

«ICH BIN DORT ZU HAUSE, WO MEIN KOFFER STEHT» «HOME IS WHERE MY SUITCASE IS»

**D**as gewellte blonde Haar liegt nass über Alena Ehrenbolds Schulter, als sie sich Zeit für das Gespräch via Videotelefonie nimmt. Für ein direktes Treffen sind die Wellen zu gut und die Termine zu zahlreich. Alena sitzt auf einer Sanddüne, hinter ihr wogt das prickelige wilde Gras im Wind. Eben noch stand sie auf ihrem Surfboard. In den Wochen zuvor mass sie sich an den World Surfing Championships in Japan, nun stehen die Schweizer Meisterschaften an. »

**A**lena Ehrenbold's wavy blond hair lies damp on her shoulders while she takes time out for a video chat. Right now her calendar is too full, and the waves too good, for a meeting in person. Alena sits on a sand dune with wild grass undulating in the wind behind her. She was just on her surfboard. During the past weeks she was competing at the World Surfing Championships in Japan. The Swiss Championships are next. »

Die Luzernerin Alena Ehrenbold, 35, lebt vom Surfen. Lucerne native Alena Ehrenbold, 35, lives from surfing.

RAMONA THOMMEN (interview) and THOMAS BONDERF (photos)



» ALENA EHRENBOLD, WO BEFINDEN SIE SICH GERADE? Ich sitze an einem Strand in der Bretagne, in Westfrankreich. Hier trainiere ich einige Tage, bevor ich an die Schweizer Meisterschaften nach Santander, Spanien, fahre.

SIE FAHREN? Ja, mit meinem Auto. Das wird eine anstrengende Reise, für die Strecke benötige ich sicher 13 Stunden. Vermutlich lege ich irgendwo eine Pause ein, um mich im Auto hinzulegen.

DAS KLINGT ALLES ANDERE ALS GLAMOURÖS. Das Surferleben ist viel weniger luxuriös, als viele denken. Wenn ich in Europa unterwegs bin, fahre ich meistens mit dem Auto von einem Surfspot zum anderen.

UND DANN SCHLAFEN SIE JEWEILS IM AUTO? Wenn es sein muss, ja. Meistens finde ich jedoch bei Freunden Unterschlupf, mittlerweile kenne ich überall auf der Welt jemanden. Manchmal miete ich auch ein Airbnb oder steige in einem simplen Hotel oder in einer Strandhütte ab.

WAS BRAUCHEN SIE, UM SICH ZU HAUSE UND WOHL ZU FÜHLEN? Das geht bei mir schnell. Ich bin dort zu Hause, wo mein Koffer steht. Sonst schätze ich ein sauberes Bett und Ruhe. Wenn ich meine zwei, drei Sachen stehen lassen und im Pyjama Kaffee trinken kann, fühle ich mich angekommen.

SIE REISEN MIT EINEM KOFFER? Ich besitze zwei. Einen mit Winterklamotten, einen für den Sommer. Je nachdem, wo ich bin, lebe ich aus dem einen oder anderen.

UND WAS BEFINDET SICH DARIN? Viele Bikinis! Die Reiseapotheke nimmt etwa einen Viertel des Platzes ein. An den Orten, an denen ich jeweils surfe, ist die medizinische Versorgung nicht immer so gut geregelt, wie wir das aus der Schweiz kennen. Oder das nächste Krankenhaus liegt so weit weg, dass es kaum zu erreichen wäre. Deshalb Sorge ich vor. Mit dabei habe ich natürlich auch immer meine Boards.

DEN REST HABEN SIE IN DER SCHWEIZ EINGELAGERT? Eigentlich nicht. Irgendwo stehen noch zwei Kisten mit alten Fotos und Briefen. Meine Eltern bewahren mein Downhill-Bike auf, an dem ich sehr hänge.

UND MEHR BESITZEN SIE NICHT? Nein. Besitz sagt mir seit jeher nicht viel. Ein schönes Sofa oder Bett zu haben, gefiele mir schon. Aber dafür muss die Lebenssituation stimmen. Bis ich eigene Möbel habe, dauert es noch eine Weile.

