

Artful paragliding

Podz-Glidz 161 — Lara Simons

Published	2025-05-23
Episode page	https://soundcloud.com/lu-glidz/podz-glidz-161-artful
Duration	00:39:11
Speakers	Lara Simons, Lucian Haas
Languages	Deutsch (de) · English (en) · Français (fr)
Audio	0161-artful-paragliding-lara-simons.mp3
Transcription	faster-whisper large-v3, language de
Diarization	pyannote/speaker-diarization-3.1
Translation	gemma-4-12b-it-qat-q4_0.gguf
Dictionary	16 correction(s) applied

Contents

Deutsch	2
Show notes	2
Transcript	3
English	13
Show notes	13
Transcript	14
Français	23
Show notes	23
Transcript	24

Deutsch

German · transcribed from the audio by faster-whisper large-v3

Show notes

Lara Simons macht Gleitschirmfliegen zur Kunst. Ihre Bilder zeigen die Flug-Sehnsucht auf teils surreale Weise.

Der Podcast Podz-Glidz trägt ja den Untertitel „Geschichten aus dem Kosmos des Gleitschirmfliegens“. In meiner Vorstellung hat dieser Kosmos einen weiten Horizont. Da muss nicht immer das eigentliche Fliegen im Vordergrund stehen.

Zu meinem Gesprächsgast dieser Episode 161 bin ich eher zufällig gekommen. In meinem Feed auf Instagram tauchte die Ankündigung einer Kunstaussstellung in einer Galerie in Bamberg auf. Der Titel: „Höhenflug – eine Ausstellung zum Abheben“. Das Titelbild: ein als Aquarell gemalter Gleitschirm vor großer Bergkulisse. So wurde ich auf Lara Simons aufmerksam.

Lara ist Gleitschirmfliegerin, arbeitet in einer Kunstgalerie und malt leidenschaftlich gern – und zwar nicht nur, aber auch Bilder, in denen sie sich auf künstlerische, teils surreale Weise mit dem Fliegen und den dabei erlebten Gefühlen auseinandersetzt.

Was kann die Kunst vermitteln, was in klassischen Gleitschirmfotos und -videos nicht sichtbar wird? Darum geht es in meinem Gespräch mit der 35-jährigen.

Im Verlauf kommen auch viel profanere Dinge zur Sprache: Lara Simons ist Mutter zweier Kinder im Vorschulalter. Wie schafft sie es, Familie, künstlerische Arbeit und das Fliegen unter einen Hut zu bekommen? Ein passendes Label für ihr Tun hat sie jedenfalls schon gefunden: Artful Paragliding.

Wenn Du Podz-Glidz und den Blog Lu-Glidz fördern möchtest, so findest Du alle zugehörigen Infos unter:

<https://lu-glidz.blogspot.com/p/fordern.html>

Musik dieser Folge:

Track: Headlands | Künstler: National Sweetheart

Youtube Audio Library

<https://www.youtube.com/watch?v=vaGWVXXy0TQ>

Lu-Glidz Links:

- Blog: <https://lu-glidz.blogspot.com>
 - Facebook: <https://www.facebook.com/luglidz>
 - Instagram: <https://www.instagram.com/luglidz/>
 - Whatsapp-Kanal: <https://whatsapp.com/channel/0029VaBV05CHDynzdlJIU34>
 - Youtube: <https://youtube.com/@Lu-Glidz>
 - Soundcloud: <https://soundcloud.com/lu-glidz>
 - Spotify: <https://open.spotify.com/show/6ZNvk83xxGHHtfgFjiAHyJ>
 - Apple-Podcast: <https://itunes.apple.com/de/podcast/podz-glidz-der-lu-glidz-podcast/id1447518310?mt=2>
 - Linktree: <https://linktr.ee/luglidz>
-

Links zu Sara Simons:

- Artful Paragliding: <https://www.artful-paragliding.de/>
- T-Shirts etc. bei Kunst-Design-Bamberg: <https://thehighgallery.art/collections/artful-paragliding>
- Lara Simons auf Facebook: <https://www.facebook.com/lara.m.simons>
- Lara Simons auf Instagram: https://www.instagram.com/lara_simons.art/

Transcript

[00:00:02] **Lara Simons:** Manche Themen kommen dann auch immer wieder vor, wie zum Beispiel ein Mädchen oder eine Frau, die so Seifenblasen pustet und es kommen aber also Gleitschirme daraus oder den Gleitschirm in einem Einmachglas, so wie so eine kleine Mini -Welt, in der man sich bewegt, in die man dann eintaucht, wenn man Gleitschirm fliegt. Das sind meistens wirklich Fantasieregionen, die dann dabei zu sehen sind auf den Bildern. Podz

[00:00:41] **Lucian Haas:** -Glidz, der Lu-Glidz -Podcast,

[00:00:44] **Lara Simons:** Geschichten aus dem Kosmos des

[00:00:46] **Lucian Haas:** Gleitschirmfliegens. Heute mit Lara

[00:00:51] **Lara Simons:** Simons und

[00:00:53] **Lucian Haas:** ich bin Lucian Haas. Der Podcast Podz-Glidz trägt ja den Untertitel Geschichten aus dem Kosmos des Gleitschirmfliegens. In meiner Vorstellung hat dieser Kosmos einen weiten Horizont. Da muss nicht immer das eigentliche Fliegen im Vordergrund stehen. Zu meinem Gesprächsgast dieser Episode 161 bin ich eher zufällig gekommen. In meinem Feed auf Instagram tauchte die Ankündigung einer Kunstaussstellung in einer Galerie in Bamberg auf. Der Titel? Höhenflug, eine Ausstellung zum Abheben. Das Titelbild? Ein als Aquarell gemalter Gleitschirm vor großer Bergkulisse.

