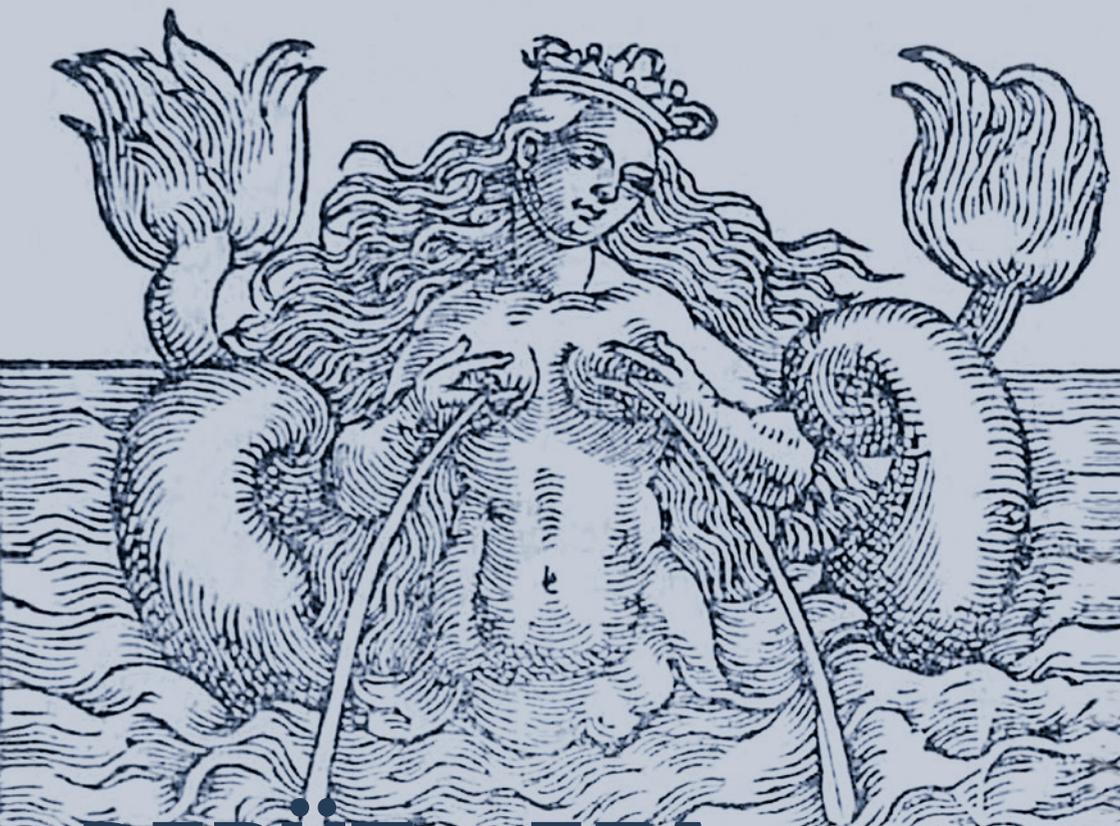


NABASTE

SEELEBEN SALZKAMMERGUT



DEBÜT EZA
Hochsee-Staatsmeister Segelkaffee

**ATTERSEE
HAUTNAH**

Geschichten die das Leben schreibt





YACHTSERVICE



2021

HOME OF WORLDCLASS DAYSAILERS

Als Österreich-Generalimporteur informieren wir Sie gerne über diese erfolgreichen Boote.

WWW.YACHT.CO.AT
TEL. +43 664 2116833

 SAFFIER YACHTS
WORLDCLASS DAYSAILERS

 J
BOATS

 Frascher
MELGES

Yachtservice Gebetsroither GmbH & Co KG - Unterbuchberg 15 - 4863 Seewalchen am Attersee

{na-bast-e}

Sig. Österreichischer Ausdruck; Floskel für eine gewisse Unbefangenheit, die einer Gleichmütigkeit Platz macht und dem gegenüber vorerst mal Raum gibt. Von „namaste“ (ich grüße mein anderes ich).

„An Schaß waßt was kummt“, schreit die Bö. Und blost ois Unwesentliche davau. Die Nebensächlichkeiten auf dera Wöd san dahi, und wir, auf dem Boot, im Wahnsinn vereint, hom de beste Zeit de ma hom kau.

Nabaste ist das Sinnbild einer Idee, eines Abenteurers und das Ergebnis einer Folge von Erlebnissen.

Wie ein Reisetagebuch über nicht zu Erwartendes und schier Unmögliches, dokumentiert das Magazin eigenwillige Wege und Momente. Ein Portrait von Menschen auf deren Suche nach dem Hier & Jetzt.



DIE GEMEINSAME SUCHE NACH EINER GUTEN ZEIT

“Die Freiheit ist ein wundersames Tier und die meisten Menschen haben Angst vor ihr.”

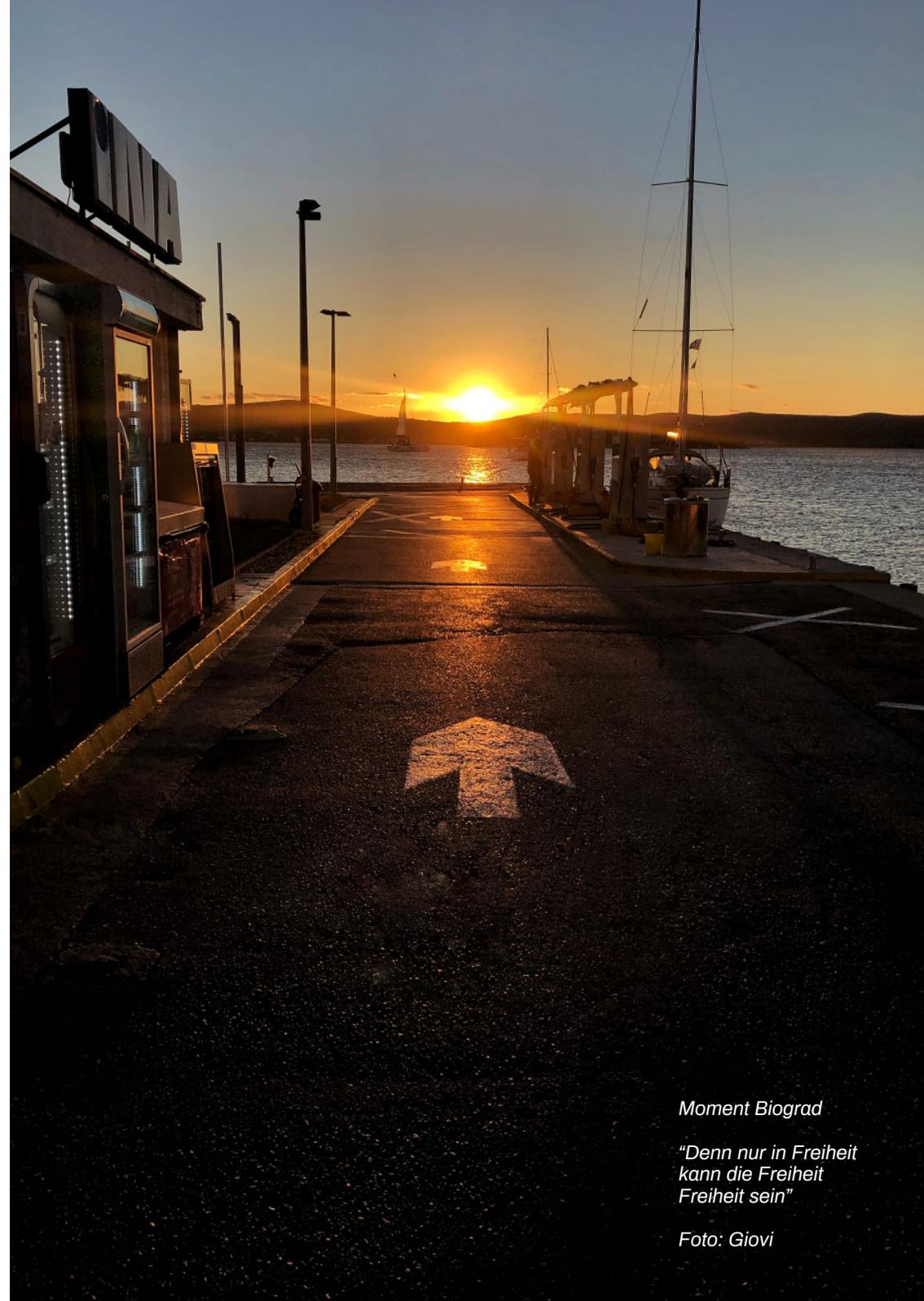
Georg Danzer

Das Abenteuer, die gemeinsame Suche nach einer guten Zeit und die Möglichkeit, darin eine bessere Version von uns Selbst zu finden. Ohne Absicht, dafür mit umso mehr Inbrunst, brechen wir auf in das Unbekannte. Mit funkelnden Augen stürzen wir uns ins Abenteuer, das vor uns und in uns liegt.

Ein fast unmöglicher Schritt für einen selbst, wird durch die Gruppe möglich und so wiederum zur wahrnehmbaren Realität jedes einzelnen.

Eine gemeinsame Reise, die jedem von uns ermöglicht, sich in dieser neu gewonnenen Freiheit selbst zu verlieren, um sich dann; in manchen Momenten; neu zu entdecken.

Der eine wird zur Reibfläche des anderen, aber Reibung erzeugt bekanntlich Wärme und gepaart mit Respekt und Empathie entsteht dadurch ein Nährboden, in dem jeder über sich selbst hinauswachsen kann.



Moment Biograd

“Denn nur in Freiheit kann die Freiheit Freiheit sein”

Foto: Giovi



11 Genusskramer
NaturWeinMensch



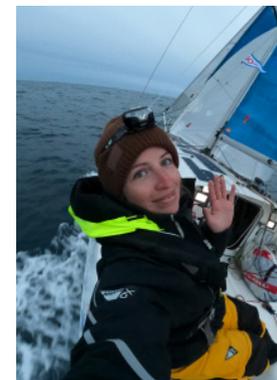
30 Vom Fließen
der Alm



34 Debüt
Hochseestaatsmeister



14 Michael Reisecker
BioEisEckReise



60 Interview Lisa Berger
Minitransat Regatta 2023



22 Giori
Ruff Stuff in Finearts



72 See Hautnah
Seeleben eben, wosunst sunnst?



78 Daheim am See
Portrait Richard Haslinger



88 Stephan Wiesinger
Perspektiven Attersee



82 Musik sucht Erlebnis
Herby - Wham Bam Bodyslam



86 Erfahrungschätze
Florian Aigner

1212 GHOST
REVOLUTION

Frauscher
@frauscherboats • frauscherboats.com



NATUR WEIN MENSCH

Bio different, babe!

***Ich bin der Genusskramer
und betreibe seit 2015 die
Genusskramerei in
Vöcklabruck.***

Die Genusskramerei ist eine sehr spezielle Vinothek, ein hipper Delikatessenladen und ein unterhaltsamer Auszeitplatz - ein kulinarisches Biotop für Genießer*innen. Eine große Spinnerschnecke, die mich unendlich erfüllt. Mein großes Leidenschaftsprojekt.

Warum das alles?

Weil ich das mache, woran ich glaube und wofür ich brenne! Auch auf der Suche nach einem besseren Leben...