WIE SIEHT EIN TAG IM LEBEN EINER SURFERIN AUS? Morgens stehe ich zwischen 4.30 und spätestens 6 Uhr auf, creme mich ein, lege die Linsen ein, trinke einen Kaffee, esse etwas und fahre dann zum Strand. Der genaue Plan hängt von den Gezeiten vor Ort ab: In den Tropen beginnt mein Tag wegen der Thermik etwas früher, in Europa – vor allem im Winter – etwas später. Dann wärme ich mich auf und stürze mich in die Wellen.

WAS MACHEN SIE DANN? Ich trainiere, indem ich bei jeder Welle versuche, meine Technik zu verbessern. Dafür analysiere ich Fotos und Videos von mir. Zudem gibt mir seit einem Jahr ein befreundeter Surfcoach ab und an Tipps. Manchmal coache ich selbst fortgeschrittene Surfer oder ich stehe für Magazin- und Werbekampagnenshootings auf dem Wasser. Gegen Mittag kehre ich nach Hause zurück, also dorthin, wo ich zu diesem Zeitpunkt wohne, und koche mir etwas. Liegt es zeitlich drin, mache ich einen Powernap.

DAS IST EIN STRAFFER ZEITPLAN. Die Wellen sind vor allem morgens und am späten Nachmittag gut, dann will ich mindestens einmal im Wasser sein. Nachmittags und abends kümmere ich mich um Administratives: Mails und Anfragen beantworten, Interviews geben, Vorträge, Texte sowie Filmskripts schreiben. Und dann versuche ich, früh ins Bett zu gehen. Leider bin ich am Abend oft am kreativsten. Klar, das klingt sehr geregelt, doch manchmal spielt die Natur nicht mit und wirft meine Planung über den Haufen. »

» ALENA EHRENBOLD, WHERE ARE YOU RIGHT NOW? I am sitting on the beach in Brittany, on the western coast of France. I'm training here for a few days before I drive to the Swiss Championships in Santander, Spain.

YOU'RE DRIVING? Yes, with my car. It'll be a strenuous trip, it will surely take 13 hours. I'll probably make a stop somewhere and have a lie down in my car.

THAT DOESN'T SOUND VERY GLAMOUROUS. The surfer's life is much less luxurious than many people assume. When I'm travelling in Europe, I mostly drive from one surfing spot to the next in my car.

DO YOU SLEEP IN YOUR CAR AS WELL? When I have to, yes. But mostly I stay with friends, and I now know people all over the world. Sometimes I'll rent through Airbnb or check into a simple hotel or a beach hut.

WHAT DO YOU NEED TO FEEL FULLY AT HOME? Not very much, actually. Home is where my suitcase is. Otherwise, I like quiet and a clean bed. If I can leave my two or three things somewhere and drink coffee in my pyjamas, I know that I've arrived.

DO YOU TRAVEL WITH ONE SUITCASE? I own two. One with winter clothes, one for the summer. I live out of one or the other, depending on where I am.

AND WHAT'S INSIDE IT? Lots of bikinis! My «travel apothecary» takes up about a quarter of the space. At the places where I surf, medical supplies are not always as freely available as they are in Switzerland. Or the next hospital is so far away that you can hardly get to it. That's why I prepare ahead. And of course I always have my boards along.

HAVE YOU STORED THE REST IN SWITZERLAND? Actually, no. There are two boxes somewhere with old photos and letters. My parents are looking after my mountain bike, of which I'm quite fond.

THAT'S ALL YOU HAVE? Yes. Material things have never meant much to me. I'd like having a nice »

«MANCHMAL SPIELT DIE NATUR NICHT MIT UND WIRFT MEINE PLANUNG ÜBER DEN HAUFEN.» «SOMETIMES NATURE DOESN'T COOPERATE AND MAKES A MESS OF MY PLANS.»



## » WAS HEISST DAS?

Es windet zu stark oder es hat zu grosse oder gar keine Wellen. Womöglich bin ich dann einen ganzen Tag lang nicht im Wasser und nehme mich stattdessen der Büroangelegenheiten an. Für den Notfall habe ich immer ein gutes Buch dabei, wobei ich viel zu selten zum Lesen komme.

