

active beauty

Das Leichter Leben-Magazin – www.activebeauty.at

Nr. 4 Juni 2010

Wahre Freunde

*Woran man
sie erkennt, wie
man sie hält*

Schöner Sommer

*Glänzendes Haar,
strahlender Teint,
glatte Beine*

Für noch mehr Vorteile hier ziehen!

Alles im Lot

Harmonie-Training: Balanceakte für Körper und Seele

dm kosmetikstudio: Dem Sommer entgegen – auf gepflegten Füßen.

dm

Lösungen an Bord.
Man muss nicht ins Wasser
gehen, wenn es am Boot Un-
stimmigkeiten gibt. Man kann
den anderen auch den Wind
aus den Segeln nehmen.



Nur kein Kajütenkoller. Am Schiff herrscht Windstärke Gefährlich für die Freundschaft. Dann nimmt man einfach Landurlaub.



Urlaubsziel Freundschaft

*Er kann aus losen Bekanntschaften dicke Freunde und aus Freunden fürs Leben erbit-
terte Feinde machen. Ein gemeinsamer Urlaub ist eine Extremsituation. So oder so.*

TEXT: GABI WEISS

Die warmen Tage auf dem Balkon. Über Zäune geklettert, über Wiesen gelaufen, über Burschen palavert. Gemeinsam getrunken, gelacht und geweint. Ein Herz und eine Seele. Bis zum gemeinsamen Urlaub – dann war Schluss mit der Poesiealbumfreundschaft. Ein paar Nörgeleien, zuerst noch als Spaß getarnt, dann immer ernster. Und plötzlich wurde Unge- sagtes gesagt, Ungeahntes ausgesprochen.

Ein Urlaub ist eine Extremsituation, wer hätte das gedacht. Wir sind Fremde in einem fremden Land, verstehen nicht immer, was gemeint ist, auch wenn wir die Sprache sprechen, finden keinen Ort, um uns zurückzuziehen, um auszuschlafen.

Die Gruppendynamik fährt mit, egal wohin die Reise geht. Schon allein deshalb sind wir besonders verletzlich. Dazu kommt der Erwartungsdruck, schließlich sind jetzt die schönsten Wochen des Jahres, da muss alles klappen, bitteschön.

Es kann aber auch ganz anders kommen, und das ist gar nicht so unwahrscheinlich: Der Urlaub schweißt Freunde zusammen. Bringt Seiten zum Klingen, die man vorher nicht kannte, die zuerst erstaunen und einem dann gefallen. Es entsteht eine Nähe, die man vom Alltag her nicht kennt. Man teilt, und zwar alles, und das rund um die Uhr: einander aus der Patsche helfen, den richtigen Weg finden, den Marktverkäufer runterhandeln, das