[00:01:37] So wurde ich auf Lara Simons aufmerksam. Lara ist Gleitschirmfliegen. Arbeitet in dieser Kunstgalerie und malt leidenschaftlich gern. Und zwar nicht nur, aber auch Bilder, in denen sie sich auf künstlerische, teils surreale Weise, mit dem Fliegen und den dabei erlebten Gefühlen auseinandersetzt. Was kann die Kunst vermitteln, was in klassischen Gleitschirmfotos und Videos nicht sichtbar wird? Darum geht es in meinem Gespräch mit der 35 -Jährigen. Im Verlauf kommen auch viel profanere Dinge zur Sprache. Lara Simons ist Mutter zweier Kinder im Vorschulalter. Wie schafft sie es, Familie, künstlerische Arbeit und das Fliegen unter einen Hut zu bekommen?

[00:02:26] Ein passendes Label für ihr Tun hat sie jedenfalls schon gefunden. Artful Paragliding.

[00:02:36] Da du den Podcast hörst, werde doch zum Förderer von Podz-Glidz. Wie das ganz einfach geht, steht im Gleitschirm-Blog Lu-Glidz. Und zwar dort auf der Seite Fördern.

[00:02:53] Lara, viele Gleitschirmfliegen und Gleitschirmflieger. Machen Videos. Du selbst malst aber das Gleitschirmfliegen oder übers Gleitschirmfliegen. Was meinst du, was kannst du mit der Kunst einfangen, was man mit der Kameralinse nicht kann?

[00:03:10] **Lara Simons:** Ja, da hast du schon sehr schön das Thema getroffen. Es gibt wunderschöne Aufnahmen, Videos und Fotos vom Gleitschirmfliegen. Weil wir sind ja auch in einer tollen Naturkulisse immer am Fliegen. Aber diese künstlerische Perspektive, die etwas sichtbar macht, was nicht mit dem Auge direkt sichtbar ist, die fand ich halt fehlt noch. Und die versuche ich in meinen Bildern einzufangen. Aber insgesamt auch das Gleitschirmfliegen, zum Beispiel beim Thermikfliegen oder beim Soaring, spürt man ja beim Gleitschirmfliegen die aufsteigende Luft und hört die im Vario und sieht die aber eigentlich nicht. Also zumindest nicht auf den ersten Blick. Mit etwas Übung sieht man die dann ja zum Beispiel auf dem Boden oder in den Bäumen.

[00:03:58] Aber so dieses Element, in dem wir uns bewegen, ist halt nicht so ganz sichtbar. Und ja, diese Emotionen und das Unsichtbare versuche ich in der Kunst einzufangen.

[00:04:11] **Lucian Haas:** Wie entstehen denn deine Motive dann? Also malst du immer etwas, was du schon beim realen Fliegen gesehen hast? Oder sind das eigentlich alles Fantasien? Fantasiemotive, die aber was mit dem Fliegen natürlich zu tun haben.

[00:04:26] **Lara Simons:** Ja schon, das sind Fantasiemotive. Themen, die sich so in mir auch aufgestaut haben. Und manche Themen kommen dann auch immer wieder vor, wie zum Beispiel ein Mädchen oder eine Frau, die so Seifenblasen pustet. Und es kommen aber also Gleitschirme daraus. Also Gleitschirme, die in der Luft fliegen. So wie also quasi die Natur in Windhauch entgegenpustet. Also das so zu, dieses Sinnbild dazu zu malen direkt. Also so eine kreative Idee dahinter auszudrücken. Oder den Gleitschirm in einem Einmachglas zu malen. So wie so eine kleine Miniwelt, in der man sich bewegt, in die man dann eintaucht, wenn man Gleitschirm fliegt.

[00:05:14] Solche Ideen kommen mir dann mit der Zeit, wenn ich auch mal drüber nachdenke. Oder fallen mir einfach spontan ein. Und die möchte ich dann malen. Das sind meistens wirklich Fantasiegebiete, Fantasieregionen, die dann dabei zu sehen sind auf den Bildern.

[00:05:31] **Lucian Haas:** Sind das so Motive, die dir einfallen, wenn du nicht am Fliegen bist? Also wenn du vom Fliegen, du bist zu Hause und denkst, ich würde gerne mal wieder fliegen und dann kommt dir ein tolles Bild. Oder gibt es manche Motive, die dir beim Fliegen selbst kommen und du sagst, das will ich mal, wenn ich wieder am Boden bin, in einem Bild umsetzen?

[00:05:49] **Lara Simons:** Hm. Also beim Fliegen selbst finde ich eben das Besondere, dass man wirklich ganz in dem Moment da ist, um halt diese Natur um einen herum, also um mit der Natur zu verschmelzen quasi und die Aufwinde zu nutzen. Da denke ich eigentlich konkret nicht direkt, das muss ich mal malen. Aber so im Nachgang, wenn ich darüber nachdenke, die Erfahrungen verarbeite, dann komme ich eher auf Ideen. Aber grundsätzlich ist das für mich dieses Malen des Gleitschirmsports. Entstanden, als ich, als mein zweites Kind geboren wurde. Da waren meine Kinder also dann zwei und null Jahre alt in der Corona -Zeit. Und da war ich halt ganz weit weg vom Fliegen und hatte große Sehnsucht nach dem Fliegen.

[00:06:36] Und genau dabei ist das dann quasi entstanden.

[00:06:40] **Lucian Haas:** Welche Gefühle beim Fliegen oder vom Fliegen lassen sich besonders gut in der Kunst ausdrücken? Die

[00:06:47] **Lara Simons:** Verbundenheit mit der Natur, eine Art Transzendenz. Also mit der Kunst, wie ich die vom Gleitschirmfliegen male. Oder ich mache ja auch andere Kunst noch. Das ist vielleicht einfach so meine Art und Weise, die Welt zu sehen. Genau.

