



Länge: 16,5 km

Einstieg: Brücke Atteln-Ebbinghausen [Sauerbach](GPS 51.603018, 8.813701)

Ausstieg: Nordborchen [Alme] (GPS 51.671750, 8.717031)

Pegel: 50 cm in Nordborchen

Die Altenau ist ein ruhiger Kleinfluss im Paderborner Land.

Das Tal ist relativ einsam und erinnert ein bisschen an das nahegelegene Almetal.

Zur Zeit versperren einige Baumhindernisse die freie Fahrt. Sie sind aber entweder gut zu bewältigen oder leicht zu umtragen.

In den letzten Jahren wurden einige Teilabschnitte der Altenau renaturiert, was nicht nur gut für die Bewohner des Flusses ist, sondern auch für eine schöne sportliche Einlage sorgt.

Kurz vor der Mündung versperrt ein Schottwehr den Weg. Je nach Situation kann man unterm Schott drunter her (gewisse Erfahrung vorausgesetzt, die Strömung ist hier sehr stark) oder man muss auf der linken Seite umtragen.

Der Ausstieg befindet sich gleich nach der Mündung in die Alme auf der linken Flusseite.