## SIE SIND OFT ALLEIN UNTERWEGS. MACHT DAS EINSAM?

Weil ich meistens bei Leuten wohne, die ich kenne, oder mit Freunden oder Kamerateams reise, bin ich kaum allein. Wobei ich das eigentlich brauchen würde. Häufig besuchen mich auch Freunde und Familienmitglieder, was mich immer freut. Einsam werde ich also nicht. Zudem lerne ich viele Leute kennen ...

## AUF DEM WASSER?

Überall. An Tagen ohne Surfen gehe ich auch mal allein Kaffee trinken oder in einem Restaurant essen. Manche schauen mich dann neugierig an und fragen nach meiner Begleitung. So kommen die lustigsten und unerwartetsten Begegnungen zustande, die bisweilen auch fortbestehen.

## HÄTTEN SIE ALS MÄDCHEN JEMALS GEDACHT, DASS SIE SURFERIN SEIN WÜRDEN?

Ich kannte die Sportart nicht einmal! Wir reisten mit der Familie zwar oft ans Meer, aber immer dorthin, wo die Luft warm und das Wasser flach war. Leider. Ich orientierte mich eher in Richtung Studium und sah mich als Anwältin, Bankerin, Galeristin, Sportlehrerin, Journalistin oder Schriftstellerin. Die Wahl fiel mir schwer. Und dann lernte ich zu surfen ...

## WIE KAM ES DAZU?

Mein damaliger Freund surfte. Als wir uns kennenlernten, meinte er: Entweder du kommst auch aufs Wasser oder du fotografierst mich vom Strand aus. Also wagte ich mich aufs Brett – und verzweifelte fast. Erst bei meinem zweiten Versuch gefiel mir das Surfen. Das war vor 14 Jahren. Von meinem damaligen Freund profitierte ich viel, obschon er massiv besser war als ich, die Anfängerin. Ich musste einiges aufholen, deshalb übte ich häufig allein, was manchmal hart war. »

» sofa or a bed, but to do that I'd have to change my life. It will be a while until I have my own furniture.

## WHAT DOES A SURFER'S DAY LOOK LIKE?

In the morning I get up between 4:30 and 6:00, no later, apply some sun lotion, put in my contact lenses, drink some coffee, eat something, and then drive to the beach. The exact plan depends on the tides: in the tropics, my day begins a little earlier, due to the thermals, and in Europe a little later, especially in winter. Then I warm up and hit the waves.

## WHAT DO YOU DO THEN?

I train, in that I try to improve my technique with every wave. I analyse photos and videos of myself surfing. In addition, I have a friend who is a surfing coach, who has been giving me the occasional tip now and then for the past year. Sometimes I coach advanced surfers myself, or I go out in the water for photo shoots for magazines or advertising campaigns. At around noon I return home to where I'm staying, and cook something to eat. If there's time, I'll take a power nap.

## THAT'S A PRETTY STRICT TIME PLAN.

I want to be in the water at least once a day when the waves are best, in the morning and late afternoon. The rest of the time I am taking care of administrative tasks, answering mails and queries, giving interviews and talks, writing texts and film scripts. And then I try to go to bed early. Unfortunately my creativity is often strongest in the evenings. It sounds very regulated, but sometimes nature doesn't cooperate and makes a mess of my plans.

## IN WHAT WAY?

The wind might be too strong, or the waves too big, or none at all. I might only be in the water for a short time, and then I'll do paperwork instead. For this reason I always have a good book with me, although I rarely get the chance to do any reading.

## YOU OFTEN TRAVEL ALONE. DO YOU GET LONELY?

I'm hardly ever alone, because I mostly stay with people I know, or travel with friends or camera teams. I could probably do with some solitude. I have friends and

family visiting me often, which is very nice. So I'm not lonely. And I'm meeting lots of people ...

## OUT IN THE WATER?

Everywhere. On days when I don't surf, I go out for a coffee or eat in a restaurant alone. Some people are curious and ask who I am with. This has led to some of the funniest and most unexpected encounters.

## AS A YOUNG GIRL, DID YOU EVER THINK YOU WOULD BECOME A SURFER?

I didn't even know what surfing was! I often travelled with my family to the ocean, but always where the air was warm and the water placid. Unfortunately, I was on a more academic path, and saw myself as a lawyer, banker, gallerist, sports teacher, journalist or a writer. I was having trouble deciding. And then I learned to surf ...

