

Inhalt

Schleswig-Holstein und Mecklenburg-Vorpommern

1	Entspannen an weiten Stränden: die Sonneninsel Rügen	14		
	Ob im Norden oder Süden: wilde Badestellen für jeden			
2	Strand bei Kloster auf Hiddensee	20		
	Hier ist man allein mit dem Meer			
3	Schwimmen am Schweriner Außensee	22		
	Großer See mit toller Natur			
4	Strand Nienhagen hat viel zu bieten	24		
	Schwimmen mit Auszeichnung			
5	Schwimmen, wo die Havel entspringt	28		
	Der Mühlensee ist naturbelassen			
6	Mehr Norden geht nicht: Fehmarn	30		
	Naturstrände mit Dänemark-Blick			
7	Naturjuwel in der Holsteinischen Schweiz	32		
	Kellersee erfüllt jeden Anspruch			
8	Die Drei-Seen-Platte: Baden mitten im Wald	36		
	Schwimmen im klaren Großensee			
	Was heißt »Wildbaden«?	38		
	Der Naturtrend kommt aus England			

Niedersachsen, Hamburg, Bremen

Brandenburg und Berlin

12 Glasklarer Badesee: viel Natur am See Hinterm Horn			
Schwimmen nah am grünen Stadtrand			
13 Wild und grün: die Krainke in Ost-Niedersachsen			
Naturahe Badestelle am Fluss			
14 Viel Flair am Westertrumer See			
Strand und Wald bei Oldenburg			
15 Für jeden etwas: der Dankernsee			
Der größte See im Emsland			
16 Der Husumer See: Südsee-Gefühl mitten in Niedersachsen			
Glasklarer Badesee bei Nienburg			
17 See zwischen Feldern: Waldsee Krähenwinkel			
Kleiner Badesee mit Charme bei Hannover			
18 Glasklare Badeseen im Harz: Schwimmen im UNESCO-Weltkulturerbe			
Der Oderteich und Ziegenberger Teich bei Clausthal-Zellerfeld			
Wild, aber sicher			
Zehn Tipps fürs Wildbaden			
	50	19 Mit Fischadlern und Bibern schwimmen: der Lübbesee bei Templin	76
		Glasklares Gewässer, geformt wie ein Fluss	
	54	20 Baden an der Kyritzer Seenkette	82
		Der Ober- und Untersee in der Prignitz	
	58	21 Schwimmen im Wasserlabyrinth der Spree östlich von Berlin	84
		Badestellen in Fürstenwalde, Berkenbrück und Lübben	
	60	22 Schlösser-Blick: der Heilige See in Potsdam	88
		Baden im historischen Park	
	64	23 Mitten im Grunewald: Badestelle Kuhhorn	90
		Schwimmen in der Berliner Havel	
	66	24 Entspannt schwimmen im Flakensee	92
		Badespaß östlich von Berlin	
	72	25 Naturnah: der Zeesener See und die Tonteiche Körbiskrug	94
		Kleine Gewässer in einmalig schöner Landschaft	
		So sauber schwimmt ihr in Deutschland	98
		Über die Qualität von Badegewässern	

Sachsen-Anhalt, Sachsen, Thüringen

26 Schwimmen an der Stahlskulptur: Gremminer See	102	32 Schwimmen vor einzigartiger Kulisse: Bergsee Ebertswiese	126
Außergewöhnlicher See bei Gräfenhainichen		Kleiner, klarer See am Thüringer Rennsteig	
27 Raßnitzer See und Kanal: stadtnah schwimmen im Grünen	104	33 Märchenhaft: der Ochsenbacher Teich	130
Schöner See mit Kiesstrand bei Leipzig		Schwimmen im Thüringer Wald	
28 Steinbruch Beucha bei Leipzig: Panorama mit Bergkirche	108	Die perfekte Ausrüstung fürs Wildbaden	132
Eine der schönsten wilden Badestellen des Landes		Neopren, Schnorchel und Co.	
29 Blaues Wasser, weiße Erde: Schwimmen im Kaolinsee	112	34 Torfmoorsee im Tecklenburger Land	136
Südsee-Farben, einmalige Felsen und tolle Natur im Lossatal		Baggersee mit natürlichem Charme	
30 Abgelegen im Wald: der Vogtlandsee	118	35 Der Pröbstingsee im Münsterland	138
Lohnt sich in jeder Jahreszeit		Schwimmen mit Blick aufs Wasserschloss	
31 Früher Tagebau, heute Idylle: Schwimmen im Altenburger Land	120	36 Der Dortmund-Ems-Kanal im Ruhrgebiet	140
Prößdorfer See, Haselbacher See und Hainbergsee		Kanal-Erforschung in der Großstadt	
		37 Wo die Lachse leben: Wildschwimmen in Agger und Sieg	142
		Flussbaden im Rheinland bei Bonn	

Nordrhein-Westfalen, Hessen, Rheinland-Pfalz

Bayern und Baden-Württemberg

38 Freilinger See in der Nordeifel Grünes Kleinod an der Ahr-Quelle	146	44 Die Regnitz in Bamberg: idyllisch im Fluss Schwimmen in der Kaiserstadt	166
39 Naturidyll im Wald bei Darmstadt Die Grube Prinz von Hessen	148	45 Das versteckte Naturschauspiel: die Walchenklamm entdecken Tolle Badestellen rund um den Sylvensteinspeicher	168
40 Klein, kalt, wunderschön: der Eutersee Idyllisch schwimmen im Odenwald	150	46 Flusswandern für Abenteurer: Canyoning in der Starzlachklamm Spektakuläre Flusslandschaften im Allgäu	172
41 Am großen Strom: Schwimmen im Grünen bei Ludwigshafen / Mannheim Kiefweiher, Neuhofener Altrhein, Blaue Adria, Badesee Schlicht	152	47 Idyllisch im Ort: Schwimmen in der Tauber Badestelle bei Creglingen	176
42 Rund um Kaiserslautern: Baden im Pfälzerwald Eiswoog, Gelterswoog und mehr Seen	156	48 Wildschwimmen im Schwarzwald: der Geroldsauer Wasserfall Badestellen rund um Baden-Baden	178
43 Einzigartige Kulisse: der Schöntalweiher Badeseen im Dahner Felsenland	160	49 Im klaren Wasser der Großen Lauter Flussschwimmen in der Schwäbischen Alb	182
Schwimmen in Steinbrüchen und Baggerseen Neue Seenlandschaften entstehen	162	50 Im rauschenden Wasserfall baden Der kühle Krai-Woog-Gumpen	184
		Das ist in der Natur erlaubt Camping, Lagerfeuer & Co.	186
		Register	188
		Bildnachweis	190
		Impressum	192