst ist. Plinsen (kleine russische Pfannkuchen) beispielsweise werden in Polen als **Blińczyki** serviert, Kartoffelpuffer als **Racuchy**.

Als **Vorspeise** reicht man gerne Hering in Sahne, Öl oder Zwiebeln sowie Fleisch in Aspik.

An vielen polnischen Imbissbuden kann man richtig gut essen

Anschließend kommt die **Suppe** auf den Tisch. Die Nummer 1 und zum Ausprobieren ein Muss ist **Żurek**: Roggenmehlsuppe mit Ei, Knoblauch und Wurststückchen, entweder im Brotteig oder mit Kartoffeln und zerlassenen Speck serviert. Ebenso gerne lässt man sich **Barszcz** schmecken, eine klare Rote-Bete-Suppe, mit Teigtaschen oder Pastetchen gereicht; außerdem **Kapuśniak**, Sauerkrautsuppe mit Pilzen, Zwiebeln und Fleisch von der Rippe; **Flaki**, eine Kaldaunensuppe, meist mit geschnittenem Gemüse; oder **Czernina**, eine Gänseblutsuppe, um nur die typischsten einer großen Vielfalt von Suppenzubereitungen zu nennen.

Die berühmtesten landestypischen **Hauptgerichte** sind: **Bigos**, Polens Nationalpeise schlechthin, ein Eintopf aus Weißkohl, Sauerkraut, getrockneten Pflaumen, Pilzen und verschiedenen Sorten Fleisch; **Pierogi**, herzhaft oder süß gefüllte Teigtaschen; **Golabki**, deftige Kohlrouladen; und nicht zu vergessen das obligatorische **Kotlet schabowy**, Schweinekotelett, zusammen mit Kartoffeln und Kohl das traditionelle polnische Sonntagsgericht.

An **Fleischgerichten** bereitet man vor allem Schwein, Rind, Wild und Ente zu (berühmt ist die Bratente mit Äpfeln), oft mit heimischen Pilzen und gelegentlich, anstelle einer Kartoffelbeilage, gerösteter oder gebratener Buchweizengrütze (*kasza gryczana*).

Und was trinkt man zu diesen deftigen Speisen? **Wodka**, natürlich. Die berühmtesten Sorten sind Wyborawa, Polonaise und der leicht grünlich schimmernde, mit einem Bison-Gras

aus dem Białowieski-Urwald versehene Żubrówka. Selbstverständlich werden überall auch Softdrinks, Obstsaft und Mineralwasser serviert. Wein ist eine zu vernachlässigende Größe, aber das **Bier** (*piwo*) – vorzüglich!

Als polnisches Lieblingsgetränk löst **Kaffee** zunehmend den traditionellen Tee ab. Die schwarzen Bohnen genießt man bevorzugt auf italienische Art als Espresso, Cappuccino oder Latte Macchiato. Gelegentlich wird auch einfach Nescafé gereicht, und selten findet man sogar noch Kaffee nach überlieferter polnischer Art: das Pulver in der Tasse mit heißem Wasser aufgossen, ungefiltert, stark, schwarz.

Im **Anhang** zu diesem Reiseführer findet sich eine kleine **Übersetzungshilfe** mit den wichtigsten Worten für Speisen und Getränke.

Feiertage und Ferien

Wie in den anderen europäischen Ländern auch, ist der erste Tag im neuen Jahr zum Ausschlafen da: Der **1. Januar** ist arbeitsfrei. Die höchsten **kirchlichen Feiertage** sind Ostern (nur Sonntag und Montag, Karfreitag nicht), Fronleichnam (im Mai), Mariä Himmelfahrt (15. August), Allerheiligen (1. November) und Weihnachten (25. und 26. Dezember). **Gesetzliche Feiertage** sind der Tag der Arbeit (1. Mai) und gleich danach der Tag der Verfassung (3. Mai), der an die Verfassungsgebung von 1791 erinnert. Am 11. November wird der Nationalfeiertag der Unabhängigkeit begangen.

Anders als bei uns werden polnische Schüler alle zusammen in die **Sommerferien** geschickt. Sie dauern mit Abstand am längsten, von Ende Juni bis Ende August. Die **Winterferien** gehen je nach Region von Mitte Januar bis Ende Februar, die **Osterferien** beschränken sich auf fünf bis sechs Tage rund um das Osterfest. **Weihnachten** ist frei von Heiligabend bis Neujahr.

Lokale Feste und kulturelle Veranstaltungen werden in den Ortskapiteln vorgestellt; Bräuche rund um die kirchlichen Feiertage ↗ „Menschen und Kultur/Sitten und Bräuche“.

FKK

Die Nackedei-Kultur ist generell **nicht erlaubt**, offiziell für FKK eingerichtete Badestrände findet man selten. Dennoch haben sich die „Naturisten“, wie man die FKK-Anhänger in Polen nennt, einige wenige Eckchen erobert, auf die wir in den Ortskapiteln aufmerksam machen. Aber in der Regel gilt: Seine Blößen bitte bedeckt halten.

Fotografie

Spezielle Batterien und produktspezifische Datenträger sollte man besser **von zu Hause** mitzubringen, sofern man nicht in die nächste Großstadt zum Einkaufen fahren will.

- **Buchtipps:** „Reisefotografie“ und „Reisefotografie digital“, erschienen in der Praxis-Reihe des REISE KNOW-HOW Verlags.

Geldangelegenheiten

In Polen bezahlt man mit **Złoty** und **Groszy**. Würde man die Bezeichnung „Złoty“ wortwörtlich verstehen, müsste die Republik Polen zu den reichsten Ländern der Erde gehören: Ins Deutsche übersetzt bedeutet *złoto* das schillernde Wörtchen „Gold“.

Im Umlauf befinden sich Złoty-Scheine im Nennwert 10, 20, 50, 100 und 200 Złoty sowie Münzen im Nennwert 1, 2, 5, 10, 20, 50 Groszy und 1, 2, 5 Złoty.

Die polnische Währung ist frei konvertierbar, der Wechselkurs unterliegt Schwankungen.

Wechselkurse (Stand Mai 2010)

- 1 € = 3,87 Zł. 1 Zł. = 0,26 €
- 1 sFr. = 2,70 Zł. 1 Zł. = 0,37 sFr.

Karten und Geldtausch

Die preiswerteste und einfachste Art der Geldbeschaffung ist die Barabhebung **vom Geldautomaten** mit der **Maestro-(EC-)Karte**. Geldautomaten (*bankomaty*) sind in allen größeren Städten und touristischen Ortschaften vorhanden. Die meisten bieten Menüs auch in deutscher Sprache. Je nach Hausbank wird pro Abhebung eine **Gebühr** von ungefähr 1,30–4 € bzw. 4–6 sFr. berechnet. Bei manchen Banken wird dieser Service im In- und Ausland nicht zusätzlich in Rechnung gestellt, sondern ist im Grundpreis der Kontoführung enthalten.



Für **Barabhebungen** per **Kreditkarte** kann das Kreditkartenkonto je nach ausstellender Bank mit einer Gebühr von bis zu 5,5 Prozent der abgebobenen Summe belastet werden, für bargeldloses Bezahlen werden dagegen nur ca. 1–2 Prozent pro Auslandseinsatz berechnet. Also am besten viel auf bargeldlosem Weg zahlen, für Barauszahlungen lieber die Maestro-(EC-) Karte verwenden und mit dieser gleich größere Summen abheben.

Gängige **Kreditkarten** wie Eurocard, MasterCard und Visa werden

von den meisten Hotels und Tankstellen sowie in vielen Restaurants und Geschäften akzeptiert.

Bei **Verlust der Geldkarte** sollte man sie umgehend sperren lassen (☞ „Notfälle“).

Wer **mit Bargeld anreist**, kann dies problemlos in Banken und Wechselstuben sowie in vielen größeren Hotels **tauschen**. Banken bieten mit Garantie den aktuellen Wechselkurs. In der Regel sind sie Mo–Fr 8–18 Uhr und Sa 9–14 Uhr geöffnet. Zusätzlich bieten **Kantors (Wechselstuben)** oft rund um die Uhr ihre Tauschdienste an, ebenfalls in der Regel zum aktuellen Wechselkurs.

Gesundheit

Für Polen gelten **dieselben Bestimmungen wie in allen EU-Ländern**. Entstehen im Urlaub Kosten für ärztliche Leistungen, die aus medizinischer Sicht nicht bis zur Rückkehr nach Hause warten können, werden sie von den Krankenkassen übernommen. Für gesetzlich versicherte Deutsche, Österreicher und Schweizer erfolgt die Behandlung vor Ort gegen Vorlage der **Europäischen Krankenversicherungskarte** (European Health Insurance, EHIC). Die Karte gilt in allen EU-Ländern, der Schweiz sowie einigen weiteren europäischen Staaten. Sie ist auf der Rückseite der Versichertenkarte aufgedruckt und muss nicht extra beantragt werden; alle Informationen sind auf dem Karten-Chip gespeichert. Privat Versicherten empfiehlt sich der

Schutz vor Zeckenbissen

Die Gefahr, nach einem Zeckenbiss zu **erkranken**, wird nicht nur in Deutschland und Österreich von Jahr zu Jahr größer. Infolge des Klimawandels vermehren sich die Mini-Vampire auch in Polen massiv. Steigen die Temperaturen dauerhaft über 8 °C, beginnt die Zecken-Saison. Dann lauern die winzigen „Holzböcke“ am Waldrand, im hohen Gras, im Laub und Gebüsch.

Ihr Biss bleibt meistens harmlos, kann aber auch folgenschwer sein. Denn Zecken sind Überträger der **Frühsummer-Meningoencephalitis (FSME)**, einer Form der Hirnhautentzündung, sowie der **Borreliose**, eines Rückfallfiebers, das wegen der diffusen Symptomatik schwer zu diagnostizieren und daher besonders heimtückisch ist.

Gegen FSME kann und sollte man sich **impfen** lassen, gegen Borreliose gibt es dagegen keinen zuverlässigen Impfschutz. Auch auf die handelsüblichen Anti-Insektensprays ist kein Verlass, denn sie wirken zeitlich nur sehr begrenzt. Also heißt es vorbeugen, indem man ein paar **wichtige Regeln** beherzigt:

Am besten ist es natürlich, Zeckenbiotope zu meiden. Möchte man trotzdem gern durch hohes Gras oder Unterholz streifen, empfiehlt sich **geschlossene, helle Kleidung**. Nach dem Ausflug sollte man den

Körper nach Zecken absuchen. Die Blut-sauger mögen am liebsten warme Körperstellen und weiche Haut.

Wurde man trotz aller Vorsicht **gebissen**, besteht noch lange kein Grund zur Panik. Bis maximal vier Tage nach dem Befall können sich Erwachsene nachträglich gegen **FSME** immunisieren lassen. Eine **Borreliose** kann durch rechtzeitiges Entfernen der Zecke sogar gänzlich verhindert werden. Der Erreger gelangt nicht sofort, sondern meist erst Stunden später von der Zecke in den Wirt – weshalb es so wichtig ist, den Körper zeitig abzusuchen.

