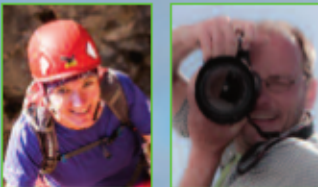


Text: Silke Rommel
Bilder: Thomas Rathay



Kanu-Trekking

Perspektivenwechsel in der Natur

Für alle, die sich gerne auf unterschiedlichen Wegen in der Natur bewegen, ist das Kanu-Trekking ein tolles Tandem. Die Verbindung von Wandern und Paddeln bietet die Chance, Regionen und Landstriche aus verschiedenen Perspektiven zu genießen und dabei diverse Muskelpartien zu beanspruchen. Beim

Kanu-Trekking werden Wanderungen zu Fuß kombiniert mit Fluss- oder Seequerungen per Kanu. Ob dabei das Wandern oder Kanufahren im Vordergrund steht, hängt sowohl von der Region als auch den Vorlieben der Aktiven ab. Silke Rommel und Thomas Rathay haben sich mit dieser Outdoor-Facette beschäftigt.

Planung im Vorfeld

Neben der geeigneten Ausrüstung für die Wanderung, die Kanufahrt sowie die mögliche Übernachtung im Freien, erfordert es eine gewisse Planung, um eine ansprechende Tour zusammenzustellen.

Hilfreich ist es, sich eine passende Gewässerregion auszuwählen und dann dort auch

eine attraktive Wanderroute zu planen. Wer mit dem eigenen Kanu paddeln möchte, muss einen günstig gelegenen Parkplatz für das Auto mit einplanen. Einfacher ist es, zumindest an den gängigen deutschen Gewässern wie z.B. Donau, Müritzer See oder Wiesent, auf Kanuverleiher zurückzugreifen, die sich neben dem Verleih der erforderlichen Ausrüstung auch auf die

Transportlogistik der Materialien und Kanuten eingestellt haben.

Fast unerschöpfliche viele Möglichkeiten

Kanu-Wanderungen sind hinsichtlich ihrer zeitlichen Ausdehnung sehr individuell gestaltbar. Zum Einstieg bietet sich eine Wochenend-

tour mit einer Übernachtung an. Je länger die Tour, desto einfacher ist es, die Zivilisation hinter sich zu lassen und echtes Outdoor-Feeling zu erleben. Beispielhaft sei dies im Folgenden anhand einer mehrtägigen Kanu-Trekking-Tour in der schwedischen Provinz Värmland veranschaulicht, die mit ausgewählten Reiseanbietern (z.B. »Rucksack-Reisen« aus Münster) auch als Komplettpaket buchbar ist.

Erlebnisreiches Kanu-Trekking in Schweden

Das Lagerfeuer knistert, Funken hüpfen aufgeregt auf die Erde. Rundherum satt von den am offenen Feuer gebackenen Dampfnudeln mit Blaubeeren, macht sich eine wohlige Trägheit breit und wir genießen den Blick in die Flammen bei abendlicher Stille. Die »Warmlauf-Etappe« mit knapp acht Kilometern auf unserer mehrtägigen Kanu-Trekking-Tour im westlichen Schweden haben wir geschafft. Wir sitzen vor dem Feuer an der Schutzhütte am See Herstjärn, die wir uns gemeinsam mit einigen Spinnen als Nachtquartier teilen. Generell gilt

bei der Belegung der Schutzhütten: Wer zuerst da ist, darf sie für ein bis zwei Nächte nutzen.

Tourenstart mit schwerem Gepäck

Gestartet sind wir – eine bunt gemischte Gruppe, bestehend aus Naturliebhabern, Schwedenfans und »Outdoor-Novizen« – mit einem Tourguide am Nachmittag in Stömne. Zuvor wurden Küchenausstattung und Lebensmittelvorräte für die kommenden Tage auf uns verteilt. Mit meinem rund 18 Kilogramm schweren Rucksack fühle ich mich wie ein wandelnder Tante-Emma-Laden.

Für den unbeschwerteten Aufenthalt im rund 28.000 ha großen Reservat ist eine Besucherkarte, die »Glaskogen Kort«, erforderlich.