## HOW DID THAT COME ABOUT?

I had a boyfriend who surfed. When we met, he said, either you come out in the water with me, or you can photograph me from the beach. So I ventured onto a board – and almost wiped out. It wasn't until my second try that I began to like surfing. That was 14 years ago. I learned a lot from my then-boyfriend, although he was massively better than I was, a beginner. I had some catching up to do, so I put in a lot of practice alone, which was sometimes hard.

## HOW DID YOU TEACH YOURSELF?

I really wanted to learn. I watched others who were better, asked questions, listened to their answers. As a woman, surfing was quite strenuous for me at first, because I had to build up new muscles in my upper body just to paddle and duckdive – to dive under the waves. Men, being stronger, have the advantage there. When a good wave comes, they can stand up more quickly.

## YOU NEVERTHELESS QUIT YOUR STEADY JOB TEACHING BUSINESS AND LAW, AND SET OUT TO BE A PROFESSIONAL SURFER. HOW DID THAT COME ABOUT?

Right, after my business studies I taught for five years at a grammar school and an adult education school. I found myself contemplating more and more what it could be like to live by the sea and make my living from surfing. »

# «UND DANN LERNTTE ICH ZU SURFEN...» «AND THEN I LEARNED TO SURF...»



» WIE BRACHTEN SIE SICH DAS SELBST BEI?

Ich wollte es wirklich lernen. Dafür schaute ich bei denjenigen ab, die es besser konnten, fragte nach, hörte zu. Als Frau ist Surfen am Anfang sehr anstrengend, da man im Oberkörper ganz neue Muskeln aufbauen muss, um überhaupt paddeln und duckdiven – unter der Welle durchtauchen – zu können. Männer sind da bevorteilt, da sie mehr Kraft haben. Sie stehen schneller auf einer guten Welle.

UND TROTZDEM KÜNDIGTEN SIE DAFÜR IRGENDWANN IHREN SICHEREN JOB ALS GYMNASIALEHRERIN FÜR WIRTSCHAFT UND RECHT UND ZOGEN ALS SURFERIN LOS. WIE KAM DAS?

Genau, nach meinem Wirtschaftsstudium unterrichtete ich fünf Jahre an einem Gymnasium und einer Maturitätsschule für Erwachsene. Ich überlegte mir immer öfter, wie es wäre, am Meer zu wohnen und vom Surfen zu leben.

DANN STELLTE MAN IHR TALENT FRÜH FEST?

Nun, ich wurde 2009 in die Nationalmannschaft der Swiss Surfing Association aufgenommen und kam zu meinen ersten Sponsoren, Anfragen und Aufträgen. Irgendwann merkte ich, dass ich damit vielleicht knapp meine Fixkosten bezahlen könnte. Ich traute mich aber nicht zu kündigen. Typisch schweizerisch halt: sicherheitsorientiert und zu wenig selbstbewusst. Zudem gefielen mir mein Leben und mein Job. Es gab also keinen Grund, alles aufzugeben. Ausser meiner Leidenschaft, die immer stärker wurde. Irgendwann kündigte ich meine fixe Stelle mit der Idee, nach einem Jahr wieder zu unterrichten oder zu doktorieren. Doch dann ergab sich alles gut.

INWIEFERN?

Ich erhielt Aufträge, mehr Sponsoren, wurde für Projekte, Sendungen, Wettkämpfe sowie Vorträge angefragt. Zudem begann ich, Skripts für Dokumentarfilme zu schreiben und bei Dreharbeiten Regie zu führen.

VERLETZUNGEN DURCHKREUZTEN NIE IHRE PLÄNE?

Zum Glück nie erheblich. Surfen ist ein verletzungsarmer Sport. Aber klar,

wenn man ganz darauf setzt, schwebt die Verletzungsgefahr immer über einem. Meistens zieht man sich Baggellverletzungen zu: Kratzer, Schnittwunden, Prellungen, die einen jedoch auch Tage oder Wochen ausser Gefecht setzen können. Je mehr ich surfe, desto weniger verletzte ich mich. Zudem achte ich gut auf mich.

WIE?

