

# Alloha, glädje och livsenergi.

Surfing är mer än en sport - det är en lek som bygger på glädjen till havet och naturen. Upplevelsen är närmast spirituell och svår att beskriva. Att dela vågor, skratta, lek och filosofera över livet medan man väntar på den perfekta vågen, blir en del av livet i sig.

TEXT: Elin Andersson FOTO: Christine Holm





## ”Vågsurfing handlar alltså också om måne och sol, vatten och vind.”

### COSTA RICA / SURFCAMP

**Alloha, glädje och sprudlande livsenergi finns att finna här i Costa Rica. Och för den som vill lära sig vågsurfa kan en resa hit vara den ultimata starten.**

Det är tidig morgon och allt är stilla. Från sovrummet på ranchen hör jag vågorna och vet att några få inbitna surfare redan är uppe. Santa Teresas strand känns som en av de vackraste i världen och det är en fröjd att i soluppgången få sätta sina fotspår i den finkorniga sanden. Att få blicka ut över vågorna och inse att det här kommer bli en bra och lärorik dag.

Vi har bokat in oss på en 10 dagars kurs med Surfakademin som ska lära oss behärska dessa brädor på vattnet. Vi bor på ranchen Papa Pochote med havet som närmsta granne, beläget på Nicolya halvöns sydvästra spets i Costa Rica. Långt från civilisation och turism. Klimatet är tropiskt och värmen är nästintill kvävande. Havet är grönt och livstempot är en tiondel av det vi är vana med från Sverige. Människorna är glada och mottagandet varmt och välkomnande. Instruktörerna Jens, Peter, Anton och Henrik

har tagit fram longboards som ligger i en halvcirkel på stranden. En bräda till oss var, och vi elever sätter oss ner för att lyssna på vad de har att säga. För första gången i mitt liv så ska jag alltså försöka mig på detta med vågsurfing och lära mig det som behövs. Men redan första dagen började jag förstå att det inte kommer att bli helt enkelt. Alla ni som tror att det här med att vågsurfa handlar om att bara stå och balansera på en bräda på vågorna. Ni kan ju ta och tänka om.

”Man bara ler från själen och hela vägen ut i universum...”

Vågsurfing är en hel vetenskap kan jag säga, jag som aldrig rört mig i den här världen tidigare. Till att börja med så kan man ju försöka lära sig själva surfspråket, utan det är det svårt att förstå instruktionerna man får. Sen var det ju det här med hög- och lågvatten, vågkunskaper, hur

vågor bildas och hur man tar sig ur strömmar. Vågsurfing handlar alltså också om måne och sol, vatten och vind. Med dessa kunskaper i bakfickan och med ett kaos i huvudet var det då dags att försöka praktisera det här. Att överhuvud taget hitta en våg som det gick att surfa på, med mina kunskaper, det tog tid. Att förstå NÄR jag skulle paddla var en vetenskap i sig. Att sedan lyckas komma upp på brädan i rätt position i sidled OCH på längden samtidigt, gärna INNAN vågen sköljde över mig. Det tog ännu lite längre tid.

Om ni då tänker er att man har greppat lite språk, man har hittat en våg, man paddlar för sitt liv och man får ett upphopp som sitter, man rider vågen och balansen håller. Då kommer en känsla som sprider sig i kropp och själ. Man glömmer alla ömma muskler, man glömmer lungorna som är fulla med saltvatten, man tänker inte på att man inte ser för att vattnet smugit innanför linserna. Man bara ler från själen och hela vägen ut i universum. För den känslan går inte att beskriva och det borde vara varje människas rätt att en gång i livet få uppleva ruset av vågsurf.





När dagens första lektionen var över dukades det upp en makalös brunch. Med pannkakor, varmt bröd, guacamole, pintanegro (traditionell bönröra med ris), yoghurt, musli och mängder av färsk tropisk frukt. Nog för att buffén var fantastisk, men man kan också tillägga att efter att kroppen jobbat hårt smakade det extra gott med något i magen. Efter brunchen hade vi alla tid att ägna oss åt vad vi ville. Besöka den lilla stadens centrum, shoppa surfkläder, ta en promenad på stranden eller varför inte lägga sig i en av hängmattorna på ranchen och läsa en bra bok i väntan på dagens andra lektion.

Det är inte helt lätt att lära sig surfa, men det är inte omöjligt heller. Surfakademin garanterar att alla som åker till dom för att lära sig surfa kommer stå upp på brädan redan under första dagen. Något jag absolut inte trodde på, men det visade sig att dom faktiskt skulle ha rätt.

Efter dagens andra lektion fanns tid att smälta alla instruktioner och nya intryck. Det kunde man göra genom att låna en av ranchens två hästar och rida på den vackra långa stranden,

eller kasta sig ut i vågorna utan bräda bara för att guppa runt och känna att vi faktiskt var mitt i ett badparadis. Senare på kvällen kunde man delta i yogaklass, som var skönt för kroppen eftersom dagar av surf faktiskt sätter spår i varenda muskel och de behövde töjas och sträckas ut. Om man inte var med på yogan kunde man få lindring av sina åkommor genom massage hos Dolores som kom till ranchen för att ge massage några gånger i veckan. På en bänk under endast ett halmtak mjukade hon upp de ömma musklerna. Vita gardiner var rummets enda väggar och från massagebänken såg man solens strålar sänka sig i horisonten medan man hörde havets lugna vågor slå mot stranden.

Man kände sig nöjd med dagens insats och längtade efter nästa morgon. Med nya vågor att bemästra, fler salta bad, fler promenader längs stranden och en fantastisk middag med alla gamla och nyfunna vänner på kvällen. Costa Rica är verkligen värt ett besök, oavsett om du vill ha lugn och ro med sol och bad eller om du vill uppleva äventyr och lära dig vågsurfa.



## Surfakademin

**Startade:** 2006

**Grundare:** Jens Holmer & Peter Sahlberg

**När ska man resa:** December till februari.

**Bor:** Ranchen Papa Pochote, på Nicolya halvöns sydvästra spets i Santa Theresa.

**Kostnad:** från ca 10.000 kr. I priset ingår ett 10-dagars surfpaketet med boende, stor brunch, surflektioner, utrustning, teori, videofilmning och fotning. Samt transfer (inrikesflyg och bil) från San Jose till ranchen.

**Mer info:** [www.surfakademin.se](http://www.surfakademin.se)

