

Pollenranking Europa 2026

Gräserpollen-Belastung von 245 europäischen Reiseregionen im Vergleich (Mai bis August, Ø in grains/m³). Grün markierte Ränge zeigen die zehn pollenärmsten, rot markierte die zehn pollenreichsten Regionen.

Rang	Region	Land	Pollenwert (grains/m ³)
1	Färöer	Färöer	0,1000
2	Nordnorwegen	Norwegen	0,6000
3	Ostisland	Island	0,7000
4	Malta & Gozo	Malta	0,9750
5	Famagusta	Zypern	1,0000
6	Region Reykjavik	Island	1,1000
6	Paphos	Zypern	1,1000
8	Madeira	Portugal	1,4000
9	Dodekanes	Griechenland	1,4500
10	Südisland	Island	1,5000
11	Cornwall	Vereinigtes Königreich	1,6000
12	Türkische Schwarzmeerküste	Türkei	1,8000
13	Trøndelag	Norwegen	1,9000
14	Nordisland	Island	1,9500
15	Isle of Skye	Vereinigtes Königreich	2,1000
16	Balearen	Spanien	2,2600
17	Fjordnorwegen	Norwegen	2,3333
18	Kykladen	Griechenland	2,3600
19	Türkische Riviera	Türkei	2,5000
20	Ionische Inseln	Griechenland	2,7000
20	Limassol	Zypern	2,7000
22	Aberdeenshire	Vereinigtes Königreich	2,8000
23	Larnaka	Zypern	3,0000
23	Nordägäische Inseln	Griechenland	3,0000
23	Nikosia	Zypern	3,0000
26	Kalabrien	Italien	3,1000
27	Kreta	Griechenland	3,3000
28	Zentralmakedonien	Griechenland	3,4000
29	Sizilien	Italien	3,4333

Rang	Region	Land	Pollenwert (grains/m ³)
30	Nordsee	Deutschland	3,5000
31	Westlitauen	Litauen	3,8000
31	Valencia	Spanien	3,8000
33	Marmara-Region	Türkei	3,9000
34	Ligurien	Italien	4,0000
35	Türkische Ägäis	Türkei	4,0400
36	Eigentliches Finnland	Finnland	4,1000
36	Gotland	Schweden	4,1000
38	Schottische Highlands	Vereinigtes Königreich	4,1333
39	Attika	Griechenland	4,1500
40	Finnisch-Lappland	Finnland	4,2000
41	Südwestirland	Irland	4,2333
42	Region Riga	Lettland	4,3000
43	Kantabrien	Spanien	4,5000
44	Fife	Vereinigtes Königreich	4,6000
44	Thessalien	Griechenland	4,6000
44	Pirkanmaa	Finnland	4,6000
44	Uusimaa	Finnland	4,6000
48	Ostnorwegen	Norwegen	4,8000
49	Region Glasgow	Vereinigtes Königreich	5,0000
50	Katalonien	Spanien	5,0250
51	Baskenland	Spanien	5,0500
52	Kampanien	Italien	5,0857
53	Hovedstaden	Dänemark	5,2000
54	Bulgarische Schwarzmeerküste	Bulgarien	5,2333
55	Mittelgriechenland	Griechenland	5,3000
56	Peloponnes	Griechenland	5,3200
57	Westirland	Irland	5,4500
58	Saimaa-Seengebiet	Finnland	5,6000
58	Sardinien	Italien	5,6000
60	Schwedisch-Lappland	Schweden	5,6500
61	Nordwestirland	Irland	5,7000
61	Rumänische Schwarzmeerküste	Rumänien	5,7000
63	Apulien	Italien	5,7250