FOTOS: GETTY IMAGES/BRITT ERLANSON, L.D. RIVA TOURS

Psycho/Spiritualität ●●●●●

Health/Body ●●●●●

Beauty/Pflege ●●●●●

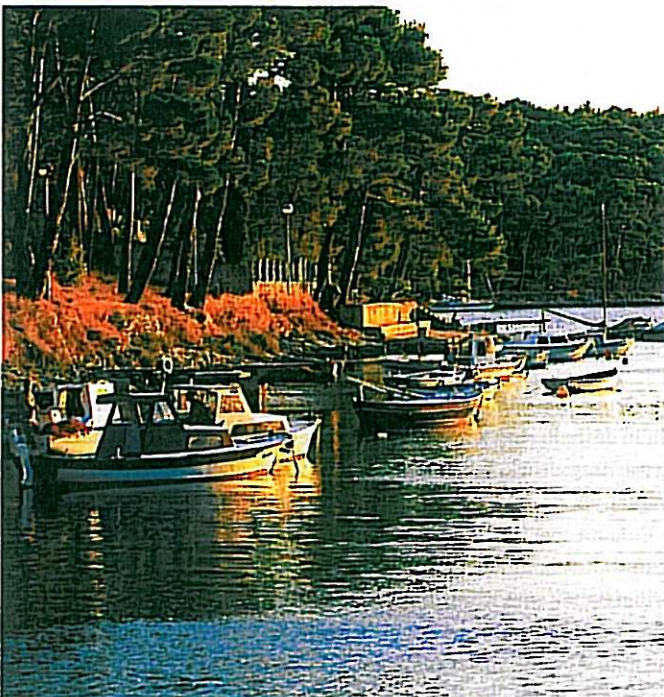
Genuss/Relax ●●●●●

Job/Karriere ●●●●●

Kids/Partnerschaft ●●●●●

Juni 2010

active beauty | 79



Sprunghafte Beziehungen. Niemand ist eine Insel. Schon gar nicht auf einem Boot. Wenn es zu eng wird, ist Inselhopping angesagt. Natürlich hüpf jeder woanders an Land. Eine Möglichkeit: das Eiland namens Losinj (oben).

It's your Törn: Auch auf dem kleinsten Boot ist

beste Restaurant entdecken. Und Geschichten aus der eigenen Vergangenheit erzählen, die einen geformt haben. Gemeinsame Erlebnisse verbinden – schon auf der Rückreise werden sie zum Ausgangspunkt jahrelanger Kannst-dich-noch-erinnern-Schwärmereien.

Kuscheltörn unter Sternen. Bevor man die noch ungeahnten Verhaltensweisen des Gegenübers auf sich zukommen lässt, muss man sich erst einmal ausschnapsen, wohin die Reise gehen soll. Wer Vertrauen in die Beziehung hat und obendrein mutig ist, kann sich auf den Freundschafts-Härtetest einlassen und auf ein Segelboot steigen. Ein unvergessliches Abenteuer. Denn auf engem Raum verändert sich alles, zumal der Alltag anders tickt. Die wichtigste Frage: Richtig segeln oder Wassercamping? Ist das geklärt, gibt es später keine enttäuschten Gesichter, wenn der schönste Wind in die Bucht weht und der Rest der Meute lieber an Deck in der Sonne faulenz statt sich an die Winschkurbel zu werfen. Die Einteilung der Crew ist der nächste springende Punkt: Wer kocht, wäscht ab, kauft ein, verstaut den Proviant, macht die Bordkassa? Ab dann gibt es nur mehr das Meer. Zum Beispiel das rund um Sardinien. Die Insel ist genau



Platz genug für unterschiedliche Charaktere. Man muss nur vorher wissen, wer anheuert.

das Richtige für eine Segelfahrt unter Freunden. Es gibt genügend Fahrtwind, hier und da einen Jachthafen, stille Buchten, glasklares Wasser und fette Fische, die dicht an der Oberfläche schwimmen. Und nachts leuchten Millionen Sterne am Himmel, die sich im Meer spiegeln. Die kann man übrigens fast ausschließlich mit den Freunden genießen, denn viele der kleinen Buchten rund um Sardinien sind nur übers Meer zu erreichen. Hier und da gibt es lokale Fährgesellschaften, die zwischen den schmucken „Cale“ ihre Fahrten machen, doch nur von Juli bis August, wenn in Italien Ferien sind. Die übrige Zeit, wenn diese Insel ihren Winterschlaf hält, verirren sich nur wenige Touristen in die Buchten. Man hört kein Motorengeräusch, und wenn der Wind aufhört zu wehen, wird es still. Dann kann man abtauchen, zur Ruhe kommen, Balance finden – und mit seinen Freunden eine gute Flasche Wein auf den Urlaub trinken.

Dem Alltag davonpaddeln. Es muss nicht gleich ein Segeltörn sein. Man kann auch eine andere, vielleicht nicht gar so extreme, aber ungemein sportliche Erfahrung auf kleinem Raum machen. Indem man sich für einen gemeinsamen Paddelurlaub entscheidet. Ein wesentlicher Reiz ist sicher die sportliche

Herausforderung, man testet schließlich über mehrere Tage seine körperlichen Grenzen aus. Paddelt man dem Alltag davon, wächst der Bizeps. Aber nicht nur das: Auch Natur- und Freiheitsgefühl haben es in sich. Schließlich kann man unter freiem Himmel sein Bett aufschlagen und wildromantische Stunden erleben. Für Freunde ganz wichtig: Sie sollten konditionell ähnlich gut gebaut sein, sonst wird's schwierig.

