

Infoabend Kältekammer

Infoabend Kältekammer – oder «Ueli muss Leiden»



Ueli musste tatsächlich leiden. Diesmal ging es jedoch nicht um die Bezwingung des Hammermanns, sondern um die Frage, ob es ein Mensch drei Minuten lang bei minus 110 Grad Celsius aushalten kann. Man kann! Aber etwas Leiden gehört dazu.

Beim Infoabend der GO-IN6WEEKS vom 26. März 2014 fanden sich neben Ueli weitere Mutige bei Medice im Luzerner Sportgebäude ein um bei minus 110 Grad zu frieren. Und das freiwillig! Warum nur? Die Motivationen waren genauso vielfältig wie der Respekt vor dem Kältegang. Ueli wollte wissen, ob aus der Ganzkörper-Kältetherapie eine sportliche Leistungssteigerung resultiert, andere wiederum wollten erst mal erfahren, was da eigentlich abgeht.

Astrid Bösch hatte alle Hände voll zu tun, die gewünschten Information an das zahlreiche Publikum zu bringen. Im medizinischen Bereich, so Bösch, wird die Kältekammer zur Schmerzbehandlung u.a. bei Rheumaleiden und chronischen Entzündungen eingesetzt. Bei Sportlern dient sie als regenerative Massnahme, zur Leistungssteigerung und zur schnelleren Genesung nach Verletzungen. Astrid hätte noch weiter ins Detail gehen können, aber ungeduldiges Fusscharren verriet, dass nun der Zeitpunkt der Action gekommen war.

Bei der Kältekammer angekommen begann direkt emsiges Treiben. In die Kältekammer geht man nicht etwa im Wintermantel, sondern in Badekleidern. Dazu gehören noch Socken, Turnschuhe, Handschuhe, Stirnband und Mundschutz.

So ausgerüstet verschwanden die ersten Wagemutigen in den dampfenden Katakomben der Kältekammer. Durch eine grosse Fensterscheibe und eine Gegensprechanlage hielten sie Kontakt zur Aussenwelt. Nach der gefühlten Ewigkeit von knapp zweieinhalb Minuten schienen die Runtergekühlten ziemlich erleichtert, als Astrid's aufmunternde Stimme ertönte: «Noch eine halbe Minute, dann habt ihr es geschafft!» Nach dem unbeschadeten Durchgang mit der «Vorhut» war das Eis gebrochen. Im Fünf-Minutentakt wurden weitere Gruppen in die Antarktis geschickt. Noch bevor die letzte Gruppe aus den Nebelschwaden aufgetaucht war, wurde die Diskussion eröffnet. Heftige Erfahrungsberichte wechselten die Akteure. Vom Zuhören hätte man meinen können, dass die Jungs doppelt so lange am Eismeer waren als die Girls. Ist ja klar, denn die Männer angeln auch die grösseren Fische. Nur Astrid's quartzgesteuerte Stoppuhr konnte die korrekten Verhältnisse wieder herstellen.

Der Themenabend wurde mit einer kleinen Stärkung und den sehr schnell einkehrenden wohligen Wärmegefühl abgerundet. Insgesamt war es ein toller Abend mit neuen Erfahrungen, die niemand schnell vergessen wird. Weitere Informationen zur Kältekammer gibt's auf www.med-ice.ch.

medice
KÄLTEKAMMER -110°C