Rang	Region	Land	Pollenwert (grains/m ³)
64	Côte d'Azur	Frankreich	5,7500
65	Zentralanatolien	Türkei	5,9000
65	Nordestland	Estland	5,9000
67	Region Oslo	Norwegen	6,0000
68	Nordland	Norwegen	6,1333
69	Budva-Riviera	Montenegro	6,2000
69	Region Edinburgh	Vereinigtes Königreich	6,2000
69	Region Sarajevo	Bosnien und Herzegowina	6,2000
72	Region Stockholm	Schweden	6,4000
72	Region Dublin	Irland	6,4000
74	Epirus	Griechenland	6,5000
75	Siebenbürgen	Rumänien	6,6400
76	Monaco	Monaco	6,8000
76	Vidzeme	Lettland	6,8000
78	Pirin-Gebirge	Bulgarien	6,9000
79	Mitteljütland	Dänemark	7,0000
80	Westschweden	Schweden	7,1000
81	Korsika	Frankreich	7,1750
82	Nordösterbotten	Finnland	7,2000
82	Galicien	Spanien	7,2000
82	Asturien	Spanien	7,2000
85	Nordjütland	Dänemark	7,2500
86	Nordirland	Vereinigtes Königreich	7,3000
86	Kappadokien	Türkei	7,3000
88	Region Lissabon	Portugal	7,3333
89	Zentralportugal	Portugal	7,3400
90	Bretagne	Frankreich	7,3500
91	Lika-Senj	Kroatien	7,5000
92	Region Vilnius	Litauen	7,5500
93	Lake District	Vereinigtes Königreich	7,7000
93	Wales	Vereinigtes Königreich	7,7000
95	Kvarner	Kroatien	7,9500
96	Wallis	Schweiz	8,0000
97	Andorra	Andorra	8,2000

Rang	Region	Land	Pollenwert (grains/m ³)
98	Plattensee	Ungarn	8,3000
98	Småland	Schweden	8,3000
100	Seeland	Dänemark	8,5000
100	Nordungarn	Ungarn	8,5000
100	Region Hamburg	Deutschland	8,5000
103	Region Berlin	Deutschland	8,6000
104	Slowenisches Istrien	Slowenien	8,7000
105	Banat	Rumänien	8,8000
106	Friaul-Julisch Venetien	Italien	8,9000
107	Mittellitauen	Litauen	9,0000
108	Region Belgrad	Serbien	9,2000
109	Albanische Riviera	Albanien	9,3000
109	North East England	Vereinigtes Königreich	9,3000
111	Westestland	Estland	9,4000
111	Bucht von Kotor	Montenegro	9,4000
111	Südostirland	Irland	9,4000
114	Mittelungarn	Ungarn	9,5000
114	Region Potsdam	Deutschland	9,5000
116	Dalmatien	Kroatien	9,7500
117	Ohridsee	Nordmazedonien	9,8000
118	Harz	Deutschland	9,8500
119	Tessin	Schweiz	9,9000
119	Vojvodina	Serbien	9,9000
121	Nordholland	Niederlande	10,1500
122	Schonen	Schweden	10,3000
122	Große Ungarische Tiefebene	Ungarn	10,3000
124	Pommern	Polen	10,4667
125	Dresden Elbland	Deutschland	10,5000
125	Region Bukarest	Rumänien	10,5000
127	Süd holland	Niederlande	10,5333
128	Region Chişinău	Moldau	10,6000
129	Oberkrain	Slowenien	10,7000
129	Mecklenburg-Schwerin	Deutschland	10,7000
131	Süddänemark	Dänemark	10,9000

Rang	Region	Land	Pollenwert (grains/m ³)
131	Ostslowakei	Slowakei	10,9000
133	Greater London	Vereinigtes Königreich	11,0000
133	Normandie	Frankreich	11,0000
135	Aragonien	Spanien	11,1000
135	Südtransdanubien	Ungarn	11,1000
137	Istrien	Kroatien	11,1500
138	Wien	Österreich	11,3000
139	Provence	Frankreich	11,5000
140	Region Prag	Tschechien	11,7000
140	Region Leipzig	Deutschland	11,7000
142	Navarra	Spanien	11,9000
142	Südbulgarien	Bulgarien	11,9000
144	Westböhmen	Tschechien	11,9667
145	Ostsee	Deutschland	12,0667
146	Erfurt-Weimar	Deutschland	12,2000
146	Westslowakei	Slowakei	12,2000
148	North West England	Vereinigtes Königreich	12,2667
149	Zentralbulgarien	Bulgarien	12,5000
150	Region Stuttgart	Deutschland	12,6000
151	Rhein-Main	Deutschland	12,8000
152	Schwarzwald	Deutschland	12,9500
153	Westtransdanubien	Ungarn	13,0000
154	Norte	Portugal	13,0667
155	Südalbanien	Albanien	13,2000
155	Nordbrabant	Niederlande	13,2000
157	Yorkshire	Vereinigtes Königreich	13,2333
158	Südserbien	Serbien	13,3000
158	Region Brüssel	Belgien	13,3000
160	Herzegowina	Bosnien und Herzegowina	13,4000
161	Franken	Deutschland	13,4250
162	Zentralmontenegro	Montenegro	13,5000
163	Toskana	Italien	13,5667
164	Rheinland	Deutschland	13,6000
165	Region Skopje	Nordmazedonien	13,7000

