

Rachel Bråthén och
Dennis Schoneveld
kopplar av på Mangel
halto beach.

YOGA GIRL GUIDAR TILL *Aruba*

Rachel Bråthén är mer känd som Yoga girl
och bor på Aruba sedan många år.
Här visar hon sina favoriter på den karibiska ön.

AV JOHAN AUGUSTIN FOTO ROGER BORGELID

Damm lägger sig som en hinna över grusvägen, som är kantad av mäktiga kaktusar och taggiga buskar. Det är Rachel Bråthén, hennes tre hundar och tama get Penny Lane som bildar dammolnet när de drar fram i karavan. Rachel Bråthén, mer känd som Yoga girl, är den svenska 28-åringen vars Instagramkonto närmar sig två miljoner följare. Där visar hon sitt liv, med dess upp- och nedgångar, och inspirerande yogaställningar (bland annat med Penny Lane balanserande på ryggen). Rachel Bråthén reser mycket, men just nu befinner vi oss på den nordvästra delen av hennes hem-ö Aruba, eller One happy island, som bilarnas registreringsskyltar deklarerar. Det enda som hörs är vågorna som slår mot den klippiga kusten en bit bort.

– Jag brukar ta hit hundarna på promenad. Det är så tyst och lugnt här, säger Rachel Bråthén.

Under en helt vanlig semesterresa träffade hon holländaren Dennis Schoneveld, som är uppvuxen på Aruba. Sex år har gått sedan dess och i dag är de gifta och delar ett hus på den norra delen av ön tillsammans med sina husdjur.

Divi divi-träden beundrar solnedgången.



De många soltimmarna och det jämna klimatet på den karibiska ön gör att Rachel Brathén ofta åker på utflykter när hon är hemma. Vi hoppar in i en blå jeep och fortsätter till Mangel halto beach, en klipig strandremsa som även består av kritvit sandstrand och mangroveskog. Det utmärkande draget är det grunda turkosa vattnet, som påminner om en naturlig simbassäng. Hon tar fram en röd väska med några kalla ölflaskor och hittar en klippavsats över vattnet där hon sträcker ut en filt och lutar sig mot sin make.

–Här brukar vi ha picknick med våra vänner, säger hon och tar en klunk.

Att tillbringa alltför mycket tid i den starka karibiska solen mitt på dagen är inget Rachel Brathén rekommenderar. Då passar det bättre att sitta under det solskyddande taket som täcker bryggan på den lokala restaurangen Zeerovers. Rachel Brathén kommer ofta till Zeerovers, där den färiska fångsten åker rakt ner i fritösen.

–Det finns ingen meny, man får alltid dagens fångst, förklarar hon.

Rachel Brathén ser sin framtid på Aruba, och inom kort, "kanske redan nästa år", vill hon bilda familj på ön som hon beskriver som säker, "man behöver inte ens låsa bilen eller huset", och med väl fungerande infrastruktur, sjukvård och utbildningssystem.

–Dessutom är kranvattnet världens godaste!

Vi åker vidare till Eagle beach, som är Rachel Brathéns favoritstrand. Vattnet blir snabbt djupt längs den långa, breda sandstranden, där hon brukar göra yogaövningar och ta promenader med man och husdjur. Hon gör handstående och några andra yogaställningar under en palm samtidigt som en man försynt närmar sig: "Förlåt, är det du som är Yoga girl?"

Bra att veta

Aruba är den minsta av ABC-öarna – Aruba, Bonaire och Curaçao – som ligger nära den sydamerikanska kusten i södra Karibien. Ön, som täcker 193 kvadratkilometer, är cirka tre mil lång och en mil bred. Det är en autonom del av kungariket Nederländerna. De drygt 100 000 invånarna består av 96 nationaliteter där det lokala språket är papiament, som är snarlikt spanska, som också pratas på ön liksom holländska och engelska.

Ta sig hit: Reguljärflyg med KLM från Arlanda och Landvetter via Amsterdam för cirka 8000 kr t/r. Flygtiden är omkring 13 timmar. Ving har charterresor till Aruba.

Bästa tiden att åka: Stabilt väder året om. Medeltemperaturen ligger på 28 grader, lite hetare maj till oktober.

Ta sig runt: Bussar går runt ön. Man kan även hyra bil och vespa.

Valuta: Den lokala valutan är floriner, men amerikanska dollar accepteras överallt.

Mer info: se.aruba.com, visitoruba.com, rachelbrathen.com.

Instagram: @yoga_girl

Rachel Brathén på promenad, med det fina katolska kapellet Alto vista chapel i bakgrunden.