Und wie **entfernt** man die Viecher? Grundsätzlich nie mit den Fingern! Dabei könnte die Zecke zerquetscht werden, und die erregerhaltige Flüssigkeit würde in die Bissstelle gedrückt. Besser ist, sie mit der **Pinzette** zu greifen, so nah an der Haut wie nur möglich, und sie ganz, ganz langsam herauszuziehen. Anschließend wird die Stelle mit Jod oder Alkohol **desinfiziert**.

Konnte die Zecke nicht restlos entfernt werden oder bilden sich trotz Entfernung innerhalb weniger Tage bis zu zehn Wochen **kreisförmige Hautrötungen** rund um den Einstich, sollte man unbedingt einen **Arzt** konsultieren.

Weitere detaillierte **Informationen** findet man auf den Seiten des Robert-Koch-Instituts: www.rki.de.

127po Foto: kj



Abschluss einer Auslandskrankenversicherung.

An **Behandlungskosten** wird üblicherweise übernommen, was der Krankenversicherungsschutz in Polen vorsieht. Der Umfang der Leistungen richtet sich nach den polnischen Rechtsvorschriften und ist nicht immer mit denen anderer EU-Länder identisch; ferner bestehen andere gesetzliche Zuzahlungen. Liegen die Behandlungskosten über dem Versicherungsschutz, muss man den Restbetrag aus eigener Tasche begleichen. Auch die Kosten für Krankenrücktransporte übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen im Heimatland nicht. Daher ist der Abschluss einer zusätzlichen **Krankheitskosten- und Rücktransportversicherung** anzuraten.

Abgerechnet wird gewöhnlich über die EHIC-Karte. Trotzdem kann es gelegentlich vorkommen, dass Arzt oder Krankenhaus die Karte nicht akzeptieren und eine Privatrechnung ausstellen. Gegen die Vorlage ausführlicher **Quittungen** (mit Datum, Namen, Bericht über Art und Umfang der Behandlung sowie Kosten der Behandlung und der verordneten Medikamente) werden die Behandlungskosten dann bis zur Höhe des geltenden Versicherungsschutzes erstattet.

Apotheken (*apteka*) gibt es in allen größeren Ortschaften. Sie verfügen von Aspirin über Hustensaft bis zum Pflaster über alle gängigen Bagatellpräparate. Wer auf spezielle Arzneimittel angewiesen ist, sollte diese von zu Hause mitnehmen.

Notrufnummern ☞ „Notfälle“.

Menschen mit Handicaps

Die Reismöglichkeiten für Menschen mit Behinderungen sind in Polen leider **eingeschränkt**. Abgesenkte Bordsteine, Aufzüge statt Treppen, Blindenleitsysteme und akustische Ampelanlagen sind – wenn überhaupt – nur in den großen Städten zu finden, auf dem Land fehlen sie gänzlich.

Zwar verfügen immer mehr öffentliche Gebäude sowie zahlreiche **Hotels** der gehobenen Kategorie über behindertengerechte Einrichtungen, doch bleiben Barrierefreiheit und geeignete Sanitäranlagen in preiswerten Unterkünften, auf **Campingplätzen** und in den meisten **Restaurants** eine Ausnahme. Besonders problematisch ist die Reise mit Bussen, Bahnen und anderen **öffentlichen Verkehrsmitteln**.

Eine von der Polnischen Gesellschaft für Touristik und Landeskunde (PTTK) eingerichtete **Datenbank** listet unter www.turystykadlawszystkich.pl behindertenfreundliche bis behindertengerechte Unterkünfte, Restaurants, Veranstaltungsorte, Aktivitäten und Transportmöglichkeiten der gewünschten Reiseziele in Polen auf. Informationen erteilt außerdem der folgende Verein:

- **Integracja** (Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji), ul. Sapieżyńska 10 a, 00-162 Warszawa, Tel. 0048 (22) 6351330, Fax 6351182, www.integracja.org.

Polens Sehenswürdigkeiten, wie hier die Ordensburg von Lidzbark Warmiński, sind leider auf Besucher mit Handicaps nicht eingestellt

Information

Fremdenverkehrsamt

Für allgemeine Informationen, Reisetipps, Fragen nach Freizeitaktivitäten und kulturellen Veranstaltungen, Leistungen der Reiseveranstalter und vieles andere mehr steht das Polnische Fremdenverkehrsamt zur Verfügung.

Für Deutschland

● **Polnisches Fremdenverkehrsamt**, Kurfürstendamm 71, 10709 **Berlin**, Tel. (030) 210 0920, Fax 21009214, www.polen.travel, Mo-Fr 9–16 Uhr.

Für Österreich und die Schweiz

● **Polnisches Fremdenverkehrsamt**, Lerchenfelder Straße 2, 1080 **Wien**, Tel. (0043) 01 5247191, Fax 524719129, www.polen.travel, Mo-Do 9–16 Uhr, Fr 9–15 Uhr.

Touristeninformationen

Touristeninformationen sind mit „it“ (für „informacja turystyczna“) gekennzeichnet. Sie bieten Auskunft über den Ort und die Region, Unterkünfte- und Verkehrsmöglichkeiten, Auto-, Fahrrad- und Sportgeräteverleih, kulturelle Veranstaltungen, Freizeitangebote sowie Angebote von ansässigen Reisebüros, Touristikunternehmen und vieles mehr.

Die Touristeninformationen in größeren Städten und beliebten Ferienorten unterhalten in der Regel einen **Zimmernachweis** für Hotels, Pensionen und Privatquartiere. Die „its“ in kleineren Ortschaften und Dörfern sind, sofern sie über keine Zimmervermittlung verfügen, zumindest bei der





Unterkunftssuche behilflich. Manche von ihnen haben aber nur in den Sommermonaten geöffnet.

In den **Großstädten** befinden sich **zentrale Touristeninformationen**, die oft nicht nur über die Stadt und ihre Umgebung, sondern auch über die ganze Region Auskunft geben. Hotels der gehobenen Kategorie bieten meist ebenfalls einen Informationsservice.

Adressen von Touristeninformationen finden sich in den jeweiligen Ortsbeschreibungen unter „Praktische Informationen“.

Die lokalen Touristeninformationen sind mit „it“ gekennzeichnet

Informationen im Internet

Viele touristische Unternehmen vom großen Reiseveranstalter bis zum Privatzimmervermieter präsentieren ihre Produkte im Internet, sodass man sich sein künftiges Feriendomizil meist schon von daheim anschauen kann.

Vielfältige Informationen rund um Land und Leute sowie Urlaub in Polen bieten folgende Adressen:

- **www.kprm.gov.pl:** Die Homepage der polnischen Regierung; mit kurzen Informationen über das Land sowie Links zu den Ministerien und Woiwodschaftsverwaltungen (Polnisch/Englisch).
- **www.polen.travel:** Die offizielle Internetseite der Polnischen Tourismusorganisation (POT) für Reiselustige aus aller Welt. In zahlreichen Sprachen, darunter auch Deutsch, bieten die Seiten allgemeine Informationen über Land und Leute, praktische Reisetipps von A bis Z, Wissenswertes zu Kultur und Traditionen, einen Kalender mit den schönsten kulturellen und touristischen Veranstaltungen über das Jahr, Vorschläge zur aktiven Erholung in allen Jahreszeiten, ausgewählte Unterkunftstipps, Beschreibungen der einzelnen Regionen mit ihren Städten, Sehenswürdigkeiten und touristischen Attraktionen und vieles mehr.
- **www.pot.gov.pl:** Die offizielle Website der Polnischen Tourismusorganisation (POT) für Profitouristiker mit zahlreichen ausführlichen News und Informationen zum Tourismus- und Reiseveranstaltungsgeschäft in Polen (Polnisch).
- **www.welcome2poland.com:** Umfassendes Reiseportal mit vielen Informationen und Angeboten rund um den Urlaub an der polnischen Ostseeküste, in Pommern und Ermeland-Masuren; mit Online-Reiseführer zu den Regionen und ihren kulturellen, touristischen und natürlichen Sehenswürdigkeiten, zu Sport und aktiver Urlaubsgestaltung, zu Essen und Trinken sowie mit zahlreichen allgemeinen reisepraktischen Informationen. Das



vielfältige Angebot an Unterkunftsmöglichkeiten – von Hotels und Pensionen über Ferienhäuser bis hin zu Reiter- und Bauernhöfen – lässt sich jeweils mit einem Mausclick detailliert in Augenschein nehmen und, wenn es gefällt, mit zehn Prozent Rabatt auf den angegebenen Preis auch direkt online buchen (Deutsch).

● www.virtualpolen.de: Umfangreiche Seite mit viel Informativem, Wissenswertem, Touristischem und Aktuellem zum Land Polen (Deutsch).

● www.pttk.pl: Homepage der Polnischen Gesellschaft für Touristik und Heimatkunde (Polnisch/Englisch/Deutsch).

Sucht man im Web nach polnischen Namen und Begriffen, braucht man übrigens **keine Sonderzeichen** einzugeben; es reicht z.B. „Lech Walesa“ statt „Lech Wałęsa“.

Kinder

Polen ist ein sehr **kinder- und familienfreundliches Land**. Wenn es bis auf die obligatorischen Karussell- und Rummelplatzeinrichtungen in den Urlaubsorten kein gesondertes Freizeitangebot für die Kleinen gibt, liegt es einfach daran, dass Kinder in Polen nicht als exotische Wesen betrachtet werden, sondern ganz selbstverständlich **überall mit dabei** sind. Einzige Ausnahme: Die Besichtigung der **Konzentrationslager**, die die Nationalsozialisten hinterlassen haben, ist Kindern unter 13 Jahren nicht gestattet.

Kioske mit Ritterspielzeug sind etwas für große und kleine Jungs

Kleidung und Reisegepäck

- **Kleidung** für alle Wetterlagen: Vom Badekostüm über leichte Kleidung, Gummistiefel und Regenjacke bis zu dicken Socken.
- **Regenschirm**
- **Sonnencreme**
- **Mückenschutz**
- **Kompass** für ausgedehnte Wasser- und Waldwandertouren.
- **Fernglas**
- Bei einigen schlechter gepflegten Campingplätzen empfehlen sich **Badelatschen** für die Duschkabine.
- **Adapter** für Schukostecker
- Zu **Camping- und Wohnmobilausrüstung** ☞ „Unterwegs in Polen/Wohnmobil“.

Medien

Radio

In sozialistischer Zeit wurde die Sendersuche der Radiobesitzer aus dem kapitalistischen Ausland mit tiefem Schweigen beantwortet. Nach der osteuropäischen Norm lagen die polnischen Radiosender jenseits des westeuropäischen Frequenzbereichs. Doch ist dies lange Geschichte, die gängigen Rundfunkprogramme werden allerorten empfangen. Neben den Programmen des staatlichen **Polnischen Rundfunks**, der auf Lang-, Mittel-



Kurz- und Ultrakurzwellen sendet, haben sich inzwischen zahlreiche Dudel-Stationen etabliert.

