

Inhalt

Kanuland Deutschland

GANZ OBEN:

SCHLESWIG-HOLSTEIN UND HAMBURG

1 Treene: Von Langstedt nach Friedrichstadt

Vorbei an neugierigen Kühen durch Geest
und Marsch

2 Schwentine: Von Plön nach Preetz

Mit dem Kanu durch die Holsteinische Schweiz

3 Trave: Von Bad Oldesloe nach Hamberge

Kanuwanderung im Herzen Holsteins

4 Wakenitz: Von Rothenhusen nach Lübeck

Amazonas des Nordens

5 Alster: Von Poppenbüttel zur Außenalster

Das grüne Band der Hansemetropole

9 DER NORDWESTEN: NIEDERSACHSEN 28

6 Ostfriesland: Rundtour auf Leda und Jümme 30

16 Paddeln in Ostfriesland

7 Hase: Von Bersenbrück nach Meppen 32

18 Paddeln im Emsland

8 Hunte: Von Wildeshausen nach Oldenburg 34

20 Spritzige Fahrt durch die Wildeshauser Geest

9 Oste: Von Sittensen nach Bremervörde 36

22 Flusskleinod zwischen Heide und Nordsee

10 Wümme: Von Lauenbrück nach Rotenburg 38

24 Flussromantik pur

11 Böhme: Von Tetendorf nach Walsrode 40

26 Kurvenreich durch die Lüneburger Heide

12 Aller: Von Brenneckenbrück nach Verden 42

Durch die Norddeutsche Tiefebene der Weser entgegen

13 Ilmenau: Von Medingen nach Lüneburg 48

Auf den Spuren des weißen Goldes

14 Jeetzel: Von Müggenburg nach Hitzacker 50

Entdeckertour im Wendland

15 Oker: Von Schladen nach Braunschweig 52

Fachwerk, viel Grün und flotte Strömung

4 INHALTSVERZEICHNIS

IM WESTEN:		
RUND UMS RUHRGEBIET		68
22 Ems: Von Warendorf nach Lathen Ferienfahrt vom Münsterland ins Emsland		70
23 Werse: Von Angelmodde bis zur Mündung in die Ems Paddeltour durch Münsters Vorgärten		72
24 Ruhr: Von Wetter nach Essen Grünes Herz im Kohlenpott		74
25 Wupper: Von Wupperhof nach Opladen Hüpfendes Wasser im Bergischen Land		76
26 Sieg: Von Wissen nach Siegburg Spritzige Gepäckfahrt zwischen Bergischem Land und Westerwald		78
27 Rur: Von Heimbach nach Zerkall Mit flotter Strömung durch die Rureifel		80
IM NORDOSTEN: MECKLENBURG UND NÖRDLICHES BRANDENBURG	54	
16 Warnow: Von Weitendorf nach Eickhof Ein quirliger Wald- und Wiesenfluss	56	
17 Alte Fahrt: Von Mirow zur Bolter Schleuse Traumtour durchs Seerosenparadies	58	
18 Obere Havel: Von Kratzeburg nach Neustrelitz Mit dem Kanu durch den Nationalpark	60	
19 Rätzsee – Gobenowsee – Labussee Rundtour über idyllische mecklenburgische Seen	62	
20 Feldberger Seen und Küstriner Bach: Von Feldberg nach Lychen Urige Landschaft und glasklares Wasser	64	
21 Rheinsberg Rhin: Von Rheinsberg nach Zippelsförde Lebhaftes Kleinflussabenteuer in Brandenburg	66	

Inhalt

SÜDLICHER OSTEN: BRANDENBURG, SACHSEN-ANHALT, THÜRINGEN UND SACHSEN	94
--	-----------

33 Untere Havel: Von Brandenburg nach Havelberg	96
Im Naturparadies Westhavelland	

34 Oder: Von Frankfurt/Oder nach Schwedt	98
Stiller Grenzfluss am Rand der Uckermark	

35 Spreewald	100
Venezianisches Wasserlabyrinth in Brandenburg	

36 Obere Elbe	102
Mit dem Kanu durch die Sächsische Schweiz	

IN DER MITTE: DIE KLASSISCHEN WANDERFLÜSSE	82
---	-----------

28 Weser: Von Hann. Münden nach Hameln	84
Durchs märchenhafte Weserbergland	

29 Diemel: Von Warburg nach Bad Karlshafen	86
Wochenendabenteuerromantik	

30 Eder: Von Affoldern nach Edermünde	88
Flussjuwel im Waldecker Land	

31 Fulda: Von Bad Hersfeld nach Melsungen	90
Klassische Wanderfahrt mit viel Natur und Kultur	

32 Werra: Von Creuzburg nach Hann. Münden	92
Zu Fluss zum Weserkuss	

RHEINLAND-PFALZ UND SAARLAND	104		
37 Lahn: Von Lollar nach Nassau	106		
Deutschlands wohl bestorganisierter Kanufluss			
38 Sauer: Von Wallendorf nach Echternacherbrück	112		
Spritzige Fahrt an der Grenze zu Luxemburg			
39 Mosel: Von Trittenheim nach Traben-Trarbach	114		
Wasserwandern zwischen Weinstöcken			
40 Glan: Von Lauterecken nach Odernheim	116		
Kanuwandern im Herzen von Rheinland-Pfalz			
		SÜDEN:	
		BAYERN UND BADEN-WÜRTTEMBERG	130
NÖRDLICHES BAYERN	118	46 Neckar: Von Gundelsheim nach Neckarsteinach	132
		Eine Majestät unter den Flüssen	
41 Fränkische Saale: Von Bad Kissingen nach Gemünden	120	47 Ottenheimer Mühlbach: Von Ottenheim nach Goldscheuer	134
Paddeln in Unterfranken		Idyllischer Altrhein	
42 Wiesent: Von Beringersmühle nach Muggendorf	122	48 Obere Donau: Von Hausen im Tal nach Sigmaringen	136
Rasant-spritzige Fahrt durch die Fränkische Schweiz		Mit dem Kanu durch die Schwäbische Alb	
43 Altmühl: Von Pappenheim nach Dollnstein	124	49 Bodensee: Inselumrundung Reichenau	138
Dem Archaeopteryx auf der Spur		Mit dem Kanu unterwegs auf dem Untersee	
44 Naab: Von Schwandorf nach Pienhofen	126	50 Loisach: Von Farchant nach Kochel am See	140
Einsteigeretappe in der Oberpfalz		Expresspaddeln am Alpenrand	
45 Regen: Von Cham nach Ramspau	128	Register	142
Kapitän im Bayerischen Wald		Impressum	144