

KÄRNTNER MONAT

Nr. 500|07|25

Das Magazin für Kärnten. Seit 1981

KLAGE GEGEN ORASCH

Der tiefe Fall des einstigen
Immobilienkönigs

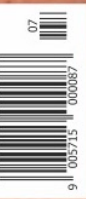
GENUSS AM SEE

Die Kulinarik-Highlights
an den Kärntner Seen

AB IN DIE FERIEN!

Kärnten, Istrien und
Mallorca: Die besten
Urlaubstipps für
den Sommer 2025

WIR FEIERN DIE 500. AUSGABE!



SPASS UND ACTION AUF DEM WASSER



SUP-HOTSPOT. Türkises Wasser, Mittagskogelblick und keine Motorboot-Wellen – der Faaker See ist ein Stand-up-Paddel-Paradies

Hinaus aufs Wasser – so lautet jetzt die Devise. Die Möglichkeiten, am glitzernden Nass zu entspannen, sportlich Spaß zu haben und coole Action zu erleben, werden immer vielfältiger. Jetzt im Sommer ist die beste Zeit, Neues auszuprobieren. Wassersportprofis geben Tipps.

REDAKTION: Oliver Pichler | FOTOS: Region Villach/M. Hofmann, Sportschule Krainer Feld am See (3), Region Lavanttal/Knabl, Hersteller

Es ist ein Gefühl von Freiheit, das ich beim Surfen und Segeln draußen am Wasser genieße. Mit Wind und Wellen zu spielen, manchmal auch zu kämpfen, fasziniert mich sehr“, erklärt Wolfgang Krainer, Seniorchef der gleichnamigen Sportschule in Feld am See. „Die beste Möglichkeit für mich, nach einem intensiven Tag herunterzukommen, ist zu surfen oder zu segeln“, schwärmt Krainer. Wer hinaus aufs Wasser will, kann neben Segeln und Surfen zwischen weiteren Sportarten wählen. Stand-up-Paddeln (SUP) kann gemütlich,

„
Am Wasser
faszinieren mich das
Spiel, manchmal
auch der Kampf, mit
den Elementen.

Wolfgang Krainer, Seniorchef der
Sportschule Krainer

aber auch sportlich betrieben werden. Es gibt sogar Staatsmeisterschaften. „Wing Foiling ist recht neu. Dabei steht man mit einem Schirm (Wing) in den Händen auf einem Board und gleitet schon bei mäßigem Wind auf dem Hydrofoil genannten Flügel unterhalb des Boards übers Wasser“, erklärt Adrian Krainer. Der ehemalige Profi-Snowboarder leitet mit seiner Schwester Vanessa die von ihren Eltern gegründete Sportschule. Das spektakuläre Wing Foiling hat, so Adrian Krainer, „den Vorteil, dass es einfacher auszuüben ist als es aussieht. Es ist auch leichter zu



SIE LEBEN WASSERSPORT. Adrian (links) und Wolfgang Krainer, Sportschule Krainer in Feld am See. www.sportschule.at



NATURGENUSS. Mit dem Kajak lässt sich die Natur am Seeufer gemütlich erkunden, wie etwa die hier am Brennsee

erlernen als klassisches Surfen. Schon nach wenigen Kursstunden kann man alleine loslegen.“ (Mehr zum Wing Foiling auf Seite 124).

Professionelle Schulung wichtig. Um Spaß am gewählten Wassersport zu haben, ist eine Schulung ratsam, bevor man sich per Segelboot, Surfbrett & Co. hinaus auf einen See wagt. „Die möglichen Gefahren zu kennen, das richtige Verhalten am Wasser und die Technik fundiert zu erlernen, sind Gründe, warum man einen neuen Sport nicht ohne Kurs starten soll“, betont Wolfgang Krainer. Fürs Surfen und Segeln gibt es drei- bis fünftägige Einsteigerkurse bis zum Grundschein. Kajakfahren ohne Schulung kann schnell gefährlich werden, weil das wendige Boot relativ instabil ist. „Beim SUP ist ein Kurs kein Muss, aber Technik und Sicherheitsdetails, wie richtiges Verhalten bei Wind, sollte man vermittelt bekommen haben. Deshalb geben wir an Einsteiger keine Leih-SUPs aus, ohne sie kurz vorzubereiten“, betont Krainer. Auch Wing Foiling ohne Kurs sorgt statt für Spaß und Action primär für Frust.