Die **Deutsche Welle** funkt gewohnheitsgemäß auf Kurzwellen. Da sich der Einsatz der Kurzwellenfrequenzen im Verlauf eines Jahres jedoch mehrfach ändert, empfiehlt es sich, die aktuellen **Frequenzen** vor Reiseantritt direkt beim Kundenservice der Deutschen Welle nachzufragen, Tel. (0028) 429 4000, www.dw-world.de.

Fernsehen

Um nicht den polnischen Untergrund aufbuddeln zu müssen, hat sich beim Fernsehen die Devise „Schüssel statt Kabel“ durchgesetzt. Vom großen Hotel bis zur kleinen Pension verfügen heute die meisten Unterkünfte über **Satelliten-TV**, das auch verschiedene deutschsprachige Programme ins Zimmer bringt.

Zeitungen

Internationale Presse erhält man an großen Kiosken und in den Bahnhöfen. Im Sommer erscheint in manchen größeren Badeorten ein deutschsprachiges buntes **Blättchen extra für Urlaubler** mit zahlreichen Tipps zu kulturellen Veranstaltungen und Freizeitaktivitäten.

Strandleben an der Frischen Nehrung

Notrufnummern



- **Notruf:** Tel. 112
- **Polizei:** Tel. 997
- **Feuerwehr:** Tel. 998
- **Unfallrettung:** 999
- **Pannenhilfe:** 981
- **Wasserrettungsdienst:** 601100100

Notfälle

Die Polnische Organisation für Tourismus bietet in Zusammenarbeit mit dem polnischen Wirtschaftsministerium und der polnischen Polizei in den Sommermonaten eine **deutschsprachige Notfall-Hotline** unter folgenden Nummern an:

- **Tel. 0800-200300**, gebührenfrei aus dem Festnetz.
- **Tel. (0048) 608-599999**, gebührenpflichtig vom Handy und aus dem Festnetz.

Die Telefonleitung ist in der Regel vom 1. Juni bis 30. September von 10 bis 22 Uhr in Betrieb. Achtung: Die Hotline wird **jedes Jahr neu geschaltet**, möglicherweise mit neuer Nummer und anderen Zeiten. Bitte informieren Sie sich sicherheitshalber vor Ihrem Reisetrip beim Polnischen Fremdenverkehrsamt (☞ „Information“).

Autopanne/-unfall

Bei Autopannen hilft der Polnische Motorverband PZM (Polski Związek Motorowy) unter der Rufnummer **981**.

- **Polnischer Motorverband (PZM)**, ul. Kazimierzowska 66, 02-518 Warszawa, Tel. (022) 8499361, Fax 8481951, www.pzm.com.pl.

Deutschsprachig erreicht man den **ADAC**, den **ÖAMTC** und den **TCS** unter folgenden Telefonnummern:

- **ADAC**, www.adac.de, Notruf-Tel. (0049) (0)89 222222, in Polen selbst hat er ein Notruf-Telefon mit deutschsprachigen Mitarbeitern eingerichtet, Tel. (061) 8319888.
- **ÖAMTC**, www.oeamtc.at, Tel. (0043) (0)1 2512000 und in Polen selbst Tel. (061) 839 902.
- **TCS**, www.tcs.ch, Notruf nur in der Schweiz Tel. (0041) (0)22 4172220.

Verlust von Geldkarten

Bei Verlust oder Diebstahl der Kredit- oder Maestro-(EC-)Karte sollte man diese umgehend sperren lassen. Dafür steht Kreditkarteninhabern bei deutschen Sparkassen, Landesbanken wie auch den meisten Privatbanken der einheitliche **Sperr-Notruf 116116** (aus dem Ausland mit deutscher Landesvorwahl 0049) sowie im Ausland zusätzlich 0049-30-40504050 zur Verfügung. Zum Sperren muss man den Namen des kartenausgebenden Geldinstituts, die Kartenart (Maestro-(EC-)Karte, VISA, MasterCard o.Ä.) und die Kartennummer angeben. Auch weitere persönliche Details, die die Identität des Karteninhabers belegen, werden am Telefon erfragt.

Für **österreichische** und **schweizerische** Karten gelten die folgenden Nummern:

- **Maestro-(EC-)Karte:**
A: Tel. 0043-1-2048800.
CH: Tel. 0041-44-2712230, UBS: 0041-848-888601, Credit Suisse: 0041-800-800 488.
- **MasterCard/VISA:**
A: Tel. 0043-1-717014500 (MasterCard/Visa) sowie Tel. 0043-1-7111770 (Visa-Help-line).

CH: Tel. 0041-58-9588383 für alle Banken außer Credit Suisse, Corner Bank Lugano und UBS.

● **American Express:**

A: Tel. 0049-69-97971000.
CH: Tel. 0041-44-6596333.

● **Diners Club:**

A: Tel. 0043-1-5013514.
CH: Tel. 0041-58-7508080.

Ausweisverlust/dringender Notfall

Werden der Reisepass oder Personalausweis gestohlen oder kommen auf anderem Wege abhanden, muss man den Verlust bei der örtlichen **Polizei** melden. Darüber hinaus sollte man sich an die nächstgelegene **diplomatische Auslandsvertretung** seines Landes wenden, um Missverständnisse an der Grenze zum Heimatland zu vermeiden.

Auch in **dringenden Notfällen**, z.B. medizinischer oder rechtlicher Art, sind die Auslandsvertretungen bemüht zu helfen („Botschaften und Konsulate“).

Öffnungszeiten

Nirgendwo in Polen müssen sich abgearbeitete Bürger an den Registrierkassen der Einkaufsläden in die Schlangen einreihen, um abends schnell noch eine Milchtüte zu erwerben. Es gibt **kein Ladenschlussgesetz**.

Die **Geschäfte** sind in der Woche im Allgemeinen von 9 bis 19 Uhr geöffnet, viele auch länger; samstags öffnen sie von 9 bis 13 Uhr und länger, letztendlich bleibt die Entscheidung dem Ladeninhaber überlassen. Fast

überall bieten Lebensmittelgeschäfte ihre Waren auch sonntags (nach dem Kirchgang) an. Supermärkte in Städten und großen touristischen Zentren halten ihre Türen oft werktags von 6 bis 22 Uhr, Sa/So bis 13 Uhr offen.

Möchte man auswärtig speisen, sollte man dagegen rechtzeitig aufbrechen. Dinierzeiten, wie sie im mediterranen Raum gepflegt werden, sind in Polen unbekannt. Bis auf wenige Ausnahmen setzen sogar die großen **Restaurants** ihre Gäste **zwischen 22 und 23 Uhr** vor die Tür.

Dienstleister halten werktags von 10 bis 18 Uhr ihre Tore offen, **Behörden** von 8 bis 15 Uhr.

Die Schalter bei den **Banken** sind in der Regel Montag bis Freitag von 8 bis 18 Uhr, Samstag von 9 bis 14 Uhr geöffnet. **Kantors** wechseln Valuta auch über diese Zeiten hinaus, und bis in späte Stunden bieten die meisten großen Hotels einen Geldwechsel-Service an (nur gegen Bares).

Die Schalterzeiten der **Post** sind Montag bis Samstag 8 bis 19 Uhr, teils auch bis 20 Uhr. Postämter in kleineren Ortschaften haben oft nur bis 15 Uhr offen, manche Postämter in Großstädten dagegen rund um die Uhr.

Museen halten ihre Türen
meist am Montag geschlossen



Die Öffnungszeiten der **Touristinformationen** finden sich in den Info-Anhängen zur jeweiligen Ortsbeschreibung. Sie sind allerdings nicht in Stein gemeißelt und können sich besonders in kleineren Ortschaften von Saison zu Saison auch einmal ändern.

Große **Museen**, Freilichtmuseen und **Burgen** haben in der Regel Dienstag bis Sonntag geöffnet, kleinere Museen, vor allem in Ferienorten, halten oft nur in der Saison ihre Türen offen. Nicht wenige **Kirchen** in kleineren Ortschaften, die früher einmal rund um die Uhr zugänglich waren, sind wegen Diebstahl und Vandalismus (leider auch durch Touristen) mittlerweile nur noch zu den Gottesdienstzeiten geöffnet.

Post und Telekommunikation

Post

Briefen und Postkartengrüßen, die in den ersten Urlaubstagen auf den Weg kommen, wird eine gute Chance eingeräumt, den Empfänger noch vor der Rückkehr des Absenders zu erreichen.

Briefmarken werden in den Postämtern verkauft und überall, wo man Postkarten erhält (Kioske, Touristeninformationen, Hotels). Dort weiß man auch, welche Marke für wie viel Złoty auf welches Schreiben gehört (zum Zeitpunkt der Recherche für dieses Buch betrug das Porto für Postkarte und Standardbrief von Polen ins westeuropäische Ausland 2,40 Złoty).

Die **Briefkästen** sind rot und tragen die Aufschrift „Poczta“.

Telefon und Handy

Auf **Postämtern** kann man von Montag bis Samstag 8 bis 19 Uhr, teils auch bis 20 Uhr (in kleinen Orten oft nur bis 15 Uhr, in Großstädten gelegentlich rund um die Uhr) neben dem üblichen Brief- und Paketverkehr Telefonkarten kaufen, Ferngespräche führen, Telegramme aufgeben und Faxe senden.

Um von **Polen nach Deutschland** zu telefonieren, muss man die **Landesvorwahl** 0049 wählen und anschließend, wie bei den meisten europäischen Ländern im internationalen Telefonverkehr zurzeit noch üblich, die erste Null der Ortskennzahl weglassen.



Die Vorwahl in die **Schweiz** lautet 0041, die nach **Österreich** 0043. Die Ländervorwahl für **Polen** ist 0048.

Bei Gesprächen aus dem Festnetz wird in Polen **auch innerhalb der Ortsnetze** die jeweilige **Vorwahl** vorangestellt, beispielsweise für ein Telefonat von Stettin nach Stettin zuerst die Vorwahl (091) und anschließend die Rufnummer des gewünschten Teilnehmers.

Die örtliche **Telefonauskunft** erreicht man unter der Nummer 913, die Auskunft für Ferngespräche unter 912.

Die öffentlichen **Fernsprechzellen** werden mit **Telefonkarten** mit Guthaben von 15, 30 oder 60 Einheiten be-

trieben. Man erwirbt sie auf Postämtern, an Tankstellen, in vielen Hotels und an Kiosken. Im Umlauf sind Karten entweder mit Chip oder mit Magnetstreifen. Sie können ausschließlich in den jeweils dafür vorgesehenen Apparaten verwendet werden.

