

ITZENPLITZER WEIHER

Wir schwimmen bei 3 Grad Wassertemperatur



Keine Angst vorm kalten Nass: Sarah Blankenburg (M.) planscht bei 3 Grad

Foto: www.fotoschlichter.de

04.01.2015 - 16:14 Uhr

VON STEFFEN MEYER

Heiligenwald – **Was Ihr macht, ist einfach brrrrrrrr!**

Das traditionelle Neujahrsschwimmen, die 10. Auflage. Der Itzenplitzer Weiher hat 3 Grad. An einer Ecke ist er sogar noch zugefroren.

Trotzdem Spaß für 3 Dutzend Merchweiler Seelöwen und ihre Mitstreiter.

30 Männer und Frauen planschen für ein paar Minuten im Wasser. Das Gejohle ist groß.

Eine Gruppe ist besonders abgehärtet. Uni-Dozent und Kalt-Schwimmer Michael Marx (42) durchquert mit 5 Kollegen in 5 Minuten den Weiher, legt eine 150-Meter-Strecke zurück. Dann steigt er aus dem Wasser: „Jetzt zittere ich ganz schön, erst mal ein Kakao zum Aufwärmen.“

Aber Vorsicht! „Reinhüpfen darf jeder Gesunde“, sagt Michael Marx. „Aber wer schwimmen will, muss mehr können. Für Ungeübte ist das gefährlich. Da kann der Kreislauf schnell schlapp machen. Wir trainieren seit 4 Monaten für diesen Tag.“