Rachel Brathén, som är van att bli igenkänd, nickar med ett stort leende.

–Min fru följer dig på Instagram men vågade inte komma fram, säger han och vinkar på frun som till slut hälsar på sin idol.

Yogaklasser, retreats och diverse event runt om i världen innebär att Rachel Brathén och Dennis Schoneveld – som numera arbetar vid hennes sida på heltid – är på resande fot ungefär 40 veckor om året. Det ger dock inget lugn i tillvaron, vilket de vill ändra på. Just nu håller paret på att renovera en anläggning där det är tänkt att bland annat yogaklasser för Aruba-bor och turister ska hållas. Rachel Brathén vill bygga upp en yogarörelse på ön.

–Jag vill sluta resa. Planen är att få människor att komma hit i stället. ✨

YOGAGIRL GUIDAR TILL ARUBA

Låt Rachel Brathén vara din privata reseledare och tipsa om det bästa hem-ön har att erbjuda. Riv-ut-och-spara-läge!

Boende

NÄRA NATUREN

Bucuti

L.G. Smith Blvd 55B, Eagle beach
bucuti.com

Mitt favorithotell på Aruba. Ett romantiskt ekohotell på Eagle beach, med solpaneler på taket och havssköldpaddor som lägger ägg i sanden framför hotellet. Mysig restaurang där man kan välja att sitta inne eller ute, och där frukostbuffé ingår i priset 3000 kr/natt för ett dubbelrum.

BO I EGET LITET HUS

Boardwalk

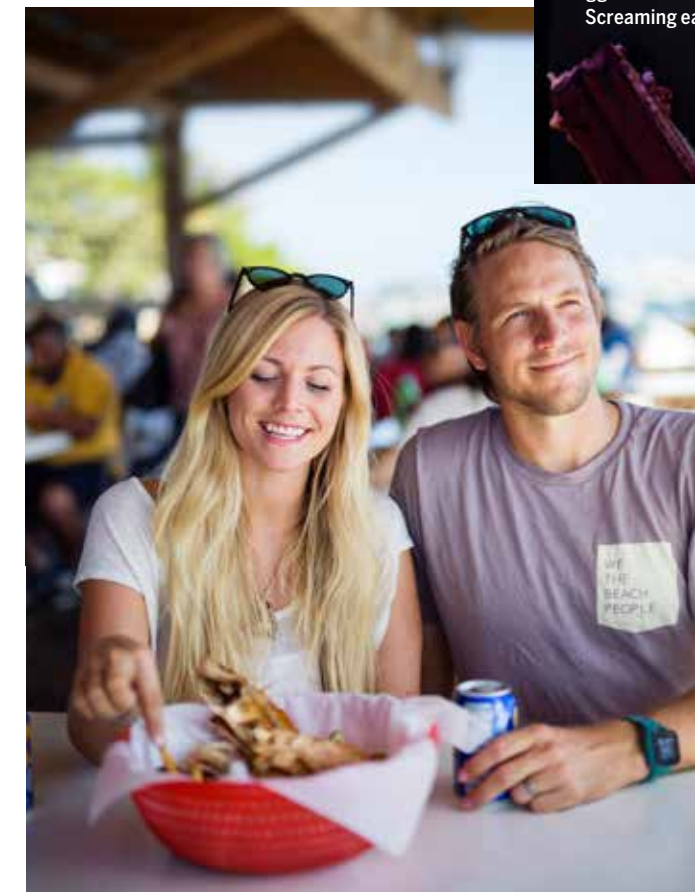
Bakval 20, Palm beach
boardwalkaruba.com

Karibiska casitas (små hus, ofta i ett plan – red:s anm) med färgglada väggar, fullt utrustade kök, hängmattor där jag kan slappa med en bok och frodig grönska på en tomt som tidigare var en kokosnötplantage. Pool finns på tomten, och det tar bara några minuter att promenera ner till stranden. Restaurang och fler casitas håller på att byggas. Supertrevlig personal, mer personligt än så här blir det inte. Hyr en lägenhet från omkring 900 kr/natt.



Lunch på Zeerovers, med friterad fångst från havet i korgen.

Flying fishbone är en annan av Rachel Brathéns favoritrestauranger. Det är inte svårt att se varför... Mer info på flying-fishbone.com.



Är du trött går det bra att ligga ner och äta på Screaming eagle.

Mat & dryck

FRITERAT FRÅN HAVET

Zeerovers

Savaneta 270, Savaneta
facebook.com/zeerovers

Mitt lokala hak där jag känner de flesta. Färsk fisk och skaldjur lämnas direkt på kajen, friteras och kommer sedan ut till alla gäster i korgar. Restaurangen ligger mysigt placerad, på en brygga precis vid vattnet.

