

Daniel Wiechmann

OUTDOOR
MIKRO
ABENTEUER
Hamburg

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!	56
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

Wandere durch die Lüneburger Heide 74

Wandere auf dem Heidschnuckenweg
durch die Fischbeker Heide 75

Unternimm eine Vollmondwanderung
im Sachsenwald (und mache dort eine
lange Pause) 77

Wandere zum Falkensteiner Ufer 79

Wandere von allen Endstationen der Hamburger
S-Bahn zum Rathausmarkt 81

Erlebe, wie Hunderte Sternschnuppen auf
die Erde regnen 85

Verbringe ein Wochenende auf der Elbinsel
Lühesand 88

Wandere zum Ursprung der Alster 89



Übernachte auf dem Hasselbrack	91
Schaue bei einer Übernachtung im Wald einen Horrorfilm	93
Verdiene dir das Geld für dein nächstes Mikroabenteuer auf der Straße	94
Genieße den Sonnenaufgang auf dem Dockland	96
Entdecke Hamburg per Zufall	97



Verbringe die Zeit von Sonnenaufgang bis Sonnenuntergang an ein und demselbem Ort in Hamburg	100
Entdecke die Artenvielfalt im Schnaakenmoor	103
Wandere nur mit Kompass und Karte	104
Laufe zu Fuß zur Insel Neuwerk	106
Mach mit beim Megamarsch über 100 Kilometer	107
Halte in den Morgenstunden nach Venus, Jupiter, Mars und Saturn Ausschau	109

10 Orte, die du 50 Kilometer von Hamburg entfernt erwandern kannst	111
10 Orte, die du 75 Kilometer von Hamburg entfernt erwandern kannst	114
10 Orte, die du 100 Kilometer von Hamburg entfernt erwandern kannst	116
Wandere durch den Segeberger Forst	119

Mikroabenteuer mit dem Rad 121



Übernachte auf dem Wildcampingplatz in der Segeberger Heide	122
Erlebe den magischen Sonnenaufgang am Totengrund	123
Fahre zur Elbmündung nach Friedrichskoog	124
Fahre zum Timmendorfer Strand	126
Fahre in einer Nacht nach Berlin bis zum Brandenburger Tor	128
Entdecke den wilden Rosenhagener Strand bei Travemünde	130



Feiere Silvester auf dem Bungsberg	131
Fahre ins Mecklenburgische Elbetal	133
Übernachte im Gespensterwald bei Nienhagen	134
Verliere dich in der Duhner Heide	136
Statte der 800 Jahre alten Flintbeker Eibe einen Besuch ab	138
10 Orte, die du mit dem Rad in 5 Stunden von Hamburg aus erreichen kannst	140
10 Orte, die du mit dem Rad in 10 Stunden von Hamburg aus erreichen kannst	143
10 Orte, die du mit dem Rad in 15 Stunden von Hamburg aus erreichen kannst	145

Mikroabenteuer auf und im Wasser 147

Erkunde mit dem Boot die Alster	148
Erkunde mit dem SUP die Hafencity und die Speicherstadt	149



Bade im Schöhsee	151
Wandere auf dem zugefrorenen Selenter See	153
Durchschwimme den Bistensee	154
Fahre mit dem Kanu auf der Treene	156
Erkunde die Bille und umrunde die Billerhuder Insel	158
Fahre auf der Gose-Elbe	159
Fahre mit dem SUP auf der oberen Alster bis in die Innenstadt	161

Mikroabenteuer mit der Familie

163



Erlebe die Hirschbrunft im Duvenstedter Brook	164
Übernachte in einem Schlafstrandkorb	165
Übernachte in einem Heuhotel	166
Unternimm eine Wattwanderung	168
Erlebe Wüstenfeeling in der Boberger Niederung	170
Koche mit deinen Kindern einen Tee aus frisch gepflückten Kräutern	171
Wandere barfuß	174
Geh mit einem Esel (oder einem Alpaka) wandern	176
Wandere durch das Stellmoor	177
Entkussle die Lüneburger Heide	178
Verbringe einen Tag mit den Schafen auf dem Elbdeich	179
Wandere auf dem Wandsewanderweg	181
Unternimm eine Mundraub-Tour durch Hamburg	182
Bildnachweis	185