[00:07:06] **Lucian Haas:** Wie würdest du deinen Malstil beschreiben? Also wenn, jetzt ist Podcast, man hat jetzt erstmal kein Bild vor Augen. Was würdest du, wenn jemand jetzt sagt, beschreib mal, wie malst du denn erstmal? Wie würdest du das beschreiben?

[00:07:20] **Lara Simons:** Also da würde ich mich setzen in die urban Art Szenerie. Also so ein bisschen moderner und kreativer etwas auszudrücken. Und auch den Surrealismus mit einbeziehen. Also es ist halt nicht die Perspektive etwas naturgetreu und realistisch wie ein Foto zu malen. Sondern mit kreativen Aspekten. Das

[00:07:47] **Lucian Haas:** Kind mit dieser Art Seifenblasen vor dem Mund hast du schon geäußert. Ich habe ein anderes Bild von dir gesehen. Da sieht man Gleitschirme, die über einer Kaffeetasse kreisen, wo dann die warme Luft darüber aufsteigt. Ein anderes Bild. Da ist eigentlich sehr figürlich geschrieben ein klassischer Gleitschirm, der dann vor Bergen ist. Aber du hast den so eingefärbt. Da verlaufen die Farben der Gleitschirmkappe. So, das war glaube ich auch, aquarellmäßig zerläuft das Ganze so. Und kriegt damit einen anderen künstlerischen Aspekt. Ist das so etwas, wo du auch sagst, ich will eigentlich auch so die natürlichen Grenzen des Gleitschirmfliegens in irgendeiner Weise sprengen mit der Kunst?

[00:08:27] **Lara Simons:** Ja, genau. Das finde ich halt eben eine ganz wichtige Perspektive, die so bei normalen Fotos und Videos eben noch nicht ganz rüberkommt. Noch einen Aspekt dem hinzuzufügen quasi.

[00:08:39] **Lucian Haas:** Träumst du manchmal vom Fliegen?

[00:08:42] **Lara Simons:** Ja, doch. Vor allem halt, wenn man öfter fliegt. Träumt man auch vom Fliegen. Genau, meine Träume sind aber eigentlich dann eher relativ realistisch. Also starten, landen, fliegen.

[00:08:54] **Lucian Haas:** Das heißt, es gibt keine typischen Traumbilder oder Sequenzen, die sich in deiner Kunst dann wiederfinden?

[00:08:59] **Lara Simons:** Nee, genau. Das sind mehr so auch spontane Ideen und Überlegungen, halt im Wachzustand im Grunde. Wie man das ausdrücken könnte, das Gefühl, was dahinter steckt, was ich eben darstellen möchte mit dem Bild.

[00:09:14] **Lucian Haas:** Was bedeutet das? Was bedeutet dir die Fliegerei? Oder was gibt sie dir? Außer dem Kunstmotiv möglicherweise.

[00:09:20] **Lara Simons:** Für mich bedeutet das Fliegen, dass man quasi auch seinen Ich -Zustand loslässt und vergisst und quasi ganz eins wird mit der Natur. Und ich finde, nur wenn man das macht, hat man auch die Möglichkeit, wirklich zum Beispiel Strecke zu fliegen oder so. Wenn man halt sehr kopfbasiert ist, kann man die Natur nicht so gut ausnutzen. Oder die Winde finden, um sich in der Natur zu bewegen und auch Sicherheit zu gewinnen. Und das finde ich einen ganz besonderen Zustand. Also dass man halt beim Gleitschirmfliegen meiner Meinung nach am meisten ganz besonders da ist in dem Moment.

[00:10:01] **Lucian Haas:** Ist das etwas, wenn du jetzt nicht Gleitschirm fliegst, sondern malst, gibt es da auch so einen ähnlichen Zustand? Also wo man in so einen Flow oder wie auch immer man es nennen will, kommt, wo du sagst, jetzt beim Malen selber bin ich auch in dem Moment und da ist eigentlich nur das Bild und ich?

[00:10:19] **Lara Simons:** Ja, sehr genau. Ich glaube auch, wenn man das dann in dem Moment des Malens, wenn man nicht ganz da ist, dann schafft man es auch nicht, das so richtig auszudrücken und loszulassen ein bisschen und sich auch Sachen zu trauen. Und ich finde auch, nicht nur das ist ein verbindender Aspekt, sondern zum Beispiel auch der Aspekt des Mutes. Zum Beispiel beim Gleitschirmfliegen. Manchmal hat man doch vielleicht bestimmte Ängste und muss die quasi so etwas zurückstecken, um einen guten, sicheren Start oder eine Landung halt hinzubekommen und sich nicht von Ängsten versteifen zu lassen. Und so ist es halt auch beim Malen zum Beispiel, dass man, sagen wir mal, eine große Leinwand hat und viele Stunden und Geld auch investiert hat in dieses Gemälde und die letzten Striche aber doch irgendwie noch fehlen.

[00:11:11] Und das erfordert auch ein bisschen Mut. Dass man diese Striche setzt und das Bild vervollkommt.

[00:11:16] **Lucian Haas:** Würdest du dann sagen, dass die Fliegerei auch deine anderen Kunstwerke beeinflusst, bei denen es dann thematisch gar nicht ums Fliegen geht?

[00:11:24] **Lara Simons:** Ja, das würde ich auf jeden Fall sagen. Ich fliege ja schon ziemlich lange. Also mit elf Jahren bin ich das erste Mal mit dem Tandem geflogen. Oh wow. Also vom LABA aus. Genau. Aber du kommst,

[00:11:40] **Lucian Haas:** Entschuldigung, dass ich da kurz reingrätsche. Mhm. Du kommst ja ursprünglich aus Köln. Ihr wart dann im Urlaub.