AVSLAPPNAT À LA FRANKRIKE

Screaming eagle

J.E Irausquin Blvd 228, Eagle beach
screaming-eagle.net

Här sitter vi ner och äter, eller ligger ner, det går bra det med. Restaurangen har

"dinner-in-bed" i loungebäddar. Supercoolt ställe med minimalistisk och lite Miami-inspirerad design, franskt fusion-kök och över 300 vinsorter. Kökschefen överraskar gärna mig och mina vänner med för kvällen specialvalda menyer.

PIZZA SOM I ITALIEN

Amore mio

J.E Irausquin Blvd 348, Palm beach
giannigroup.com

Öns bästa pizzor om jag får välja! Råvarorna är importerade från Neapel för att man ska kunna göra autentiska Neapel-pizzor. Andra rätter och fräscha sallader finns också på meny, så man behöver inte åka till Italien för att få deras goda mat.

NÄR DU FÅR GÄSTER

Wilhelmina restaurant

Wilhelminastraat 74, Lokaal 2,
Oranjestad

wilhelminaaruba.com

Ett bra ställe som vi gärna besöker när vi har gäster är Wilhelmina i huvudstaden Oranjestad. Restaurangen har en internationell meny med rätter från USA, Indonesien och Tyskland.

LOKALT KÖK

Papiamento

Washington 61, Noord
papiamentoaruba.com

Mysig innergård som nästan är övervuxen av grönska, och inne i restaurangen finns antika möbler och föremål. De har många lokala rätter på meny, som "hot stone", där fisken grillas direkt på bordet. Kom ihåg att boka bord!

FÖR ÖLFANTASTEN

Local store Aruba

Palm beach 13A
facebook.com/localstorearuba

Hit kommer jag för att dricka öl med mina kompisar. Utbudet av ölsorter är enormt.



Aruba är vänligt mot den som gillar att vara aktiv på semestern. Du kan prova på en massa olika vattensporter, exempelvis kitesurfing. Här på den norra delen av ön.



Yoga på en SUP-bräda i solnedgången: så ser livet ut ganska ofta om du är Yoga girl.

Shopping

ALLT FÖR STRANDLIVET

Bula surf shop

Royal plaza mall, suite 112,
Oranjestad
bulasurfshop.com

Här hittar jag modet till beachen, en given plats för att shoppa en bikini. Det var i Bula surf shop jag träffade Dennis första gången, han jobbade tidigare i butiken.

ATT KÖPA MED HEM

Papaya hot sauce

Lokal produkt som är en kryddstark, brandgul sås som passar bra till fisk- och skaldjursrätter. Perfekt att ge bort i present när man åker hem till Sverige.

Aktiviteter

SEGLA

Black pearl & Blue melody
sailing tours
aruba-sailing.com

Företaget har segelbåtar som erbjuder avkopplande solnedgångsseglingar och snorkelutflykter. Små grupper där ingen fest tillåts, vilket är skönt för den som vill koppla av.

BESÖK NATIONALPARK

Arikok national park

San Fuego 70, Santa Cruz
arubanationalpark.org
Nationalparken täcker en femtedel av öns yta och har många vandringsleder och vägar.

Enorm kaktusar och endemiska djurarter. I den naturliga bassängen Natural pool, som ligger intill havet, brukar vi bada när det blir för varmt efter vandringen.

Stränder

FRID OCH RO

Arashi beach

Hit brukar jag komma med kompisar för lugnt strandhäng. Pudervit korallsand och marint liv under ytan gör stranden perfekt för snorkling.

DEN BLÅ LAGUNEN

Baby beach

På den sydvästra utlöparen av Aruba ligger Baby beach som är populär och kul att besöka ibland. Sandstranden skyddas av en lagun med grunt turkost vatten.

LÅNGSTRÄCKT SKÖNHET

Eagle beach

Den vackraste stranden och också den längsta. Här finns även de två mest fotograferade träden på ön: fofoti-träd, vars knotiga stammar växer direkt ur sanden.

PERFEKT FÖR VATTENSPORT

Mangel halto beach

Min favoritstrand på Aruba för att ha en picknick. Jag paddlar ofta SUP eller kajak genom mangroveskogen som omger stranden. Korallrevet som ligger utanför stranden är bra för snorkling och dykning.



Rachel Bråthén och hennes man har blivit stammisar på det lokala haket Zeerover.

På Boardwalk kan du bo i ett eget litet hus, med hängmatta på altanen. En kort promenad tar dig ner till havet.