***„I leg mi in an Weingarthn,
tram i bin a klana Bua;
und des Lebn gibt bis auf
Weiteres a Ruah.“***

(Ernst Molden)

**Ich sehe und tituliere mich als NaturWeinMensch.
Das bin ich und das ist mir wichtig.
Ohne Natur geht gar nix. Und diese ist erhaltenswert – mit allen zur Verfügung stehenden Mitteln.**

Ja, natürlich ist mir Wein wichtig. Was denn sonst? Dieses Lebens- und Genussmittel hat schon richtig viel Platz in meinem Sein eingenommen. Gut so! Menschen, Menschen, Menschen – ich mag Menschen. Die Genusskramerei ist auf jeden Fall auch ein sozialer Treffpunkt und Genusstheater. Manege frei! Immer schön bio!

Ich habe mich auf österreichische Bioweine, vor allem aber biodynamische Weine und Naturweine spezialisiert. Alle von meist kleinen, handwerklich arbeitenden Weinbaubetrieben. Alles in Handarbeit – ohne Schnickschnack.

Mir geht es darum, Weinen abseits des Mainstreams eine Bühne zu bieten und einer breiten Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Ich verstehe mich als Wein-Botschafter, der die Philosophien und Geschichten zu den Weinen vermittelt ein vinophiler G'schichtldrucker mit Tiefgang.

Damit ich Geschichten erzählen kann, braucht's einmal die Weinbereiter*innen.

Die Menschen hinter diesen wunderbaren Weinen kenne ich alle persönlich – teilweise sehr gut. Es ist immer wieder ein Erlebnis, mit derartig offenen, innovativen – und auch geerdeten, achtsamen - Freigeistern Zeit zu verbringen und sich auszutauschen. Da werden Esprit und Leidenschaft erlebbar. Unglaubliche Erfahrungen - großartig!

Aus voller Überzeugung traue ich mich auch zu sagen, dass Bio- und Naturweine einfach besser schmecken (dazu gibt's übrigens auch zwei Studien, die das bestätigen). Wenn im Keller auf technische Hilfsmittel und Zusätze verzichtet wird, dann muss der Geschmack aus dem Weingarten kommen. Die Trauben müssen so Inhaltsstark sein, dass genügend Geschmack da ist.



Und damit sind wir beim Thema der Verträglichkeit. Ja, Bio- und Naturweine sind auch verträglicher.

Wein ist ja ein Nahrungsmittel und sollte insofern so behandelt werden wie alle anderen Grundnahrungsmittel, sprich keine Zusätze, niedrige Belastung, oder einmal darüber reden was da alles so drin ist!

Natürliche, ursprüngliche Weine werden in handwerklich-traditioneller Weise gemacht – ohne großartige Zusätze und Manipulationen. Nachhaltige Bewirtschaftung der Weingärten, Erhöhung der Biodiversität, die Schaffung und Erhaltung lebendiger, freier Bodenkulturen - die Qualität der Weine entsteht im Weingarten und nicht im Weinkeller!

Ein vinophiler G'schichtldrucker mit Tiefgang.

Die Weine, für die ich brenne - die mich bis ins tiefste Innere berühren, sind freie, lebendige Weine ohne auferlegte Zwänge. Durchaus mit Ecken und Kanten – einzigartige Persönlichkeiten.

Und diese Leidenschaft versuche ich in mannigfaltiger Weise meinen Kund*innen zu vermitteln. Täglich aus voller Überzeugung!

Ich bewege mich mit meinem Schaffen in einer Nische – speziell auch in Österreich; eine Nische, die sich aber sicher noch mehr Platz verschaffen wird – das Entwicklungspotenzial ist enorm. Cheers, mates!



Moment "Das letzte Hemd"
Fotos: ANTI-FORM

DAS LETZTE HEMD

Michael Reiseckers BioEisEckReise

Das letzte Hemd hat leider keine Taschen. Man lebt nur einmal auf der Welt. Drum lasst uns schnell den kleinen Rest vernaschen.

So gesungen von Hans Albers als Ex-Kapitän Jonny Jensen, der im filmischen Gassenhauer „Das Herz von St. Pauli“ (1957) die gleichnamige Bar betreibt.

Wir springen in die Gegenwart, der Kapitän wird zum Eismacher und statt einer Bar im Hamburger St. Pauli betreibt Michael Reisecker die „rEISECKERs Eismanufaktur“. In dieser entstehen neben Milcheis- und Sorbet-Kreationen auch Eis- und pikante Dinkel-Knödel-Variationen.

In Regau, Vöcklabruck produziert er Handwerklich, biologisch und vorwiegend regional und saisonal. Da bleibt die Frage nach dem Warum?

Auch weil der Lebensweg von Reisecker ohnehin schon bunt ist: Tourismusschüler, KFZ-Techniker, Kunststoff-Forscher, Skilehrer, Filmemacher, Kulturvermittler, Kommunalpolitiker. Eis- und Knödelmacher ...

Warum bio?

Für den 39-Jährigen war von Anfang an klar, nicht irgendein Eis oder irgendwelche Knödel zu kreieren. Es galt der Besonderheit, der Wertigkeit des Inhalts und der Sache an sich eine

Form zu geben, im Einklang mit seinem Namen, der wie aufgelegt erscheint, in Bezug aufs Eis und aufs Eckige.

Mango- oder Bananeneis gibt es bei mir nicht.

Reisecker legte sein ORF-Doku Herzblutprojekt „Reiseckers Reisen“ nach 10 Jahren im wahrsten Sinn des Wortes auf Eis und wagte Neues: er reiste nach Italien und Deutschland, besuchte Workshops und Kurse und eignete sich fachliches und technisches Wissen an, angetrieben von einer klaren Vision:

„Eine meiner Töchter hat Neurodermitis und reagiert sehr empfindlich auf das meiste Industrie-Eis und auch auf Weizen und irgendwie war das zusammen mit meiner Leidenschaft und Neugier zur Thematik die Motivation, dass es bei Eis und Knödel auch anders gehen muss. Mein Anspruch ist ein biologischer und vorwiegend regional, saisonaler. Die Hochwertigkeit der eingesetzten Lebensmittel und die Art ihrer Verarbeitung stehen für mich außer Frage.“

Nun, im Frühling 2022 ist es soweit und die mit viel Eigenleistung erschaffene Eismanufaktur ist auf Fahrt: Erste Eis-Cubes und -Lutscher frieren bereits in Eistruhen in Regau und Vöcklabruck. Für die saisonalen Hauptzutaten arbeitet Reisecker mit regionalen Bio-Produzenten zusammen. Mango- oder Bananeneis gibt es bei ihm nicht.

„Bei Gewürzen gehe ich einen Kompromiss ein: Kakao, Vanille ... Auch arbeite ich der notwendigen Säure wegen, mit Zitronensaft. Die Herkunft ist mir wichtig, biologisch sowieso. Regionalität ist gut, aber mir persönlich geht das langfristig nicht weit genug.“

Die Frage ist einfach: Will ich in meinem Eis das Obst haben, das mit chemisch-synthetischen Pflanzenschutzmitteln behandelt wurde, nachweislich Pestizide enthält, oder will ich lieber den Bio-Apfel, der bewiesen gesünder ist. “



Es geht darum für sich und das was man macht den stimmigen Zugang zu finden.

Ja, Bio ist auch eine Preis-Frage, auch für mich als Hersteller, aber mit einer klaren Haltung zu gesünderer Qualität, ist es das für mich Wert und damit verbunden setze ich die Prioritäten in diese Richtung. Es geht darum für sich und das was man macht den stimmigen Zugang zu finden.

Darf der Knödel denn eckig sein?

Vom Zugang und Inhalt zur Form. Dabei wagt der gebürtige Innviertler mutige Schritte und bringt nicht nur sein Eis ins BIO-EIS-ECK, sondern auch zukünftig seine Knödel, wobei sich unweigerlich die philosophische Frage auftut: Darf der Knödel denn eckig sein? In Reiseckers Fall, wohl ja – und somit wurde über die eckige Form auch der Verpackung eckiges Leben eingehaucht.

In Zusammenarbeit mit Mike Schumer, Antiform und der österreichischen Firma Cardbox Packaging entwickelte der kreative Einzelunternehmer seine Interpretation einer nachhaltigen und für ihn stimmigen Eisverpackung: Eckige Karton-Cubes, die ohne Kunststofflaminiierung auskommen und 100% recyclebar sind. Und da die Cubes trotz der einmaligen Verwendung als Wegwerfprodukt in Summe CO₂-sparsamer sind als Glas- oder Kunststoff-Alternativen (egal ob Ein- oder Mehrweg), war das für Reisecker der Weg, den er gehen wollte. Gefaltet werden die Cubes in Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe Vöcklabruck.

Während erste Milcheis-Variationen und vegane Frucht-Sorbets abgefüllt sind - die saisonale Palette der ersten Kreationen reicht vom Roten-Rüben-Sorbet mit Kren und Kümmel (Belehof, Rutzenmoos) bis hin zu Schaf-Jogurt-Crunchy (von Attersee-Schafen vom Biohof Plötzinger, Weyregg) - und erste Knödel zukünftig durch die Gegend purzeln radelt Michael Reisecker mit seinem mobilen E-Eis-Lastenrad auch bereits durch die Gegend.

Er nutzt das Eis-Lastenrad mit Schirm und Charme als Stand bei Events und gebuchten Veranstaltungen, aber viel mehr auch als Auto-Ersatz, als Lastenrad für die Einkaufs-Tour bei seinen regionalen Bio-Produzenten.



Eckige Karton-Cubes, die ohne Kunststofflaminiierung auskommen und 100% recyclebar sind.

Im Moment gibt er sein letztes Hemd für seine Bio-Eismanufaktur.



Nachdem Reisecker seinen Zugang nicht in Richtung Groß-Vertrieb und Einzelhandel sieht, stellt sich die Frage – welche Vision der Eismacher langfristig verfolgt:

„Der nachhaltige, regionale Klein-Vertrieb im Rahmen meiner Manufaktur-Kapazitäten als quasi One-Man-Show ist das Eine, Eis-Workshops das Andere. Ich war beruflich viel auf Reisen, auf der Suche nach spannenden Geschichten & Menschen – nun drehe ich den Spieß um und lade die Menschen ein, zu mir in meine Manufaktur zukommen, um gemeinsam Spaß beim Eismachen oder Knödelformen zu haben ;)“

Es bleibt spannend und mag sein, dass Reisecker in ein paar Jahren vielleicht wieder etwas Neues wagt, ein neues Projekt angeht

– aber im Moment gibt er sein letztes Hemd eindeutig für seine Bio-Eismanufaktur. Auch, wie er betont, mit dem vollsten Vertrauen und einer unglaublichen Unterstützung seiner Frau: „Wir unterstützen uns gegenseitig, wo und wie wir können, aber wenn man ein Projekt wie dieses angeht, dann ist es immer gut jemanden an der Seite zu haben, der an einen glaubt und quasi mitreist.“

Wer weiß wie viele Cubes wohl noch wo lagern im Moment? Drum lasst uns schnell den letzten Rest vernaschen ... Bevor wir vielleicht selbst bald in der Manufaktur stehen, um Knödel zu formen, oder Eis zu zaubern.