Der Wanderweg führt uns von der Alten Schule bergauf zur ersten Aussicht von der Ruine Fornborg mit traumhaftem Blick bis zum Glafsforden, dem größten See nahe des Naturreservats Glaskogen. Auf dem Wanderweg mit dem orangefarbenen Wandersymbol gelangen wir zum Stömnesjön, der trotz des rostbraunen Wassers mit seinem flachen Uferanstieg zu einem erfrischenden Bad einlädt. Baden soll in

Daten und Fakten

Naturreservat Glaskogen (Schweden)

Der Glaskogen liegt in Westvärmland, nordwestlich des Vänern, dem größten Gewässer Schwedens. Dieses Wildnisgebiet mit seinen weit gestreckten Wäldern, den zahlreichen Flüssen, den beiden großen Seen Stora Gla und Övre Gla sowie den zahlreichen kleinen Seen ist eines der schönsten in ganz Värmland. Weitere Infos: www.glaskogen.se/tyram.htm

An- und Abreise

Per Fähre mit der »Vogelfluglinie« von Scandlines über Dänemark oder mit »Stena Line« von Kiel nach Göteborg über Nacht. Arvika ist auch gut mit Bus und Bahn zu erreichen. Der Reiseanbieter »Rucksack-Reisen« aus Münster bietet sowohl Busmitfahrten ab Münster, Bremen und Hamburg an als auch Komplettpakete dieser so genannten Waldläufertour.

Kanuverleih

»Arvika Kanot & Turistcenter« in Arvika bietet Kanu- und Ausrüstungsverleih und Transport sowie eine komplett durchorganisierte siebentägige Kanutour im Glaskogen Gebiet an. »Oldéns Kanotuthyrning« in Glava Glasbruk (Kontakt über Arvika Tourist Information Centre, Storg 22, SE-67181 Arvika, Tel. +46 570 817 90; turist@arvika.se)

Eintritt in das Naturreservat Glaskogen

Es ist die Glaskogen Kort erforderlich. Es gibt die Option, eine Tageskarte (ca. 40 SEK/Person) oder eine Jahreskarte (ca. 550 SEK/Person oder 800 SEK/Familie) zu erwerben. Das Eintrittsgeld kommt dem Erhalt und der Pflege des Naturreservats sowie dessen Einrichtung zugute. Die Glaskogen Kort ist in diversen Geschäften, Tankstellen und Touristenbüros erhältlich.

Beste Jahreszeit

Im Juni kommt man in den Genuss der langen Tage durch die erst sehr spät untergehende Sonne. Die Sommerferien beginnen in Schweden Mitte Juni und enden Mitte August, so dass in dieser Zeit relativ viele einheimische Outdoorer unterwegs sein können. Ab Ende August kommt man in den Genuss von noch immer angenehmen Temperaturen, nur noch vereinzelt Mücken und wenigen Touristen.

Übernachten

Im Naturreservat Glaskogen ist das »wilde« Zelten für ein bis zwei Nächte grundsätzlich erlaubt. Feuer darf jedoch nur an den dafür vorgesehenen Feuerstellen entzündet werden. Im Reservat gibt es eine Vielzahl von Schutzhütten. Diese sind jedoch nicht für einen Daueraufenthalt konzipiert. Zusätzlich gibt es mitten in Lenungshammar einen offiziellen Zeltplatz und komplett eingerichtete Hütten.

Einkaufen

Arvika ist die nächst gelegene größere Stadt mit Supermärkten für den Einkauf des Startproviant. In Lenungshammar gibt es eine Informationszentrale des Naturreservats Glaskogen am Campingplatz, ein Minigeschäft, Café, Kanu- und Fahrradverleih, Sanitäreinrichtungen sowie Spielplatz.

Karten

»Kanuwanderkarte Glaskogen« (Maßstab 1:50.000) mit Kanu-Trails, Wanderwegen, Schutzhütten usw. Erhältlich vor Ort oder zu bestellen unter www.glaskogen.se. Für die große Rundtour mit Glafsforden ist die »Gröna Kartan« (Maßstab 1:50.000) Nr. 11c SV und Nr. 10c NV empfehlenswert.



den kommenden Tagen zu einem willkommenen Ritual werden, denn die Region ist mit einer Vielzahl von Seen durchzogen.

