

Alle Mann an Board!

Kostenlose Abendfahrt für Stand-up-Paddler an der Ostsee.

Scharbeutz. „Stand up paddle boarding“ kann man sagen oder kürzer „Stand up paddling“ oder ganz kurz „SUP“. Gemeint ist ein leicht zu lernender Wassersport: Auf einem Brett stehend gleitet man sanft über das Wasser – angetrieben nicht vom Wind wie beim schnelleren Surfsport, sondern per Paddel. In Scharbeutz und Pelzerhaken gibt es ab sofort besondere Angebote.

Ein großer Vorteil des noch recht jungen Wassersports: Die Lernkurve ist ziemlich steil. Anfänger paddeln oft erst einmal auf Knien raus. Sobald sie ein bisschen Gefühl für das Gleichgewicht auf dem Wasser haben, geht es dann los mit dem Stehpaddeln. „Wenn ich die entscheidenden Hilfen dazu gebe, geht das eigentlich schon am ersten Tag“, erzählt Clemens Meininghaus. „Innerhalb von zwei Tagen kann man schon sehr gut damit zurechtkommen.“

Meininghaus ist Strandkorbvermieter in Scharbeutz, man trifft ihn seit 30 Jahren am Strandzugang Nr. 14. Im vergangenen Jahr hat er dann noch die Ausbildung zum „SUP Instructor“ gemacht. Mit allem, was dazugehört: vom Erste-Hilfe-Kurs über den Rettungsschwimmer in Bronze bis zu den Auflagen für Kinder. In Scharbeutz



Wenn es in seiner Strandkorbvermietung ruhig wird, fährt Clemens Meininghaus mit Stand-Up-Paddlern in den Sonnenuntergang. Foto: HN

bringt er Interessierten bei, wie sie das Paddel richtig einstecken, um vorwärts zu kommen, wie man auf dem Brett stoppt und wie man dreht. Dazu muss man nicht gleich eine Ausrüstung kaufen, man kann bei Clemens Meininghaus auch unterschiedliche Bretter mieten und schauen, welches das richtige ist: Einfach zu fahrende, schnelle, oder auch Bretter für zwei Personen hat er vor Ort stehen. Manche sind mit um die sieben Kilo erstaunlich leicht. Da muss man, wenn man sie am

Strand liegen hat, aufpassen, dass sie nicht wegwehen.

Im Juni gibt es in Scharbeutz immer donnerstags von 8 bis 9 Uhr eine kostenlose Schnupperstunde. Wer dabei bleiben möchte, kann weiterführende Kurse belegen. Und wer dann so weit ist, kann ab Mitte nächsten Monats beim neuen Angebot, dem abendlichen „SUP Sundowner“ mitmachen: „Dann fahren wir eine Dreiviertelstunde Richtung Lübecker Bucht. An der Brücke vorbei, sodass man den Ort von der Wasserseite sehen kann“, erklärt Meininghaus. Und während die Teilnehmer in den Sonnenuntergang fahren, erzählt er ein bisschen etwas über Scharbeutz. Vorher am Strand informiert der „SUP Instructor“ über Wetterlage, Wasser und Windrichtung. Ab vier Windstärken wird nicht mehr gepaddelt.

Das Angebot richtet sich allerdings nicht an Anfänger: „Wer den Sundowner fährt, der hat eigentlich schon mal bisschen Erfahrung mit dem Board gemacht“, sagt der Experte. Dann kann man mit Brett und Paddel den Alltag hinter sich lassen, eins werden mit der Natur und in den Sonnenuntergang gleiten. HN

» Die „SUP Sundowner“ treffen sich in Scharbeutz vom 14. Juni bis 30. August jeweils donnerstags um 18.30 Uhr beim SUP Verleih Meininghaus (www.standup-scharbeutz.de) am Strandabschnitt 14. In Pelzerhaken geht es vom 13. Juni bis 29. August jeweils mittwochs um 18.30 Uhr bei „Sail & Surf, Auf der Pelzweiese 24, los. Die Teilnahme ist kostenlos, SUP-Boards können in Pelzerhaken für 15 Euro und in Scharbeutz für 13 Euro geliehen werden.