

# Badbart i Lunddalen



Ny isbildning startar omgående i kylan

Färdigsågat och ombytt önskar Jan-Erik o Karin Fors välkomna till isvaken

Vattenkaskaden stod högt när motorsågssvärdet gick igenom isen som idag var +25 cm när Jan-Erik Fors hade bestämt sig för att göra det möjligt att bada isvak i Lunddalen. En möjlighet som uppskattas av somliga och som en del ser fram emot med skräckblandad känsla tills man provat och konstaterar att det är uppfriskande och ger en härlig känsla i kroppen. Det är tredje året som Jan-Erik gör arbetet och ofta är det knutet till att någon som hyr Lunddalen undrar om det finns möjlighet att bada isvak. Platsen är vald en liten bit från stranden i närheten av badbryggan. Djupet på platsen kräver en stega för att ta sig i och ur isvaken då man inte bottenar på platsen. Isvaken är utmärkt med orange vägpinnar och stegen placeras över vaken efter att du badat.

Att tänka på:

## **Bada aldrig ensam**

Var lite varm när du kliver i och ha gärna skor på dig

Strunta i att doppa huvudet och ha på dig mössa

Ta med varmt ombyte som går snabbt och lätt att ta på och ett sittunderlag att stå på

Du som har högt blodtryck eller problem med hjärtsjukdom - Avstå