



An Frankreichs Atlantikküste lauert in diesen Tagen eine Gefahr, die viele Urlauber kaum kennen – und gerade deshalb unterschätzen. Für Donnerstag, den 21., und Freitag, den 22. Mai 2026, warnen die Behörden vor einem besonders hohen Risiko durch sogenannte Baïnes. Betroffen sind vor allem die Küstenabschnitte in der Gironde, den Landes und den Pyrénées-Atlantiques. Dort, wo sich kilometerlange Sandstrände bis zum Horizont ziehen und das Meer oft friedlich wirkt, entsteht binnen Sekunden eine lebensgefährliche Situation.

Baïnes – das klingt beinahe harmlos. Tatsächlich handelt es sich um trichterartige Wasserbecken im Sand, die sich zwischen Strand und vorgelagerten Sandbänken bilden. Bei Flut füllen sie sich mit Wasser, bei ablaufender Tide entleeren sie sich wieder. Genau dabei entstehen starke Rückströmungen, die Menschen weit hinaus aufs Meer ziehen können. Und zwar schneller, als viele begreifen, was gerade passiert.

Tückisch bleibt vor allem eines: Von außen wirken diese Stellen oft ruhig. Kein hoher Wellengang, kein bedrohliches Tosen. Eher das Gegenteil. Familien suchen dort bewusst Schutz vor den kräftigen Atlantikwellen, Kinder planschen im scheinbar stillen Wasser – und geraten plötzlich in eine Strömung, die kaum Gegenwehr zulässt.

„Das geht sehr, sehr schnell“, warnen Rettungskräfte seit Jahren immer wieder. Wer einmal in den Sog gerät, verfällt oft in Panik und versucht instinktiv, gegen die Strömung anzuschwimmen. Genau das kostet Kraft. Die Empfehlung der Behörden klingt deshalb zunächst paradox: nicht direkt zurückkämpfen. Stattdessen treiben lassen, Ruhe bewahren, Aufmerksamkeit erzeugen und versuchen, sich seitlich aus der Strömung herauszubewegen. Klingt simpel. In der Realität braucht das Nerven wie Drahtseile.

Gerade jetzt, zu Beginn der warmen Tage, steigt das Risiko deutlich. Sobald die Temperaturen klettern, zieht es Tausende an die Strände der französischen Atlantikküste. Viele kommen aus dem Landesinneren, manche aus dem Ausland. Nicht jeder kennt die Eigenheiten des Ozeans. Das Mittelmeer wirkt oft berechenbarer – der Atlantik dagegen spielt nach anderen Regeln. Mal sanft, mal brutal. Eben kein Badesee mit hübscher Kulisse.

Deshalb mahnen die Behörden eindringlich, ausschließlich in überwachten Bereichen zu baden und die Flaggen an den Stränden ernst zu nehmen. Bei roter Flagge gilt ein klares Badeverbot. Klingt banal, wird aber regelmäßig ignoriert. „Ach komm, wird schon gehen“ – genau dieser Gedanke endet an der Atlantikküste jedes Jahr in dramatischen Rettungseinsätzen.

Wer einmal erlebt hat, wie schnell sich dort die Stimmung verändert, vergisst das nicht mehr. Eben noch Sonne, Gelächter und Strandspiele. Sekunden später Sirenen, hektische Rufe und



## Wenn der Atlantik zur Falle wird: Die unsichtbare Gefahr der Baines

Rettungsschwimmer, die mit ihren Brettern hinausjagen.

Die Warnung dieser Tage ist deshalb weit mehr als eine Routine-Mitteilung zum Saisonbeginn. Sie erinnert daran, dass das Meer keine Postkartenidylle bleibt. Der Atlantik lebt, bewegt sich ständig und fordert Respekt. Genau darin liegt seine Schönheit. Und seine Gefahr.

Von C. Hatty