[00:11:45] **Lara Simons:** Genau. Ich bin mit meinen Eltern und auch vorher noch mit meinen Großeltern, also jedes Jahr war ich in den Alpen im Urlaub und habe da natürlich auch schon mal das Gleitschirmfliegen gesehen. Und mit elf Jahren habe ich halt den Wunsch geäußert meiner Mama gegenüber, dass ich gerne Gleitschirmfliegen möchte. Und dann haben wir direkt einen Tandemflug vereinbart. Ja. Und von da an hat mich das nicht mehr losgelassen, ja. Von Köln aus war das dann sehr schwierig. Aber also jeden Sommer konnte ich dann wenigstens fliegen, ja. Und

[00:12:12] **Lucian Haas:** irgendwann hast du dann entschieden, jetzt will ich aber auch selber fliegen können. Jetzt will ich einen Schein machen. Wann war das?

[00:12:17] **Lara Simons:** Ja, das war eigentlich schon mir quasi direkt von Anfang an klar, dass ich dann auch mal selber fliegen möchte. Das konnte man damals auf jeden Fall erst mit 14 Jahren die Schule anfangen. Und das habe ich dann auch gemacht. Jedes Jahr habe ich ein bisschen teilgenommen an den Kursen. Den Grundkurs halt immer wieder dann auch so ein bisschen wiederholt, weil ich halt das Jahr über sonst ja in Köln war. Und das Fliegen irgendwie ziemlich weit weg. Und mit 17 Jahren habe ich dann aber den A -Schein wirklich abgeschlossen und konnte dann ganz alleine fliegen. Und ja, mit 19 dann den B -Schein auch gemacht.

[00:12:55] **Lucian Haas:** Du hast gesagt, mit 11 war dein erster Flug. Was war denn eigentlich zuerst da, die für dich als Hobby gewissermaßen, die Malerei oder die Fliegerei?

[00:13:07] **Lara Simons:** Hm. Ja, die Malerei hat mich im Grunde ja auch als Kind schon begleitet. Ich bin auch aufgewachsen in einem Haus, wo es sehr viele Gemälde gibt. Mein Ur -Urgroßvater war ein recht bekannter Künstler in Köln. Meine Oma hat im Keller ein kleines Atelier, wo sie halt Ölbilder gemalt hat. Also meine Schwester hat Mediendesign studiert. Mit der Kunst bin ich schon an sich auch aufgewachsen, aber auch mit den Worten dahinter, dass mit der brotlosen Kunst. Und genau. Und ja, das Fliegen hat mich aber auch schon auf jeden Fall immer als Kind auch schon interessiert. Also wenn man dann Vögel beobachtet oder sich vorstellt, dass man selbst fliegt.

[00:13:48] **Lucian Haas:** Hast du denn als Kind, wenn du da auch schon gemalt hast, hast du damals auch schon mal übers Gleitschirmfliegen gemalt? Wenn du sagst, mit 11 warst du schon fliegen? Oder war das wirklich erst diese Zeit, wo du sagst, Corona -Zeit, erste, nee, zweite Kind geboren. Und jetzt will ich meine Flugsehen sehen. Die Kindsucht muss ich irgendwo ausleben. In der Luft kann ich es gerade nicht. Also bringe ich es auf die Leinwand.

[00:14:13] **Lara Simons:** Ja, als Kind habe ich auch Bilder vom Gleitschirmfliegen gemalt. Irgendwann habe ich das auch mal gepostet. Könnte ich jetzt noch mal raussuchen. Also meine Mama hat mir ein Heft gegeben, wo ich dann die Fotos reinkleben konnte von mir vom Fliegen und von den Tandem -Flügen. Also da war ich so elf Jahre alt. Und das habe ich natürlich dann auch mit ganz vielen Gleitschirmen bemalt.

[00:14:34] **Lucian Haas:** Ich bin auf dich aufmerksam geworden. Als ich bei Insta den Hinweis bekam, dass du eine Ausstellung machst in Bamberg. Und die hat den Titel Höhenflug. Und da zeigst du lauter Bilder, die mit dem Gleitschirmfliegen zusammenhängen. Also im Grunde deine gleitschirmbezogene Kunst. Wie kommt das eigentlich beim Publikum an? Also wie reagieren die Besucher darauf, lauter Gleitschirmbilder präsentiert zu bekommen?

[00:15:01] **Lara Simons:** Also erstmal würde ich noch sagen, wie das da zustande kam. Dass wir diese Ausstellung haben. Bamberg ist ja jetzt kein Flieger -Hotspot. Sondern, also es wird auch geflogen. Ist eine schöne Gegend zu fliegen, finde ich. Zum Streckenfliegen im Flachland oder ein bisschen Soaring. Geht auch an den Hügeln. Und es sind schon einige Flieger hier in der Ecke. Aber es ist halt eben kein Flieger -Hotspot. Wir hatten halt in der Galerie, man macht so einen Plan für die Galerie, für das Frühjahr. Was man halt alles anbietet. Um das auch den Leuten halt möglichst früh zeigen zu können. Und wir hatten eine Wand frei noch. Und da habe ich eben vorgeschlagen, meine Gleitschirmbilder mal als eine Ausstellung zu zeigen. Nicht nur für Gleitschirmflieger, sondern auch für Leute, die interessiert sind.

[00:15:50] Für Nicht -Flieger quasi.

[00:15:54] Und in dem Zusammenhang habe ich mir dann auch überlegt, wie ich diese Ausstellung ausstatten kann. Dass auch Nicht -Flieger einen bisschen besseren Einblick bekommen. Also nicht nur Bilder sehen vom Gleitschirmfliegen, die ich gemalt habe. Sondern ich habe zum Beispiel auch einen Bildschirm da stehen. Mit Loop -Videos, die ich so zusammengeschnitten habe vom Gleitschirmfliegen. Hier aus der Region Videos, die ich mal gemacht habe. Und auch aus dem Internet.

