Pobaltské štáty

- krajiny ostrovov, jazier, lesov a močiarov,
- podnebie mierne, s dostatkom zrážok,
- rieky krátke, vodnaté,
- na podzolových pôdach krmoviny, zemiaky, raž, ovos, ľan,
- chov dobytka, ošípaných, hydiny a rybolov,
- najmä strojársky priemysel (elektronika, elektrotechnika, obrábacie stroje, dopravné prostriedky)
 - + potravinársky, textilný a drevospracujúci spracováva domáce suroviny,
- samostatné od r. 1991,
- sú členom EÚ od 1.5.2004.
- východné pobrežie baltského mora

Litva

- hlavné mesto: Vilnius,
- 81% obyvateľstva tvoria Litovci a asi 8,5 % Rusi,
- katolíkov je 80 % obyvateľov,
- významný je rybolov,
- ťaží sa tu hlavne stavebný materiál a jantár,
- sú na 1. mieste vo výrobe elektriny z jadrových elektrární v Európe,
- prístav Klajpeda stavba lodí, spracovanie rýb a jantáru,
- najvyšší bod (Juozapine) dosahuje 294 m.n.m.

Lotyšsko

- hlavné mesto: Riga,
- 54,5 % obyvateľov sú Lotyši a 32 % Rusi,
- k evanjelikom sa hlási 44 % a k pravoslávnym 33 %,
- zaznamenali úbytok obyvateľov,
- Lotyšsko je známe množstvom riek a má asi 3000 jazier,
- ťaží sa tu rašelina.
- hlavným zdrojom energie sú vodné elektrárne (70 %),
- v meste Liepaja je jediný hutnícky závod na Pobaltí,
- väčšina územia nedosahuje ani nadmorskú výšku 100 m.n.m.

Estónsko

- hlavné mesto: Tallin,
- 63,5 % obyvateľov sú Estónci a 28,5 % Rusi,
- evanjelici tvoria 60 % a pravoslávny 35 % obyvateľstva,
- známa je ťažba horľavých bridlíc,
- malo najvýkonnejšiu ekonomiku zo všetkých bývalých krajín ZSSR,
- 90 % elektrární sú tepelné elektrárne,
- priemysel hlavne chemický
 - + drevospracujúci (nábytok, lyže, sane), papierenský,
- rovinatý povrch do 100 m.n.m. močiare, rašeliniská, jazerá,
- patrí im 1 520 ostrovov v Rižskom zálive a Baltskom mori.