Rang	Region	Land	Pollenwert (grains/m ³)
165	Rhein-Neckar	Deutschland	13,7000
167	Region Hannover	Deutschland	13,8000
168	Mittelalbanien	Albanien	13,8500
169	Region Madrid	Spanien	13,9000
170	Flandern	Belgien	13,9200
171	Oberlausitz	Deutschland	14,0000
171	Provinz Utrecht	Niederlande	14,0000
173	Île-de-France	Frankreich	14,2500
174	Zentralslowenien	Slowenien	14,3000
174	Untersteiermark	Slowenien	14,3000
176	Umbrien	Italien	14,3333
176	Mosel	Deutschland	14,3333
178	Region Sofia	Bulgarien	14,4000
179	Oberbayern	Deutschland	14,5333
180	Oberösterreich	Österreich	14,6000
180	Vatikanstadt	Vatikanstadt	14,6000
180	Latium	Italien	14,6000
183	Andalusien	Spanien	14,7000
184	Südböhmen	Tschechien	14,9000
184	Republika Srpska	Bosnien und Herzegowina	14,9000
186	Graubünden	Schweiz	15,0000
186	Hauts-de-France	Frankreich	15,0000
188	Niederösterreich	Österreich	15,1000
189	Okzitanien	Frankreich	15,1400
190	Kleinpolen	Polen	15,1667
191	Steiermark	Österreich	15,5000
192	Bremen	Deutschland	15,6000
193	Piemont	Italien	15,6500
194	Südestland	Estland	15,7000
195	Wallonien	Belgien	15,8667
196	Luxemburg	Luxemburg	15,9000
197	Limburg	Niederlande	16,0000
197	Niederschlesien	Polen	16,0000
199	Masowien	Polen	16,1000

Rang	Region	Land	Pollenwert (grains/m ³)
200	South East England	Vereinigtes Königreich	16,5000
201	Basilikata	Italien	16,6000
201	Mittelböhmen	Tschechien	16,6000
203	Nouvelle-Aquitaine	Frankreich	16,6500
204	Kastilien und León	Spanien	16,8750
205	Allgäu	Deutschland	17,1000
206	Oberpfalz	Deutschland	17,4000
207	Mähren	Tschechien	17,5000
207	South West England	Vereinigtes Königreich	17,5000
209	Kujawien-Pommern	Polen	17,9000
209	Emilia-Romagna	Italien	17,9000
211	Tirol	Österreich	17,9667
212	Zentralkroatien	Kroatien	18,0000
213	Bodensee	Deutschland	18,2000
214	Auvergne-Rhône-Alpes	Frankreich	18,3500
215	Region Zürich	Schweiz	18,4000
215	Marken	Italien	18,4000
217	Elsass	Frankreich	18,5000
218	Berner Oberland	Schweiz	18,5600
219	Großpolen	Polen	18,7000
220	San Marino	San Marino	18,8000
221	Vorarlberg	Österreich	19,0000
222	Kastilien-La Mancha	Spanien	19,0500
223	Pays de la Loire	Frankreich	19,5000
224	Overijssel	Niederlande	19,9000
225	West Midlands	Vereinigtes Königreich	20,0000
226	Kärnten	Österreich	20,0500
227	Champagne	Frankreich	20,1000
228	Lombardei	Italien	21,1833
229	Venetien	Italien	21,4750
230	Liechtenstein	Liechtenstein	21,5000
231	Genferseeregion	Schweiz	21,9250
232	Region Basel	Schweiz	22,1000
233	Cotswolds	Vereinigtes Königreich	22,7000

Rang	Region	Land	Pollenwert (grains/m ³)
234	Provinz Groningen	Niederlande	22,8000
235	East of England	Vereinigtes Königreich	22,9000
236	Algarve	Portugal	23,1750
237	Salzburger Land	Österreich	23,2000
238	Ostschweiz	Schweiz	23,7500
239	Zentralschweiz	Schweiz	26,6000
240	Burgund	Frankreich	26,7000
241	Woiwodschaft Lublin	Polen	28,4000
242	Espace Mittelland	Schweiz	29,6000
243	Loire-Tal	Frankreich	30,5000
244	Extremadura	Spanien	34,8000
245	Alentejo	Portugal	54,9000

Datenanalyse: Copernicus Atmosphere Monitoring Service (CAMS), Zeitraum 1. Mai bis 31. August 2025, ausgewertet von den Kolleg:innen von Fit Reisen. Regionenwerte sind Durchschnitte aller zugehörigen Messorte.