Moment "Die weiße Leinwand"
Foto: Thom Trauner



DIE WEISSE LEINWAND

*Der Moment und die liebe Reiberei.
Giovanni - Ruff Stuff in Finearts*

Auf See erlebst du die Dinge, inhalierst die Eindrücke. Keine Zeit für Fotos und auch keine Hand frei. Umso tiefer brennen sich die Momente ein, werden zum inneren Bild; um irgendwann, dann, in der Stille des Ateliers, als ein Konglomerat der einzelnen Teile, hervorzubrechen.



RUN TO THE SEA
200 x 300 cm, Acryl auf Leinwand
2021



Foto: Thom Trauner



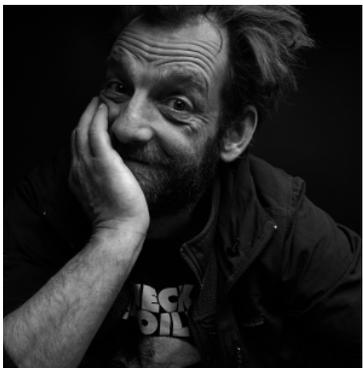
FLUKTUS (rider of the storm)
100 x 150 cm; Acryl auf Leinwand;
2020

Du begibst dich auf ins Unge-
wisse, ins Nichts. Alles liegt vor
dir, das Mögliche mit all diesen Un-
möglichkeiten, diese Vorstellung
mit all diesen Irrwegen, dem Ver-
loren sein und sich wieder finden.
Dieser Kampf mit dir selbst, diese
Unzufriedenheit, rastlos, ohne Ziel,
suchst du ohne eigentlich zu wis-
sen wonach du suchst. Du machst,
bist Akteur und kämpfst, du verlierst
dich, verzagst, weißt nicht weiter...
wirst zum Knecht deiner eigenen
Vorstellung.

Und es reibt dich auf, fordert ...

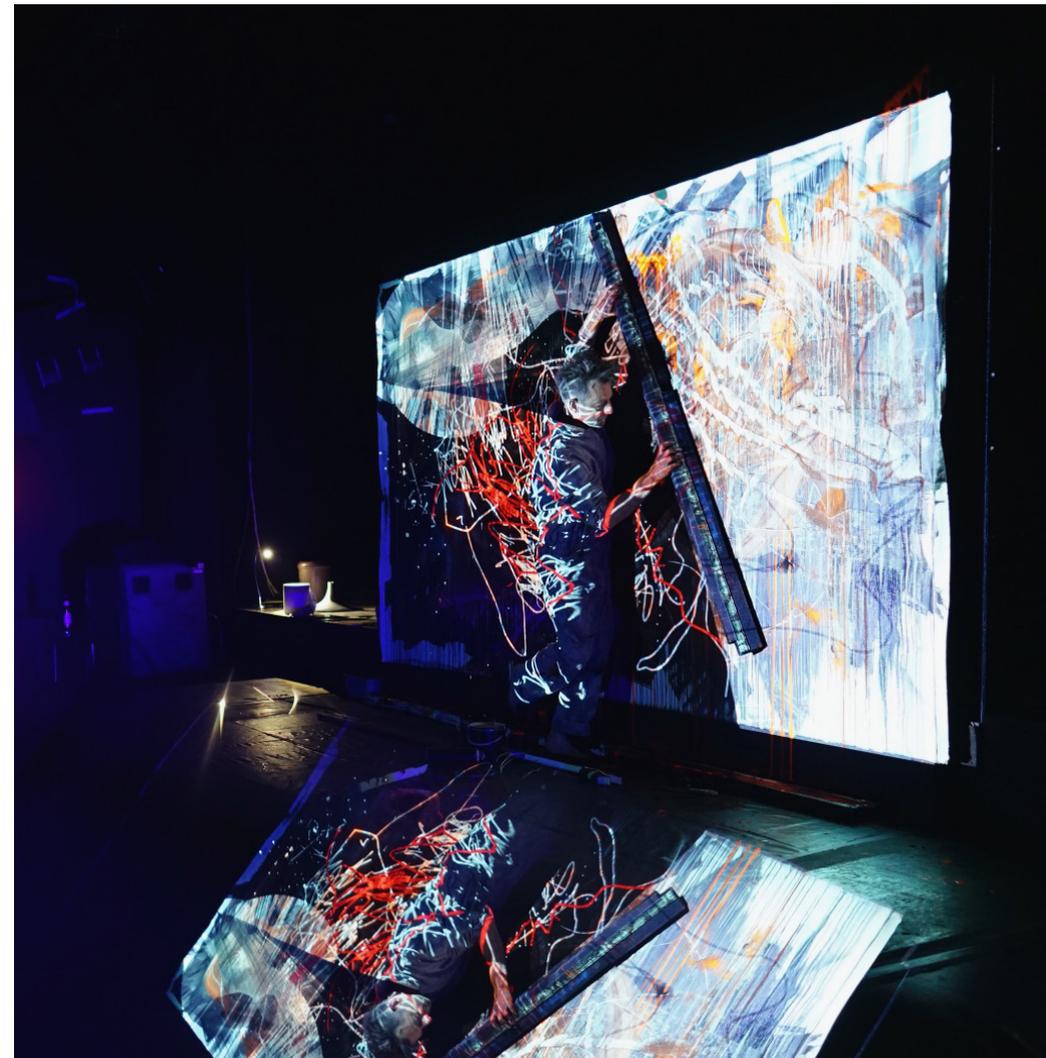
und dann...
irgendwann, in diesem Eifer des
Gefechts, mit seinen hoch jauch-
zenden Abgründen kommt dieser
Punkt, in dem sich alles fügt und
auf schräge Weise Sinn ergibt. Und
in diesem still gewordenen Moment
leckst du deine Wunden, und fragst
dich, ob es das Finden ist, das dich
glücklich macht oder das Suchen.

www.giovi.at



*Giovi lebt und Arbeitet als
frei schaffender Künstler in
Grünau im Almtal*

Foto: Christoph Huemer



*Okabre & Redestrukt
@ Alter Schl8hof Wels for breathe
<https://youtu.be/8-zx8x3fKrw>*

Foto: Leah Valentina Hochedlinger

Moment "MARIE-THERES"
Vom Stockerl aufs Podest

Fotos: ALMM



DER URSPRUNG VON ALMM

Vom Fließen der Alm

Vom Fließen der Alm inspiriert, die dem Almtal seinen Namen gibt, und so naturnahe und nachhaltig produziert wie nur möglich – das ist der Ursprung von ALMM.

Die Tischlerei Lidauer in Scharnstein hat eine Möbelkollektion mit „Naturidylle“ geschaffen, in der Tradition und Handwerk mit frischen Ideen zusammenfließen: Formschön, praktisch und außergewöhnlich.

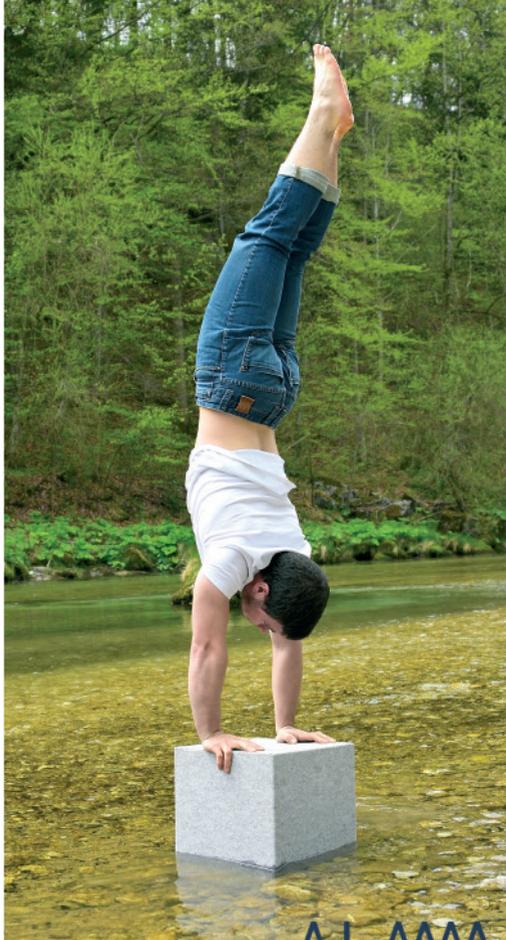
Klassische Möbel und Handwerkstechniken aus der Geschichte des Almtals werden mit professionellem Design neu interpretiert. Diese umfassende Renaissance von regionaler Wohnkultur mit neuen Fertigungsmethoden ist gefragt: Deshalb haben wir in Bad Ischl unseren ersten Brand Store eröffnet.

Unsere Möbel sind waschechte Naturburschen und Naturmädels, handgefertigt in unserem Tischlereibetrieb in Scharnstein aus heimischen Hölzern und reinen Lodenbezügen.

Sie sind als langlebige Begleiter gedacht und tragen deshalb auch Namen wie Luis, Xaver oder Josepha. Sie sollen mit ihren individuellen Geschichten im praktischen Einsatz zu einem ganz persönlichen Zuhause verschmelzen und mitleben.



Unter der Marke ALMM haben wir ein ganzes Wohnkonzept geschaffen, neben Schlafsystemen aus Naturmaterialien, nachhaltigen Wohnaccessoires und handgerührter Biokosmetik kann man im ALMM Shop in Bad Ischl eine Fülle von naturinspirierten Kostbarkeiten mit allen Sinnen begreifen, bestaunen und sinnlich besitzen. Für individuelle Kundenberatung nehmen wir uns gerne Zeit, kommen Sie vorbei und tauchen Sie ein in das Sortiment von ALMM.



ALMM-Brandstore
Esplanade 6
4820 Bad Ischl

0664 - 52 51 98 3
info@almm.at

**Als ALMM-Familie
strömen wir aus
und suchen ständig
neue Wege abseits
des Alltäglichen.**



AUBACH_Flussbett der Energie

KIENER KANN VIELFALT

Kiener
Mondseerstraße 2
4880 St. Georgen i.A.



08⁰⁰-11⁰⁰ Brunch und Frühstück
11³⁰-21⁰⁰ das gesamte Programm
kiener.me

KIENER
CAFÉ RESTAURANT TAKEAWAY



LIABA DIE BORA VON VORN

*Ludilo u Hrvatskoj - sig. Wahnsinn in Kroatien
Moment "Debüt Hochseestaatsmeister"*

*Im Oktober 2021 machen sich 9 Hochsee-
regattadebütanten vom Attersee in Rich-
tung Biograd auf um etwas einmaliges
zu erleben. Unvergessliche Momente und
Emotionen, Abenteuer, Freundschaft und
obendrauf eine große Überraschung sind
der Lohn für eine unglaublich gute Grup-
pendynamik und Zusammenhalt.*

„Mooring, Mooring!“ hört man einen Marinero rufen als die Nabaste Crew zum ersten Mal über einen Steg des Hafens in Biograd zu ihrer Segelyacht, der Silence Four geht.

Überall herrscht reges Treiben. Proviant wird für die Zeit auf hoher See verstaut, Decks und Unterwasserschiffe werden geschrubbt, Schoten eingezogen und Reparaturen aller Art werden erledigt. Der Geruch des Hafens und die salzige Brise, die von weit draußen an die Küste getragen wird, verwehen auch die letzten Zweifel darüber, dass bald die Segel gesetzt werden.