[00:16:22] Und einen Sitzsack von mir für den Zeitraum da aufgestellt. Wo man sich halt reinsetzen kann. Dass man auch mal halt in einem Gleitschirm sitzt. Das ist also für uns Gleitschirmflieger ja nichts Besonderes. Aber für die Leute, die ja einfach interessiert sind am Gleitschirmfliegen, ist das echt mal, glaube ich, eine schöne Sache. Sowas wirklich anfassen zu können. Und vor allem natürlich Kinder fanden das auch ganz spannend und interessant, sich mal in einen Gleitschirmsitzsack reinzusetzen.

[00:16:50] **Lucian Haas:** Also Sitzsack meinst du Gurtzeug?

[00:16:52] **Lara Simons:** Genau, ja.

[00:16:53] **Lucian Haas:** Warum nennst du das Sitzsack? Ja. Oder ist das ein Liegegurtzeug? Ja.

[00:16:58] **Lara Simons:** Weil man

[00:16:58] **Lucian Haas:** dann wirklich noch den Beinsack vorne dran hat, oder? Nee, nee,

[00:17:00] **Lara Simons:** nee. Stimmt, das habe ich. Nee, nee. Ich habe mein Liegegurtzeug jetzt nicht dafür bereitgestellt. Das, was ich aktuell benutze. Sondern so einen alten, ganz alten Sitzsack quasi. Genau.

[00:17:14] Vom Fliegenlernen damals noch.

[00:17:16] **Lucian Haas:** Welches Feedback bekommst du da von deinen Besuchern? Glaubst du, dass man mit Kunst wirklich den Menschen auch das Fliegen näher bringen kann?

[00:17:26] **Lara Simons:** Ja, ganz genau. Das ist quasi auch der Sinn noch dahinter, dass man halt das Fliegen erfahrbar macht. Auch für die Leute, die halt in eine Galerie in der Stadt gehen. Dass man darauf aufmerksam macht. Viele sagen halt, auch die, die in Bamberg geboren sind oder im Umland, sie wussten gar nicht, dass man in Bamberg auch fliegen kann. Das ist so eine ganz neue Perspektive für viele Leute. Oder die haben das vielleicht mal mitbekommen und gesehen. Aber sie haben nicht so viele Berührungspunkte gehabt. Und sind doch interessiert und würden auch doch mal gerne Tandem fliegen. Ja, also da sind vor allem die Nichtflieger besonders interessiert. Und über die neue Perspektive, ja.

[00:18:07] **Lucian Haas:** Und hast du auch Gleitschirmflieger unter den Besuchern?

[00:18:09] **Lara Simons:** Ja, zum Glück sind auch Gleitschirmflieger gekommen. Genau. Die sind dann, sagen wir mal, eher interessiert auch an... Ich habe auch T-Shirts, T-Shirt-Designs gemacht. Die man ja schön beim Fliegen eben anziehen kann.

[00:18:25] Und manch einer... Also ich glaube, manche Gleitschirmflieger sind auch eher technikversiert.

[00:18:33] Und haben mit der Kunst nicht so viele Berührungspunkte. Für die ist das vielleicht etwas seltsam auch, die Perspektive. Aber die sind trotzdem interessiert und schauen sich das gerne mal an.

[00:18:45] **Lucian Haas:** Diese Ausstellung, die du da hast, die hast du jetzt in eurer Galerie da in Bamberg hängen. Hast du geplant, sowas vielleicht auch anderswo anzubieten?

[00:18:54] **Lara Simons:** Das wäre natürlich schön. Ich habe das also auch als Ausgangspunkt gesehen. Einmal halt um Nichtfliegern und Fliegern in der Gegend diese Bilder zu zeigen. Dann auch um schöne Fotos zu machen auch von den Bildern. Die sind auch jetzt zum Beispiel auf unserer Website zum Kauf angeboten. Und auch die T-Shirts und so weiter. Das kann man dann halt natürlich schöner präsentieren. Auch wenn man diese ganze Ausstellung vor sich hat und besser Bilder davon machen. Auch für Instagram und Facebook. An sich ist es auch möglich. Also dass zum Beispiel Flugschulen oder Shops auch gerne Bilder von mir ausstellen können. Nun

[00:19:33] **Lucian Haas:** machst du diese Kunst. Wie viel kommst du denn eigentlich selber noch zum Fliegen dann?

[00:19:39] **Lara Simons:** Ja genau. Ich mache ja nicht nur die Kunst, sondern ich bin ja auch Mama von zwei Kindern. Die sind ja inzwischen vier und sechs. Und auch eben Künstlerin und Galeristin. Nicht nur meine eigene Kunst. Braucht dann auch relativ viel Zeit. Letzten Endes das Malen halt am Abend zum Beispiel. Aber auch die Galerie fordert sehr viel. Das ist ja eine selbstständige Arbeit, wo man auch viel Öffentlichkeitsarbeit zu tun hat. Das Fliegen ist im Moment nicht so viel zum Fliegen möglich für mich. Und da bin ich natürlich auch traurig drüber. Aber ich bin mir halt sicher, dass bald die Zeit kommt, in der ich dann wieder mehr Zeit zum Fliegen habe.

[00:20:24] Ich finde es aber auch wichtig, sich nochmal, wenn man dann fliegt, zu überlegen, dass man eben, wenn man jetzt weniger fliegt, auch mehr Unsicherheiten bestehen. Also dass es ganz wichtig ist, dass man dranbleibt mit dem Fliegen. Mindestens mal zum Groundhandling kommt. Weil gerade auch mit Kindern hat man doch ein anderes Sicherheitsbedürfnis. Und sollte auf jeden Fall darauf bedacht sein, dass man sicher fliegt.

[00:20:50] **Lucian Haas:** Du jetzt als Mutter. Zwei junge Kinder. Ist das etwas, wo du sagen würdest, wegen der Kinder halte ich mich auch fliegerisch zurück?

[00:20:59] **Lara Simons:** Also ein bisschen ist es das schon so. Weil die mich schon auch sehr brauchen oder sind sehr an mich gebunden.

