

## Eisschwimmen: Der neue Gesundheits-Trend erfrischt Wiener:innen!

Eisschwimmen, ein Trend für Gesundheit und Lebensqualität, fand unter Anleitung von Josef Köberl in Wien statt. Entdecken Sie Naturpools!



**Laimgrubengasse 10, 1060 Wien, Österreich** - In den letzten Wochen hat ein aufregender Trend in Österreich und Deutschland an Fahrt aufgenommen: das Eisschwimmen. Am 18. Dezember 2024 wagte eine Gruppe von Wiener:innen unter Anleitung des österreichischen Weltrekordhalters Josef Köberl den Sprung ins eiskalte Wasser eines Naturpools mit gerade einmal 6 Grad Celsius. Köberl, der Eisschwimmen als Lebenselixier ansieht, erklärte den Neuankömmlingen, wie sie das Erlebnis mit tiefen Atemzügen und positiven Erinnerungen in der Kälte genießen können. „Ich werde nie krank, und Gentests bescheinigen mir sogar eine Verjüngung“, so Köberl über seine Erfahrungen, wie von **APA-OTS** berichtet.

# Der Festival der Naturpools

Der Trend zum Eisschwimmen fällt zusammen mit der steigenden Beliebtheit von Naturpools, die als hautfreundlich und nachhaltiger gelten. Laut **Biotop** erleben immer mehr Menschen die Vorzüge eines naturnahen Badevergnügens im klaren, chemiefreien Wasser, das ohne aufwendige Chemikalien gereinigt wird. Diese Pools sind nicht nur umweltfreundlicher, sondern bieten auch vielfältige Gestaltungsmöglichkeiten. Es gibt sowohl geradlinige Designer-Pools als auch naturnahe Teiche, die das ganze Jahr über genutzt werden können – selbst zum Eislaufen!

Das Eisschwimmen wird somit zu einem symbolischen Highlight für gesundheitsbewusste Schwimmer, die die Vorteile von Naturpools schätzen. Sie konkretisieren das Bedürfnis nach bewusstem, gesundem Leben in harmonischen, natürlichen Umgebungen. Köberl und andere Anhänger zeigen, wie auch die Wintermonate eine Zeit der Erneuerung und Vitalität sein können, indem sie ihr Wohlbefinden und ihre Lebensqualität durch den Kontakt mit der Natur stärken.

| Details        |   |
|----------------|---|
| <b>Ort</b>     | Laimgrubengasse 10, 1060 Wien, Österreich   |
| <b>Quellen</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="http://www.ots.at">www.ots.at</a></li><li>• <a href="http://www.merkur.de">www.merkur.de</a></li></ul> |

**Besuchen Sie uns auf: [die-nachrichten.at](http://die-nachrichten.at)**