Ich schlafe viel, esse gut und mache Ausgleichstraining. Ich lernte meinen Körper über die Zeit immer besser kennen, wodurch ich Risiken eher einschätzen kann. Am liebsten reite ich grosse, sich überschlagende und kräftige Wellen. Wenn ich nicht zu hundert Prozent fit bin, etwa wegen einer Erkältung oder weil es irgendwo zerrt, dann verzichte ich darauf, aufs Brett zu steigen.

FÄLLT IHNEN DAS SCHWER?

Klar, reut es mich um die Wellen. Aber ich weiss, dass das Meer eine Naturgewalt ist. Sollte beim Surfen eine Situation eintreffen, in der ich alle meine Kräfte brauche, dann muss ich sie auch haben. Und das funktioniert nicht, wenn ich angeschlagen bin.

WORAUF SPIELEN SIE AN? IST IHNEN SCHON EINMAL ETWAS PASSIERT?

Vor Jahren wartete ich in Portugal draussen im Meer auf eine passende Welle. Doch die Wellen wurden immer grösser und ich wusste, dass ich eine nehmen musste, um wieder an Land zu kommen. Das tat und verpatzte ich: Ich fiel vom Brett. Von derart viel Wasser verschluckt zu werden, ist heftig. Die Welle drückte mich lange herunter, wirbelte mich herum. Das muss man aushalten. Ich ärgerte mich sehr über mich, stiess an mein Limit. Ich lernte, und zum Glück blieb es bei diesem einen Mal.

HABEN SIE IN SOLCHEN MOMENTEN ANGST?

Keine Angst ... aber Respekt! Das Meer fasziniert mich: seine Kraft, seine Dynamik, seine Ruhe. Es ist ein wunderbarer Ort, dem wir Sorge tragen sollten. Wenn ich auf dem Surfbrett sitze und auf eine Welle warte, sehe ich so viel: die sich immer wieder ändernden Farben des Wassers, Wasserschilkröten, Seehunde, Delfine, kleine und grosse Fische ... »

» YOUR TALENT WAS RECOGNISED EARLY?

Well, I made it onto the Swiss Surfing Association's national team in 2009, which brought me my first sponsors, offers, and jobs. At some point I realised that I might be able to just pay my bills with it. I wasn't ready to quit, though. That's something typically Swiss: a desire for security and too little self-confidence. And I liked my life and my job. I didn't see a reason to give everything up. Except for my passion, which continued to grow. Eventually I left my full-time job with the idea of either teaching again after a year or beginning my doctoral studies. But everything turned out well.

HOW SO?

I found jobs, more sponsors, was offered projects, broadcasts, competitions and speaking engagements. I also began to direct and write scripts for documentary films.

YOU NEVER HAD ANY CAREER-CRUSHING INJURIES?

Fortunately not. Surfing is not a dangerous sport, but it's clear that, when one is dependent on it, the risk of injury is always hanging in the air. Most injuries are quite minor: scratches, cuts, sprains, but all things that can put you out of commission for days or weeks. The more I surf, the fewer injuries I'm prone to. And I'm cautious.

HOW?

I get enough sleep, I eat well, and I do balance training. I got to know my body better over time, so that I could better assess risks. My favourite waves are the big, tumbling, powerful ones. If I'm not one hundred percent fit, because of a cold or a pulled muscle somewhere, then I won't surf.

IS THAT HARD FOR YOU?

Sure, I miss the waves. But I know that the ocean is a force of nature. If a situation should arise where I'll need all my strength, then I have to be able to give it. And that won't happen if I'm not fit.

ARE YOU REFERRING TO SOMETHING THAT HAPPENED TO YOU?

Years ago, I was in Portugal, out in the water and waiting for the right wave. But they kept getting bigger and bigger, »



«DAS MEER FASZINIERT MICH: «I'M FASCINATED BY THE OCEAN: SEINE KRAFT, SEINE DYNAMIK, SEINE RUHE.» ITS ENERGY, ITS CALM.»

» **ANDEREN WÜRDTE ES DA UNWOHL.** Für mich sind es die Momente, in denen ich realisiere: Ich habe den besten Job der Welt! Auf mich wirken die Berge viel bedrohlicher. Der Schnee, die Kälte, überall Abgründe – das ist gar nichts für mich!

