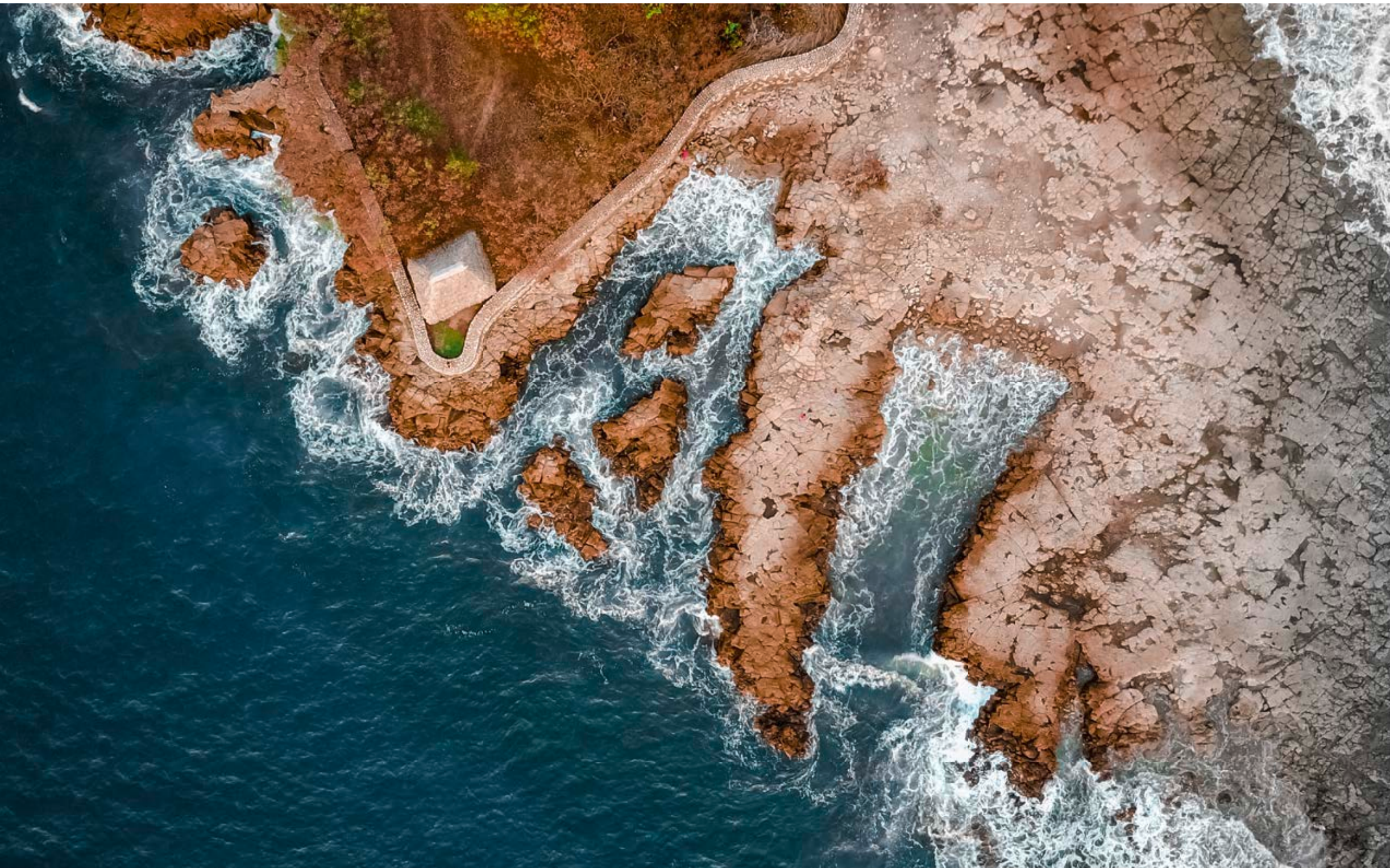




# DO WHATEVER FLOATS YOU, FLOATLOVER.



***Time to float – durch das Leben, auf den Wellen, auf der Matte. Dort, wo die Sonne scheint, die Wellen brechen und man zur Ruhe kommen darf. Dort, wo dich dein Journey hinführt – begleitet von Floatlovers.***



Text: Martina Caluori

Bilder: Connor Guest und Michelle Oberholzer

Floatlovers ist eine Community von Gleichgesinnten, die ihre Leidenschaft zum Yoga und Surfen sowie der Natur und Gesundheit teilen. Hinter Floatlovers stehen Juy Würtenberg, Reni Bickel und Lukas Landolt – alles Yogis und begeisterte Surfer. Das Floatlovers Team designt und organisiert sogenannte «Journeys», welche die Möglichkeit bieten sich aus dem Alltag zurückzuziehen und Energien zu tanken. «Unsere Motivation ist es, Leute zu inspirieren und sie zu ihrer wahren Essenz zu führen.» Dabei bieten die drei den Raum und die Techniken, um ausserhalb der täglichen Routine innere Ruhe zu finden, damit man sich auf den Weg der Selbstentdeckung begeben kann. Eine Reise in ein anderes Land, aber auch eine Reise in das Innere von jedem Selbst. «Floatlovers vereint ein Lebensgefühl, eine Art und Weise wie man durch das Leben geht, durch das Leben floated. Es ist aber auch das Gefühl, welches entsteht nach dem Yoga. Ein Gefühl von Leichtigkeit, Losgelöstheit, ein bisschen so als würde man schweben. Genau dasselbe Gefühl kommt auf, wenn man auf einer Welle surft, total im Moment ist und alles andere rundherum vergisst.» Als Floatlover «schwebt» man also nicht nur auf Wellen, sondern auch durch das Leben. Es ist eine Leichtigkeit, eine Leichtigkeit im Sein, die von den drei Floatlovers sofort zu mir rüber schwappt. Man sieht ihnen die Liebe zum gesunden Lebensstil an – die Freude an ihrem Sein und Schaffen.