„Circa A STUND nu!“ war die Antwort, wenn man in den letzten vier Stunden der Autofahrt vom Attersee nach Sukosan fragte, wie weit es denn noch sei. Endlich kamen wir in der Spelunke an, in der unser Smutje schon seit zwei Tagen die Fischsuppe für unser Abenteuer kochte. Am nächsten Tag kam auch der Rest der Crew dazu. Der Proviant wurde besorgt, die Strategie besprochen und die tranige Fischsuppe wurde verpackt und haltbar gemacht.

**„Burschn wenns
rafn woits mi-
assts es grod
song, die Messer
san gschliffn die
Buffn is glodn!“**

(Gstanzl)

Nach getaner Arbeit kamen alle zusammen, um sich bei reichlich Bier und gutem Essen besser kennenzulernen und um alte Seemannslieder und Gstanzl zu singen. Irgendwann wankten wir in unsere Betten.

Nächster Tag: Frühstück, Schiffsübernahme, Verpflegung, Schoten eingezogen und raus aus dem Hafen. Die Bora war uns von Beginn an wohl gesonnen und bescherte uns mit Windstärken um die 25 Knoten und rauer See eine imposante erste Ausfahrt auf der „Silence Four“. Neben dem Schiff stand auch die neunköpfige Crew zum ersten Mal auf dem Prüfstand. Eine Bö nach der anderen peitschte die „Silence Four“ durch die Wellen und Schiff und Crew zeigten, dass sie der bevorstehenden Aufgabe gewachsen waren. Wir segelten bis in die Nacht hinein.



Nabaste Team vor dem Start zur Offshore Challenge
Foto: Tobias Grubinger

Während sich unser Käpt'n, der Steuermann und der Navigator am nächsten Morgen nach dem Frühstück das Regelwerk für die Offshore Challenge zu Gemüte führten, machte der Rest der Crew klar im Kreis, nochmal zusammenstellen... alle offenen Fragen klären, Positionen durchgehen, noch ein kleines Bier.



Wir segelten ein paar Mal in der Nähe der Startlinie auf und ab und staunten darüber wie viele Schiffe auf so engem Raum aneinander vorbei manövriert wurden. Der Käpt'n zuckte nicht mal mit der Wimper.

13:00. Der Startschuss für ein 15-minütiges Zeitfenster in dem gestartet werden darf. Die „Silence Four“ überquerte die Startlinie in der ersten Minute des Zeitfensters und wir machten uns daran die Segel optimal einzustellen. Der Wind frischte auf und vor uns lagen etwa 150 nautische Meilen bis zu unserem Ziel in Dubrovnik.

**„Sail away with me honey
now, now, now
Sail away with me
What will be will be“**

(Sail Away, David Gray)



Vom Gennaker* und vom leidigen Öl.

„GENNAKER SETZEN“ schallte es hinter dem Steuerrad hervor und nach wenigen Momenten stand das riesige Segel über unseren Köpfen und wurde vom Wind wie ein Ballon aufgeblasen. Trimmen... „Backbord-schot fieren! ...Fieren hobi gsogt!“ „GENNAKER BERGEN“ hieß es dann erstmals, nachdem der Käpt'n beobachtet hatte, wie es den Gennaker auf einem anderen Schiff zerfetzte und aus dem Rigg wehte. Wir setzten und bargen den Gennaker auf dieser Wettfahrt noch so oft, dass der Käpt'n sogar einmal FRAGTE, ob wir den Gennaker denn nochmal setzen würden, weil der Wind gerade so schön ist. Unschlüssig darüber, ob wir diese Frage wirklich gehört haben, oder sie uns nur einbildeten, gingen wir an unsere Positionen und begannen damit den Gennaker zu setzen.

„GENNAKER SETZEN“
„GENNAKER BERGEN“
„GENNAKER SETZEN“
„GENNAKER BERGEN“
„GENNAKER SETZEN“
„GENNAKER BERGEN“

(Käpt'n)

„MANÖVERSCHLUCK“ auch dieses Kommando wurde sehr ernst genommen. Es sollten ein paar zusammenkommen. Nach ein paar Stunden nahm der Wind wieder ab und wir hatten Zeit eine Kleinigkeit zu essen. Kein Fertigfraß oder Pulvernahrung. Essen! Vorbereitet und abgepackt von unserem Smutje und seinen tüchtigen Gehilfen. Beliebt waren vor allem Fischsuppe und von zu Hause mitgebrachte Wildsauwürste. „A Wiaschtl fian Käpt'n“ sollte man auf dieser Reise nicht nur einmal zu hören bekommen.

(Wer der Meinung ist, das Wort Gennaker käme im letzten Absatz zu oft vor, sollte nicht bei unserem Käpt'n anheuern)

* Ein Gennaker ist ein großes, bauchiges, asymmetrisch dreieckiges Vorsegel, das aus relativ leichtem Segeltuch hergestellt wird und sich für Raum- bis Halbwindkurse eignet.



„Öl“ Abwarten und Bier trinken.

Plötzlich. Alle wurden leicht nervös und schauten umher. Kein Kommando. Warum nicht? Wir standen im Öl, sprich wir hatten Flaute. Am liebsten hätten wir alles Mögliche an Segeleinstellungen ausprobiert, um auch nur ein bisschen Fahrt aufzunehmen, aber es brachte nichts. Es kam einfach kein Wind. „I kann nix doa! I werd zur Bierfräsn!!!“ Übereifrig holten wir die Gitarren an Deck und versuchten den Wind herbeizusingen. Unmenge an Gebranntem wurden in das tiefe Blau des Meeres vergossen, um die Meeresgötter zu beschwören. Vergeblich! Also abwarten und Bier trinken. „What else?“



Moment „Öl“
Abwarten und Bier trinken.
„The Light“ von Chuck Ragan

Youtube Link
Video: Giovi

Endlich raus aus der Flaute und vorbei an den Inseln, neben denen wir eine gefühlte Ewigkeit „umhertrieben“. Der Wind frischte auf und wir konnten kurz vor Dubrovnik noch einige der anderen Segler*innen überholen.

Nach 32 Stunden 59 Minuten und 30 Sekunden überquerte die NABASTE Crew, allesamt mit jobba-farbener Mütze, auf der „Silence Four“, als bestes Schiff ihrer Klasse und insgesamt an 17. Stelle die Ziellinie in der Hafeneinfahrt von Dubrovnik. Abklatschen, umarmen, jauchzen, Segel bergen, Bier! Als ob wir nie etwas anderes getan hätten räumten wir die Schoten auf, holten die Fender raus und bereiteten die Achterleinen zum Anlegen vor. In aller Ruhe machten wir in der Marina Frappa fest.

„Please allow me to introduce myself I'm a man of wealth and taste“

(Sympathy for the devil, The Rolling Stones)



„Des is a Grüstpfosten. Sowos kennt nur a Hackla!“

(Giovi)

Weil wir unsere Passerella im Heimathafen zurückgelassen hatten, bekamen wir einen circa 5 Meter langen Holzpfosten als Ersatz. Die ersten Schritte an Land waren wie immer etwas wackelig. So machten wir uns auf, den Topf voll Gulasch, der für jede teilnehmende Crew bereitstand, an Bord zu schaffen. Die Crew versammelte sich unter Deck um gemeinsam zu Essen und die Eindrücke der ersten, unserer aller ersten, Wettfahrt auszutauschen. Mit Gitarre und Gesang ließen wir den Abend auf der „Silence Four“, der schnellsten Bavaria Cruiser 46 auf der Wettfahrt von Biograd nach Dubrovnik, ausklingen.

Zwischen 8:00 und 8:30 Uhr morgens schleppten die ersten Crewmitglieder langsam ihre Leiber aus den Kojen. Das Schlagen der Wanten und die steigenden Temperaturen unter Deck ließen einen ohnehin nicht länger schlafen. Raus an Deck mit einer Tasse Kaffee und eine rauchen. „Nikotin hilft gegen Seekrankheit.“ erklärte unser Erster Maat am Abend zuvor. Das Internet widerspricht ihm da aber. Wenn man es dann nach dem morgendlichen Toilettenbesuch noch ohne Schleudert trauma aus dem Klo rausgeschafft hatte – der Landgang zeigt in diesen engen Kabinen erst so richtig seine Zähne – konnte der Tag beginnen. Zurück an Bord gab es Frühstück. Ein kroatischer Radiosender spielte einen Hit nach dem anderen und die Stimmung in der Crew war, wie meistens, richtig gut. Mit der Ankunft eines Technikers der Charterfirma, der eine Kleinigkeit an unserem Segel richten sollte, ging das Frühstück fließend in ein rauschendes Fest über, dass noch bis spät in die Nacht dauern sollte.



„Vor 20 Jahren hatte jedes dritte Schiff, das hier anlegte, eine Gitarre an Bord. Vor zehn Jahren waren es zehn. Dieses Jahr seid ihr das einzige Schiff mit Gitarre.“

... erzählte uns Cheftechniker Buzo, zwischen „Sympathy for the Devil“ und „Ain't no sunshine when she's gone“. Die Gitarre ging durch die Runde und mit voller Inbrunst sangen wir gemeinsam. Die Stimmung in solchen Momenten ist unbeschreiblich und die Musik ist ein wichtiger Grund dafür.

In dieser NABASTE – Manier ging der Tag weiter, bis wir uns am Nachmittag auf den Weg in die imposante Altstadt von Dubrovnik machten, wo am Abend die Siegerehrung stattfand. Nach einem Rundgang durch die mit riesigen Steinen gepflasterten Straßen und einigen Manöverschlucken, versammelten wir uns vor der Kathedrale von Dubrovnik.



Ludilo u Hrvatskoj - sig. Wahnsinn in Kroatien

Spitter
yachtcharter





NABASTE! ATTASEE!

Landgang oder Rausch? Eine immer wiederkehrende Frage an diesem Abend. In einem offenen Doppeldeckerbus und mit lautem Gesang fuhren wir zurück zur Marina. Irgendwann waren wir etwas über 20 Leute auf unserem Schiff. Ein Seebär, der am Heck auf der zugeklappten Badeplattform saß, schnappte sich eine Plastikflasche mit Sliwowitz in dem Glauben es sei Wasser und nahm ein, zwei kräftige Schluck. Dabei dürfte es ihm so die Patscherl ausgezogen haben, dass er rücklings von der Badeplattform ins Wasser fiel. Platsch!!! Nach einer erfolgreichen Rettungsaktion ging die Feier noch eine Weile weiter, bis auch die Letzten schlafen gingen.

Am nächsten Morgen, dasselbe alte Spiel. Käpt'n, Steuermann und Navigator studieren das Regelwerk für die zweite Wettfahrt, während der Rest der Crew klar Schiff macht. Die „Silence Four“ war das erste Schiff der Offshore Challenge, welches an diesem Morgen in der Marina Frappa ablegte, was aufgrund des Vortages schon beachtlich war. Auf und ab segeln, manövrieren, den Wind und die Wellen beobachten. Dieses Mal ist alles schon vertrauter. Wieder ein fliegender Start. Und wieder...der GENNAKER. Diesmal von Anfang an. Wir ahnten nicht was uns auf diesem Schlag bevorstehen würde, waren aber gewillt es rauszufinden und zu beweisen, dass wir auf der ersten Wettfahrt nicht nur Glück hatten.