Das eigene **Mobiltelefon** lässt sich in Polen problemlos nutzen. Wegen der Roaming-Gebühren, die für die Nutzung fremder Mobilfunknetze fällig werden, sollte man bei seinem Mobilfunk-Anbieter nachfragen oder auf dessen Website nachschauen, welcher der **Roaming-Partner** im Reiseland günstig ist, und diesen gegebenenfalls per manueller Netzeinwahl voreinstellen. Nicht zu vergessen sind die passiven Kosten, die anfallen, wenn man von zu Hause angerufen wird (**Mailbox** abstellen!). Der Anrufer zahlt nur die Gebühren ins heimische Mobilnetz, für die Rufumleitung ins Ausland muss der Empfänger tief in die Tasche greifen. Zwar wurden die Netzbetreiber 2007 durch Brüssel gezwungen, ihre Roaming-Gebühren zu senken, doch sind sie immer noch weit davon entfernt, preisgünstig zu sein.

Wesentlich preiswerter ist es, sich von vornherein auf **SMS** zu beschränken, der Empfang ist dabei in der Regel kostenfrei. Der Versand und Empfang von Bildern per **MMS** ist hingegen nicht nur relativ teuer, sondern je nach Roaming-Partner auch gar nicht möglich.

Falls man viele Telefonate innerhalb Polens führen möchte, kann es vorteilhaft sein, eine polnische **Prepaid-Karte** zu erwerben.

Internet

Netztechnisch zeigt sich Polen relativ gut ausgerüstet. Etwa die Hälfte der polnischen Haushalte verfügt über einen Internet-Anschluss. Daneben gibt es in allen größeren Städten und Ferienorten **Internetcafés** (*kawiarenki internetowe*). Die Tarife belaufen sich von umgerechnet 50 Cent bis 1 € die Stunde.

Größere Hotels ermöglichen ihren Gästen oft die Nutzung des eigenen Laptops über **WLAN**. Öffentliche Hotspots sind vor allem in ländlichen Regionen dagegen noch eher selten zu finden. Dort empfiehlt sich der Gang ins nächstgelegene Internetcafé, da die Einwahl ins Netz über das **Mobiltelefon** vergleichsweise kostspielig ist. Mithilfe der **Hotspot-Datenbank** unter www.hotspot-locations.de lässt sich schnell eruieren, ob und wo im Urlaubsort es sich drahtlos surfen lässt.

Sicherheit

Hartnäckig halten sich leider die verschiedensten **Vorurteile** über die Kriminalität in Polen, vom Handtaschen-diebstahl über Trickbetrügereien bis hin zum Autoklau. Woher sie kommen, wissen wir nicht, aber wir können versichern: Sie stimmen nicht. Das Land verzeichnet im Gegenteil sogar eine der **niedrigsten Kriminalitätsraten** Europas!

Eine Dame, die weithin sichtbar ihr Brillantcollier spazieren führt, wird im Hafenviertel von Danzig mit ebenso



großer Wahrscheinlichkeit ein Opfer von Langfingern werden wie auf der Hamburger Reeperbahn oder im Hafen von Rotterdam. Und wer seinen Schlüssel im Auto stecken lässt, darf sich nicht wundern, wenn sich das Vehikel bald darauf selbstständig macht. Ähnliches gilt für offen herumliegende Geldbörsen – wie überall auf der Welt. Gelegenheit macht Diebe. Deshalb sei

noch einmal ausdrücklich angemahnt: Lassen Sie keine Wertgegenstände im Wagen liegen!

Eine mögliche Erklärung für die herrschenden irrationalen Ängste ist die Berichterstattung der Sensationspresse über die sogenannte „**Russen-Mafia**“, die in undifferenzierten Reportagen auch schon einmal zur „ehemaligen Ostblock-Mafia“ gerät. Diesen schlechten Journalismus darf man nicht ernst nehmen. Leider hat er trotzdem Wirkung gezeigt, und umso mehr bemühen sich die polnischen Behörden und Touristikunternehmen, den Besorgnissen der Urlauber mit praktischen **Maßnahmen** entgegenzutreten. In keinem europäischen Reiseland wird man eine größere Anzahl

Annähernd 70 Fischarten kann man in den polnischen Gewässern angeln

● **Buchtipps:** „Schutz vor Gewalt und Kriminalität unterwegs“, erschienen in der Praxis-Reihe des REISE KNOW-HOW Verlags. Der Band will keineswegs Ängste schüren, sondern ganz allgemein darüber informieren, wie man sich auf Reisen durch angemessenes Verhalten vor Übergriffen schützen kann.

bewachter Parkplätze finden, selbst noch im winzigsten Dorf, d.h. nirgendwo kann man sein Auto sicherer abstellen. Beinahe jedes Hotel bietet Gelegenheit, seine Wertgegenstände im Safe zu deponieren (wenn man sie denn unbedingt auf seine Reise mitnehmen muss).

Und sollte einem tatsächlich einmal ein Dieb in die Tasche greifen, genügt oft ein Aufschrei, damit sofort Passanten zu Hilfe eilen. So gastfreundlich wie die Menschen sind, so hilfsbereit sind sie auch. Auch die örtlichen **Polizeidienststellen** sind sehr bemüht, freundlich und hilfsbereit – weit über ihre eigentliche pflichtgemäße Tätigkeit hinaus.

Umsichtiges Verhalten ist allerdings auf den **Transitstrecken** Richtung Russland, Weißrussland und Litauen geboten. Auch wenn es der eigenen Hilfsbereitschaft widerspricht, sollte man dort beispielsweise bei einer Autopanne von Unbekannten nicht stoppen, um mit Hand anzulegen. Die Panne könnte fingiert sein. Für die Rast empfehlen sich anstelle von idyllischen Picknickplätzen am Straßenrand viel frequentierte Parkplätze und große Tankstellen. In Zügen ist es selbstverständlich, sein Gepäck im Auge zu behalten.

Sport und andere Aktivitäten

Informationen zum Fahrradfahren ☞ „Unterwegs in Polen“. Hinweise zu weiteren Sportarten finden sich in den Ortskapiteln unter „Praktische Tipps“.

Angeln

Fast **70 Fischarten** kann man in den polnischen Gewässern angeln, darunter solche Köstlichkeiten wie Aale, Barsche, Hechte, Karpfen, Maränen und Zander. Schenkt man dem Anglerlatein Glauben, wog der schwerste Wels, der je aus polnischem Süßwasser gezogen wurde, 74 Kilogramm, und der längste jemals in Polen gefischte Aal maß stolze 119 Zentimeter.

Das Angeln ist in Polen **erlaubt** vom **1. April bis 31. Dezember** täglich von Sonnenaufgang bis zur Abenddämmerung. Nachts ist es nur in Ausnahmefällen gestattet, für Eisangeln gelten ebenfalls Ausnahmeregelungen. Vom 1. Juni bis zum 31. Oktober darf man außerdem auch vom Boot aus angeln. Leihboote müssen dafür registriert sein und auf beiden Seiten sichtbar eine Registriernummer tragen.

Fangbeschränkungen, Schonzeiten und **Mindestmaße** der Fischarten müssen selbstverständlich eingehalten werden. Detaillierte Angaben dazu findet man unter **www.polen.travel**.

Achtung: Das Angeln mit **lebenden Köderfischen** ist nicht erlaubt.

Eine **Angelgenehmigung** (*karta wędkarska*) ist unbedingtes Muss, der

deutsche Angelschein ist in Polen nicht gültig. Gegen eine Gebühr von 15 bis 60 € je nach Dauer, Gebiet und Gewässer wird sie von den jeweiligen Gewässerverwaltern ausgestellt und berechtigt zum Angeln in den allgemein zugänglichen Seen und Teichen, Flüssen und Bächen des Polnischen Anglerverbandes. Die Adressen der Gewässerverwalter halten vor Ort die Touristeninformationen parat.

Für alle Angelegenheiten rund um den Angelsport ist der **Polnische Anglerverband PZW** (Polski Związek Wędkarski) zuständig. Er informiert über die aktuellen Bestimmungen sowie die auf den Gewässern des PZW geltende Mindestmaße, Schonzeiten, Tageslimits und Fangbeschränkungen.

● **Polski Związek Wędkarski**, ul. Twarda 42, 00-831 Warszawa, Tel. 0048 (0)22 6208966, Fax 6205085, www.zgpzw.pl (Polnisch), www.fishing.pl (Polnisch/Englisch).

Baden

Die Bademöglichkeiten in der Ostsee und den polnischen Seen hängen vom Wetter ab. Im Schnitt liegen die **Wassertemperaturen** der Ostsee im Sommer um 19 °C, ist es ein schöner Sommer mit viel Sonnenschein, können es auch einmal 22 °C werden. Ähnliches gilt für die Seen, die sich allerdings etwas schneller und früher erwärmen.

● **Buchtipps:** „Küstensegeln“ und „Sicherheit im und auf dem Meer“, beide erschienen in der Praxis-Reihe des REISE KNOW-HOW Verlags.

Wer jenseits der ausgewiesenen Badesstellen einmal in einem See schwimmen möchte, dem seien wegen der schlammigen oder auch steinigen Gewässerböden **Badeschuhe** und eine Luftmatratze empfohlen.

Die **Wasserqualität** der Seen und der polnischen Ostsee ist gut bis sehr gut. Zur Möglichkeit des **Nacktbadens** ↗ „FKK“.

Segeln

Viele Wasserwege führen nach Polen, ob an der Küste entlang, über die zahllosen Seen oder die Kanäle und Flüsse, die in einem weit verzweigten Wasserwegenetz miteinander verbunden sind. Unter vollen Segeln darf nach Polen einreisen, wer die international gültigen **Ausweise und Schiffsfahrtpapiere** vorweisen kann, anschließend steht ihm der Weg offen (↗ auch „Anreise“).

Hochseehäfen der Ostseeküste befinden sich in Świnoujście, Dziwnów, Mrzeżyno, Dźwirzyno, Kołobrzeg, Darłowo, Ustka, Rowy, Łeba und Władysławowo; an der Danziger Bucht: Jastarnia, Hel, Puck, Gdynia und Danzig.

Segeln auf der **Ostsee** ist **gestattet**:

- in der **Zeit** zwischen Sonnenaufgang und Sonnenuntergang
- bis **Windstärke** 4
- bei **Sicht** über 2 Seemeilen
- bei einem **Uferabstand** zwischen 0,1 und 2 Seemeilen
- auf **eisfreiem** Wasser

In **Bade- oder Naturschutzgebieten** ist Segeln grundsätzlich verboten.



Segelzentren an den Großen Masurischen Seen sind Węgorzewo, Giżycko, Mikołajki und Ruciane-Nida sowie an der westmasurischen Seenplatte Iława. Wegen mancher niedrigen Brücke sollte das Boot über eine Mastlegevorrichtung verfügen. Flautenschieber bis sechs PS sind erlaubt. Nachts herrscht Fahrverbot auf den Seen.

Zuständig für die Segeltouristik ist der **Polnische Seglerverband PZŻ** (Polski Związek Żeglarski), auf dessen Website sich ausführliche Informationen zum Segeln in Polen sowie die Adressen regionaler Verbände finden.

● **Polski Związek Żeglarski**, ul. Chocimska 14, 00-791 Warszawa, Tel. (022) 8480482, www.pya.org.pl.

