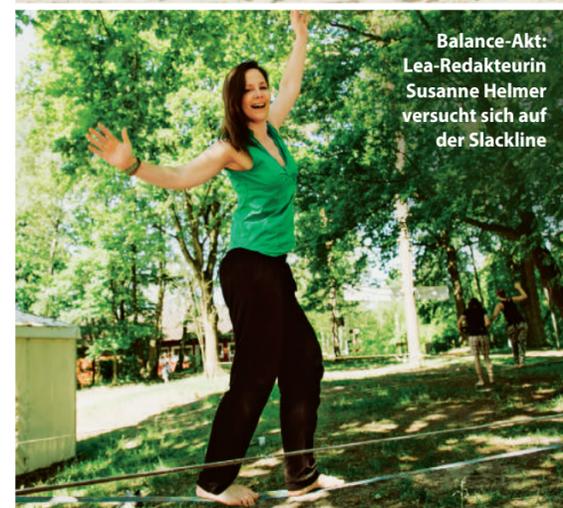




Zeltlager in der Natur: Morgens wird man vom Kuckuck geweckt



Kreativer Zeitvertreib: Nach Herzenslust werden Schmuck und Karten gebastelt und bemalt



Balance-Akt: Lea-Redakteurin Susanne Helmer versucht sich auf der Slackline



Die Zeit vergessen und das Leben genießen: Im Camp ist das ganz leicht

Im Ferienlager für Erwachsene

Mal wieder Kind sein!

Draußen sein, Spiele spielen, abends am Lagerfeuer singen – das macht auch den Großen Spaß. In der Lüneburger Heide lädt ein tolles Camp dazu ein

Der Stress steckt mir bei meiner Ankunft am Freitagabend noch tief in den Knochen: Meine Begleitung musste mir kurzfristig absagen, bei der Arbeit gab es allerhand zu tun, und um ein Haar hätte ich auch noch meine Bahn hierher verpasst.

Doch ab sofort kann es nur besser werden. Ich bin beim „Sommerjung“, dem „Ferienlager für Erwachsene“, das an zwei Wochenenden im Jahr in der Lüneburger Heide stattfindet. Das 150.000 Quadratmeter große Privatgelände bei Walsrode liegt mitten in der Natur: Drei Seen gibt es hier, Tischtennisplatten, breite Wiesen und Sandflächen zum Liegen und zum Fußball- oder Volleyballspielen. Und ansonsten: Bäume, so weit das Auge reicht. Zwischen einigen von ihnen sind Slacklines zum Balancieren oder Hängematten gespannt.

Auch die Unterkünfte sind von Grün umgeben. Wer nicht mit einem eigenen Zelt anreist, kommt in einem der festen Modelle mit Holzboden und kreativem Namen unter. Mir wird ein Platz im Zelt „Springfield“ zugewiesen – es steht gleich neben „Schlumpfhausen“. Bevor ich es beziehe, gebe ich Armbanduhr und Handy ab. Das gehört hier zum Konzept: Beim „Sommerjung“ sollen alle mal ein Wochenende lang offline und ganz im Hier und Jetzt sein.

„Über uns funkeln die Sterne – so kriegt man sie in der Stadt nie zu sehen“

Kaum habe ich die Luftmatratze aufgepumpt, fällt der Stress endlich von mir ab. Den Abend lasse ich mit meinen Zelt-Mitbewohnerinnen Katrin und Steffi aus Berlin auf der Wiese am See ausklingen. Wir hören zwei tollen Livebands zu, das Lagerfeuer brennt, und über uns funkeln die Sterne. So hell und klar kriegt man sie in der Stadt nie zu sehen.

Wie spät es wohl ist, als wir schlafen gehen? Wir wissen es nicht. Statt wie sonst das Handy weckt uns am nächsten Morgen ein Kuckuck. Wir haben viel vor. Wir wollen Abenteuer



Ehrgeiz geweckt: die Autorin beim Tischtennis



Spaßig: ein paar Runden Beachvolleyball in der Abendsonne

erleben und Spiele spielen, schließlich sind wir im Ferienlager – wenn auch in einem für Große. Genau wie meine Mitbewohnerinnen bin ich im „Team Waldgrün“ gelandet. Über die Dauer des Camps treten wir gegen die anderen Teams – „Sonnengelb“, „Himmelblau“ und „Feuerrot“ – in verschiedenen Wettbewerben an. „Grün wie ein Blatt, wir machen euch platt“, lautet unser Schlachtruf – und wenn wir nicht selbst bei Spielen wie Brenn- und Völkerball, beim Quiz, bei der Schnitzeljagd oder bei der Talentshow mitmachen, feuern wir zumindest unsere Mannschaft kräftig an.

Dazwischen probieren wir uns in verschiedenen sportlichen Aktivitäten oder Workshops aus. Zur Wahl stehen unter anderem: Pfeile basteln, Karten gestalten, Selbstverteidigung, zuckerfrei naschen, Bogenschießen, vegane Ernährung, Tanzen und Impro-Theater. Meine Wahl fällt auf Tischtennis. Das habe ich zuletzt als Kind gespielt – und völlig vergessen, wie viel Spaß es mir macht. Jetzt laufe ich mit den anderen um die Platte herum, werde mit jeder Runde besser und bin dabei ganz im Augenblick.

Am Nachmittag lasse ich mich auf etwas Ungewöhnliches ein: In „Be a mermaid“, einem Workshop der beiden Hannoveranerinnen Vanessa und Lisa (www.mermaid-kat.de), lerne ich, wie eine Meerjungfrau zu schwimmen. Meine Füße stecken dabei in Flossen, die mit schillerndem Lycra-Stoff überzogen sind, der mir bis über die Hüfte reicht. Spaßig, so durch den See zu schwimmen. Auch das habe ich schon lange vermisst: etwas Neues ausprobieren, unbefangen und neugierig wie ein Kind. Den anderen Teilnehmern – sogar Männern haben sich ins Meerjungfrauenkostüm geschwungen – steht die Freude ebenfalls ins Gesicht geschrieben.

Am Sonntag, nach zwei Tagen voller Glück, schalte ich beim Abschied mein Smartphone wieder ein. Vermisst habe ich es nicht.

Weitere Infos Noch mehr Fotos vom Ferienlager haben Katrin und Sandra vom Reisefotografie-Blog www.littlebluebag.de gemacht. Für das nächste „Sommerjung“ vom 8.-10.9. gibt's Tickets ab 199 Euro (3 Tage AI) unter www.sommerjung.de

Einmal Meerjungfrau sein: Beim „Sommerjung“ konnten die Teilnehmer das ausprobieren

Verstopfung?



Beflügelt die Verdauung!

Mit Neda® Fruchtwürfeln fühlen Sie sich schnell wieder befreit und leicht.

- pflanzlich wirksam mit Sennesfrüchten und -blättern
- angenehm fruchtiger Geschmack
- gut planbar, wirkt sanft über Nacht

Mehr Infos: www.neda-fruchtwuerfel.de
PZN: 00707308

Neda Fruchtwürfel. Wirkstoffe: Sennesblätter und Sennesfrüchte. **Anwendungsgebiet:** Zur kurzfristigen Anwendung bei gelegentlich auftretender Verstopfung (Obstipation). **Warnhinweis:** enthält Glucose und Kaliumsorbat. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Med Pharma Service GmbH, Neuköllnische Allee 146, 12057 Berlin