Der Wind drehte und der Gennaker wurde geborgen. Langsam, aber sicher übernahm die Bora!

**„Howling tracks of hell
they're coming, black
storm on the rise
They fill our temples
with their lies
Stand our ground with
hate and fury, fear
that comes will die
Our enemies have
come to life“**

(Rumors of war, High on Fire)



Ab jetzt gab es nur noch Gischt, ratternde Winschen, Krängung und die Befehle des Kapitäns. „Kurbelts ois hätt's ka Hirn!“ hieß es, als wir bei voller Fahrt bis auf einen Meter an ein anderes Schiff ranfuhren, mit dem wir uns schon seit einiger Zeit ein Kopf an Kopf Rennen lieferten.



Das Gefühl bei so starkem Wind und so rauer See in der Nacht auf einem Segelboot zu sein, macht einen demütig.



Mit Einbruch der Nacht wurde der Wind noch stärker und erreichte teilweise Sturmstärke. Bis zu 53 Knoten wurde später von anderen Segler*innen berichtet. Die See peitschte wild um sich und die Gischt prallte immer wieder mit voller Wucht auf uns und das Deck nieder. Es sah aus als würden wir durch einen Tunnel aus Wasser segeln, als die Wellen über dem Bug der „Silence Four“ brachen.

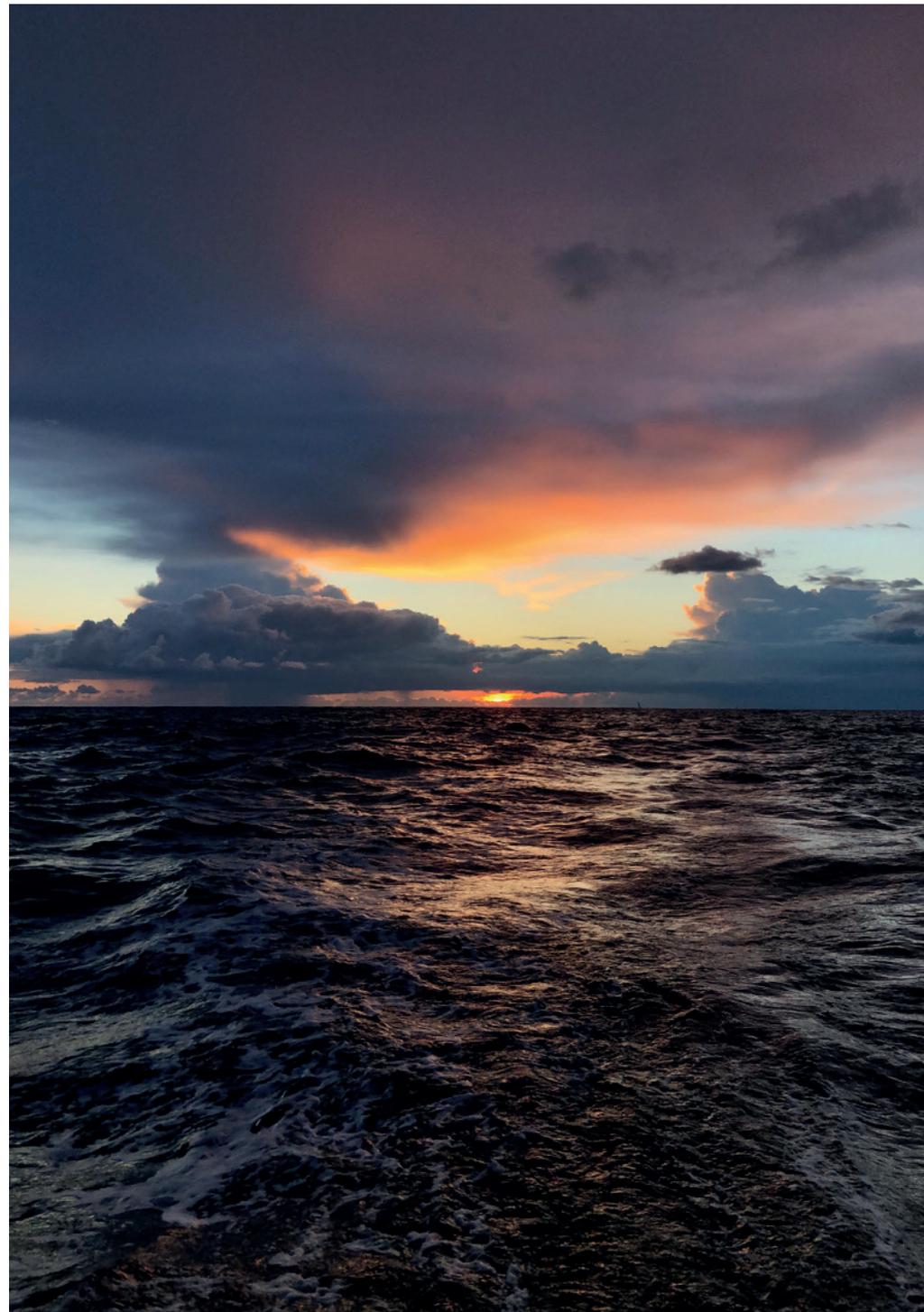


Das Gefühl bei so starkem Wind und so rauer See in der Nacht auf einem Segelboot zu sein, macht einen demütig. Den Käpt'n zu sehen, wie ihm seine vom Steuern zerfetzten Handschuhe fast von den Händen fallen. Und die Crew, die alles gibt, was sie hat, nur um sich in diesem Moment wiederzufinden. Selbst wenn man an der Reling hängt und das Meer anschreit, ist dieses Gefühl unschlagbar. Als die Sonne aufgegangen war nahm auch der Wind langsam ab.



Moment „Sailing Off“

Musik von Kobodai.
Youtube Link





Hier einige Gedanken unseres Navigators zu diesem Zeitpunkt:

Alle Gewichtstrimmer an Deck und im Luv auf der Kante. Wo sonst. Plötzlich, leichtes Gedränge - eines der Gewichte verlässt seine Sitzposition. Er robbt auf allen Vieren Richtung Wante. Hält sich verkrampft, wo es nur geht, fest. Immer noch in dieser knienden, elendig-kauernden Position schaut er abwechselnd zum Bug und wieder durchs Fenster unter Deck . . .

Ich (derzeit im Lee an der Genuaschot) beobachte die Situation. Verdammt! Gleich kommt die

Fischsuppe retour - gegen den Wind.

Erst wie ich das breite Grinsen im Gesicht unseres Segelkumpanen erkenne, kapiere ich worum es geht. Nicht die Übelkeit, sondern

sein arschkaltes Hinterteil bereitet ihm Unbehagen. Mit einer Art ‚embryonaler Yogastellung‘ und mit Hilfe der ersten kroatischen Sonnenstrahlen - so wärmt ein Tischlermeister seinen Allerwertesten.

Donnerstag, 14. Oktober 2021

7:58 Uhr GMT +02:00

Position: 43°46'31.6"N 15°30'44.3"E

Kurs: auf Steuerbordschlag Richtung Ziellinie vor Biograd

Wind: mittlerweile nur noch angenehmen 38 Knoten ;)



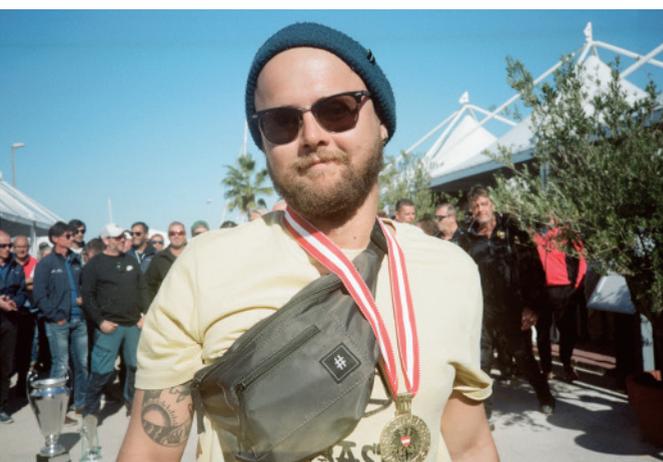
Wir kämpften bis zur Zieleinfahrt um den ersten Platz unserer Klasse. Vor der Hafeneinfahrt der Marina Kornati in Biograd barge wir unsere Segel und räumten an Deck auf. Musik. Bier. Wir jubelten ein paar anderen Regattateilnehmer*innen zu, die die Nacht unbeschadet überstanden hatten und es auch bis ins Ziel geschafft haben und fuhren in den Hafen, um anzulegen.

Wir zelebrierten die heile Ankunft in Biograd ausgiebig, wie gewohnt, mit der Gitarre und Bier in kleinen Dosen. Zu diesem Zeitpunkt wussten wir schon, dass wir es wieder geschafft haben als schnellste Bavaria Cruiser 46 ins Ziel zu kommen. Dass wir aber viel mehr erreicht hatten, ahnten wir nicht, da wir beim Feiern darauf vergessen haben die Ergebnislisten zu checken. So sagte uns ein anderer Segler spät abends, dass wir österreichischer Hochseestaatsmeister geworden sind.



Was? Wir? NABASTE!

Was folgte war die Siegerehrung und ein würdiges Abschlussfest. Wir musizierten, tranken und lachten den ganzen Tag gemeinsam mit anderen Crews. Am Nachmittag glich unsere Siegesfeier einem Kindergartenspielplatz im Sommer, mit dem Unterschied, dass die „Kinder“ zwischen 28 und 68 Jahren alt waren und eine Menge Alkohol im Spiel war. Später wurde von Bauchmuskelskater durch Lachkrampf berichtet.



Beim Essen am Abend wurde dann noch die gesamte Mannschaft von der Chefin des Restaurants in die Küche entführt. Im Hinterhof stand ein gemauerter Grill, an dem der Chefkoch frischen Fisch und Fleisch grillte und seine kroatischen Reime zum Besten gab, während wir gemeinsam Sliwowitz tranken. Auch diese Nacht wurde eine Lange. Seit diesen unvergesslichen Tagen im Oktober 2021 ist die NABASTE - Crew ständig auf der Suche nach neuen Abenteuern und seglerischen Herausforderungen. Es wird gemunkelt, dass sogar ein Magazin rauskommen soll ;)

Hier endet die Geschichte vom Wahnsinn in Kroatien. Der Wahnsinn selbst aber bleibt bestehen. ■





Die natürlichen Feinde der Müdigkeit:

Meisterwurz, Rosenwurz, Wasserminze,
Guarana, Moringa, Koffein, Taurin.

MADE IN
AUSTRIA



POWERED
BY NATURE

facebook/energysniff

instagram/energy_sniff

energysniff.com

Stark erhöhter Koffeingehalt.
Nicht für Kinder, Jugendliche, Schwangere, Stillende
und koffeinempfindliche Menschen geeignet.

3000 MEILEN POWERED BY WILDKRAUT



WILDKRAUT
ENERGY SNIFF



DAS NABASTE REGATTATEAM

Wo ihr uns 2022/23 antreffen könnt.

