

Eintauchen, Fliegen und Staunen vor Glück

KATRIN KOLO, TEXT UND FOTO

Ich lebe seit gut 10 Jahren im Kreis 8 fast direkt neben dem See. Das ist unfassbar schön.

Doch selbst wenn das Glück gratis vor unserer Haustür liegt, blasen wir zuweilen Trübsal oder wälzen ernsthafte Sorgen. Dann empfehle ich wärmstens einen Spaziergang am See, eine Paddel-Tour auf dem See, das Bad im See oder neu das «Fliegen» über den See.

Lass dich von der Natur umarmen

Ein Bad ist zu jeder Jahreszeit hochwirksam – gerade auch im Winter. Probier's doch einfach selbst: Mütze auf den Kopf (Kopf schön über Wasser lassen!), Neopren-Handschuhe an und gemütlich, wenn auch kraftvoll – nicht hektisch – los schwimmen. Mit warmem Kopf und Händen die ersten 5 Sekunden an etwas Schönes denken ... und schon gleitest du einfach vor dich hin, das Wasser umschmeichelt dich, die Natur umarmt dich – im kalten Wasser, wird es dir ganz warm ums Herz und hell im Gemüt.

Immer und immer wieder. Unermüdlich. Glücklich.

Seit einiger Zeit gibt es im ganzjährigen Treiben am, auf und im Wasser noch etwas Neues. Wer im Kreis 8 hat sie noch nicht gesehen? In schwarze Neoprenanzüge gepresste Gestalten werfen – ob Sonnenschein oder Schneeregen – Bretter mit flugzeugähnlichem Gestell ins Wasser, springen hinterher, um sogleich ins Wasser zu plumpsen. Immer und immer wieder. Unermüdlich. Vermehrt sieht man nun schon den einen oder die andere, sich Knie beugend über dem Wasser fliegend vorwärts «pumpen». Besonderes und noch eher seltenes Glück ist es, diese Wesen, gleich Delphinen tänzelnd oder wie von Zauberhand gezogen, in den Schiffswellen der Zürichsee-Kurschiffe zu erspähen.

Egal ob sie platschen oder gleitend fliegen, jeder Versuch wird vom Ufer aus staunend beobachtet, begeistert bejubelt und beklatscht. Vielleicht ja sogar schon einmal von dir?

Hat dich dabei auch das wunderbar kribbelnde Gefühl des (Mit-)Glücks erfüllt? Dann probier's doch einmal selbst aus!



In ihren Neoprenanzügen gleiten sie elegant daher oder plumpsen bei ihren ersten Versuchen ins Wasser.

Pumpfoiling für Dummies

Vorweg:

1. Wenn dich Pumpfoilen interessiert, bist du garantiert kein Dummy.
2. Pumpfoilen macht süchtig (selbst wenn du nur ins Wasser fällst).
3. Egal wie lange du brauchst, um es zu lernen, du wirst jeden Moment davon glücklich sein.

Jeder kann es lernen. Ein starker Wille und Geduld mit sich selbst sind definitiv von Vorteil. Um ehrlich zu sein, sind sie sogar unerlässlich. Keine Sorge, beim Pumpfoilen kommen Wille und Geduld ganz von selbst.

Pumpfoilen lernen, ist wie laufen lernen.

Du plumpst in etwa genauso oft ins Wasser wie ein Baby auf den Boden, bevor es läuft ... manche brauchen Wochen, andere Monate. Kein Sturz gleicht dem vorigen. Sei darauf vorbereitet, in winzigen Schrittschritten zu lernen. Manchmal sind äusserlich Fortschritte sichtbar, manchmal spürst nur du sie. Jedenfalls geht es immer voran und nie zurück. Keine Sorge, dein Körper weiss, was er tut, auch wenn manch einer den Kopf über dich schüttelt und dein Verstand innerlich im Dunkeln tappt.

Nun denn, irgendwo muss man ja anfangen, und das sieht dann in etwa so aus:

- a) Angst bewältigen und springen
- b) Fallen lernen
- c) Zweifel überwinden, ob du es jemals schaffst
- d) Mit jedem Sprung "Warum in aller Welt mache ich das?" neu beantworten
- e) Den für dich passenden Absprung finden
- f) Auf dem Brett landen
- g) Nicht-Fallen lernen ohne das Fallen zu verlernen (auf dem Brett bleiben)
- h) Pumpen
- i) Weiter pumpen
- j) ... noch weiter pumpen ...
- ...
- z) ... und immer weiter pumpen

Diese Liste habe ich mir notiert, als ich mich schon recht lange mit a) - d) aufgehalten hatte und stolz irgendwo zwischen e) und g) angekommen war – und dort eine ganze Weile blieb und a) - d) weiter fleissig übte. Von h) - z) fehlte mir damals noch jede Vorstellungskraft. Heute, ein gutes Jahr später, würden die Buchstaben des Alphabets nicht mehr ausreichen, um die

möglichen Lernschritte des Pumpfoiling einzeln aufzuführen. Das kitzelt die Neugier, was es noch alles zu entdecken gibt.

Last but not least: Warum in aller Welt mache ich das?

Ich nehme heute mal diese Antwort: Weil ich beim Pumpfoilen jede Millisekunde intensiv erlebe, an nichts denke, ganz im Augenblick schwebe.

Eine wahre Freude, die obendrein noch mit den bunt gemischten Schaulustigen und den nicht weniger bunt durchmischten Pumpfoil-Kolleg:innen geteilt wird. Der vielfältige soziale Austausch ist übrigens einer der ganz wunderbaren Nebeneffekte dieses Sports.

Lust auf mehr?

Wenn du noch mehr Antworten zum Pumpfoilen erhalten möchtest oder es selbst einmal versuchen willst, schau mal auf pumpfoil.community oder melde dich gerne bei mir: pumpfoil@katrinkolo.com oder instagram @katrin_dolphin

See-Treff im Quartier: Deine Ideen und Wünsche zum See im Kreis 8 sind gefragt!

Nutzt du den See zum Spazieren, Schwimmen, Meditieren, Picknicken, Tauchen, Bodyboarden, Fischen, Segeln, Rudern, Plantschen, Standup-Paddeln, Wakeboarden, Pumpfoilen? Oder fährst du gerne mit dem Schiff der ZSG die Küste entlang? Welches sind deine Wünsche und Ideen, damit dies im Kreis 8 noch mehr Spass machen könnte? Zum Beispiel ein Ganzjahres-Kiosk in der Badi Tiefenbrunnen? Eine SUP-Anlegestelle? Warmduschen für Winterschwimmer?

Wir freuen uns auf dich am ersten

«See-Treff im Quartier» am 14. Juni 2024 von 19:00 bis 21:00 im GZ Riesbach.

Treffpunkt an der Sommerbar.

Damit wir ungefähr abschätzen können, wie gross das Interesse ist, wären wir froh um deine Anmeldung unter see@8008.ch. Gerne nehmen wir unter dieser Mailadresse auch schon Ideen und Wünsche auf. Falls du kurzfristig spontan vorbeikommen möchtest, ist dies auch problemlos möglich.

Bis bald! Katrin Kolo