Blaubeeren satt

Zurück auf dem Wanderpfad entdecken wir Sträucher, die uns prall gefüllt mit Blaubeeren magisch anziehen. Wo wir Mitte August Beeren sammeln, finden sich schon wenige Wochen später delikate Pfifferlinge. Durch die meditative Beeren-sammelei entlang des Wegs kommen wir wesentlich langsamer, aber umso entspannter an der Verbindung der beiden Seen Tängjärn und Herstjärn an, wo sich unsere Schutzhütte befindet.

In den zweiten Tag starten wir mit einem rustikalen Outdoor-Frühstück aus Milchpulver-Müsli und Lagerfeuer-Kaffee. Wie auch am Vortag, sind wir auf menschenleeren Wanderwegen unterwegs, genießen die ruhige Stimmung und die warme Sonne des schwedischen Spätsommers. Angenagte Baumstämme und frische Spuren im Matsch wecken die Hoffnung, einen Biber oder gar einen Elch zu entdecken. Diese Vorstellung trägt zu Hochgefühlen bei. Unser heutiges Wanderziel Dammarna liegt im Naturschutzgebiet Glaskogen (der glänzende Wald). Für den unbe-schwerten Aufenthalt im rund 28.000 ha

Das erste Ziel, die Schutzhütte am Herstjärn, ist nicht mehr weit (oben).

Auch allein im Canadier lässt sich eine Kanu-Trekking-Tour unternehmen (links).

Das Kochen am Lagerfeuer mit Blick in den Sonnenuntergang macht in Gemeinschaft doch mehr Spaß.



großen Reservat ist eine Besucherkarte, die »Glaskogen Kort«, erforderlich.

Umsteigen aufs Kanu

In Dammarna, an der Kanueinsatzstelle auf den Stora Gla, ist Ausrüstungswechsel angesagt: Wir nehmen Kanus, Paddel, Schwimmwesten, Bootswagen und wasserfeste Tonnen in Empfang. Unser Gepäck für die nächsten Tage auf dem Wasser steht bereit, die Wanderschuhe tauschen wir jetzt gegen wasserfeste Sandalen. Der Stora Gla, mit seiner Fläche von ca. 32 Quadratkilometern, ist einer der beiden großen Seen im Glaskogen-Reservat, daneben gibt es noch rund 80 kleinere.

Der Tourenguide gibt eine praktische Einweisung in den Umgang mit den neuen Arbeitsgeräten Kanu und Paddel. Die glatte Wasseroberfläche des klaren Sees macht es Anfängern jedoch leicht, Stabilität zu gewinnen und vorwärts zu kommen. So friedlich sich der See uns zeigt, birgt er doch auch Gefahrenstellen: Dicht unter seiner Oberfläche befinden sich häufig glatt geschliffene Felsen. Um das Auflaufen auf Felsen zu vermeiden, ist neben dem Genießen der malerischen Landschaft vorausschauendes Paddeln wichtig – sonst heißt es raus ins Wasser und das Boot vom Felsen schieben oder ziehen.

Der Stora Gla bereitet nicht nur unerfahrenen Kanu-Wanderern großes Paddelvergnügen. Geübte Kanuten finden ideale Voraussetzungen, ihre Sehnsucht nach unberührter Natur bei

Tourentipps in Deutschland

Baden-Württemberg

Route

Auf dem Qualitätsweg Donau-Zollernalb-Weg nach Hausen im Tal und von dort zurück nach Sigmaringen mit dem Kanu.