Die Stationen 2022/23. Was wir bisher im Köcher haben:
Eine Übersicht der Termine die wir uns für das aktuelle und kommende Segeljahr vornehmen. Wir versuchen einen jährlichen Turnus aufzubauen. An dieser Stelle noch einmal ein Dankeschön an unsere zahlreichen Partner und Sponsoren.

REGATTEN SURPRISE 2022/23

14. Mai	2022	Ansegeln	SCT	Traunsee
26. - 28. Mai	2022	Traunseewoche	ASG	Traunsee
09. Juli	2022	Attersee Grand Prix	UYCAS	Attersee
16. Juli	2022	24 h Attersee	UYCAS	Attersee
06. Aug.	2022	Lange Wettfahrt	UYCAS	Attersee
20. Aug.	2022	Attesee Cup	YES	Attersee
27. Aug.	2022	Clubmeister*innenschaft	SCAtt	Attersee
Nov - Jan	2022/23	Wintercup	-	Gardasee

Alles was du brauchst. Wachter hat's.
www.eisenhandlung.com

Ihre Fachmarktprofis in der Nähe

WACHTER

SIVAG
Ihr Versicherungsmakler

Sicherheit in Versicherungsangelegenheiten GesmbH
Ihr unabhängiger Versicherungsmakler

Sebastian Schneeweiß
dipl. Versicherungstreuhänder
Mobil: 0660 / 92 32 000
sebastian.schneeweiss@sivag.at
Hauptstraße 96, 4890 Frankenmarkt
Büro: 07684 / 20230

IHR VERSICHERUNGSMAKLER
DIE BESTE VERSICHERUNG

Im Auftrag der SIVAG GmbH & Co KG, diese LV der SIVAG Sicherheit in Versicherungsangelegenheiten GesmbH
GISA-Zahl: 16029118 • rechtliche Hinweise unter: www.sivag.at/rechtliches

www.sivag.at

REGATTEN HOCHSEE 2022/23

15. - 21. Okt. 2022 Croatia Coast Cup Biograd - Zardar
Verteidigung des Hochseemeister*innentitels

In Aussicht für 2023

2023	Offshore Challenge	Biograd - Dubrovnik
2023	Aegean 600	Kykladen Grichenland



Fair für mich.
Fair für alle.



**Der Wind, der durch
die Segel pfeift.
Das Rauschen des Meeres.
Eine leichte Brise weht
durchs Haar und die
Sonne brennt auf der Haut.**

So elegant kommt der Segelkaffee der
EZA Fairer Handel von Mexiko über
den Atlantik in deine Tasse.

Allein vom Wind getrieben,
ohne zusätzliche Energie.

Biologisch angebaut und fair gehandelt.
Schonend geröstet in Eugendorf.

Der perfekte Start für einen Tag am See!
Verfügbar im Weltladen in deiner Nähe
oder wieder ab Herbst 2022 auf

www.eza.cc



**Fair für mich.
Fair für alle.**

Moment „Regatta FNOB Solo Med 1“
Foto: Laura Carrati

Lisa Berger auf dem Weg zur Minitransat Regatta 2023 im Interview.

WENN DAS KÖPFCHEN AUSGLEICHT, WAS AN MUSKELKRAFT FEHLT





INTERVIEW LISA BERGER

Lisa Berger auf dem Weg zur Minitransat Regatta 2023.



Fotos: Lisa Berger

Lisa Berger wird mit 33 Jahren die erste Österreicherin sein, die alleine über den Atlantik segelt. Während der Minitransat Regatta 2023 wird Sie im Rennmodus ca 4.200 nautische Meilen in 2 Etappen zurücklegen. Sie ist auf sich alleine gestellt, in einem 6,5 Meter kleinen Boot, ohne Hilfe von außen.

Von Frankreich über die Kanaren, geht es weiter bis in die Karibik. Ein Projekt, das nicht viele Segler*innen unter einem Monat bewerkstelligen. "Die Herausforderungen beim Solosegeln sind echt vielfältig, da man an Bord ja für alles alleine zuständig ist..."

Eine Transatlantik-Überquerung und ein Europa Meister*innen in der olympischen Disziplin Mixed-2-Person-Offshore sind das Ergebnis eines stetigen Lernprozesses und der Fähigkeit, sich immer wieder neu zu finden. Näheres erzählt uns die junge Seglerin vom Attersee im Interview.

Wie kommst du als tiroler Madl zum Segeln?

Ich komm´ durch meine Mama, die auch begeisterte Seglerin ist, zum Segeln. Als ich so um die 10 Jahre alt war, ging's los mit Familientörns in der Adria, später am Attersee, dann Regatta...

Wie geht es dir als Frau in einer noch immer von Männern dominierten Sport- & Segelwelt? Braucht es mehr Frauenpower im Segelsport? Wo siehst du dich als Frau in deiner seglerischen Zukunft?

Das wirklich Schöne am Offshoresegeln – vor allem am Solosegeln ist – dass da kein Unterschied zwischen Mann und Frau gemacht wird. Das finde ich unglaublich klasse, wir starten da alle komplett gleichwertig, werden gleich bewertet und gehen alle durch das gleiche. Das, was uns Frauen vielleicht mal an der ein oder anderen Stelle an Muskelkraft fehlt, kann man gut mit Köpfchen, bzw. mit einer anderen Strategie lösen.

Aber ja, generell finde ich, dass sich mehr Frauen trauen sollten, das zu machen, was sie machen wollen! Im Offshore- und Solosegeln ist es schön zu beobachten, dass es immer mehr Frauen werden. Wir sind zwar immer noch eher wenige, aber der Trend geht in die richtige Richtung.

Was würdest du jungen Frauen raten, wenn sie sich für ein Karriere im Segelsport interessieren und hättest du Ideen, um Frauen zum Segelsport zu Motivieren?

Ich kann nur raten, dass jeder Mensch, der einen Traum hat, oder etwas neues ausprobieren möchte, es einfach tun sollte! Wenn man wirklich will, dann kann man auch. Und was soll schon passieren? Vielleicht ist es für Frauen auch ein guter Einstieg, als Frauencrew zu starten. Da gibt es dann nicht diese Klischees, wo der Mann alles macht und die Frau sich eventuell nicht traut, weil sie Angst hat etwas falsch zu machen. Durch Fehler lernt man nämlich ziemlich gut!

Wie viel Zeit im Jahr verbringst du durchschnittlich auf See?

Es könnte immer mehr sein ;) Schwierig zu sagen wieviel Zeit ich dann im Endeffekt wirklich auf See bin, da bei den Regatten auch sehr viel Zeit für Vorbereitung drauf geht, aber dieses Jahr kommen da schon ein paar Monate zusammen. Der Fokus liegt eben auch gerade voll auf der Quali für das Mini Transat 2023. Daneben dann noch ein paar längere Doublehanded Regatten... Da kommt schon was zusammen.



Du verbringst also sehr viel Zeit am Wasser. Was sind die Herausforderungen des Solo segelns und wie geht es dir damit? Was bringt dich dazu, dich diesen Herausforderungen mehreren Wochen am Stück zu stellen?

Die Herausforderungen beim Solosegeln sind echt vielfältig, da man an Bord ja für alles alleine zuständig ist. Das ist es auch, was ich daran so mag. Man muss einfach immer eine Lösung finden, egal ob man in dem Bereich eigentlich gut ist oder es neu für eine*n ist. Ein großes Thema beim Solosegeln ist bestimmt das Schlafen. Da das eigentlich nur 20-30 Minuten am Stück geht, ist das ein besonders interessantes und herausforderndes Thema. Da kommt man mal besser und mal nicht so gut rein, kommt immer auf die Umstände, die Stimmung, das Wetter, etc. an. Die Einsamkeit ist dann nochmal eine Herausforderung, mit der komm´ich zum Glück an Bord echt gut zurecht. Man weiß ja, dass man am Ende einer Regatta wieder auf Gleichgesinnte trifft, außerdem ist eine*m auch sehr bewusst, dass zum Beispiel in einer Regatta, gerade mehrere Solosegler*innen unterwegs sind und wir alle durch das Gleiche gehen, das hilft extrem.

Wie bereitest du dich auf das Minitransat Regatta 2023 Abenteuer vor? Machst du z.B. Kraftsport, Ausdauer- und Schlaftraining? Stellst du deine Ernährung um?

Meine Vorbereitung läuft ja eigentlich schon seit Herbst 2020, als ich meine erste Mini Regatta mit Christian Kargl zusammen gesegelt bin. Seitdem hab ich unglaublich viel dazu gelernt und dieses Jahr mit dem Kauf des Bootes und meinen ersten Miniregatten als Skipperin einen großen Schritt nach vorne gemacht. Zur Vorbereitung zählen neben - den Qualifikationsregatten - vor allem das Aneignen von Knowhow über das Wetter, Taktik, Bootstechnik, das Kennenlernen des Bootes, Manövertraining und so vieles mehr. Ausdauer- und Krafttraining hilft natürlich auch, das kommt aber vor allem beim Segeln und Trainieren ganz von sel-nährung stelle an Bord gibt's freeze-dried man dann mal Wochen durch, gibt's davon gute Sorten! nimmt man besondere Le-Bord.



ber. Bei der Er-ich nichts um, hauptsächlich food, da muss ein paar Tage/ aber immerhin schon wirklich Und natürlich auch ein paar ckereien mit an

Als ambitionierte Amateurfahrtensegler *innen stellen wir uns die Frage, welche Grundvoraussetzungen und Ausbildungen für eine Regatta, wie die Minitransat, nötig sind.

Ich denke, die wichtigsten Grundvoraussetzungen sind, dass man will, man sich traut und es dann einfach macht. Dann ist die größte Herausforderung wahrscheinlich, ein/das richtige Boot zu bekommen, sowie die Zeit und das Durchhaltevermögen aufzubringen. Dass man segeln können soll, ist klar, sonst macht man sowas ja auch nicht. Alles andere lernt man beim Machen.



Welche Dinge dürfen auf keinen Fall auf der Checkliste fehlen. Auf welchen "Luxus" kannst und willst du nicht verzichten. Schmuggelst du dir eventuell ein Flautenbier mit auf den Mini?

Was an Bord nicht fehlen darf, ist Musik! Ich glaub', ohne Musik wäre ich bei meinem 1000nm-Qualifier, den ich gerade gemacht habe, verrückt geworden. Notbier hab ich normalerweise auch dabei. Aber generell hab ich bei meinem Qualifier gerade festgestellt, dass man eigentlich nicht viel braucht um glücklich zu sein. Ich hab an Bord eigentlich nichts vermisst, außer meinen Hund und hin und wieder mal ein paar Stunden Schlaf am Stück. Und gutes frisches Essen.

Regatten sind eine competitive Angelegenheit. Wie gehst du mit Erfolg und Misserfolg um? Kannst du gut Verlieren? Wie schaffst du es, in Stresssituationen cool zu bleiben?

Da das Level in der Klasse Mini echt hoch ist, muss man schon auch mit Niederlagen umgehen können. Ich bin ganz am Anfang meiner Solo Segelkarriere und habe erst 2 Rennen hinter mir, eins davon musste ich leider wegen Vorstagbruch abbrechen, somit gibt's da für mich noch so viel zu lernen. Da gehören auch Niederlagen dazu.