EXPERTENTIPPS

1. Basics. Gute Schwimmkenntnisse. Keine Angst vor Wasser und abseits des Sommers kein Problem, ins kal-

PRODUKTE

STAND-UP-PADDELN (SUP)

Bei SUPs gibt es eine enorme Vielfalt und Auswahl. In der Regel werden des praktischen Packmaßes wegen aufblasbare Boards gekauft. Als Einsteiger sollte man ein Set aus Board, Paddel, Pumpe, Leash (elastisches Band, das Boarder und Board verbindet) und Packsack erstehen. „Boards für Einsteiger sind runder und im Heck breiter und dadurch fehlerverzeihender. Für Fortgeschrittene, die länger und schneller unterwegs sein wollen, sind gepfeilte, langgezogene, etwas schmälere Boards ratsam“, erläutert Produkt-Experte Sammer.

Durchdacht und qualitativ top, auch was das Zubehör im Set betrifft, sind die Packages von Fanatic.

SUP Package Fly Air (runder) ab € 569,- und SUP Package Ray Air (gepfeilt) ab € 589,-

www.fanatic.com

WING FOILING

Zum Wing Foiling braucht man Board, Wing (aufblasbarer Flügel) und Hydrofoil (Metallflügel an der Board-Unterseite). Auch hier gibt es eine enorme Auswahl und gewaltige Preisunterschiede. Adrian Krainer setzt in seiner Sportschule und persönlich auf die Produkte von Duotone. Profi Chris Sammer empfiehlt für Einsteiger, die eigenes Equipment kaufen wollen, als Board das Modell Sky Free, den Wing Float und ein Hydrofoil-Set mit einem nicht zu hoch aus dem Wasser ragenden Mast und relativ großem Hydro-Wing.

Board: Sky Free ab € 1.399,- | Wing: Float ab € 919,- | Hydrofoil-Set: Mast AL 3BS ab € 289,- mit Fuselage Aero AL 3BS ab € 209,- und Front Wing Free ab € 459,-

www.duotonesports.com



AM STAUSEE. Stand-up-Paddeln am Soboth-Stausee hat seinen ganz besonderen Reiz

te Wasser zu stürzen. Auftriebs- bzw. Schwimmweste wird aus Sicherheitsgründen empfohlen.

2. Schulung. Nicht ohne professionelle Einführung bzw. Grundkurs aus Wasser!

3. Wetter & Wind. Witterungsverhältnisse unbedingt beachten und

einplanen! Das richtige Verhalten bei starkem Wind muss bekannt und geübt sein. „Es kommt immer wieder vor, dass Stand-up-Paddler bei starkem Wind nicht mehr dorthin kommen, wo sie hin müssen“, warnt Wolfgang Krainer.

4. Sonnenschutz. Die starke Sonnenstrahlung am Wasser ist zu beden-

AUSRÜSTUNGS-KNOW-HOW

Die Vielfalt an Wassersportequipment ist enorm und nur für Insider durchschaubar. Deshalb, so die Profis, sollte man das Material erst testen und später kaufen.

1. Aufblasbar. „Wichtig ist das SUP so weit wie vorgegeben aufzupumpen, sonst ist es nur eine bessere Luftmatratze“, weiß Chris Sammer, Surf- und Wassersportexperte des heimischen Großhändlers Boards & More. „Aufgeblasene Teile sollte man nicht lange in der Sonne lagern. Die sich ausdehnende Luft kann zu Schäden bis zur Explosion führen“, warnt Sammer.

2. Neopren-Bekleidung. „Beim Surfen rate ich zumindest zu einem Neopren-Shorty (einteilig, kurze Hose, kurze Ärmel), um den Becken- und Nierenbereich zu schützen“, lautet Krainers Tipp. Neopren-Bekleidung ist für Wasserkontakt gemacht und wird nicht nasskalt. Fürs Wing Foiling raten die Experten zu Anzügen mit langen Beinen, weil die Knie immer wieder Board-Kontakt haben.

3. Barfuß oder Schuhe. „Mehr Gefühl hat man barfuß. Ich ziehe Schuhe nur an, wenn es viele spitze Steine gibt und bei

Kälte“, erklärt Adrian Krainer. Mit Schuhen aus Neopren rutscht man allerdings weniger als barfuß.

4. Sicherheit. Schwimm- bzw. Auftriebswesten, die ein Untergehen im Wasser verhindern, werden von den Experten empfohlen. „Beim Wing Foiling sollte man unbedingt einen Helm und eine Prallschutzweste, die auch Schwimmweste ist, tragen“, betont Adrian Krainer.

5. Helferlein. Windschutz für den Kopf bieten Neopren-Stirnbänder und -Häuben. Silikon-Ohrstöpsel verhindern, dass Wasser ins Ohr eindringt. Brillenträger sollten immer ein Neopren-Brillenband verwenden, damit die Brille notfalls schwimmt. Was man aufs Wasser mitnimmt, soll in einem wasserdichten Packsack (am SUP, Segelboot, Kajak & Co. festmachbar) verstaut werden. Fürs Smartphone gibt es wasserdichte, an Hüfte oder Arm fixierbare Hüllen.