Wandertour

1. Tag: Sigmaringen nach Gutenstein (ca. 12 km)
2. Tag: Gutenstein nach Hausen i.T. (ca. 15 km)

Kanutour

Hausen i.T. nach Sigmaringen

1. Tag: Hausen i.T. bis Thiergarten oder Gutenstein
 2. Tag: weiter bis Sigmaringen
- Gesamtlänge ca. 21 km, Paddelzeit ca. 6–7 Stunden

Weitere Infos

www.donautal-touristik.de
www.wandern-suedwestalb.de

Bayern/Franken

Route

Paddeltour auf der Wiesent von Waischenfeld nach Ebermannstadt, zurück wandern entlang der fränkischen Brauereien.

Kanutour

Waischenfeld nach Ebermannstadt

1. Tag: Waischenfeld nach Gössweinstein
 2. Tag: Gössweinstein nach Ebermannstadt
- Gesamtlänge ca. 28 km

Wandertour

1. Tag: Ebermannstadt nach Gössweinstein (ca. 19 km)
2. Tag: Gössweinstein nach Waischenfeld (ca. 15 km)

Weitere Infos

www.leinen-los.de/kajakverleih.html
www.wandern-im-coburger-land.de/bierwanderung2010.html

Sachsen

Route

Zschopautal-Wanderweg bis zur Kriebstein-Talsperre, paddeln auf der Talsperre und Wanderung an der Zschopau zurück.

Wander-Kanu-Tour

1. Tag: Wanderung Technitz nach Kriebstein (ca. 15 km)
 2. Tag: Paddelrundtour auf der Talsperre Kriebstein (ca. 17 km)
 3. Tag: Wanderung Kriebstein nach Technitz (ca. 15 km)
- Alternativ: Paddeln mit eigenem Kanu von Technitz nach Kriebstein, dort einen Tag auf der Talsperre paddeln, zurück wandern und mit dem Auto das Kanu abholen.

Weitere Infos

www.kriebsteintalsperre.de
www.wanderkompass.de/Sachsen/zschopautal-wanderweg.html

Mecklenburg-Vorpommern

Route

Paddeln von Feldberg nach Fürstenberg/Havel – Wanderung zurück

Kanutour

Feldberg nach Fürstenberg/Havel
Gesamtlänge ca. 40 km, 2–3 Tage

Wandertour

Fürstenberg/Havel nach Feldberg
Gesamtlänge ca. 30 km, 1–2 Tage

Weitere Infos

www.flussinfo.net/feldberger-seen-kuestriner-bach-lychener-gewaesser/uebersicht/
www.nordlicht-kanu.de/index.php?mode=kanuvermietung&item=14



Auf schmalen, abwechslungsreichen Pfaden geht es durch die Natur zum Tagesziel.

einer mehrtägigen Paddel-Tour zu stillen. Innerhalb des Glaskogen-Gebiets ist das Übernachten in den Schutzhütten und auch das »wilde Zelten« erlaubt. Somit besteht viel Freiraum bei der Routenwahl und Verweildauer – solange der Essensvorrat reicht.

Paddeln und Portagieren

Der erste komplette Kanutag beginnt mit einer rund vier Kilometer langen Überführung inklusive Gepäck und Kanu auf einem Schotterweg mitten durch den Wald, der Bootswagen ist hierfür Gold wert. Das Kanu wird darauf mit Spanngurten befestigt, das Gepäck im selben verstaut und so ist der Transport des sperrigen Gefährts doch einigermaßen komfortabel möglich – bergab sogar sehr temporeich. Zurück auf dem Wasser wartet eine Paddelpassage durch eine spektakuläre kleine Schlucht am nordöstlichen Ende des Glaakern, bevor diese den Blick in die Abenddämmerung über dem klaren See frei gibt.

Tagesanbruch und Abschiedsstimmung

Auch die letzte Etappe beginnt mit einer weiteren Portage zum Stora Lesjön. Paddelnd landen wir am mit Kiosk bestückten Zeltplatz von Sölje an. Nach einer letzten Schiebepassage setzen wir in den unteren Teil des Glafsforden, den Söljeflagn, ein. Auf diesem geht es zurück zum Startpunkt nach Stömne. Die knapp drei Kilometer geradeaus gehende Fahrt bietet dem Auge einen fixen Orientierungspunkt, die üppige Brücke der Reichsstraße 175 – die Zivilisation hat uns wieder! ■