

## **Boards, Beach und BBQ in der Lübecker Bucht: SUP Festival in Scharbeutz**

**Scharbeutz.** Erst kürzlich sorgte der Mercedes-Benz SUP World Cup in Scharbeutz für buntes Treiben rund um das SUP-Board. Das kommende Wochenende, Samstag, dem 23. und Sonntag, dem 24. Juli, steht wieder ganz im Zeichen des noch jungen Trendsports, der sich für nahezu Jedermann, Jederfrau und Jederkind eignet.

Mal ausprobieren wollen, bietet das SUP Festival in Scharbeutz den perfekten Rahmen.

Orientiert am Ursprung der Sportart, geht es am Veranstaltungswochenende am Aktionsstrand in Scharbeutz hawaiianisch zu. Ein passendes BBQ-Buffer sorgt für das leibliche Wohl der Besucher und entsprechendes Beachequipment bietet den Rahmen für

*Beim SUP Festival in Scharbeutz können bereits Begeisterte und interessierte Neulinge täglich ab 10 Uhr den kostenfreien Testbetrieb nutzen, um mit Board und Paddel die Ostsee zu erobern. (Foto: TALB)*



Stand-up-Paddling ist mittlerweile keine Nischenerscheinung und längst nicht mehr nur in seinem Ursprungsgebiet Hawaii zu finden. Immer mehr Menschen rund um den Globus interessieren sich für das angenehme Ganzkörper-Workout, das die körperliche Bewegung mit der entspannenden Wirkung des Wassers kombiniert. Für alle, die nicht genug bekommen können oder es ein erstes

entspanntes Chillen und Relaxen am Strand.

Am Samstagabend heißt es runter vom Board, Paddel aus der Hand und bei „Salsa on the Beach“ barfuß im Sand zu heißem Rhythmen die Hüften schwingen. Der nächste Morgen bietet mit einem Thai Chi-Kurs die Möglichkeit, Ruhe und Kraft zu tanken und ganz bewusst in den neuen Tag zu starten.