

**La natation d'hiver devenant de plus en plus populaire en Pologne, plusieurs clubs ont poussé la pratique un peu plus loin en organisant des randonnées en montagne...le plus dévêtu possible.**

Article de Maria Wilczek publié le 7 janvier 2020 sur le site [Notes from Poland](#).



Comme de plus en plus de Polonais participent à des baignades en plein air dans le froid, de nombreux clubs de natation d'hiver ont ouvert leurs portes. L'année dernière, un rassemblement annuel de quatre jours dans la ville côtière de Mielno a réuni 6 000 nageurs d'hiver, contre 5 000 en 2019. La prochaine édition est prévue pour le 14 février de cette année.

Le groupe de nageurs d'hiver de Tchécowie, surnommé « Morses et phoques », organise depuis 2010 des baignades mensuelles pour ses membres entre le début du mois d'octobre et la fin du mois de mars. Le groupe se réunit au réservoir de Kaniowo, près de la ville de Bielsko-Biała dans le sud de la Pologne.

« C'est plus agréable quand la température de l'air est à -8, -10 degrés Celsius », explique Piotr Guzy, responsable du club, à *Gazeta Wyborcza*. « Vous entrez alors dans le réservoir comme dans un bain, l'eau vous paraît chaude ! »

Le groupe a maintenant commencé à organiser des randonnées en montagne pour ses membres en short. « Cette année, elles sont devenues extrêmement populaires », dit Guzy, tout en rappelant qu'elles ne sont pas destinées aux novices. Il recommande d'acquérir d'abord une certaine expérience de la natation d'hiver avant de se lancer dans les randonnées.

Au début de l'année, le club a organisé une randonnée hivernale - la plupart des membres du club se sont présentés torse nu - sur la colline de Kozia Góra (Stefanka), dans le sud de la Pologne. Aujourd'hui, le groupe a gravi le Klimczok (1 117 m), et prévoit bientôt de monter le Babia Góra (1 725 m) à la frontière avec la Slovaquie.

Lorsqu'on lui demande ses motivations, M. Guzy affirme que de telles pratiques contribuent à renforcer les défenses immunitaires. Il travaille dans une mine de charbon et affirme que, malgré les épidémies massives de coronavirus parmi les mineurs l'année dernière, il a été testé négatif à plusieurs reprises, tandis que d'autres membres du club sont également restés en bonne santé, rapporte *Gazeta Wyborcza*.

D'autres clubs ont aussi commencé à organiser des randonnées de groupes en hiver, dont le « Tyskie Sinice » de la ville de Tychy en Silésie. En décembre, les membres ont monté Śnieżka (1 603 m), le plus haut sommet de la chaîne de montagnes Karkonosze.

Depuis, ils ont également fait l'ascension de Stożek Wielki (978m) à la frontière tchèque, et de Turbacz (1 315m) dans le sud de la Petite Pologne. Ce dernier voyage, qui a été suivi par un nombre record de randonneurs (40 membres du club), a permis de sensibiliser le public et même de récolter des fonds pour un enfant souffrant d'atrophie musculaire spinale (AMS).

Les années précédentes, seuls quelques randonneurs esseulés faisaient de telles ascensions en short, selon Mirosław Sitek, un membre du club, qui raconte son expérience à *Gazeta Wyborcza*. « Mais cet hiver, le plaisir a vraiment commencé », poursuit-il.

Sitek admet que les réactions à leurs activités sont mitigées, avec notamment de « l'admiration, de la curiosité mais aussi de l'indignation et de l'incompréhension. » La pratique rassemble quoi qu'il en soit de plus en plus d'adeptes. Cette semaine, malgré la pandémie, le club a enregistré une participation record à une baignade hivernale de charité dans le lac Paprocańskie de Tychy.