
*Wild
Swimming*

**WILDES BADEN
IN ALBANIEN**

RALPH FRÖHLICH

Wild Swimming - Wildes Baden in Albanien

The background of the entire cover is a photograph of a vast, calm lake reflecting the bright light of a low sun. The sun's reflection creates a shimmering path of light across the water's surface. In the distance, a range of mountains is visible under a pale, hazy sky. The foreground consists of a grassy field.

*Wild
Swimming*

**WILDES BADEN
IN ALBANIEN**

RALPH FRÖHLICH

Abb. 1 Wild Swimming - Wildes Baden in Albanien

Albanien ist ein Land noch voller ursprünglicher Flüsse, natürlichen und angelegten Seen, vielen Quellen und Gumpen. Ganz zu schweigen von der landschaftlich tollen und abwechslungsreichen Küste am Mittelmeer.

Die meisten Menschen zieht es im Sommer an die langen Strände am Meer. Sandig im Norden, felsig im Süden Albaniens. Im August wird es zum Teil unangenehm voll, morgens und abends staut sich der Verkehr zu den beliebtesten Orten. Noch gibt es ruhigere Stellen an der Küste und besonders das Landesinnere bietet viele wunderbare Plätze, an denen du baden, schwimmen oder zumindest kurz im Wasser plantschen kannst, ohne im Trubel zu stehen (wobei es auch hier Ausnahmen gibt, die du trotz allem Andrang gesehen haben musst).

Am Meer und in den Seen ist das Wasser meist angenehm temperiert. Die Flüsse, Bergbäche und vor allem deren Quellen fördern das Wasser mit oft nur 7 °C aus dem Gestein. Das erfordert etwas Überwindung, aber es macht den Kopf frei und fördert deine Gesundheit. Spätrtens hier beginnt dein Abenteuer Wild Swimming - Wildes Baden.

Das Baden in Albanien ist meist ungefährlich, bei den Flüssen braucht es einen gesunden Blick auf die Pegelstände, aber vor allem ein Schuhwerk, welches wassertauglich ist. Leider landet in Albanien noch sehr viel Unrat in der Landschaft und letztendlich auch im Wasser.

Reisen im Land ist sehr unkompliziert. Es stehen einfache Unterkünfte und noch einfachere Campingplätze zu Verfügung. Wildes Campen ist noch erlaubt und so kannst du an vielen Badestellen auch übernachten. Einzig es benötigt Zeit, sich im Land zu bewegen. Zwar wächst die