● **www.cybersails.info.pl**: Alles, wirklich alles über Wassersport und Wassersporteinrichtungen in Polen, mit zahllosen Links zu Segel- und Windsurfcentren an der polnischen Ostseeküste und an den Binnenseen, leider nur auf Polnisch.

Die Gewässer im Reisegebiet sind Paradiese für Wassersportler

Paddeln

Großer Beliebtheit erfreut sich an den Seen und auf den zahlreichen Flüssen der Paddelsport. Über Hunderte von Kilometern sind die Gewässer miteinander verbunden, sodass man wochenlang mit Kanu oder Kajak unterwegs sein kann. Entlang der Paddelrouten sind ausreichend **Biwakplätze** vorhanden, wo man über Nacht sein Zelt aufschlagen kann, sowie gelegentlich auch ein größerer Campingplatz oder eine Wasserstation mit Versorgungseinrichtungen. In den Orten rund um die Seen finden sich zahlreiche **Bootsverleihe**, die in der Regel auch einen Rücktransport anbieten.

Die Paddelstrecken sind mehrheitlich – zumindest abschnittsweise – auch für **Anfänger** geeignet, denn die Wasserläufe sind seicht und fließen bis auf wenige Ausnahmen gemütlich. Gelegentlich muss man mit dem Boot umgestürzte Bäume umschiffen oder es über ein Hindernis hinwegtragen.

Die Seen, deren Oberfläche sich an strahlenden Sommertagen glatt in der Sonne spiegelt, können sich bei Wetterumschwung plötzlich in tückische Gesellen verwandeln, weshalb Anfänger sich stets in **Ufernähe** halten sollten. Darüber hinaus wertet das **Wasserrecht** ein Paddelboot als kleinste Schiffseinheit, das jeder größeren ausweichen muss. Insofern bietet es sich an, insbesondere wenn man die Gegend nicht kennt, an einer durch pro-

• **Buchtipps:** „Kanu-Handbuch“, erschienen in der Praxis-Reihe des REISE KNOW-How Verlags.

fessionelle Guides **geführten Wasserwanderung** teilzunehmen. Die Touristeninformationen halten die Adressen der lokalen Anbieter parat.

Über die **schönsten Wasserwege** und ihr landesweites Netz an Wasserstationen informiert die Polnische Gesellschaft für Touristik und Landeskunde (PTTK).

• **Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze PTTK**, ul. Senatorska 11, 00-075 Warszawa, Tel. 0048 (0)22 8262251, Fax 8262505, www.pttk.pl (Polnisch/Deutsch).

Für den **Kajaktourismus** ist außerdem der Polnische Kajakverband zuständig, auf dessen Website man alles Wissenswerte rund ums Paddeln findet.

• **Polski Związek Kajakowy**, ul. Erazma Ciołka 17, 01-445 Warszawa, Tel. 0048 (0)22 8371470, Fax 8772460, www.pzkaj.pl (Polnisch/Englisch).



Toiletten

Öffentliche Toiletten sind neben respektive anstelle der Aufschrift „Damski“ und „Męski“ oft mit einem **Kreis** und einem **Dreieck** gekennzeichnet. Um nicht das verkehrte Türchen zu erwischen:

- **Kreis** = dla Pań = Damski = **Damen**
- **Dreieck** = dla Panów = Męski = **Herren**

Unterkunft

Grundsätzlich gelten drei Dinge:

Die **Begriffe „Hotel“ und „Pensjonat“** (Pension) sagen nicht zwangsläufig etwas über die Qualität und den Komfort einer Unterkunft aus. Es kann durchaus der Fall sein, dass ein Pensjonat für 30 € pro Doppelzimmer und Nacht komfortabler ausgestattet ist und einen wesentlich besseren Service bietet als manches Hotel am Ort. Auch dem **Sternesystem** – Hotels und Pensionen werden in Kategorien von eins bis fünf Sterne gekennzeichnet, wobei die Sternenzahl bei entsprechendem Luxus in der Regel auch die Höhe des Preises bezeichnet – sollte man nicht blindlings Vertrauen schenken. Die Kriterien für ihre Vergabe sind zwar gesetzlich geregelt, doch sagt das Vorhandensein beispielsweise eines Bads noch lange nichts über dessen Zustand aus. Umgekehrt kommt es im Sternesystem nicht nur zu Aufwertungen, sondern ebenso zu formellen Abwertungen, die der Hotelbetreiber insbesondere aus steuerlichen Beweggründen vornimmt.

Im **Winterhalbjahr** haben manche Hotels und Pensionen vor allem in kleineren Orten **geschlossen**. Außerhalb der Saison empfiehlt es sich deshalb, sich vorher telefonisch zu erkundigen.

Solange man sich nicht frühzeitig um ein Übernachtungsquartier bemüht oder rechtzeitig eine Reise gebucht hat, kann es während der **Hochsaison** im Juli und August bei der Suche nach einem preisgünstigen Dach über dem Kopf zu Engpässen kommen. Vor allem die **Großen Masurischen Seen** zählen zu den beliebtesten Sommerreisezielen in Polen. Dagegen wird man in der Kategorie über 70 € pro Nacht für ein Doppelzimmer mit Frühstück auch zu frequentiertesten Zeiten ein Plätzchen finden (außerhalb der Saison gewähren alle Hotels und Pensionen Preisnachlässe).

Und wer nicht auf eigene Faust und gut Glück fahren möchte: Zahlreiche auf Polenreisen spezialisierte **Reisebüros und Veranstalter** bieten neben Pauschalreisen auch die Organisation der **persönlichen Reiseroute** an, ganz nach individuellem Geschmack mit Unterbringung und allem Drum und Dran, sofern klar ist, wann man gern wo sein möchte (ausgewählte Reiseveranstalter ↗ „Information“).

In den **Ortsbeschreibungen** haben wir die Unterkunftstipps in **fünf Kategorien** unterteilt. Es handelt sich dabei lediglich um **Preisklassen**, nicht um Qualitätsmerkmale. Diese sowie die individuelle Beschaffenheit der Unterkünfte werden jeweils in den Praktischen Tipps zum Ort beschrieben.

Preiskategorien in diesem Buch

€	= 20–35 €	(ca. 80–140 Zł.)
€€	= 35–50 €	(ca. 140–200 Zł.)
€€€	= 50–70 €	(ca. 200–280 Zł.)
€€€€	= 70–100 €	(ca. 280–400 Zł.)
€€€€€	= über 100 €	(über 400 Zł.)

(Wechselkurs: Stand Mai 2010)

Alle Angaben sind **Richtpreise** und beziehen sich auf die **Hochsaison** (Juli/August) für ein **Doppelzimmer pro Nacht für zwei Personen mit Frühstück**. Sie spiegeln somit den jeweiligen Höchstpreis, der üblicherweise bei einem individuellen Spontanaufenthalt über Nacht anfällt. Daneben gibt es eine Fülle an Angeboten und Arrangements sowie die unterschiedlichsten Rabatte und Preisnachlässe für Wochenenden, für die Nebensaison (Mai/Juni/September) und außerhalb der Saison, weshalb es sich immer lohnt, für einen Preisvergleich zum Telefonhörer zu greifen oder im Internet nachzuschauen.

Hotels und Pensionen

Vertreter der **Spitzenklasse** sind **internationale Hotelketten** wie Intercontinental, Holiday Inn, Marriott, Radisson, in der Regel in Großstädten. Sie kosten **weit über 100 €** (= €€€€€) pro Doppelzimmer und Nacht, Preisausschlägen nach oben sind keine Grenzen gesetzt.

Darunter rangiert die nicht weniger luxuriöse Klasse mit Hotels des ehemaligen Staatsunternehmens Polorbis mit Preisen zwischen **70 und 100 €** (= €€€€). Mittlerweile eine Aktiengesellschaft, firmieren unter dem Dach der heutigen Orbis S.A. außerdem die Hotelketten Ibis, Mercure, Novotel und Sofitel. Daneben haben sich in dieser

Kategorie zahlreiche neue, elegante Hotels etabliert, die entweder in Neubauten oder in sorgfältig restaurierten Schlössern, Villen und historischen Herrschaftssitzen ihren Gästen einen angenehmen Aufenthalt bieten.

Wer weniger tief in die Tasche greifen möchte, um einmal Schlossfrau oder Schlossherr zu sein, wird in alten Gemäuern insbesondere im Landesinneren eine gehobene Mittelklasse-Unterkunft finden. In der Kategorie zwischen **50 und 70 €** (= €€€) firmieren außerdem zahlreiche Burghotels in alten Backsteinburgen der Deutschordensritter (meist um die 50 €) sowie kleine und feine private Hotels, die etwa in restaurierten alten Fischerkaten, Hafenspeichern, Villen und Gutshäusern eine ebenso vornehme wie individuelle Unterkunft offerieren.

Zahlreiche schöne Mittelklasse-Hotels und -Pensionen zwischen **35 und 50 €** (= €€) lassen an Service, Komfort und Annehmlichkeiten nichts missen. Die Zimmer sind meist großzügig geschnitten und verfügen in der Regel über Sat-TV, Radio und Telefon.

In der Preisklasse **20 bis 35 €** (= €) gibt es eine weitere große Zahl kleiner Hotels und familiärer Pensionen mit gepflegten gemütlichen Zimmern. Unterkünfte **unter 20 €** sind dagegen nur noch selten zu finden, aber gelegentlich gibt es sie noch. Die Zimmer sind meist schlicht ausgestattet, das Bad befindet sich auf dem Gang.

Verzeichnis polnischer Hotels und Pensionen im Internet

- www.polhotels.com
- www.welcome2poland.com
- www.hotelsinpoland.com
- www.staypoland.com

Wasserstationen, Wander- und Ferienheime

Sie sind preisgünstig, schlicht und im Juli/August restlos belegt. Die oft malerisch hinter einem Dünenstrand oder in einem Wäldchen am See gelegenen ehemaligen betrieblichen **Ferienheime** wurden renoviert und haben ihre Tore längst auch für Individualreisende geöffnet. Wer keinen Service benötigt, sein eigenes Handtuch mitbringt und seinen Urlaub gerne mit vielen anderen teilt, ist hier goldrichtig.

Auch die Wanderheime und Wasserstationen der **PTTK (Polnische Gesellschaft für Touristik und Landeskunde)** lassen in Bezug auf Komfort und Bequemlichkeit manches missen. Der Standard ist schlicht, die Atmosphäre dafür umso gemütlicher. Dem Polen-Reisenden einmal mehr ein Kingsize-Schlafdomizil anzubieten, ist auch gar nicht das Ansinnen der seit vielen Jahrzehnten im Umweltschutz und Naturtourismus aktiven Organisation, eine der ältesten Touristikvereinigungen in Europa überhaupt. Mit ihren einfachen Berghütten, Wanderheimen, Bootshäusern, Wasserstationen und angeschlossenen Biwakplätzen bietet sie vielmehr polenweit Alpinisten, Fuß- und Wasserwanderern eine preisgünstige Einkehr für die Nacht.



