



ROUTE 1: Spreewald

Verwünschenes Auenland

Kein Windhauch kräuselt das Wasser. Nur manchmal blinzelt die Sonne durch das dichte Erlen- und Buchenlaub, das wie ein natürliches Dach den Rest der Welt ausschließt. In schummrigem Grün paddeln wir durch eine ganz eigene, ganz stille Welt. Das Biosphärenreservat Spreewald ist einzigartig: Ein Labyrinth aus mehr als 1500 Kilometer langen kleinen Kanälen, die hier „Fließe“ genannt werden, durchzieht Wiesen, Äcker und Wald. Gut 270 Kilometer davon sind mit dem Kanu befahrbar – perfekt, um auf einer Rundtour in die Natur einzutauchen. Von Lübben über Lübbenau mit seinem klassizistischen Schloss geht es durch das sanfte Grün der Auenwälder zum urigen Museumsdorf Lehde, das schon Theodor Fontane als „liebliche Lagunenstadt im Taschenformat“ beschrieb. Hier ist die älteste Kahnbauerei zu besichtigen (www.spreewald-lehde.de). Vorbei an voll besetzten Spreewaldkähnen paddeln wir weiter nach Burg, genießen dort Wellness mit Spreewaldalgen (www.spreewald-therme.de) – und ergattern zum Schluss ein köstliches Souvenir: In der Kräutermanufaktur können Gäste eigenen Senf oder Würzöl mit regionalen Kräutern herstellen (www.spreewald-kraeuter-manufaktur.de).

INFOS: Rundtour Lübben – Lübbenau – Lehde – Burg – Lübben (55 km, 5–6 Tage)
www.spreewald.de,
www.reiseland-brandenburg.de



Komm, lass uns lospaddeln!

Lust auf ein bisschen Abenteuer?
Im Kanu erschließt sich nicht nur der
Zauber der Natur, man entdeckt auch
ein traumhaftes Stück Heimat.
Vier wildromantische Fluss-Touren –
von der Lahn bis zum Spreewald



Ob bei Wahmbeck (oben)
oder Pegestorf (unten):
Auf der Weser haben
Kanuten ganz viel Platz



ROUTE 2: Weser

Willkommen im Märchen!

Diese Landschaft hat schon viele Menschen inspiriert: Die Brüder Grimm ließen sich beispielsweise hier nieder, stießen auf faszinierende Erzählungen von Dornröschen und Rapunzel. Deren Turm und die rosenumrankte Sababurg verstecken sich irgendwo hinter diesen Hügeln an der Deutschen Märchenstraße. Doch das Auto bleibt stehen – wir erobern die Region vom Wasser aus. Keine Schleuse trübt den Paddelspaß, denn die Weser ist von Hannoversch Münden bis Minden ohne Staustufen befahrbar. Die gemütliche Strömung schiebt uns sanft bis zu zehn Stundenkilometer vorwärts. Ein Höhepunkt unserer Tour von Bad Karlshafen nach Polle ist Schloss Corvey. Die ehemalige Benediktinerabtei war im Mittelalter geistiges Zentrum der Region (www.schloss-corvey.de).