#### **SIE SIND JETZT 35. WIE LANGE SURFEN SIE NOCH?**

So lange es geht (lacht)! Da Surfen gelenkschonend ist, reiten Profisurfer lange bei der Elite mit. Kelly Slater beispielsweise, eines der US-Ausnahmetalente, ist mittlerweile 55. Momentan denke ich nicht übers Aufhören nach. Surfen, Coaching, Filmemachen, Vorträge halten – diese Kombination funktioniert für mich. Wer weiss, vielleicht verschieben sich die Prioritäten irgendwann und ich wende mich wieder meiner zweiten Leidenschaft zu: dem Unterrichten.

#### **ZURÜCK IN DER SCHWEIZ.**

Da sind meine Wurzeln, da kommen meine Werte und meine Familie her. Das Land ist meine Heimat, mein sicherer Hafen. Und ich schätze es sehr: für die perfekte Organisation, die Sicherheit, das Hahnenwasser, das nirgends sonst so gut schmeckt. Das Vollkornbrot. Die Bratwurst. Und den Geruch im Wald. Ich kann mir durchaus vorstellen, wieder ganz in der Schweiz zu leben. Einfach noch nicht jetzt. ▲

» and I knew that I had to take one of them if I wanted to make it back on land. So I did that, and I messed up. I fell off my board. Being swallowed by so much water like that is something fierce. The wave pressed me under the surface for a while, knocking me around. I had to just endure it. I was very angry with myself, pushed myself to the limit. I learned, and fortunately it has never happened again.

#### **DO YOU FEEL FEAR IN SUCH SITUATIONS?**

No, not fear ... respect! I'm fascinated by the ocean, its power, its energy, its calm. It's a wonderful place that we should take better care of. I see so much when I sit on my surfboard and wait for a wave: the constantly changing colours of the water, seas turtles, seals, dolphins, fish of all sizes ...

#### **NOT EVERYONE WOULD ENJOY BEING THERE.**

For me, those are the moments when I realise that I have the best job in the world! I find mountains much more threatening. The snow, the cold, chasms everywhere – that's not for me!

#### **YOU'RE 35 NOW. HOW LONG DO YOU PLAN TO KEEP SURFING?**

As long as I can (laughs)! Surfing is a low-impact sport, which means that professionals can ride with the elite for a long time. Kelly Slater, an exceptional talent

from the US, is now 55. I'm not thinking about stopping right now. Surfing, coaching, making films, public speaking – this combination works for me. Who knows, maybe my priorities will change someday, and I'll go back to my second passion, which is teaching.

#### **BACK IN SWITZERLAND.**

My roots are there, my values and my family are from there. It's my home, my safe haven. And I cherish it very much: for the perfect organisation, the safety, the best-tasting tap water in the world. The wholemeal bread. The bratwurst. And the smell of the forest. I can definitely imagine living in Switzerland full-time. Just not yet. ▲



## **Alena Ehrenbold**

**Die 35-Jährige wuchs in Luzern auf und arbeitete als Wirtschafts- und Rechtslehrerin an einem Gymnasium und einer Maturitätsschule für Erwachsene. Mit 32 kündigte sie ihren Job und setzte aufs Surfen, das sie mit 21 Jahren gelernt hatte. Sie ist seit zehn Jahren Mitglied der Schweizer Surf-Nationalmannschaft, ehemalige Schweizer Meisterin und mehrfache sowie aktuelle Vize-Schweizer-Meisterin. Sie lebt dort, wo die Wellen gerade am besten sind. Nebenbei coacht sie fortgeschrittene Surfer, hält Vorträge, schreibt Artikel sowie Filmskripts und produziert Dokumentarfilme («Tan», «Blue Road», «Girl Go Big!!»), für die sie mehrfach ausgezeichnet wurde.**

The 35-year-old grew up in Lucerne and taught business and law at a grammar school and an adult education school. At 32 she quit her job and began a career in surfing, something she'd learned at 21. She's been a member of the Swiss national surfing team for the past ten years, is former Swiss champion and many-times (and current) vice-champion. She lives wherever the best waves are currently. She also coaches advanced surfers, gives talks, writes articles and film scripts, and produces documentary films («Tan», «Blue Road», «Girl Go Big!!»), for which she's won several awards.