



Das Jahr neigt sich dem Ende zu, und die milden Temperaturen laden zu ungewöhnlichen Aktivitäten ein. In Châtelailon-Plage, einem kleinen Küstenort in der Charente-Maritime, versammelten sich kürzlich 700 Abenteurer zu einem traditionellen Weihnachtsbad – in nicht gerade tropischen 10 Grad Wassertemperatur.

Kostüme, Kälte und Kampfgeist

Das Bild der Veranstaltung könnte skurriler kaum sein: Spider-Man, Feen, Weihnachtsmänner und andere bunt kostümierte Teilnehmer stürzten sich todesmutig in die eisigen Fluten. Für viele ist dieser Brauch eine Mischung aus Herausforderung und Vergnügen. „Man braucht schon einen eisernen Willen“, scherzt ein Mann im roten Superheldenkostüm. Martine, eine erfahrene Schwimmerin, gibt an, dass sie problemlos 15 Minuten bei 10 Grad im Wasser bleiben könne – bei 15 Grad sogar stundenlang. Aber Hand aufs Herz: Wer bleibt aus Spaß bei diesen Temperaturen freiwillig im Wasser?

Das richtige Vorgehen zählt

Bevor der Sprung ins kalte Nass gewagt wird, steht ein gemeinsames Aufwärmen auf dem Programm. Denn auch bei aller Verrücktheit darf die Sicherheit nicht auf der Strecke bleiben. Zuschauer, dick eingepackt in Winterjacken, beobachten staunend, wie sich die Teilnehmer vorbereiten. „Man muss aufpassen, wie man ins Wasser geht“, erklärt Maxime, ein erfahrener Rettungsschwimmer der SNSM. Ein kopfüber erfolgter Sprung in die Kälte könne schnell zu Schwindelgefühlen führen. Sein Rat: nicht lange zögern, sich nach dem Bad direkt abtrocknen und warm einpacken.

Ein Moment, der zusammenschweißt

Es ist nicht nur der Reiz des kalten Wassers, der die Menschen hierherlockt. Es geht auch um das Gemeinschaftsgefühl, das ausgelassene Lachen und die Wärme – ironischerweise – untereinander. Nach dem Sprung ins Meer gibt es als Belohnung einen heißen Glühwein und eine wohlige Atmosphäre, die den kalten Start ins neue Jahr fast schon vergessen lässt. „Gleiche Zeit, gleicher Ort“, sagen viele mit einem Augenzwinkern. Der Termin für das nächste Weihnachtsbad ist längst fest eingeplant.

Warum tut man sich das an?

Sind es die Endorphine, der Adrenalinschub oder einfach die Lust am Außergewöhnlichen? Wahrscheinlich von allem ein bisschen. Vielleicht geht es aber auch darum, sich in einer zunehmend gemütlicher werdenden Welt selbst herauszufordern. Ein solcher Sprung ist mehr



Winterliches Badespektakel: 700 Mutige wagen den Sprung ins kalte Meer

als nur ein Badevergnügen – es ist ein kleiner Triumph über die eigenen Ängste und den inneren Schweinehund. Wer kann da noch widerstehen?