

# Wild Swimming XXL – Die schönsten Seen & Flüsse zum Baden

Wild Swimming steht für das ursprüngliche Schwimmen in freier Natur – fernab von überfüllten Schwimmbädern. In Deutschland und Europa warten traumhafte Seen, Flüsse und Naturpools darauf, entdeckt zu werden. Hier findest du Inspiration, Tipps und eine Packliste für dein nächstes Outdoor-Badeabenteuer – inklusive einiger Geheimtipps wie der Prinzengumpe im Allgäu.

## Top-Spots für Wild Swimming

- Prinzengumpe (Allgäu, Deutschland) – Naturpool mit türkisblauem Wasser, perfekt zum Abkühlen nach einer Wanderung.
- Eibsee (Bayern, Deutschland) – Smaragdgrünes Wasser am Fuße der Zugspitze, traumhaft zum Schwimmen.
- Walchensee (Bayern, Deutschland) – Kristallklar, groß und von Bergen umgeben.
- Schluchsee (Schwarzwald, Deutschland) – Der größte See im Schwarzwald mit vielen Badebuchten.
- Treidlerweg an der Eider (Schleswig-Holstein) – Flussschwimmen in ruhigen Abschnitten.
- Bregenzerach (Vorarlberg, Österreich) – Kaltes, erfrischendes Bergwasser in schöner Kulisse.
- Val Verzasca (Tessin, Schweiz) – Berühmt für glasklares, smaragdgrünes Flusswasser.
- Lago di Tenno (Trentino, Italien) – Türkisfarbener Bergsee, warm genug zum Schwimmen im Sommer.
- Pliva-See (Bosnien) – Glasklar und umgeben von unberührter Natur.

## Tipps für sicheres und entspanntes Wild Swimming

- Vorher die Wasserqualität und lokale Regeln prüfen.
- Nie allein schwimmen – Sicherheit geht vor.
- Respektiere die Natur, nimm deinen Müll wieder mit.
- Langsam ins kalte Wasser gehen, um den Kreislauf zu schonen.
- Badeschuhe schützen vor scharfkantigen Steinen.
- Wildtiere und Pflanzen nicht stören.

## Packliste für dein Wild Swimming Abenteuer

- Badehose, Badeanzug oder Bikini
- Handtuch oder schnelltrocknendes Mikrofaserhandtuch
- Badeschuhe
- Wasserdichte Tasche für Wertsachen
- Sonnencreme (wasserfest)
- Trinkflasche
- Snacks oder Picknick
- Wechselkleidung
- Optional: Neoprenanzug für kaltes Wasser