

**INHALTSVERZEICHNIS**  
*On The Waves and Inside Indonesia*

---

**1. BALI IM ALLGEMEINEN**

1. Bali im Allgemeinen	12
2. Fast Facts	14
3. Surfspots auf Bali	18
4. Das Surf Bali ABC	20
5. Fortbewegung auf Bali	22
6. Essen und Trinken	23
7. Unterkunft	28
8. Small Talk Vokabeln	32

**2. SURFEN IM ALLGEMEINEN**

1. Warum Surfen auf Bali?	36
2. Wie das Surfen nach Bali kam	38
3. Surfer Lexikon	40
4. Was du beim Surfen fürs Leben lernst	44
5. Surfcamp Ratgeber	46
6. Surflehrer Ratgeber	52
7. Training für Surfer	54
8. Die richtige Ausrüstung	56
9. Die Sache mit Ebbe und Flut	62
10. Surftechnik	66
11. Sicherheit im Wasser	72
12. Mutmacher Tipps für Surfer Newbies	80
13. Surf Fun Vokabeln	82

### **3. WESTCOAST**

1. Einführung	86
2. Kuta Beach	88
3. Interview: Soul Surf Projekt Bali	102
4. Portrait: Pro-Surfer Garut Widiarta	106
5. Canggu Region	108
6. Interview: Luise und die Idee zu Eco Fin	136
7. Portrait: Emma und ihr Surfcamp Pelan Pelan	138
8. Balian	142
9. Portrait: Ketut, der weise Surfer vom Balian Beach	150
10. Medewi	154
11. Portrait: Vince von Woodsurf	168
12. Nachhaltigkeit: 14 Wege, wie du grüner durch Bali reist	170

### **4. ULUS & CO**

1. Einführung	176
2. Jimbaran	178
3. Airport und Toro Toro	184
4. Portrait: Pro Surfer Mega Semadhi	186
5. Honeymoon	188
6. Balangan	190
7. Dreamland	194
8. Bingin	198
9. Portrait: Nachwuchs Surfer Ben Benson (13)	202
10. Impossibles	204
11. Padang Padang	208
12. Surf Contests auf Bali	214
13. Uluwatu Beach	216
14. Interview: Project Clean Uluwatu	220
15. Nyang Nyang	224
16. Was tun auf der Bukit	226

## **5. EASTCOAST**

1. Einführung	238
2. Greenbowl	240
3. Pandawa	242
4. Nachhaltigkeit: Von einem Paradies, das einmal war	244
5. Nusa Dua - Greger Beach und Nikko	248
6. Nusa Dua - Black Stone	250
7. Nusa Dua - Mushrooms & Sri Lanka	252
8. Serangan	254
9. Save the turtles	256
10. Sanur	258
11. Pantai Keramas & Lebih	270
12. Nachhaltigkeit: Warum du ein Beach Clean Up machen solltest	274
13. Nusa Lembongan	278

## **6. VORBEREITUNG**

1. Einführung	288
2. Surfer Packliste für Bali	290
3. Vor der Reise zu erledigen	294
4. Ressourcen zur Vorbereitung	298
5. Coole Produkte made in Bali	304
6. Balis Wandel	306

## **7. ABOUT**

1. Interview: 9 Fragen zum Surfen an Autorin Barbara	308
2. Interview: 9 Fragen zum Surfen an Autorin Melissa	310
3. Interview: 9 Fragen zum Surfen an Autorin Petra	312
4. Das Team	314
5. Unsere Partner	317
6. Rechtliche Hinweise	322