

Csattanós csobbanós évnitó – Anita módra

Klászné Herbert Anita elkezdte..., mondhatnánk, de gyorsan hozzá kell tennünk: csak a 2019-es sportos rendezvény naptárát kezdte el. Mert valójában folytatja, ott, ahol az elmúlt év december 31-én abbahagyta...

A főszereplő ez évi első sportélményéről így számol be:

- Az idei első esemény amin részt vettem, az „Újévi Jeges Csobbanás” volt Orfűn. Tavaly voltam először ezen az úszáson, ami úgy megtetszett, hogy idén sem hagyhattam ki.

Sajnos annyira nem volt hideg, hogy léket kelljen vágni a tavon, de azért itt - ott találkozhattunk jeges részekkel, jégvártyával a tó tetején. A levegő hőmérséklete a „csobbanás” kezdetére nem sokkal, de 0 fok fölé emelkedett, bár a szél ezt erősen megkérdőjelezte.



Hogy milyen volt? Röviden: Frissítő ☺, és több néző volt, mint úszó.
Személy szerint én így éltem meg:

A start időpontja előtt kb.10 perccel azon vettem észre magam, hogy állok a parton törölközőbe tekerve, papucsban, sapkával a fejemen és azon tűnődöm, hogy már megint nem vagyok normális...

Aztán amikor végre szabad utat adtak a szervezők a csobbanáshoz, a többi elvetemült társammal együtt elindultunk a stég azon részére, ahonnan azok indultak, akik nem csak csobbanni, hanem úszni is szerettek volna. Viszonylag nagy volt a sor és a stég padlózata nagyon hideg volt, ezért igyekeztem a lehető legkisebb felülettel érintkezni a talajjal.



Ahogy a vízhez vezető létrához kerültem, már nem gondolkoztam. Gyorsan bemásztam és úsztam.



Az igazság az, hogy bemegy az ember a vízbe és kb. 40-45 másodperc után már nem érzi, hogy milyen hőmérsékletű vízben van. A bőr vörös lesz és olyan, mintha sok millió tűvel szurkálnák. A végtagok idővel elkezdenek zsibbadni, a levegőt meg egy idő után csak „pihegve” tudod venni.



Ilyenkor nem szabad pánikba esni, csak úszni és úszni...

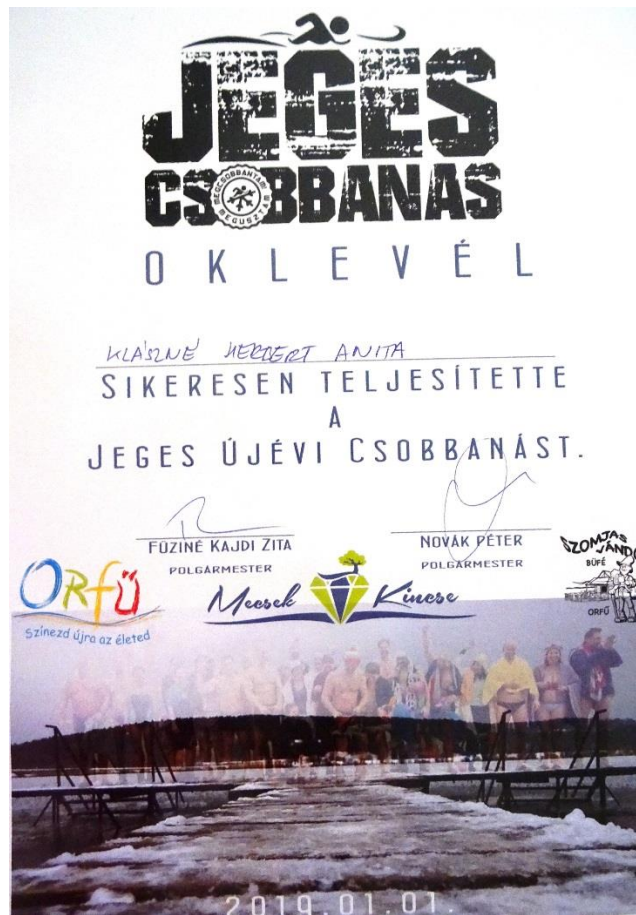
Mikor kijöttem a vízből, szinte kellemesnek éreztem az 1 fokos levegőt, és legalább fél órán keresztül fel sem öltöztem.



És hogy mit tanácsolok annak, aki kedvet kapott egy jeges csobbanáshoz?

Íme:

- Nem szabad lábbal ellenőrizgetni, hogy milyen hideg a víz, mert akkor tuti nem mész bele.
- Mellúszás előnyben és lehetőleg ne bukj le a víz alá.
- Ne ess pánikba, lélegezz, lélegezz, lélegezz – ja, és persze ússz!



Tessék, „csak” ezeket az intelmeket kell megfogadni, és máris lehet követni Anitát.

- szerk. -