Top 5 der besten Strandurlaube - im Winter

Hamburg, 06. Januar 2023 Winterbaden, Winterschwimmen, Eisbaden - wie auch immer man den eisigen Trend nennen mag, er ist kaum jemandem entgangen. Egal, ob man es für die Gesundheit, für das Abenteuer oder für sich selbst tut, der Trend scheint ungebrochen zu sein - und es gibt viele „erfrischende“ Orte, die sich bestens für Winterschwimmen eignen. Die Hotel- und Reisesuchseite momondo.se hat sich mit den Winterbadeliebhabern von Dark & Cold zusammengetan, um einige der besten Winterstrände vorzustellen und zu zeigen, was man in seine Strandtasche packen sollte.

Die Dark & Cold Association, oder die Happy Friends of Darkness and Cold, wie sie sich selbst nennen, ist eine gemeinnützige Vereinigung, die sich für die Entwicklung positiver Erfahrungen in den Teilen der Welt einsetzt, in denen es lange Zeit dunkel und kalt ist.

„Sonne und Badeurlaub in aller Ehre, aber wir wollen auch die Dunkelheit und Kälte feiern, die wir in den Wintermonaten hier in Schweden erleben. Gerade das Winterbaden ist ein großartiges Beispiel dafür, wie man auch im Winter positive Erfahrungen machen kann, um sich lebendiger zu fühlen, indem man die langen kalten Perioden und die wenigen Sonnenstunden nutzt, die uns die Jahreszeit bringt", sagt Lars Westerlund, Sprecher von Dark & Cold.

Endorphine, Dopamin, Achtsamkeit, verbesserte Blutzirkulation und weniger Krankheitstage sind nur einige der vielen gesundheitlichen Vorteile, die ein Winterbad laut Lars Westerlund mit sich bringen kann. Aber auch für diejenigen, die Schweden in den Wintermonaten auf eine neue Art und Weise erleben wollen, ist das kalte Erlebnis eine gute Möglichkeit.

„Das Winterbaden ist eines der exotischsten Dinge, die die kalten Monate in Schweden zu bieten haben, von Norden bis Süden. Schweden ist eines der seereichsten Länder der Welt und hat eine der längsten Küstenlinien Europas. Mit anderen Worten, die Möglichkeiten für ein schönes, glitzerndes Winterbad sind endlos“, sagt Per Christiansen, Sprecher von momondo.

Die fünf besten Strände laut Dark & Cold für die Wintermonate:

1. Ganlet, Göteborg

Ein schöner Spaziergang zur Badestelle am Meer, die ganzjährig über mehrere Leitern erreichbar ist, ist hier Teil des Gesamterlebnisses. Zudem ist es ein richtig gemütlicher Ort, um nach dem Schwimmen ein mitgebrachtes Heißgetränk zu genießen.

2. Vinterparken in Östersund, Jämtland

Neben Eisbädern und holzbefeuerten Whirlpools ist Vinterparken auch ein schönes Ausflugsziel für einen ganzen Tag. Schlittschuhlaufen, Langlaufloipen, ein Spielplatz und ein Museum sorgen auch nach dem Winterbad für Beschäftigung. Am Strand gibt es Liegestühle mit Decken, wenn man sich eine Weile hinsetzen und die frische Luft genießen möchte - oder an klaren Abenden die Sterne beobachten.

3. Vitskärsudden in Obbola, Västerbotten

Hier kann man nach dem Winterschwimmen bei einem heißen Getränk und einem guten Imbiss die Aussicht auf einen der vielen Steinhügel von Vitskärsudden genießen.

4. Fästningsbadet in Varberg, Halland

Fästningsbadet ist ein beliebtes Ausflugsziel in den Sommermonaten, aber auch im Winter bietet es Bademöglichkeiten. Und Fästningspiren ist zentral gelegen, so dass badefreudige Besucher:innen das gemütliche Stadtzentrum von Varberg genießen können, während sie dort sind.

5. der Hafen von Kivik, Skåne

Das ganze Jahr über ein beliebtes Ausflugsziel. Im Sommer ist der Ort voller Sonnenhungriger - warum nicht auch im Winter die Gelegenheit nutzen, den schönen Hafen zu genießen? Der Hafen von Kivik hat eine Leiter, die das ganze Jahr über in Betrieb ist.

Das packt Dark & Cold für den Strand ein - im Winter

- Badekleidung
- Kleines Handtuch - zum Draufstellen beim Umziehen.
- Eine warme Mütze - eine warme Mütze kann während und nach dem Bad getragen werden, um den Körper warm zu halten. Das liegt daran, dass ein Großteil der Körperwärme über den Kopf verloren geht.
- Warme Handschuhe - können auch nützlich sein, wenn man eine vereiste Leiter hinunterklettert.
- Ein großes Handtuch oder ein warmer Bademantel - zum Einwickeln nach dem Baden.
- Warme, lockere Kleidung, die sich anschließend leicht anziehen lässt. Auch wenn Sie sich im Wasser nicht erkälten, können Sie sich nach dem Schwimmen leicht erkälten, wenn Sie sich nicht warm und trocken anziehen.
- Etwas Warmes zu trinken nach dem Schwimmen - zum Beispiel heiße Schokolade, Saft, Kaffee oder Tee.
- Etwas Leckeres zu essen nach dem Bad - ein Winterbad macht bekanntlich hungrig.
- Neoprenschuhe - eine gute Möglichkeit, Ihre Füße und Zehen zu schützen.
- Ein Freund:in - nie allein winterschwimmen und immer in der Nähe der Leiter bleiben.

Über Dark & Cold

Dark & Cold arbeitet auf gemeinnütziger Basis an der Entwicklung positiver Erfahrungen in den Teilen der Welt, in denen lange Zeit Dunkelheit und Kälte herrschen. Es geht darum, in Zusammenarbeit mit anderen Akteuren die Dunkelheit und Kälte in etwas zu verwandeln, das das Leben sowohl der Menschen, die in diesen Gebieten leben, als auch derer, die das Privileg haben, diesen Teil der Welt zu besuchen, bereichert. Weitere Informationen zu Dark & Cold gibt es unter https://www.darkandcold.com.

Mit seinen verschneiten Landschaften, den niedrigen Temperaturen und Tausenden zugefrorenen Seen und Flüssen ist Schweden das ideale Reiseziel für alle, die sich nach einem richtigen Winter mit allem Drum und Dran sehnen. Eisbaden, die Nordlichter beobachten, in der Sauna entspannen und vieles mehr ist möglich. Online stellen wir zehn schwedische Highlights für die kalte Jahreszeit vor. https://visitsweden.de/aktivitaten/natur-outdoor/winteraktivitaten/10-beste-winter-aktivitaten-in-schweden/

Kontakt:

Visit Sweden GmbH
Sabine Klautzsch
Senior PR Manager
Große Bäckerstr. 10
20095 Hamburg

0049 40 32 55 13 20
sabine.klautzsch@visitsweden.com
www.visitsweden.de

Visit Sweden hat den offiziellen nationalen Auftrag der schwedischen Regierung, Schweden als Reiseziel zu vermarkten. Unsere Vision ist, dass Schweden bis 2030 das nachhaltigste und attraktivste Reiseziel der Welt ist.

Additional assets available online: Photos (1)

https://press.visitsweden.com/2023-01-06-Top-5-der-besten-Strandurlaube-im-Winter