26790 Foto: ki

● **Buchtipps:** „Unterkunft und Mietwagen clever buchen“, erschienen in der Praxis-Reihe des REISE KNOW-HOW Verlags.

Nach einer Tagespaddelreise trifft man am Abend in den PTTK-Stationen auf andere Aktivurlauber, findet schnell Kontakt und tauscht Tipps, Erfahrungen und Erlebnisse aus, weshalb sich diese Unterbringungsmöglichkeit großer Beliebtheit erfreut. Dies bedeutet einmal mehr: Während der Hochsaison im Juli und August ist in den Häusern nur mit viel Glück ein freies Plätzchen zu finden.

Natürlich besteht bei allen PTTK-Stationen die Gelegenheit, gegen eine geringe Gebühr sein **Zelt** auf dem Gelände aufzuschlagen und die sanitären Einrichtungen mitzubeneutzen. Wer jedoch auf ein festes Dach über dem Kopf nicht verzichten möchte, dem sei empfohlen, seinen Paddelurlaub rechtzeitig zu buchen.

● **PTTK** (Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze, ul. Senatorska 11, 00-075 Warszawa, Tel. (022) 8262251, Fax 8262505, www.pttk.pl.

Privatzimmer

Vom großen Kurort am Ostseestrand bis zum entlegendsten Weiler im Seenland werden fast überall Privatzimmer angeboten. Sie kosten nicht viel (meist zwischen 10 und 15 €), und man hat netten **Kontakt** zu den Gastgebern – vielleicht eine der schönsten Möglichkeiten, das Land wirklich kennenzulernen. Ein Schild „Wolne Poko-

je“ an Häusern und Gartenzäunen weist auf freie Zimmer hin.

Die meisten **Touristeninformationen** unterhalten einen Zimmernachweis und sind gerne bei der Suche behilflich.

Ferien auf dem Bauernhof

Die *agroturystyk* erfreut sich auch in Polen **immer größerer Beliebtheit**, zumal die über zwei Millionen polnischen Bauernhöfe oft sehr klein und damit seit dem EU-Beitritt in der Landwirtschaft kaum noch konkurrenzfähig sind. So bietet die agrotouristische Zimmervermietung ein Zubrot, nicht nur für Landwirte, sondern für alle, die über ein eigenes Häuschen und Grundstück verfügen. Auf über 4000 schätzt man die Zahl der Anbieter in Polen, mehr als 600 von ihnen haben sich in der **Polnischen Föderation für Tourismus auf dem Lande** zusammengeschlossen. Die Vereinigung, die einen Storch auf dem Dach im Zeichen führt, kategorisiert die Zimmerangebote von Standard (7 m²/Zimmer ohne Bad) bis drei Sterne (mindestens 10 m²/Zimmer mit Bad). Die Ausstattung ist vorwiegend einfach und das Essen deftig, wie es sich für eine ordentliche Landwirtschaft gehört. Die Preise liegen im Durchschnitt bei 10 bis 15 € pro Tag und Person.

Auf der **Website** des Verbands kann man sich die Unterkunftsangebote in der gewünschten Region auf Fotos und mit umfassenden Beschreibungen ansehen und sich einen Überblick über Preise und Leistungen verschaffen.

● **Polska Federacja Turystyki Wiejskiej „Gospodarstwa Gościnne“**, ul. Marszałkowska 3/5, Il pietro, 00-624 Warszawa, Tel. (0048) (0)22 8254125, www.agroturystyka.pl.

Camping

Zahlreiche Campingplätze sind in der **Polnischen Föderation für Camping und Caravaning (PFCC)** zusammengeschlossen. Je nach Ausstattung, Bewirtschaftung und Dienstleistungsangebot sind sie nach dem Sternesystem in vier **Kategorien** eingeteilt. Ein Sternchen kennzeichnet Plätze mit Mindeststandard (d.i. Sanitäreanlage, Warmwasserdusche, Stromanschluss), vier Sterne krönen die Plätze mit dem höchsten Komfort.

Die Campingplätze liegen in der Regel am Ortsrand oder auch außerhalb der Ortschaften, meist sehr schön gleich hinter dem Strand, in einem herrlichen Wald oder idyllisch am Seeufer. An der Danziger Bucht und in den Urlaubsorten an den masurischen Seen ist die Auswahl recht groß; im agrarisch geprägten Ermland findet man dagegen bis auf wenige einfache Biwaks keine Camping-Infrastruktur.

Die **Platzausstattung** bewegt sich in einem weiten Spektrum von sehr gepflegt, mit neu errichteten oder ausgezeichnet modernisierten Sanitäreinrichtungen, Shop, Gaststätte und vielfältigem Freizeitangebot bis hin zu Verhältnissen, die kaum noch die Bezeichnung „rumpelig“ verdienen. Wir haben uns bemüht, die schönsten Plätze für Sie zu finden.

Auf vielen Plätzen kann man auch ein kleines **Campinghäuschen** mie-

● **Buchtipps:** „Wohnmobil-Ausrüstung“, „Wohnwagen-Handbuch“ und „Clever reisen mit dem Wohnmobil“, alle erschienen in der Praxis-Reihe des REISE KNOW-HOW Verlags.

ten, oft in Form einer Holz- oder Finnhütte (↗ auch „Unterwegs in Polen/Campingwagen und Wohnmobile“). Über **Restaurants** verfügen dagegen die wenigsten, gelegentlich ist eine Imbissstube und/oder ein überteurer Mini-Markt angeschlossen.

Die **Camping-Saison** auf den großen Anlagen geht von Anfang Mai bis Ende September, manche stark frequentierten Plätze haben bis Mitte Oktober geöffnet, einige wenige sind sogar ganzjährig in Betrieb.

Wildes Kampieren ist nicht erlaubt.

Einmal im Jahr gibt die PFCC ein **Verzeichnis** mit Adressen und Ausstattung von Campingplätzen in Polen heraus. Campingkarte und Reiseführer kann man postalisch anfordern. Außerdem kann man sie über die Webseite des Verbands aufrufen und sich dann über Links zu den einzelnen Plätzen leiten lassen.

● **Polska Federacja Campingu i Caravaningu PFCC**, ul. Grochowska 331, 03-823 Warszawa, Tel./Fax (022) 8106050, www.pfcc.eu (Polnisch/Englisch/Deutsch).

Umfangreiche Informationen rund um Campingplätze in Polen findet man außerdem auf der deutschsprachigen Seite **www.campingpolska.com**. Eine Broschüre mit ausgewählten Cam-



pingplätzen versendet das Polnische Fremdenverkehrsamt „Information“.

Eine schöne Möglichkeit, seine Textilhütte aufzuschlagen, bieten darüber hinaus **Zeltplätze** (*pole namiotowe*) und **Biwakplätze** (*pole biwakowe*). In Größe und Ausstattung sind sie recht unterschiedlich, die Bandbreite reicht von relativ komfortablen Anlagen mit Sanitäreinrichtung und Stromanschluss

bis hin zum umzäunten Wald- und Wiesenplatz mit Plumpsklo und einer einfachen Waschgelegenheit. Manche bieten noch nicht einmal das, sondern die Gemeinde stellt den Urlaubern einfach einen Platz zur Verfügung, wo man kostenfrei sein Zelt oder Vehikel aufstellen kann. Selbstverständlich mit dem Wunsch, dass dort kein Müll hinterlassen wird.

Oft handelt es sich auch um Zeltmöglichkeiten, die Einheimische in der Sommersaison auf ihren **Privatgrundstücken** bereitstellen, ausgesprochen preisgünstig, herzlich und familiär, und geduscht wird im Haus der Gastgeber. Für Caravan sind diese natürlich nicht geeignet, manche von ihnen besitzen gar keine Straßenzufahrt.

Jugendherbergen

Neben den ganzjährig geöffneten Jugendherbergen findet man in den Monaten Juli und August zahlreiche **Saison-Jugendherbergen**. Sie sind meistens in Schulen eingerichtet, bieten dementsprechend in Schlafsälen einfachste Wohnlichkeit, aber immerhin ein Dach über dem Kopf. Sowohl die ganzjährig betriebenen als auch die Saison-Jugendherbergen unterstehen der **Polnischen Gesellschaft für Jugendherbergen (PTSM)**, die Mitglied der internationalen Jugendherbergsföderation ist. Aktuelle **Verzeichnisse** geben heraus:

- **Deutsches Jugendherbergswerk**, Bismarckstraße 8, 32657 Detmold, Tel. (05231) 74010, Fax 740149, www.jugendherberge.de.
- **Österreichischer Jugendherbergverband**, Gonzagagasse 22, 1010 Wien, Tel. (01) 5335353, Fax 53353550, www.oehv.at.
- **Schweizer Jugendherbergen**, Schaffhauserstrasse 14, 8042 Zürich, Tel. (044) 3601414, Fax 3601460, www.youthhostel.ch.
- **Polskiego Towarzystwo Schronisk Młodzieżowych (PTSM)**, ul. Chocimska 14, 00-791 Warszawa, Tel./Fax (022) 8498128, Fax 8498354, www.ptsm.org.pl.

Unterwegs in Polen

Autofahren

Die **Straßenverhältnisse** in Nordpolen sind relativ gut, je nachdem, welche Ansprüche man an asphaltversiegelte Landschaft hat.

Rund 400.000 Straßenkilometer durchziehen das Land, davon waren im Jahr 2009 etwa 800 Kilometer zu **Autobahnen** ausgebaut. Bis zur Fußballeuropameisterschaft 2012 sollen weitere Autobahnkilometer fertiggestellt sein und Danzig im Norden über Łódź und Kattowice mit südlich Tschechien verbinden (A1) sowie in West-Ost-Richtung Frankfurt (Oder)/Świecko über Poznań, Łódź, Warschau mit Weißrussland (A2) und Forst/Olszyna über Breslau und Krakau mit der Ukraine (A4).

Auf den fertiggestellten Autobahn-Teilstücken wird von den Betreibergesellschaften **Maut** erhoben. Sie kann an extra gekennzeichneten Stationen mit Kreditkarte und an allen Stationen bar in Złoty oder Euro entrichtet werden. Die Höhe der Wegegebühr richtet sich nach der Fahrzeugkategorie und der Länge der Strecke.

Ansonsten fährt man auf den **Fernstraßen** kostenlos zwei- oder dreispurig. Sind sie dreispurig, dient die **mittlere Spur zum Überholen**, sowohl für den hin- als auch den rückfließenden Verkehr; und auf jeden Fall ist Weitsicht geboten, denn manche einander entgegenkommenden Raser tragen auf der Mittelspur ihre Machtkämpfe

aus. Um anzuzeigen, dass man weder gedrängt noch geschubst werden möchte und sich an die vorgeschriebene Geschwindigkeit hält, gilt die Gepflogenheit, sich möglichst weit rechts auf dem **Seitenstreifen**, soweit vorhanden, zu halten. Voraussetzung dafür ist, dass die **Linie** nach rechts außen **gestrichelt** und nicht durchgezogen ist.