SEGEL-WIND. Der Brennssee bietet aufgrund seiner Lage im Gegendtal einen auch an heißen Schönettertagen verlässlichen Wind

ken. Sonnenschutz (Neopren-Bekleidung & Sonnencreme) ist Pflicht. Bei Sonnencreme ist wichtig zu beachten, dass sie nicht auf die Oberfläche von Boot, Board, Paddel usw. gelangt, weil diese dadurch rutschig werden. „Fürs Gesicht ist ein kaum fettender Zinkstift ideal“, so Adrian Krainer.

5. Verleih oder Kauf? Alles an Wassersportequipment kann man ausleihen. Ratsam ist, das gewünschte Material vorab zu reservieren. Kurse können in aller Regel mit Leih-Ausrüstung bestritten werden. Auch Neoprenanzüge gibt es im Verleih. Segelboote wird man in der Regel leihen. Ähnliches gilt für das vom Packmaß her sperrigere Surfboard und das Rigg. SUP-Ausrüstung (aufblasbare Boards) zählt mengenmäßig zu den meistverkauften

„
Wing Foiling ist leichter und schneller zu erlernen als klassisches Windsurfen.

Adrian Krainer leitet mit seiner Schwester Vanessa die Sportschule Krainer

Wassersportprodukten. Wing Foiling Equipment ist zwar in der Regel nicht sperrig, weil aufblasbar, aber relativ kostspielig.

ENORME VIELFALT AM WASSER

„Beim **SEGELN** gibt es eine große Vielfalt an Bootsklassen. Grundsätzlich werden bei uns in Kärnten primär Jollen (bewegliches Schwert), Kielboote (schwerer Kiel) und Kataramarane (zwei Rümpfe) eingesetzt“, weiß Wassersportprofi Krainer.

Fürs **WINDSURFEN**, das sich seit den 1970er-Jahren etabliert hat, gibt es eine Vielzahl von Boards und Rigg-Varianten. Als Rigg bezeichnet man die Kombination von Segel, Mast und Gabelbaum (Haltegestell).

STAND-UP-PADDELN (SUP): Boards, die Surfbrettern ähneln, und Paddel mit langem Schaft zum Rudern begeistern immer mehr Wassersportler.

KAJAKS sind wendige Paddelboote, die am See genauso wie in fließenden Gewässern eingesetzt werden. Konstruktionsbedingt können sie relativ schnell umkippen. Damit muss man umgehen können.

Weitere Paddelboote sind etwa die, so Krainer, „weniger sportlichen **KANUS**“.

„**KITESURFEN** ist auf den Kärntner Seen, weil man dafür viel Platz braucht und es nicht immer ideale Winde gibt, nicht weit verbreitet“, weiß der Wassersportpionier. Jung als Sportart ist **WINGSURFEN**, auch **WING FOILING** genannt. „Es hat eine Ähnlichkeit mit dem Kite-Surfen“, erläutert Krainer.

PRODUKTE

WINDSURFEN

Auch beim Windsurfen gibt es eine enorme Fülle an völlig unterschiedlichen Modellen, je nach Einsatzbereich und Können. Jedenfalls braucht man ein Surfboard und ein Rigg-Package. Chris Sammer empfiehlt für ambitionierte Einsteiger das Eagle One Board ab € 1.799,- und das Eagle One Rig Package bestehend aus Segel, Mast, Gabelbaum (Haltegestell), Zubehör und Packsack ab € 1.079,- www.duotonesports.com

NEOPREN-KLEIDUNG

Modelle in zahlreichen Ausführungen und Materialstärken stehen zur Wahl. Für SUP und Windsurfen im Sommer ideal sind Kurzarm-Shortys oder ärmellose Modelle, etwa Ion Monoshorty 2.0 (ärmellos) ab € 89,99 oder Ion 2/2 Shorty Kurzarm ab € 159,99. Fürs Wing Foiling: Ion Element 2/2 Kurzarm (Beine bis zu den Knöcheln) ab € 199,99. Für Kälte- und Rutschschutz: Schuhe, etwa Ion Plasma 2.5 Round Toe ab € 54,99. www.ion-products.com

SICHERHEIT

Auftriebswesten: Im Notfall verhindern sie, dass man untergeht. Etwa Ion Booster Vest 50N € 109,99. Leash (Verbindung Körper – Board): Standard ist ein Bein-Leash. Sicherer, speziell in Fließgewässern, sind Hüft-Leashes, weil man sie im Notfall leichter öffnen kann. Etwa Ion Leash Core Coiled Hip € 79,99. Helm & Weste: Wing Foilen sollte man nur mit Helm, etwa Ion Slash Core Helmet € 64,99 und Prallschutzweste (mit Auftriebsfunktion), etwa Ion Collision Core Weste € 149,99. www.ion-products.com