[00:21:09] Allerdings ist es für die Kinder ja dann auch eine schöne Zeit, wenn sie zum Beispiel mit meinem Partner oder den Großeltern oder Freunden dann mal Zeit verbringen können, wenn ich es zum Fliegen schaffe. Spontane Entscheidung. Entscheidungen sind da ja leider auch nicht ganz so möglich, wie das halt ohne Kinder geht. Muss man halt vorher abklären, wann das Wetter passen könnte und wann wer aufpassen könnte.

[00:21:34] Ja, wegen der Kinder. Ja, vor allem einfach auch wegen der Arbeit und wegen der Kinder kommt es halt natürlich schon manchmal dazu.

[00:21:41] **Lucian Haas:** Ist da auch so ein Gefühl von Verantwortung, wo man sich fragt, naja, Gleitschirmfliegen ist ja auch ein Sport mit einer gewissen, ich nenne es jetzt mal Unsicherheit. Die immer damit verbunden ist. Und wenn man mal runterfallen sollte, ist es auch meistens, kann es mehr wehtun als mit manchen anderen Sportarten. Ist das auch etwas, was bei dir manchmal dann im Hinterkopf ist, wo du sagst, nee, das kann ich meinen jungen Kindern nicht antun? Oder kannst du dich als Mutter von solchen Gefühlen frei machen und sagen, nee, da ist so viel Positives drin, was letzten Endes ja auch meinen Kindern was bringt. Auf gewisse Weise.

[00:22:23] **Lara Simons:** Genau. Ja, du hast es eigentlich jetzt schon sehr richtig beschrieben. Solche Gedanken kommen natürlich schon auf, dass auch schnell doch mal was passieren kann. Bevor ich die Kinder hatte, habe ich mir einmal beim Start ganz blöd mit einem blöden Fehler das Bein gebrochen auch. Und also solche Erfahrungen. Noch am Boden oder warst du schon abgehoben? Noch am Boden. Das hat mich so ausgedreht. Eine stärkere Böe und. Ja, solche Verletzungen zeigen einem ja dann auch noch mal, wie schnell das doch gehen kann, dass man zum Beispiel jetzt für die Kinder dann nicht mehr voll da wäre und in seinem Beruf auch nicht mehr den so gut ausüben kann für eine gewisse Zeit, wenn man dann eben verletzt wäre, zum Beispiel.

[00:23:08] Also einfach die Verletzlichkeit einem aufzuzeigen. Und ja, da ist es dann, glaube ich, ganz wichtig, wenn man halt doch den Wunsch hat, eben zu fliegen, dass einem das so viel gibt, dass man. Ja, sich über die Ängste Gedanken macht, darüber klar wird und eben ganz wichtig im Hinterkopf behält, dass mehr fliegen gleich mehr Sicherheit bedeutet. Also sich dann doch immer wieder auch mal Zeit dafür freizuschaukeln, dass man es doch zum Fliegen schafft.

[00:23:38] **Lucian Haas:** Begleiten dich deine Kinder beim Fliegen? Also nicht jetzt in der Luft, aber sehen die dich abheben? Sehen die dich landen? Sind die schon mal dabei?

[00:23:45] **Lara Simons:** Ja, also die sind auch schon mal bei den Startplätzen dabei. Ganz einfach. Genau. Meine Tochter ist auch schon mal im Tandem mitgeflogen. Da war sie drei, glaube ich. Sie hatte da unbedingt den Wunsch nach und das Interesse nach.

[00:23:57] **Lucian Haas:** Aber du warst nicht die Tandempilotin, sondern ihr seid zu dritt geflogen. Also du mit noch der kleinen Tochter noch vorne dran.

[00:24:05] **Lara Simons:** Nein, nein. Also ein Freund von mir ist Tandem geflogen. Genau mit ihr. Und die kennen sich sehr gut. Also da hat sie großes Vertrauen zu. Und mein Sohn ist etwas älter. Da war der vielleicht fünf. Und der ist eher mit den anderen Kindern da am Spielen am Startplatz. Also es ist so ein Streckenflug -Startplatz an der Binde. Genau. Also der hat da einfach nicht so viel Interesse danach. Aber meine Tochter kommt schon mal gerne mit und schaut sich das an. Auch wenn wir einfach nur mal zuschauen, finde ich das auch eigentlich ganz wichtig, dass man halt sich das mal anschaut zusammen und mal drüber spricht und was das einem auch gibt oder warum ich gerne fliege, dass man das den Kindern auch mal erzählt. Aber es ist auch gut, wenn sie manchmal dann nicht dabei sind, weil man doch, wenn die Kinder da sind,

[00:24:53] ein bisschen einfach die Verantwortung dann komplett abzugeben, wenn die beiden sich zum Beispiel streiten, was in dem Alter einfach öfter vorkommt, fällt mir das schwer, so abzuschalten. Und ich sage ja, es ist meiner Meinung nach ganz wichtig, dass man halt wirklich bei sich ist und in dem Moment ist. Und das ist mit streitenden Kindern im Hintergrund doch etwas schwierig, weil man sich verantwortlich für die fühlt. Ja.

[00:25:15] **Lucian Haas:** Wenn man daraus einen Tipp für Mütter ableiten könnte, die auch Kinder haben und gerne fliegen gehen, schafft euch den Freiraum, die Kinder auch mal im positiven Sinne abzugeben, sich jemand anderen zu

überlassen, um für sich diese Freiheit zu haben, dann wirklich in aller Ruhe fliegen gehen zu können.

[00:25:33] **Lara Simons:** Ja, würde ich schon sagen, dass das wichtig ist, ja. Oder vielleicht einfach ausgewogen, mal so, mal so, dass die Kinder das auch ja eben mitbekommen, was man macht. Genau. Du

[00:25:44] **Lucian Haas:** hast gesagt, nicht in Bamberg, aber um Bamberg herum wird auch geflogen. Wo kann man da schön fliegen?