Besonders unfallträchtige Stellen, sowohl auf Fernstraßen als auch auf Landstraßen und Nebenstrecken, sind als **Schwarzer Punkt (Czarny Punkt)** gekennzeichnet. Rechtzeitig vor der Gefahrenstelle weist ein Schild auf den Czarny Punkt hin.

Streckenweise finden sich tiefe **Spurrillen** auf den Fernstraßen und ebenso auf den **Landstraßen**. Letztere führen, wie der Name schon sagt, über Land von einer Ortschaft zur anderen und entsprechen insofern theoretisch den deutschen Bundesstraßen. Praktisch handelt es sich um schmale Asphaltbänder, oft wunderschöne Alleen, die nur in Ausnahmefällen über eine Randbefestigung oder gar einen Fußgänger- oder Radweg verfügen. Sie werden neben Lastern, Rasern und vernünftigen Autofahrern von Landwirtschaftsmaschinen, Pferdefuhrwerken, Reitern, Radlern, Fußgängern, Kühen und Gänsefamilien bevölkert und verpflichtet darum besonders in der Dämmerung oder Dunkelheit zum vorausschauenden Fahren.

Nebenstrecken sind oft nur einspurig, links und rechts von Bäumen gesäumt und ohne Seitenstreifen, und auch sie werden von allen Verkehrs-

teilnehmern genutzt. Vorsicht ist auf Nebenstrecken darüber hinaus bei Straßenbauarbeiten geboten, die einem ohne Vorwarnung manchmal unmittelbar hinter einer Haarnadelkurve begegnen.

Anstelle von Kreuzungen mit Ampelregelung herrscht häufig **Kreisverkehr**, insbesondere an den Ortseingängen. Vorfahrt haben, wie z.B. in Deutschland auch, die Autos im Kreisverkehr, wer in den Kreis einbiegt, muss warten.

Gleise an Bahnübergängen befinden sich oft nicht zu ebener Erde, weshalb sie grundsätzlich im Schnecken-tempo überfahren werden müssen.

Fußgänger sollten sich besser nicht auf **Zebrastrifen** verlassen, selbst Polizei und Fahrschulen brettern ungebremst darüber hinweg. Und auch dem einen oder anderen Traktoristen, der nach Feierabend mit ein paar Gläschen Wodka intus sein nahezu unbeleuchtetes Vehikel heimwärts kutschiert, sollte man Aufmerksamkeit schenken und sicherheitshalber gemächlich hinter ihm hertuckern, bis er irgendwann abbiegt.

Verkehrsregeln

Es herrschen die internationalen Straßenverkehrsvorschriften. Außerdem ist obligatorisch, auch **tagsüber** mit **Abblendlicht** zu fahren.

Schon beim Genuss geringer Mengen von Alkohol ist das Führen eines Fahrzeugs verboten. Die zulässige Alkoholhöchstmenge beträgt **0,2 Promille**. Das entspricht einem kleinen Glas Bier (0,33 l) oder einem Schop-

Zulässige Höchstgeschwindigkeiten

	Pkw/Motorrad	Pkw m. Anhänger	Lkw
● Geschlossene Ortschaften:	50 km/h	50 km/h	50 km/h
● Landstraße mit einer Fahrbahn:	90 km/h	70 km/h	70 km/h
● Landstraße mit zwei Fahrbahnen:	100 km/h	80 km/h	80 km/h
● Schnellstraße mit einer Fahrbahn:	100 km/h	80 km/h	80 km/h
● Schnellstraße mit zwei Fahrbahnen:	110 km/h	80 km/h	80 km/h
● Autobahnen:	130 km/h	80 km/h	80 km/h

pen Wein (0,2 l). Auch geringfügige Überschreitungen werden geahndet und können hohe Geldstrafen oder sogar eine Freiheitsstrafe nach sich ziehen.

Es besteht **Anschnallpflicht** und **Telefonierverbot** ohne Freisprechanlage während der Fahrt.

Straßenkarten

Zwei empfehlenswerte Karten sind im world mapping project bei REISE KNOW-HOW erschienen: „**Polen**“ im Maßstab 1:850.000 und „**Nordpolen**“ im Maßstab 1:350.000.

Tankstellen

Tankstellen gibt es **flächendeckend**. Sie verteilen sich über das Land in durchschnittlichen Entfernungen zwischen 20 und 50 Kilometern und werden von den bekannten internationalen Mineralölkonzernen, vom polnischen Tankstellenriesen PKN Orlen sowie einigen freien Tankstellen betrieben. In der Regel sind sie werktags von 6 bis 22 Uhr geöffnet, an Sonn- und Feiertagen von 7 bis 18 Uhr, an Haupt- und Fernstraßen sowie in größeren Städten rund um die Uhr. Gängige **Kreditkarten** werden nur in

Ausnahmefällen nicht akzeptiert. Das Benzin **kostet** pro Liter umgerechnet etwa 10 bis 20 Cent weniger als in Deutschland.

Bezeichnung der Treibstoffe an den Tankstellen (bleifreies Benzin ist mit einem durchgestrichenen „Pb“ markiert):

- **98E**: Europlus, bleifrei, Oktanzahl 98
- **95E**: Eurosuper, bleifrei, Oktanzahl 95
- **95U**: Uniwersalna, bleifrei für Autos ohne Kat, Oktanzahl 95
- **ON**: Diesel
- **LPG**: Autogaz, Autogaz

Panne

Bei Autopannen hilft der **Polnische Motorverband PZM** (Polski Związek Motorowy) unter der Rufnummer 981. Weitere Informationen sowie Rufnummern deutscher, österreichischer und schweizer Automobilclubs ☞ „Notfälle“.

Unfall

Sollte es einmal gerumst haben: In jedem Fall sind die in einen Autounfall verwickelten Kraftfahrer verpflichtet, den Unfallort ordnungsgemäß **abzusichern** und das Eintreffen der Polizei abzuwarten (**Polizeiruf 997, Unfallrettung 999**). Notarztwagen heißt auf Polnisch *pogotowie ratunkowe*.



Mietwagen

Viele **internationale Autoverleiher** verfügen über Niederlassungen in Polen. Die Wagen entsprechen dem neuesten technischen Stand und Komfort, und die Mietpreise befinden sich ebenfalls auf internationaler Höhe. Direkt ausleihen kann man an **Flughäfen** und bei den meisten internationalen **Hotelketten**. Ansonsten sind die Receptionen größerer Hotels und die Touristeninformationen beim Automieten behilflich und informieren über die Anbieter vor Ort.

Mit dem Wohnmobil hat man die Unterkunft immer dabei

Wohnwagen und Wohnmobil

Zweifellos eine der schönsten Möglichkeiten, den Nordosten Polens zu erkunden, ist die Reise mit dem eigenen Haus auf vier Rädern. Für Individual-Urlauber bedeutet dies Mobilität und Unabhängigkeit von der Quartiersuche, was besonders während der Hochsaison im Juli und August ein Vorteil sein kann. Auf nordpolnischen Wegen wird man allorts Wagen mit Camping-Anhängern aus Warschau und Breslau, Posen und Krakau begegnen und ebenso Wohnmobilen mit ausländischen Kennzeichen, selten dagegen welchen aus der Region. Die „**Womo-Kultur**“ ist in Nordpolen **noch nicht sehr verbreitet**, weshalb

man auch nicht böse sein darf, wenn ein polnischer Wohnmobilst seine Hand nicht zum internationalen Womo-Gruß hebt und sich stattdessen nur über die netten Touristen wundert.

Wohnmobil-Urlauber dürfen auf Campingplätzen auch keine Hightech-Versorgungsstationen erwarten. Seinen **Wassertank** füllt man gelegentlich noch mit Gießkanne und Plastik-eimer. Auf eine Bitte hin bieten nahezu alle Tankstellen ebenfalls die Möglichkeit, sich mit frischem Leitungswasser zu versorgen.

Auf etwa einem Viertel der Plätze besteht die Möglichkeit zur **Chemie-toiletten-Entsorgung**.

Um sich unnötige Sucherei und lange Fahrwege zu ersparen, empfiehlt sich, eine **Ersatz-Gasflasche** mitzunehmen. **Stromanschlüsse** auf Campingplätzen sind überall vorhanden, und selbst bei den kleinsten, die über keine spezifischen Einrichtungen für Caravans verfügen, stets mit einem **Verlängerungskabel** zu erreichen. Zum wohlausgerichteten, geradlinigen Schlaf können auf dem einen oder anderen Platz **Unterlegkeile** nicht schaden.

Zu Campingplätzen im Allgemeinen ☞ „Unterkunft“.

Öffentliche Verkehrsmittel

Bahn

Im Vergleich mit den Tarifen der Deutschen Bahn sind die Fahrkarten in Polen sehr **preiswert**. Das gut ausgebaute **Streckennetz** wird von den Polnischen Staatsbahnen (PKP) unterhal-

ten. Die PKP unterteilt sich in zwei voneinander unabhängige Unternehmensbereiche: die Fernverkehrsgesellschaft **PKP Intercity**, die die reservierungspflichtigen ECs, ICs, EuroNight-, Express- und TKL-Züge sowie Schnellzugverbindungen betreibt, und die **PKP Przewozy Regionalne** (PKP PR) für Personenzüge und InterRegios. **Personenzüge** (*pociąg osobowy*) sind vergleichbar mit unseren Bummelzügen, InterRegios verbinden die Ortschaften im Regionalverkehr. **Schnellzüge** (*pociąg pospieszny*) halten in mittleren Städten, **Expresszüge** in Großstädten und **Intercitys** nur am Zielort. **TLK-Züge** sind spezielle Low-Cost-Schnellzüge im Fernverkehr, mit denen man um die 40 Prozent günstiger fährt.

Die Mitnahme von **Fahrrädern** innerhalb Polens ist nach dem Kauf eines Fahrradtickets in folgenden Zügen möglich:

- In Zügen, die einen **geeigneten Wagen** führen (in Fahrplan und Kursbuch mit einem **Fahrradpiktogramm** gekennzeichnet).
- In Zügen mit einem Abteil für **Reisende mit größerem Handgepäck** (mit „E“ gekennzeichnet).
- In allen anderen Zügen jeweils im **Vorraum des ersten und des letzten Waggons**, sofern keine Fahrgäste behindert werden und der Drahtesel beaufsichtigt bleibt.
- Einige EC/IC, Express- und TKL-Züge führen einen **Großraumwagen** mit speziellen **Griffen** für die Befestigung von Rädern mit.

Eine Fahrradplatzreservierung im polnischen Binnenverkehr ist nicht möglich; für grenzüberschreitende Züge wird sie dagegen erbeten. Der **Tickettarif** für die einmalige Radbeförde-

rung beträgt 5 Złoty unabhängig von der Entfernung. Für IC- und Expresszüge gilt ein entfernungsunabhängiger Pauschaltarif von 9 Złoty.