INFOS: Bad Karlshafen – Polle (45 km, 3 Tage)
www.weserbergland-tourismus.de



Imposant auch vom Wasser aus: der Dom von Limburg an der Lahn

ROUTE 3: Lahn

Grüne Hügel, stolze Burgen

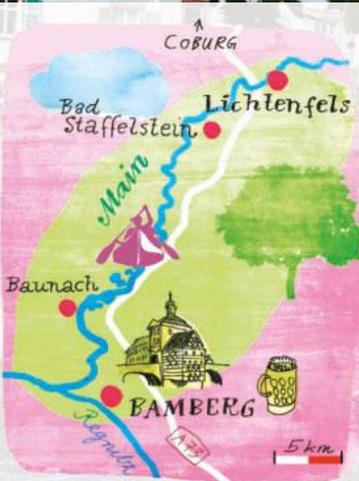
Große schwarze Kormorane, flinke Wasseramseln, scheue Eisvögel – hier sind Vogelfreunde richtig. Vom Rothaargebirge bis zum Rhein schlängelt sich die Lahn auf mehr als 200 Kilometern um Hügel, bildet rauschende Stromschnellen und weite, stille Flussauen. Mit etwas Glück zeigen sich sogar Schildkröten am Ufer. Mal geht es durch Schleusen, dann wieder bildet ein historisches Stadtzentrum eine malerische Kulisse. Kanuten finden viele Angebote von der Tagesetappe bis zur zweiwöchigen Tour (z. B. mit www.lahnkanu.com). Eindrucksvolle Station: Unter dem Stadtzentrum von Weilburg paddelt man 200 Meter durch einen Tunnel. Weiter in Villmar fasziniert die breite Brücke aus berühmtem hellgrauem Lahnmarmor – der auch im Empire State Building verbaut ist –, und in Runkel thronen vis-à-vis die Burgen Runkel und Schadeck.

INFOS: Gießen – Limburg (80 km, 5 Tage)
www.lahn-taunus.de, www.de-de.daslahntal.de





Sehenswert: Das Alte Rathaus von Bamberg stammt aus dem 15. Jahrhundert



ROUTE 4: Obermain

Zeitreise ins Barock

Oh, eine Biberburg! Ohne Wehre fließt der Obermain von Bad Staffelstein in unzähligen Kurven und oft wild verkräutert bis Bamberg. Da weite Abschnitte als Naturerbe geschützt sind, sehen Paddler auf dem Kanuwanderweg wieder Flussregenpfeifer brüten und leuchtend blaue Eisvögel pfeilschnell ins Wasser schießen (www.flussparadiesfranken.de). Bei Nedensdorf fällt der Fluss-Steilhang am Naturdenkmal Triemeusel metertief ab – eine Fundgrube für Saurierfossilien! Im 1200-jährigen Städtchen Baunach lohnt eine Kaffeepause in der Altstadt mit schönem historischem Marktplatz. Wie ein großes Schiff mit einem Fachwerkbug thront am Ende der Tour das Alte Rathaus Bambergs über der Regnitz, die hier in den Main fließt. Das barocke Weltkulturerbe mit seinen 2500 denkmalgeschützten Fachwerkhäusern lässt sich wunderbar vom Wasser aus erobern.

INFOS: Bad Staffelstein – Bamberg (35 km, 2–3 Tage), zur Vogelbrutzeit (1.4.–1.8.) nur an den ausgewiesenen Einstiegsstellen an Land gehen. www.frankentourismus.de



„Paddeln ist wie Fahrradfahren!“

Tipps von unserer Autorin Anke Benstem, selbst leidenschaftliche Kajakfahrerin

Als ich vor vielen Jahren das erste Mal im Kajak saß, befürchtete ich, jeden Moment zu kentern. Doch an das Schaukeln habe ich mich schnell gewöhnt. Und egal ob im Kanadier (mit Stechpaddel) oder im Kajak (mit Doppelpaddel): Paddeln ist nicht schwer, und man verlernt es nie – wie Fahrradfahren. Nach kurzer Einweisung können auch Anfänger viele Flüsse und Seen befahren. Das Qualitätssiegel des Deutschen Tourismusverbands, die Gelbe Welle Kanu, zeigt dazu vor Ort, welche Anlegestellen besonders geeignet sind.

Preise: Die Mietpreise sind meist nach Kanugröße, Mietdauer und Saison gestaffelt, so bekommt man 2er-Kajaks ab ca. 6 Euro/Stunde, Kanadier für etwa 20–35 Euro/Tag, 4er-Wanderkanadier kosten 100–175 Euro/Woche. Paddel und Schwimmweste sind inklusive.

Service: Viele Vermieter bieten gegen Aufpreis wasserdichte Tonnen fürs Gepäck, manche auch angeleitete Gruppen-Tagestouren und einen Rückholservice für Gäste und Boote an. Die lokalen Fremdenverkehrsämter helfen bei der Wahl des passenden Kanu-Anbieters und empfehlen Unterkünfte.



FOTOS: LAIF (4), DDF IMAGES, LOOK, PRIVAT; ILLUSTRATIONEN: JULIA PFALLER; TEXT: ANKE BENSTEM