

Daniel Wiechmann

OUTDOOR
MIKRO
ABENTEUER
Berlin

Mit dem Rad 

Zu Fuß 

Auf dem Wasser 

Mit der Familie 

riva

Inhalt

Einführung **13**

Kleine Abenteuer direkt vor deiner Haustür **14**

Alles, was du über Mikroabenteuer wissen musst **21**

Die wichtigsten Grundsätze **22**

Warum du viel öfter unter freiem Himmel
kampieren solltest **26**

Was du auf Mikroabenteuern tun darfst –
und was nicht **30**





Welche Ausrüstung du brauchst – und welche nicht	35
Deine Packliste für unterwegs	47
Verpflegung für unterwegs gegen Hunger und Durst	49
Allein, zu zweit oder zu ... ? Warum du für deine Mikroabenteuer große Gruppen meiden solltest	51
Wie gefährlich sind Mikroabenteuer?	54
Fordere dich selbst heraus!	55
Mikroabenteuer für Frühling, Sommer, Herbst und Winter	56
Wie Mikroabenteuer dich verändern	58
Online oder offline? Mit oder ohne Smartphone ins Mikroabenteuer?	61
Finde dein persönliches Mikroabenteuer	66

*Frische Ideen
für dein nächstes Mikroabenteuer* 71

Mikroabenteuer zu Fuß 73

Unternimm eine Vollmondwanderung vom Treptower Park durch den Plänterwald und die Wuhlheide (und mache dort eine lange Pause)	74
Übernachte am Libbesickesee	75
Genieße den Sonnenaufgang im Volkspark Prenzlauer Berg	76
Übernachte im Gespensterwald bei Nienhagen	78
Erlebe, wie Hunderte Sternschnuppen auf die Erde regnen	80
Übernachte auf dem Teufelsberg	83
Wandere durch den Urwald in Grumsin	84
Schaue bei einer Übernachtung im Wald einen Horrorfilm	86





Verdiene dir das Geld für dein nächstes Mikroabenteuer auf der Straße	88
Verbringe eine Nacht im Regenunterstand Heidemühle im Erpetal	89
Entdecke Berlin per Zufall	91
Verbringe die Zeit von Sonnenaufgang bis Sonnenuntergang an jeweils vier verschiedenen Orten in Berlin	93
Wandere nur mit Kompass und Karte	95
Mach mit beim Megamarsch über 100 Kilometer	97
Halte in den Morgenstunden nach Venus, Jupiter, Mars und Saturn Ausschau	99
Beobachte Tausende Kraniche im Westhavelland	101
Wandere von allen Endstationen der S-Bahn zum Brandenburger Tor	102
Lerne, einen Hundeschlitten zu fahren	108
10 Orte, die du 50 Kilometer von Berlin entfernt erwandern kannst	109

10 Orte, die du 75 Kilometer von Berlin entfernt erwandern kannst	111
10 Orte, die du 100 Kilometer von Berlin entfernt erwandern kannst	113

Mikroabenteuer mit dem Rad

117



Übernachte auf dem Biwakplatz Mönchwinkel	118
Übernachte am Tonsee	119
Entdecke das untere Odertal	121
Drehe ab Lübben eine Runde durch den Spreewald und die Lieberoser Heide	122
Besuche den nordöstlichsten Zipfel Deutschlands	124
Übernachte in der Geisterstadt Vogelsang	126
Fahre so weit du kannst auf dem Europaradweg	127
Erhole dich auf dem Biwakplatz Göttlin	129
Schlage dein Winter-Biwak auf dem Naturcampingplatz am Springsee auf	130



Erlebe den magischen Sonnenaufgang im Oderbruch	132
Fahre in einer Nacht mit dem Fahrrad nach Hamburg	135
Feiere Silvester auf dem Hagelberg Statte der Alten Ulme in Gülitz einen Besuch ab	136
Verbringe ein Wochenende auf der Kanustation Mirow	138
Übernachte im Wald bei Basdorf	139
Fahre auf dem Havelradweg	141
Entdecke den versunkenen Wald im Müritz-Nationalpark	143
Fahre auf der <i>Stillen Pauline</i>	145
10 Orte, die du mit dem Rad in 5 Stunden von Berlin aus erreichen kannst	147
10 Orte, die du mit dem Rad in 10 Stunden von Berlin aus erreichen kannst	148
10 Orte, die du mit dem Rad in 15 Stunden von Berlin aus erreichen kannst	150
	151

Mikroabenteuer auf und im Wasser 155

Erkunde mit dem Kanu die Alte Spree	156
Mache dich an die große Potsdam-Umfahrt	157
Begib dich mit dem SUP auf Sightseeing- tour	160
Bade im Stechlinsee	162
Wandere auf der zugefrorenen Müritz	164
Durchschwimme den Stienitzsee	166
Fahre mit dem Kanu auf der Dahme	167



Mikroabenteuer mit der Familie

171



Entdecke die Artenvielfalt im Teufelsbruch	172
Erlebe die Hirschbrunft in der Schorfheide	173
Übernachte in einem Schlafstrandkorb	175
Übernachte in einem Heuhotel	176
Koche mit deinen Kindern einen Tee aus frisch gepflückten Kräutern	178
Wandere barfuß	179
Besuche die Dicke Marie	181
Geh mit einem Esel (oder einem Alpaka) wandern	183
Verbringe einen Tag mit den Schafen im Schlosspark Charlottenburg	184
Unternehm eine Mundraub-Tour durch Berlin	186
Bildnachweis	189