[00:25:50] **Lara Simons:** Ja, also als ich damals hier nach Bamberg gezogen bin, wurde mir halt gesagt, wenn ich Strecke fliegen möchte, sollte ich auf jeden Fall den Windenschein machen. Und das ist auf jeden Fall doch auch so. Also hier sind zwar einige Hügel auch, wo man schön bei etwas Wind fliegen kann, aber von da aus dann wegzufiegen ist eigentlich eher selten möglich. Ähm. Und wenn man halt eine Strecke fliegen möchte, dann ist es an der Winde auf jeden Fall besser. Da sind hier direkt zwei gute Startplätze zu erreichen, in Hohenpölz und Sigrids zum Beispiel. So, ich weiß nicht, 20 bis 30 Minuten sind das mit dem Auto von hier dahin. Genau. Und sonst noch einige Hügel, die man schön bei verschiedenen Windrichtungen eben erreichen kann.

[00:26:35] **Lucian Haas:** Und wie häufig schaffst du es, dir die Zeit zu nehmen, auch dort wirklich mal hinzufahren, zu sagen, okay, ich habe heute Kinder frei, ich kann auch wirklich mal vielleicht sogar auf Strecke gehen?

[00:26:45] **Lara Simons:** Also auf Strecke bin ich jetzt noch mit den Kindern nicht gegangen. Da bin ich dann doch immer wieder dann zurückgefliegen. Irgendwie auch im Hinterkopf, dass die Kinder ja da sind und ins Bett gebracht werden von mir bisher immer nur eigentlich. Finde ich aber auch gar nicht so schlimm, weil ich finde so meine Perspektive ist nicht unbedingt, dass ich halt eine bestimmte Strecke zurücklegen muss, sondern ich genieße halt das Fliegen und den Moment des Verschmelzens mit der Natur. Also dieses ganz Dasein während des Fliegens und die schöne Aussicht auf jeden Fall auch. Oder das gemeinsame Fliegen mit Freunden. Und das Streckefliegen, das kann dann später kommen, wenn die Kinder noch ein bisschen älter sind.

[00:27:32] Das habe ich auf jeden Fall auch sehr genossen, aber das kann auch noch ein bisschen warten.

[00:27:36] **Lucian Haas:** Nun hast du auch noch einen Partner. Ja. Der ist Galerist, soviel ich weiß. Wie hält der es mit der Fliegerei?

[00:27:43] **Lara Simons:** Ja, der selbst fliegt nicht, aber macht anderen Sport, also Fahrradfahren, Rodern und so weiter.

[00:27:52] Ja, der hat mich dann auch schon mal begleitet. Ich glaube, er hat selber auch mal einen Tandem gemacht als Kind. Genau, also weiß er schon so ein bisschen, worum es da geht. Aber selber das Interesse so am Fliegen hat er nicht, aber er unterstützt mich auf jeden Fall dabei.

[00:28:07] **Lucian Haas:** Aber du könntest ihn noch nicht davon überzeugen? Zu sagen, komm, zusammen könnten wir doch noch mehr da gewissermaßen erleben und das auch noch teilen.

[00:28:15] **Lara Simons:** Hm, ich weiß nicht, auf die Idee würde ich gar nicht so kommen. Das finde ich genauso wie bei seinen Kindern, dass man halt da keinen Druck macht, ob jemand fliegen soll oder möchte oder nicht. Ich finde, das kann, also muss jeder einfach, das muss aus sich herauskommen, ob man das möchte oder nicht.

[00:28:34] **Lucian Haas:** Hm.

[00:28:36] Wenn du dir was wünschen würdest für deine eigene Fliegerei, was wäre das?

[00:28:42] **Lara Simons:** Also ich habe auf jeden Fall den Wunsch, in Zukunft, also ich kann den Wunsch noch aufschieben, mehr fliegen zu können. Und ja, einfach hin und wieder mal spontan zu schauen, nach dem Fliegen auch in die Alpen mal zu fahren, wo man sehr schön fliegen kann. Und ja, einfach mehr Zeit auch doch wieder in der Luft zu verbringen. Das ist aktuell einfach gerade mit den Kindern und der Galerie, die wir gemeinsam machen. Das ist natürlich auch, weil wir gemeinsam leiten, etwas schwierig. Aber ich sehe da auf jeden Fall in die Zukunft positiv. Ja.

[00:29:18] **Lucian Haas:** Und jetzt nochmal zurück auf deine Gleitschirmausstellung, also Gleitschirmkunstausstellung. Würdest du sagen, das Motiv Gleitschirm wird dich auch noch in Zukunft weiter begleiten bei Kunst? Oder sind das Sachen, wo du sagst, das habe ich jetzt einmal auch als Ausstellung gemacht, im Grunde hat es sich ausgemalt, was das

betrifft?

[00:29:38] **Lara Simons:** Hm.

[00:29:41] Ja, das sind Sachen, die ich dann auch gerne umsetzen möchte. Also ich male ja auch andere Themen in dem Bezug zu Urban Art und Transzendenz und Surrealismus.

[00:29:53] Da bin ich auf jeden Fall auch aktuell dran, einige Bilder zu machen. Aber immer wieder komme ich auch dann zu dem Gleitschirmthema zurück. Also es ist quasi auch so ein bisschen ein Ausgleich für mich, verschiedene Perspektiven mal zu malen. Und es kommen halt einfach Ideen in mir auf, die ich dann auch ausdrücken möchte in der Kunst. Ist

[00:30:12] **Lucian Haas:** Gleitschirmfliegen da auf die Dauer nicht vielleicht, nicht das Gleitschirmfliegen, sondern der Gleitschirm als solcher nicht künstlerisch ein bisschen langweilig? Das ist ja immer nur so eigentlich dieselbe Sichel, die man da malt.