Für Wochenendreisende bieten die Polnischen Staatsbahnen für 30 Złoty (Personenzüge) oder 60 Złoty (Personen- und Schnellzüge) das **Bilet turystyczny** (Touristenfahrkarte). Es gilt von freitags 18 Uhr bis montags 6 Uhr für eine unbegrenzte Anzahl von Fahrten mit Zügen der PKP PR.

Ein ähnliches Angebot für IC, TLK- und Expresszüge (außer Berlin – Warschau) bietet das **Bilet weekendowy** (Wochenendticket). Für 119 Złoty (2. Klasse) bzw. 199 Złoty (1. Klasse) fährt man damit ab Freitag 19 Uhr bis Sonntag 24 Uhr, so viel man möchte.

Das **Bilet tygodniowy** (Wochenfahrkarte) der PKP PR zu 120 Złoty berechtigt zu einer unbegrenzten Anzahl von Fahrten in Personen- und Schnellzügen an sieben aufeinanderfolgenden Tagen.

In allen Zügen der PKP reist man auf allen Strecken für sieben Tage mit dem **Bilet sieciowy** (Netzfahrkarte). Es kostet 400 Złoty (2. Klasse) bzw. 560 Złoty (1. Klasse), die Platzreservierung ist inbegriffen. Die Netzfahrkarte kann man auch für vier Wochen, drei Monate, sechs Monate oder ein ganzes Jahr erwerben.

Ein besonderer Spaß zur Sommerzeit sind Ausflugsfahrten mit den teils noch von Dampfloks betriebenen alten **Schmalspurbahnen**. Sie unterstehen den PKP und werden von den örtlichen Staatsbahndirektionen verwaltet. Auf Ausflüge mit den schnaufen-

den Schmalspurgesellen machen wir jeweils in den einzelnen Kapiteln der Reisebeschreibung aufmerksam.

Die aktuellen **Fahrpläne** findet man im Internet unter www.pr.pkp.pl für den Regionalverkehr und www.intercity.pl für den Fernverkehr.

Ausführliche Informationen (kein Ticketverkauf, keine Reservierungen) erhält man unter folgender Adresse:

● **Polnische Staatsbahnen (PKP)**, Panoramastraße 1, 10178 Berlin, Tel. (030) 2472 9998, Fax 24729999, www.pkp-berlin.de, pkpgv@pkp-berlin.de.

Bus

Busse des ehemals **Staatlichen Autoverkehrs** (PKS) verbinden Orte im Nah- und im Fernverkehr. Auskunft und Tickets erhält man an den Busbahnhöfen (*dworzec PKS*), die sich gewöhnlich bei den zentralen Eisenbahnstationen befinden, sowie in Reisebüros oder auch beim Busfahrer, sofern noch freie Plätze im Bus vorhanden sind.

Die **Überlandbusse** verkehren auf Normalstrecken (*autobusy zwykłe*) mit Stopp in jedem Ort sowie auf Schnellverkehrslinien (*autobusy pospieszne*), die auf den Abfahrtstafeln rot gekennzeichnet sind. Kinder bis vier Jahre ohne eigenen Sitzplatz fahren gratis, Kinder zwischen vier und zehn Jahre zahlen die Hälfte.

Weitere reguläre Buslinien des PKS verkehren von **Dorf zu Dörfchen**. Die Haltestellen sind mit blauen Schildern gekennzeichnet, auf denen schwarz auf weiß ein Bussymbol und das gelbe Logo des PKS prangen.

Städtische Verkehrsmittel sind Straßenbahnen, Omnibusse und Trolleybusse. Fahrkarten erhält man an Zeitungskiosken und in einigen Läden (*bilet na autobus, bilet na tramwaj*).

Fahrpläne (*rozkład jazdy*) lassen sich für die größeren Städte online unter [www.pks.\[Stadtname\].pl](http://www.pks.[Stadtname].pl) abrufen, z.B. für Danzig unter www.pks.gdansk.pl, für Elbląg unter www.pks.elblag.pl und für Olsztyn unter www.pks.olsztyn.pl.

Taxi

Ein bequemes und im Vergleich zu Deutschland **relativ preiswertes** Fortbewegungsmittel sind Taxis. Die Tarife schwanken von Stadt zu Stadt und sind auch zwischen den einzelnen innerstädtischen Fuhrunternehmen unterschiedlich. Als seriös gelten die **Funktaxen**, die man üblicherweise per Telefon bestellt, in zahlreichen Städten unter der **Nummer 919**. Im Regelfall sind die Telefonnummern auch in der Tagespresse oder im Informationsblatt der örtlichen Touristinformation inseriert.

Bei **Privattaxen**, die keinerlei Korporation oder Kooperative angehören, heißt es darauf zu achten, dass der Taxameter eingeschaltet wird. Um Missverständnissen vorzubeugen, empfiehlt es sich außerdem, vor der Fahrt den zu erwartenden Preis mit dem Taxichauffeur abzusprechen. Auch sollte man darauf achten, dass die Tarife auf der Beifahrerseite ausgehängt sind.

In der Nacht zwischen 23 und 5 Uhr sowie sonn- und feiertags wird ein **Zuschlag** erhoben.

Fahrrad

In Polen ist das Fahrrad als Fortbewegungsmittel noch zu keinen besonderen Ehren gekommen. In größeren Städten wird man nur wenige Menschen antreffen, die ihre Gänge per Veloziped verrichten. Zumal es recht abenteuerlich sein kann, als schwächstes Glied in der Kette durch den brausenden Straßenverkehr zu strampeln. Separate **Radwege** sind so gut wie unbekannt, sowohl in den Städten als auch zur Seite der Landstraßen.

An **Radwanderwegen** und -ausflugsvorschlägen herrscht dagegen speziell in den touristischen Regionen kein Mangel, und Jahr für Jahr kommen neue dazu. Sie sind meist gut gekennzeichnet, allerdings bestehen sie teils aus holprigen Waldwegen, uralten Kopfsteinpflastern und staubigen Sandpisten, die besonders Pedalrittern mit viel Gepäck manches abfordern. Dort, wo wieder gnädig glatter Asphaltbelag herrscht, muss man ihn mit allen anderen Verkehrsteilnehmern teilen. Vorsicht ist da vor allem vor den dahindonnernden **Lastwagen** geboten! Und auch die Autofahrer in Polen nehmen leider keine besondere Rücksicht auf Radler.

Neben dem Internationalen Ostsee-Radfernweg von Świnoujście (Swinemünde) auf der Insel Usedom nach Danzig führt außerdem der **Internationale Radfernweg R1** durch das nördliche Polen. Bei Küstrin-Kietz/Kostrzyn an der Oder überquert er die deutsch-polnische Grenze, durchquert Nordwestpolen und erreicht über



Chełmo, Elbląg und Braniewo nach 675 Kilometern die polnisch-russische Grenze zur Enklave Kaliningrad.

Die Mitnahme des Velozipeds auf **Pendelfähren** über Flüsse und Seen ist unproblematisch. Für den Transport in **Überlandbussen** existiert keine verbindliche Regelung, manchmal hängt er nur vom freundlichen Nachfragen und vielleicht einem ebenso freundlichen Trinkgeld ab. (Zur Fahrradmit-

nahme in Zügen ⚡ „Öffentliche Verkehrsmittel/Bahn“.)

Fahrrad-Verleihe finden sich in nahezu allen größeren touristischen Ortschaften. Die Adressen der Anbieter vor Ort halten die Touristeninformationen parat. Darüber hinaus verleihen auch die meisten größeren Hotels und Pensionen Drahtesel.

Infos zum Radwandern in Polen erteilen folgende Organisationen:

- **Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club ADFC**, Postanschrift: Postfach 10 77 47, 28077 Bremen, Hausanschrift: Grünenstraße 120, 28199 Bremen, Tel. (0421) 346290, Fax 3462950, www.adfc.de.
- **Polnischer Radfahrerverband** (Polski Związek Kolarski) PZKoł, ul. Andrzeja 1, 05-800 Pruszków, Tel. 0048 (0) 4303400, Fax 4303401, www.pzkoł.pl.

Radeln in Polen kann ein echtes Abenteuer sein

Zollvorschriften

Seit dem Beitritt Polens zur Europäischen Union am 1. Mai 2004 bestehen für Bürger Deutschlands und Österreichs an der polnischen Grenze **keine Zollkontrollen** mehr. Als EU-Mitgliedstaat ist die Republik Polen Teil des Europäischen Binnenmarkts, an dessen Binnengrenzen keine Einfuhr- und Ausfuhrabgaben wie Zölle, Einfuhrumsatzsteuern oder besondere Verbrauchsteuern erhoben werden. Sämtliche Waren dürfen im EU-Binnenraum unbegrenzt ein- und ausgeführt werden, sofern sie dem Eigenbedarf dienen (keine gewerbliche Verwendung), unter Bezahlung aller Steuern und Abgaben gekauft wurden und vom Reisenden selbst eingebracht werden. Als **Richtmengen** für den Eigenbedarf (nicht als Höchstgrenzen) gelten:

- 90 Liter **Wein** (davon max. 60 Liter Schaumwein)
- 110 Liter **Bier**
- 20 Liter **alkoholische Getränke** bis maximal 22 Vol.-%
- 10 Liter **Spirituosen**

Eine Ausnahme bildet die Ausfuhr von **Tabak** aus Polen. Da der polnische Fiskus deutlich weniger hohe Steuern auf Tabakwaren erhebt, ist die zollfreie Ausfuhr auf 800 Zigaretten bzw. 1000 Gramm Tabak pro Person über 18 beschränkt.

Für **Schweizer** gelten die Zollbestimmungen der Europäischen Union; d.h. bei der Einfuhr muss alles über den persönlichen Eigenbedarf hinaus

deklariert werden. Schweizer können bei Rückeinreise in die Schweiz pro Person folgende Mengen zollfrei einführen:

- **Alkohol:** 2 Liter bis 15 Vol.-% und 1 Liter über 15 Vol.-%.
- **Tabakwaren:** 200 Zigaretten oder 50 Zigarren oder 250 g Schnitttabak
- **Sonstiges:** neu angeschaffte Waren für den Privatgebrauch (ausgenommen Lebensmittel) bis zu einem Gesamtwert von 300 sFr.

Für alle gilt: Die Ausfuhr von **Antiquitäten, Kunstwerken und kulturhistorisch wertvollen Objekten**, die vor dem **9. Mai 1945** hergestellt wurden, ist grundsätzlich durch den Denkmalkonservator der betreffenden Woiwodschaft genehmigungspflichtig.

Darüber hinaus gelten in allen EU-Mitgliedstaaten weiterhin nationale Ein-, Aus- oder Durchfuhrbeschränkungen, z.B. für Waffen, starke Medikamente etc. Nähere Informationen:

- **Deutschland:** www.zoll.de, Tel. (0351) 44834510 oder Bundespolizei-Hotline Tel. (01805) 234566.
- **Österreich:** www.bmf.gv.at oder Zentrale Auskunftstelle Zoll, Tel. (01) 51433564053.
- **Schweiz:** www.ezv.admin.ch oder Zollkreisdirektion in Basel, Tel. (061) 2871111.