Um das herauszufinden, könnte man schon zu Hause zur Probe in See stechen und sehen, wann einem die Puste ausgeht. Und das dann mit der täglichen Tagesration an Muskelkraft gleichsetzen. Immerhin nimmt man ja nicht an einer Weltmeisterschaft teil, sondern ist auf Urlaub. Die wichtigste Frage aller Fragen, sobald man gemeinsam im Boot sitzt: Wer übernimmt die Führung und wie paddelt man im Gleichtakt? Am besten packt man einen Extrakoffer Humor ein, dann wird schon nichts schiefgehen.

Doch wohin eigentlich? Äußerst beliebt fürs Paddeln sind Länder mit wilder, unberührter Natur und abwechslungsreichen Wasserstraßen. Dazu zählt Schweden, insbesondere das Schärengebiet. Es ist so gut wie menschenleer und wunderbar ursprünglich. Das wilde Schärenlabirynth hat 6.500 Inseln, von



GUT ZU WISSEN

Viele Tipps:

Segel Guide, Michael Lynn, KGV Verlag
 Paddeln ohne Ende: Kanuwandern in
 Schweden, Edition Elch
 Inselhüpfen im Kvarner, www.kvarner.hr



Freunde sollten einander alles sagen können. Es sollte nur kein Seemannsgarn sein.

denen nur 65 bewohnt sind. Da findet man bestimmt ein geeignetes Platzerl, um die gemeinsamen Erlebnisse Revue passieren zu lassen.

Inselhüpfen ist angesagt. Wer dann doch lieber Festland unter den Füßen hat, kann die Kvarner-Bucht in Kroatien ansteuern. Für einen Urlaub mit Freunden die perfekte Kombination von Aktivität und Entspannung. Denn die Inseln bieten nicht nur ein Naturerlebnis sondergleichen – kristallklares Wasser, einsame Buchten, grüne Hügel mit schroffen Steinlandschaften –, sondern auch malerische Hafenstädte und Fischerdörfer mit verwinkelten Gassen und gemütlichen Cafés. Mit den Freunden an der Hand kann man per Fahrrad, Auto oder Motorsegler erst mal die Insel erkunden. Und dann beschwingt durch Gassen flanieren, Café oder Wein trinken und über Gott und den Rest der Welt philosophieren. Und natürlich über die Reiserouten. Denn auch hier gilt: Planung ist der halbe Urlaub. Es ist ratsam, darauf zu achten, welcher Urlaubsmensch man ist: Gehört man zu den Spontanen, die ein Schiff sehen und im nächsten Moment schon an Deck stehen? Oder bevorzugt man eine geplante, durchdachte Route ohne Überraschungen? Ungleiche Freunde können die Gruppe zwar beleben, je nach Nervenkostüm kann

das aber auch zu einer Zerreißprobe werden. Und hat dann mit Urlaub nicht viel gemein. Gibt es unterschiedliche Ansichten, so ist das nicht weiter schlimm. Denn man muss nicht immer aufeinanderkleben. Warum sich nicht einmal für einen Tagesausflug trennen? Indem der eine auf die Insel Krk hüpf, und der andere auf Cres. Es kann natürlich auch Rab, Losinj oder die Opatija-Riviera sein, Auswahl gibt es ohne Ende. Dann hat jeder Zeit für sich – und die Vorfriede auf gemeinsame Taten ist umso größer. Für den Austausch der Reiseberichte eignet sich zum Beispiel ein Brunch im Adria-Relax-Resort Miramar in Opatija, wo man ja wieder gemeinsam hinpilgern kann. Oder man macht einen Abstecher in das legendäre Seebad Opatija, das schon vor 100 Jahren eines der mondänsten Reiseziele Europas war.

Für welches Ziel man sich auch entscheidet, der Urlaub mit Freunden ist unberechenbar. Aber – wie jedes Abenteuer – auch eine Chance auf neue Erkenntnisse. Denn auch unsere eigenen Macken kommen ans Tageslicht. Und das ausgerechnet vor jenen Menschen, vor denen wir am meisten glänzen wollen. Vielleicht streiten wir bitterböse und verhalten uns trotzig – um dann festzustellen, dass uns unsere Freunde so mögen, wie wir sind. Einen Versuch ist es wert. □