Das Schöne ist einfach, von Mal zu Mal zu sehen, wie sehr man sich weiterentwickelt, man das eigene Boot besser kennenlernt und selbstbewusster wird, in dem was man tut. In Stresssituationen cool zu bleiben ist – finde ich – die einzige Möglichkeit, den Stress aus der Situation rauszunehmen. Natürlich sitze ich auch mal vor Erschöpfung und Anstrengung heulend in meinem Boot, weil das einfach raus muss, aber mir ist sehr wohl bewusst, dass niemand außer mir das Problem gerade lösen kann, somit kommt man da sehr schnell wieder in einen lösungsorientierten und fokussierten Modus.

Stimmungstief? Was machst du, wenn es mal nicht gut läuft?

**Mal kurz Jammern - was raus muss, muss raus.
Musik an und an die guten Zeiten denken!**



Mojo? Kannten wir nur aus dem Filmklassiker "Austin Powers". Wir haben recherchiert und uns würde Interessieren, wie es zu der Namensgebung deines Minis gekommen ist. Bitte erkläre uns doch deine Idee dahinter. Btw. welchen Segelfilm muss man unbedingt gesehen haben.

Mojo ist für mich eine Art „Vibe“ und etwas, das mir Glück bringt. Ich finde das passt einfach mega gut für mein Projekt, und mein Mini ist etwas ganz Besonderes für mich. Mit dem Kauf hab´ ich mir meinen bisher größten Traum erfüllt und da passte der Name Mojo perfekt. Hmmm Segelfilm – „All is Lost“ und den Klassiker „Wind“.

Lisa Berger auf dem Weg zur Minitransat Regatta 2023.

Minitransat 2023, was kommt danach?

Da gibt's so einige Möglichkeiten... ;) Aber ich bin sehr interessiert daran, nach der Minitransat auf Figaro 3 oder Class 40 als nächsten Schritt umzusteigen. Aber eins nach dem anderen...

Wie ist deine Connection zum Attersee und wie bist du beim SCAtt (Segelclub Attersee) gelandet? Warum überhaupt ein Club und warum ausgerechnet dieser? Vorsicht wir sind Club-Kolleg*innen ;)

Ich hab am Attersee das Regatta Segeln gelernt, somit ist meine Connection zu diesem kleinen Paradies ziemlich gut. Darüber, dass ich beim SCAtt gelandet bin, bin ich auch super happy. Als ich nach Attersee gezogen bin, hat sich das eigentlich gut angeboten und man kennt sich ja schon länger durch verschiedene Regatten, somit hat es nicht viel gebraucht mich zum Scatt zu locken ;) und bei solchen Club Kolleg*innen...



Du hast ja die Nabaste-Crew bei der Offshore Challenge in Kroatien kennengelernt. Würdest du bei uns anheuern, um eine Regatta mit uns zu segeln? Was sind dein Kriterien?

Na und ob ich bei euch anheuern würde!! Euer Boot war gefühlt der Mittelpunkt der Offshore Challenge, immer gute Stimmung und noch dazu gut beim Segeln! Kriterien hab´ ich da keine, es muss einfach passen. Gute Laune und Spaß am Segeln sind das Wichtigste.

“NABSTE” oft gehört oft gesagt. Was bedeutet die Floskel für dich? Wie oft verwendest du sie selber? ;)

Nabaste ist für mich ein bisschen sowas wie das österreichische „don't worry be happy“ ;) sag´ ich auch zu mir und meinem Mini oft.

■ **Danke Lisa, immer eine Hand breit Wasser unter dem Kiel.**

SEGELSETZEN

MIT DEN SCHÖNSTEN IMMOBILIEN IM SEENGEBIET

Zeit am See.at



SEE HAUTNAH

Seeleben eben, wosunst sunnst?

Ein Stück Salzkammergut, Sonne und Wind auf der Haut. Zumindest die Erinnerung daran und damit ein Gefühl davon. Eine Verknüpfung, von wo auch immer du gerade bist, hin zu dem Moment, in dem dich die Natur rund um die Seen des Salzkammerguts umhüllt hat. Denn diesen Moment bietet dir das Seeleben eben, "wei wo sunst sunnst, wenn ned im Salzkammergut?"

Die Idee, mehr als ein Souvenir aus der Salzkammergut Seenregion zu entwickeln, nimmt Gestalt an.



*Moment „Haut“
Fotos: ANIT-FORM*

See Hautnah - Seeleben eben, wosunst sunnst?

Erhältlich sind die T-Shirts und Hoodies in unserem Onlineshop auf www.nabaste.at. Dort findet sich auch eine Liste mit Händlern bei welchen ihr die Textilien direkt beziehen könnt.

Um möglichst ressourcenschonend zu arbeiten veredeln wir die bestellten Textilien mit unserem Siebdruck auf Basis von Sammelterminen. Wir informieren euch auf der Webseite über die Drucktermine regelmäßig.

See Hautnah ist ein Projekt von Nabaste & Richi Haslinger. Gestaltet und gedruckt von ANTI-FORM in St. Georgen im Attergau.

www.nabaste.at



verfügbare Farben



32€
zzgl.
Versand

Attersee oder Traunsee T-Shirt von Stanley/Stella
Slub Single Jersey, 100% Cotton - Organic Ring Spun Combed, Panel washed, 130 g/m²



verfügbare Farben



Attersee oder Traunsee ZIP-Hoody von Stanley/Stella
French Terry, 85% Cotton - Organic Ring Spun Combed, 15% Polyester - Recycled, Fabric washed, Light sueded, 300 g/m²

89€
zzgl.
Versand



verfügbare Farben



32€
zzgl.
Versand

Attersee oder Traunsee T-Shirt von Stanley/Stella
Single Jersey, 100% Cotton - Organic Ring Spun Combed, Fabric washed, 180 g/m²

DAHEIM AM SEE

*Vom Suchen und Finden am Attersee
Portrait Richard Haslinger*

*Unter den Koordinaten
47° 55' 78", 13° 32' 54" in Unter-
buchberg am Attersee trifft man auf
Richard Haslinger. Seine Leiden-
schaft ist das Wasser, aber auch
das andere Element - Luft, besser
noch Wind, der ein Segelboot erst
so richtig in Fahrt bringt.*



*Moment „Hier & Jetzt“
Fotos: Marlene Lukas*

Denn wenn man draußen am See ist, ist man im „Hier und Jetzt“, kommt zur Ruhe, spürt die Kraft. Ein Abenteuer, das die Energie pushen kann und dich gleichzeitig entspannen lässt.



Dabei sind diese ruhigen Momente auch für ihn rar. Sein abwechslungsreicher Job verlangt nach viel Kommunikation. Im Unternehmen werden Boote serviert, repariert, transportiert. Es gibt eine Marina und den Vertrieb von schicken Marken wie Saffier Yachts, J-Boats, Melges oder Frauscher. Das schnelle Switchen zwischen den Arbeitsgebieten und der Umgang mit unterschiedlichen Menschen macht ihm sichtlich Spaß. Er will etwas Bewegen, nicht stillstehen.

„Mich motiviert es, einen Kunden dahingehend zu beraten das passende Boot zu finden, egal ob Holz oder Kunststoff, alt oder neu. Natürlich grinsen auch die Kunden, wenn wir mit einem so wunderschönen Boot wie der Saffier unterwegs sind“, erzählt Haslinger.

Die Zeit am Wasser, die Zeit mit dem Partner, der Familie oder sportlich im Team, gestaltet sich in der Atterseeeregion super abwechslungsreich und hat gerade in den letzten Jahren wieder viele Menschen angezogen.

Diese Wertschätzung gegenüber dem See will Richard auch weit hinaus transportieren. Auf seiner Kleidung will er nicht unbedingt eine Marke repräsentieren, sondern lieber seine Region, und sie dadurch zur Qualitätsmarke machen. Natürlich darf da auch ein bissl Gefühl und Schmach dabei sein - Attersee hautnah eben.



„Überhaupt macht es natürlich mehr Spaß in den eigenen Fahrtwassern zu segeln, zu kreuzen wann man will. Anders wie auf der Autobahn, in der alle nur in eine Richtung fahren.“

Gut Wind und immer eine Hand breit Wasser unterm Kiel, das wünscht Richard sich. Der Moment, wenn der Wind einsetzt und das Kielwasser am Boot zu plätschern beginnt, ist auch für ihn immer noch fantastisch. ■



BEWEGUNGS FREIHEIT.JETZT

**STUDIO FÜR MASSAGE
BEWEGUNGS- & HALTUNGSTRAINING**

**HALTUNGS- & LAUFANALYSEN / MASSAGEN /
SPORTMASSAGE / HALTUNGSTRAINING /
BEWEGUNGSOPTIMIERUNG /
BIOMECHANIKTRAINING / SPORTART-
SPEZIFISCHES FUNKTIONALES TRAINING /
SCHMERZFREIHEIT UND MOBILITÄT**



Gerald Ziegl | 4841 Ungenach 22

0680 / 128 11 03 | g.ziegl@gmx.at

www.bewegungsfreiheit.jetzt

SERIL[®]
Farbenhandels GmbH



Der Farben-
Fachhandel
an der B1 in
Vöcklabruck.

**WIR BRINGEN
FARBE INS
LEBEN.**

seril-farben.at

MUSIK SUCHT ERLEBNIS

Auf der Gefühlsebene erfolgreich

**Musik, die das Erlebnis sucht.
Herby, Gitarre & Gesang bei Wham Bam Bodyslam.**

Es hat angefangen, als ich mit 8 auf einem EAV Konzert in Kärnten war. Sie haben „s'Muaterl“ gespielt. Das Lied hat Teile des Publikums traurig, andere verlegen und manche wütend gemacht. Man konnte das in der lauen Sommerluft förmlich spüren. Ich hab' euphorisch mitgesungen, da es mein Lieblingslied war. Auch damit war ich nicht allein. Das ist es wahrscheinlich, was mich bis heute auf gefühlt tausend Konzerte gebracht hat. Dieses gemeinsame Erlebnis. Auch wenn nicht jede*r dasselbe fühlt, fühlt bei guten Konzerten jede*r was, und zwar gemeinsam mit allen anderen, die da sind. Ich schätze mal, das gibt's auch im Sport und anderen Formen der Kunst,

aber ich habe es nur auf Konzerten in dieser Intensität erlebt. Es funktioniert nicht immer, da muss alles passen: Der Sound, die Verbindung zwischen Band und Publikum, das Ambiente. Aber wenn es funktioniert, gibt es für mich nicht viel Besseres. Es müssen auch nicht tausende von Leuten sein. Wenn ich mit 5 Leuten gemeinsam am Lagerfeuer ein Lied singe, das ich mag und das in allen 5 was bewegt, tue ich mir schon wieder eine Zeit lang leichter im Leben. Bei vielen Entscheidungen muss ich an Lieder oder Textpassagen denken. Hat mir schon oft geholfen. Die Musik ist oft mein gutes Gewissen und hat mich aber auch schon zu so

Moment „Live“
Foto: Christian Sperr Fotografie

manchem Blödsinn angestiftet. Sie ist auf jeden Fall fast immer da und leitet mich in gewisser Weise. Nun spiel' ich seit mittlerweile 14 Jahren in derselben Band, ohne sonderlich erfolgreich zu sein; zumindest finanziell nicht. Auf der Gefühlsebene aber sehr wohl, wie ich finde. Ich könnte es mir nicht ohne vorstellen. Es geht um das, was man gemeinsam erschafft, das man alleine nicht erschaffen könnte, darum gemeinsam was auszudrücken und zu verarbeiten, auch wenn es noch so banal ist. Es geht um die Leute die man dabei kennenlernt, denen es ähnlich geht mit der Musik, die man auch umarmt wenn man sie nach

5 Jahren wieder mal trifft. Und natürlich, wenn man sich ehrlich ist, geht es auch darum gemeinsam nicht die anderen zu sein. Nicht nur in der Band, auch im Publikum. Man erlebt grad was, das die anderen, die grad zuhause herumliegen, nicht erleben und auch das mag man. Aber vor allem geht es um diesen Moment, wenn man es schafft, dass jeder vor und auf der Bühne dabei ist und etwas fühlt, das er ohne die Musik, die man grad macht, nicht gefühlt hätte. Dieser Moment kann süchtig machen wie eine Droge.

