

Im Wasser bleiben, bis die Beine rot sind

Anbaden im Darnsee: 70 Bramscher machen mit / „Nix für Weicheier“



Schnell rein, schnell wieder raus, war die Devise. Holger Schulze

Holger Schulze

Ganz schön mutig: 70 Bramscher sprangen am Samstag zum Anbaden in den Darnsee. Eine Gruppe hielt es länger als zehn Minuten im sieben Grad kühlen Wasser aus. Obwohl es hinterher nicht einmal eine heiße Dusche zum Wiederaufwärmen gab.

Am ersten Samstag im neuen Jahr hatten Sabine Rehse-Holstein und Sabine Krüger von der DLRG Bramsche zum allerersten Anbaden im Darnsee eingeladen.

Man musste es schon mögen, bei einer Wassertemperatur von gerade mal sieben Grad in Badehose, Einteiler oder Bikini zu steigen und sich den kalten Fluten auszuliefern. Rund 70 Schwimmerinnen und Schwimmer aller Altersklassen zeigten sich unverfroren und machten mit. Doppelt so viele Schaulustige hatte sich ebenfalls eingefunden, durch Winterkleidung warm gehalten.

„Wir erhofften uns ein Gemeinschaftserlebnis, begrüßen mit dieser Aktion das Neue Jahr und freuen uns auf die kommende Saison. Bewegung ist ja auch in dieser Jahreszeit gesund“, erläutert Sabine Rehse-Holstein die Idee.

„Es ist für mich eine neue Erfahrung. Normalerweise schwimme ich in dieser Jahreszeit im Hase-Bad“, freute sich Helge Lewandowsky auf das kühle Abenteuer. Und auch Paula, eine vom Team der Kinderbürgermeisterinnen, wollte „es einfach mal probieren. Zu Hause dusche ich aber lieber warm“.

„Es war schon sehr kalt. Ich habe am Anfang etwas hyperventiliert, und es taten auch die Füße weh. Doch später spürte man das nicht mehr“, berichtete Anika Neumann von ihrer Erfahrung mit dem Kältebad.

Christian Kuhlmann, Vorsitzender des Stadtsportbundes, attestierte den 20 Helfern von der DLRG eine „super Aktion. Man sieht, dass die Leute Spaß haben.“

In jedem Fall war es ein rustikales Erlebnis von Anbeginn an. Umkleiden gab es nur eingeschränkt, warmes Wasser beim Duschen danach überhaupt nicht. Anbaden im Darnsee, das ist „nix für Weicheier, sondern etwas für Naturbur-schen“, sagt Sabine Rehse-Holstein. Danach marschiert sie selbst zügigen Schritts ins Wasser.

Immerhin: Wieder in warme Klamotten gehüllt, konnten sich anschließend alle Schwimmer und ihre Begleiter mit Kinder- und Apfelpunsch wärmen und einer Frühlingssuppe stärken.

Ohne allzu viel nachzudenken schnell rein, dann aber ebenso zügig wieder raus, dies war die Taktik der allermeisten. Nur eine Gruppe harrete mehr als zehn Minuten im Wasser aus. Es waren Frauen vom Lauftreff „Bramscher Rumläufer“.

Sie blieben so lange im Wasser, bis die Beine bis obenhin rot waren. Doch „so etwas machen sie jede Woche“, wie Sabine Rehse-Holstein erfahren hatte.