Ich möchte mehr erfahren, über Floatlovers und die Journeys. Nicht nur, weil ich floaten will, sondern auch, weil Yoga und Surfen mehr gemeinsam haben als man auf den ersten Blick denken mag.



## «DIE ENERGIE DES OZEANS TANKEN. DER GENUSS, AUF DEM WASSER ZU FLOATEN. AUS SEINER KOMFORTZONE AUSZUBRECHEN.»

Was auch immer mehr Profi-Surfer wie Kelly Slater, Rob Machado oder Rochelle Ballard in den letzten Jahren bemerkt haben. Allen voran Surflegende Gerry Lopez, aka Mr. Pipeline. Ihm zufolge ist Surfen, wie auch Yoga, eine der tiefsten Meditationsformen. «The breathing, the pure concentration on movement, the focus on mindfulness – surfing and practicing yoga go hand in hand.» Will man besser werden im Surfen, ist Flexibilität essentiell. Yoga hilft, technische Manöver zu meistern, reduziert das Verletzungsrisiko und ist für einen flüssigen Surfstil unterstützend. Was gerade bei Rob Machado nur unschwer zu erkennen ist. Ein weiterer wichtiger Punkt ist der mentale Fokus und die bessere Atemtechnik, die unter anderem auch hilft Stress abzubauen – gerade bei grossen Wellen äusserst hilfreich. Für den wahren Surfer oder wahren Yogi gibt es eine Verbindung, die über das Physische hinausgeht – vergleicht man den Rhythmus des Ozeans mit dem Rhythmus des Körpers. Oder wie es Gerry Lopez sagt: «...maybe they are the same, maybe what yoga and surfing are trying to do is tap into exactly the same energy». So



sehen es auch Juy, Reni und Lukas. «Wir lieben es zu surfen, in der Natur abzutauchen, zu Reisen, Neues zu entdecken und zu lernen. Vor allem verbindet uns auch Yoga, was ein inneres Entdecken und Wachstum bedeutet. Wir alle streben nach Entwicklung und einer positiven Perfektion als Mensch in dieser Welt. Durch diese Inhalte wollen wir inspirieren und animieren das jeder sein Leben bewusst gestalten kann.» Und wie sieht das aus? Je nach Wellen und Gezeiten ändert die Tagesplanung. Der Tag beginnt mit einer Meditation oder Yoga und einem nahrhaften Frühstück. Nach einer gemütlichen Verdauungspause wird gesurft.

Während der Journeys arbeiten Floatlovers eng mit gut ausgebildeten Surfcoaches und – guides zusammen. Je nach Niveau gibt es dann oft zwei bis drei Gruppen, welche sich entsprechende Spots aussuchen. Eine Reise für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermassen. In Nicaragua, wo die erste Floatlovers Journey letzten Mai stattgefunden hat, «gab es in 10 Minuten Gehdistanz eine schwierige, aber extrem gute Welle (the Boom), die täglich tubet und fast keine Crowd hat. Dann gleich um die Ecke mit anderer Ausrichtung hatte es den perfekten Anfängerstrand.» Nach dem Surfen isst man dann gemeinsam zu Mittag und kann im Anschluss je nach Lust und Laune nochmals Surfen, Schwimmen, auf Entdeckungsreise gehen oder einfach chillen. «Wir bieten persönliche Wellness Sessions an, da wir auch therapeutisch arbeiten. Dazu gehören beispielsweise Massagen, Reiki oder Crystal Healings.» Und am Abend gibt es nochmals eine Yoga Session oder Tiefenentspannung. Ganz speziell ist, dass der Yogaunterricht auf das Surfen ausgerichtet ist. Sounds good, doch was ist das Ziel von einer Journey? «Das Ziel ist, jedem unserer Teilnehmer eine bedeutungsvolle Erfahrung zu bieten. Es geht darum Mut zu finden, die Grenzen seiner Komfortzone zu überschreiten – beim Surfen, Yoga oder Klippenspringen.» Denn gerade durch das Yoga und die Meditation kommt man sich näher, lernt sich selber besser kennen und kann sogar typische Muster aufdecken, welche der persönlichen Weiterentwicklung im Wege stehen. «Wir



## «SURFEN - FÜR UNS EINE DER SCHÖNSTEN TÄTIGKEITEN DER WELT, VIELLEICHT AUCH DIE SCHÖNSTE»

sind darauf spezialisiert und es ist unser Ziel, die Leute zu begleiten und den Rahmen zu bieten, so dass jeder über sich lernen kann – ohne dabei den Spass und die Leichtigkeit zu verlieren.» Und diese Leichtigkeit ist es, welche wir alle vom 12. bis 19. Mai 2018 in Nicaragua erleben dürfen in der nächsten Floatlovers Journey – enjoy your lightness! Denn don't we all just love to float?

### «WE LOVE TO FLOAT»

<http://floatlovers.com>

Knapp verpasst: die letzte Journey fand gerade eben vom 7. bis 14. Oktober in Marokko statt. Aber keine Sorge: die nächste Journey kann bereits gebucht werden: Nicaragua, vom 12. bis 19. Mai 2018.