Und was hat das ganze mit dem Attersee zu tun? Nun, 3 von 5 von dieser Band kommen von dort. Und ich mag die alle 3. Das ist – glaub' ich – kein Zufall. Ich selbst komme nicht direkt von dort, aber hab' immer schon gewusst, dass ich da mal wohnen will. Und zwar nicht nur, weil der See so schön ist, sondern weil's da einfach viele interessante Leute gibt, die spannende Dinge tun und damit mein' ich meistens nicht deren Beruf. Das ist nicht überall so. Das macht schon irgendwie auch die Gegend mit den Leuten – glaub' ich. Den 5. mag ich übrigens auch, der kommt aus dem Salzkammergut. ■



Wham Bam Bodyslam
Foto: Marc Schwarz

www.whambambodyslam.com

USUS AM WASSER Urlaub in Wien!

USUS AM WASSER ist Gastronomie, Eventlocation und Erholung mit kulturellem Erlebnisfaktor am Ufer der Neuen Donau. Packt die Badesachen ein und genießt einen Badetag am Wasser und die allerschönsten Sonnenuntergänge bei frischen Drinks an unserer Strandbar, köstlichem Eis, Kaffee und Essen.



Urlaub vom Alltag
www.amwasser.wien



Traumschuhe in feiner Handarbeit

Am Liebsten stellt Florian immer noch Einzelstücke her. Rund 40 Arbeitsstunden stecken in einem Modell. An der Arbeit schätzt er besonders „die Individualität“. Kein Schuh wird wie der andere. Denn neben der perfekten Passform zählt auch die Auswahl von Farbe, Leder und Form.

Orthopädie Schuhtechnik Aigner
Rainerweg 19, 4873 Frankenburg
Montag geschlossen
Di & Do 9:00 - 12:30, 14:30 - 17:00
Mittwoch 9:00 - 12:30
Freitag 9:00 - 14:00

www.ortho-aigner.com

MEISTERHAFTE SCHUHE

Von Erfahrungsschätzen und dem Ruf nach Selbstständigkeit

Florian Aigner betreute Olympiasportler und Weltmeisterinnen, heute kann jeder Mensch von seinem Erfahrungsschatz profitieren. Wir treffen den Schuhmacher in seiner Orthopädie und Schuhmanufaktur in Frankenburg.

Der Neubau an der Frankfurter Landesstraße: Aus allen Bundesländern und sogar aus Liechtenstein kommen Menschen hierher, um sich von Florian Aigner beraten zu lassen.



Florian trägt Sportschuhe, in die seine orthopädischen Einlagen wunderbar passen, wie er sagt. Bei anderen Gelegenheiten sieht man ihn hingegen in eleganten Lederschuhen. Florian ist nämlich nicht nur Orthopädeschuhmacher, sondern auch Maßschuhmacher.

Der Frankfurter war viele Jahre bei Fischer Sports für die Entwicklung der Rennschuhe verantwortlich. Die besten Athleten der Welt vertrauten auf sein Know-how. Denn die Füße bilden die Basis unseres Körpers. Wird dieses Fundament gestört, etwa durch Fehlstellungen oder Verletzungen, hat das Auswirkungen auf den gesamten Bewegungsapparat. Florian hatte einen prestigereichen Job, doch der innere Ruf nach Selbstständigkeit wurde immer lauter – bis er ihm schließlich folgte.

Er baute die Garage seines Schwagers zu einem Orthopädie-Geschäft mit Werkstatt um. Seine Frau Sandra stieg mit ein: „Viele unserer Kunden litten lange unter Schmerzen. Es ist schön mitzuerleben, wie es ihnen mit unseren Schuhen jetzt besser geht“, antwortet die Behindertenfachbetreuerin auf die Frage, was ihr am neuen Job besonders Freude macht. Die Garage platzte bald aus allen Nähten. Anfang des Jahres eröffnete das Paar ein neues Geschäft an der Frankfurter Landesstraße. Hier gibt es eine große Auswahl an hochwertigen Sportschuhen der schweizer Firma ON, die Florian und Sandra auch selbst tragen. Außerdem bieten die beiden Barfußschuhe für Kinder an. „Es ist wichtig, dass man Füßen die Möglichkeit gibt, sich natürlich zu entwickeln“, sagt der zweifache Papa, der bis heute als Berater für die Sportschuhindustrie tätig ist.



PERSPEKTIVEN ATTERSEE

*Wiederbelebter Leerstand und der Blick auf eine Triebfeder.
Ein Text von Stephan Wiesinger aus dem Team des Kunstfestivals
Perspektiven Attersee.*

Das Kunstfestival Perspektiven Attersee wurde vor 12 Jahren ins Leben gerufen. Der Anspruch war, die Leerstände im Ort Attersee wiederzubeleben und eine Plattform für zeitgenössische Kunst zu schaffen. 2022 gibt es in der Atterseehalle eine spannende Gruppenausstellung mit der Fotografin und bildenden Künstlerin Elisabeth Schmiral aus Salzburg und dem Medinkünstler Philipp Haffner aus Wien.

Unter dem Titel „Die Transformation des Bildes“ steht die Ausstellung im Zeichen des künstlerischen Bildes im Kleid alternativer Darstellungsmöglichkeiten und stellt sich der Frage, wie neue Wahrnehmungsräume erschlossen werden können. Die Künstlerin Elisabeth Schmiral beschäftigt sich mit (historischen) digitalen Bildern, ihrer Verbreitung, Bedeutung und Umdeutung.

Der Künstler Philipp Haffner visualisiert Audiofrequenzen auf modifizierten Vectrex-Spielkonsolen und verfremdet Videosignale mit Videosynthesizern, die er auf einem Oszilloskop ausgibt.

Dem Haus Bauer – dem einstigen Verkaufsraum der alten Dorfleischerei – wird in Form eines Popup Stores modisch Leben eingehaucht und in den Schaufenstern des ehemaligen Kaufhauses Baresch gibt es mit Stefan Oláh, Martin Dickinger und Viktoria Morgenstern über das ganze Jahr Kunst im öffentlichen Raum.

*Perspektiven Attersee
Kunstfestival vom
02.07. bis 30.07.2022
Attersee am Attersee*



*Moment „Fahne hoch!“
Fotos: Karin Hackl*

Wir haben das Festival im Team zu viert vor zwei Jahren übernommen und der Anspruch von damals gilt heute wie gestern.

Zu organisieren und zu gestalten neben Jobs, Beziehungen, Kids, Familie und Hobbies fordert und ist viel Arbeit – teaminterne Konflikte inklusive. Manchmal stellen wir uns die Frage – warum tun wir das? Der Sommer ist verplant und die Arbeit ist so gut wie ehrenamtlich.

Deshalb ein Chapeau an alle, die unsere Gesellschaft mit solchen Aktionen und Veranstaltungen selbstlos beschenken und Kultur, Künstler*innen und Musiker*innen eine Plattform geben. Da ich selbst auch künstlerisch tätig bin, ist es eine wertvolle Erfahrung, die Seite des Kurators und Organizers in dieser Intensität kennenzulernen. Weg vom konzentrierten Fokus der eigenen Arbeit hin zur Öffnung und Übersicht, hin zum roten Faden und zur Koordination.

Ich weiß nicht, wie lange ich oder wir die Perspektiven noch betreiben werden, denn zumindest zwei bis dreimal pro Jahr komme ich in die Stimmung, nicht mehr zu wollen. Der Wunsch nach einem Perspektivenfreien Sommer! Die Zukunft ist aber sowieso immer ungewiss und man sollte im hier und jetzt leben. Wenn man ein Türe schließt, geht eine andere auf.

www.perspektiven-attersee.at

NA BASTE

“Der Weg entsteht im gehen”

Nach nur zwei Monaten ist aus einer Idee, einer Vision, dieses Magazin entstanden. Von Beginn an, hat dieses Projekt in uns und wie man sieht, in vielen anderen auch, ein Feuer entfacht. Wir waren, und sind noch immer überwältigt vom Zuspruch, dem Engagement und der Begeisterung jedes Einzelnen.

“Dieses Magazin hat das Potenzial auf vielen Ebenen, neue Perspektiven, Mut und vielleicht auch etwas Zuversicht zu erschaffen. Etwas, das uns allen gerade Gut tun würde.” Giovi

Es ist eine Ode an die Freiheit und den Moment geworden. Ein Konglomerat aus Visionen und vielleicht auch ein Wegweiser für jene die in Zukunft neue Wege beschreiten wollen.

An dieser Stelle ein herzliches Danke an alle die uns die uns aus einem Gefühl heraus, geistig, mit eigener Hände Arbeit und Finanziell unterstützt haben.



Impressum:

“NABASTE” Verein zur Förderung von Sport, Kultur und Philosophie

Wildenhagerstraße 10A
4880 St. Georgen im Attergau
ZVR: 1436417477

Erstauflage 4.000 Stk.

Michael Schumer: Konzept, Grafische Gestaltung, Bildbearbeitung, Satz, feel.media & www.anti-form.com

Giovi; Johannes Löberbauer: Konzept, Bildbearbeitung, Texte, Einleitung, Manifest, Marketing

Sebastian Malz: Konzept, Sponsoren Akquise und Betreuung, Marketing, Vertrieb

Sie möchten die „NABASTE“ Idee unterstützen oder haben eine Geschichte die Erzählt werden will, dann melden Sie sich gerne bei uns per Tel.: 0660/8094981 (Sebastian Malz) oder unter nabaste.attersee@gmail.com
www.nabaste.at

b3onWater

Österreichs größte Seefahrtsschule

Theorie und Praxis am Schiff
– nur das macht Sinn!

- Skippertraining für Mono und Kat
- kroatisches Küstenpatent
- FB2 und FB3 Ausbildung
- Überstellungstörns
- Wetterkurse
- Funkkurse

25 Instruktoressen und 4 Trainingscentres in Slowenien, Kroatien und Österreich!

Wir sind ein offizielles RYA-Training Centre!

Besuch uns im Segelkompetenzzentrum Korneuburg!

 www.b3-onwater.at
+43 664 882 542 04

 Austrian Boatshow Tulln

Offizieller Partner
Prüfungsverband



Eine Ode an die Freiheit und den Moment.
Ein Konglomerat aus Visionen und vielleicht auch ein Wegweiser für jene, die in Zukunft neue Wege beschreiten wollen.