[00:30:25] **Lara Simons:** Ja, genau. Also erstmal muss man sich ja ein bisschen auch rantasten vielleicht, wenn man das malen möchte. Wie man einen Gleitschirm gut darstellt und die Form darzustellen, die dann ja auch gar nicht so einfach ist. Also wenn man es ganz einfach malt, ist es natürlich nur eine Sichel. Aber der hat ja schon dann ein bestimmtes Profil, wo das Licht in verschiedenen Winkeln drauf einfällt. Und in letzter Zeit habe ich häufiger auch Gleitschirme mit Vögeln zusammen gemalt. Und das so miteinander verbunden oder halt den Gleitschirm quasi so etwas aufgelöst in eine Galaxie hineinführend. Also da fällt mir eigentlich auch noch genug ein, um das darzustellen.

[00:31:06] **Lucian Haas:** In eine Galaxie hineinführen. Das ist so das Transzendente. Transzendente dann auch?

[00:31:10] **Lara Simons:** Ja, genau. Ja, würde ich schon sagen, dass es halt eben nicht nur diese ganz festen Dinge um uns herum sind, sondern das Feinfühlige, Feinstoffliche vielleicht noch auch darzustellen.

[00:31:23] **Lucian Haas:** Inwieweit erlebst du beim Fliegen etwas Feinstoffliches?

[00:31:28] **Lara Simons:** Also was mir besonders eben daran gefällt, ist zu spüren, wie die Kappe vom Gleitschirm den Wind aufhängt. Also den Gleitschirm quasi als ein Instrument für das Wahrnehmen der Luft. Um einen herumzunehmen, wo man ja dann spürt, dass auf der einen Seite vorne oder hinten oder auf der anderen Seite die Luft steigt und einen mitreißt. Das würde ich sagen, ist diese transzendente Erfahrung dabei. Und auch mit Vögeln gemeinsam zu fliegen, Thermiken zu nutzen, die Winde auf dem Boden zu sehen und dann in der Luft das zu spüren oder die Wolke über einem zu sehen. Und die Verbindung dieser Thermik, dieser unsichtbaren Thermik. Diese aufsteigende Luft zu dieser Wolke hin.

[00:32:14] **Lucian Haas:** Wie kann man Thermik in Kunst am besten ausdrücken?

[00:32:18] **Lara Simons:** Also mir kommt jetzt direkt das Bild mit dieser Kaffeetasse, das du genannt hast, in den Kopf, als du mich das gefragt hast. Also eine Kaffeetasse, wenn man die sich vorstellt, da steigt ein frischer Kaffee, da steigt heiße Luft auf, so ein Dampf. Und gemalt habe ich dann ja Gleitschirme, die quasi in diese heißen Luft nach oben steigen. Ja. Gibt

[00:32:41] **Lucian Haas:** es Dinge, die du über das Gleitschirmfliegen, durch die künstlerische Beschäftigung damit besser verstanden hast? Oder anders verstanden hast?

[00:32:51] **Lara Simons:** Ja, und ich würde auch sagen, vielleicht hilft auch meine Kunst, die Perspektive auch für andere Piloten zu wechseln und mal in dieses Emotionale hineinzufühlen. Nicht nur die natürlichen Bilder zu sehen, sondern auch das, was man im Inneren dabei fühlt. Und das auszudrücken in meiner Kunst.

[00:33:13] **Lucian Haas:** Was ist für dich das wichtigste Gefühl beim Gleitschirmfliegen? Oder das bewegendste Gefühl?

[00:33:20] **Lara Simons:** Die Verbundenheit mit der Natur und ist vielleicht das bewegendste Gefühl, würde ich sagen.

[00:33:27] Das Auflösen des Ichs quasi, also weil man eben ganz in dem Moment da ist. Besonders wichtig ist vielleicht das Gefühl der Sicherheit, also dass man sich nicht überfordert fühlt. Und dazu ist ja natürlich eben ganz wichtig, dass man eben Erfahrung hat beim Fliegen. Dass man sich nicht überfordert, was auch die Bedingungen vom Fliegen angeht. Also ob es jetzt sportlich sehr böig ist oder ob man eben doch einfach ruhige Flüge am Abend oder morgen macht.

[00:33:59] **Lucian Haas:** Bevorzugst du die ruhigen Flüge?

[00:34:01] **Lara Simons:** Eigentlich nicht.

[00:34:04] Aber ich denke, wenn man lange nicht geflogen ist, sollte man auf jeden Fall erstmal ruhigere Flüge machen. Dann kann man sich auch wieder auf die Flüge anehen, um auch wieder sich sicher zu fühlen und ein Gefühl für den Schirm zu bekommen. Und da muss man sich nicht auch noch darauf konzentrieren, dass man überhaupt in der Luft bleibt quasi. Und wenn man dann wieder mehr Übung hat und sicherer ist, vielleicht auch ein bisschen geground handelt hat, dann kann man auch wieder etwas sportlichere Flüge absolvieren. Was mich also schon mehr reizt, das genau eben die Aufwinde zu spüren. Ja.

[00:34:41] **Lucian Haas:** Für manche hat ja auch, zuweilen zumindest, Gleitschirmfliegen etwas mit Angst zu tun. Also Angstmomenten, die man erlebt. Hast du sowas auch schon mal künstlerisch ausgedrückt? Das wäre ja auch etwas, was man real auf der Kamera vielleicht gar nicht sieht. Aber wo man sagen will, das ist ein Gefühl, was man dann in einem Kunstwerk wahrscheinlich irgendwie darstellen kann, was eben das Foto nicht zeigt.

[00:35:06] **Lara Simons:** Ja, das stimmt. Also ich würde auf jeden Fall sagen, das gehört dazu. Da hast du recht. Dass es Momente der Angst gibt beim Fliegen, über die man halt im besten Fall mit Methoden, die man sich angelernt hat, hinwegkommt, um sicher reagieren zu können in dem Moment.

[00:35:24] Dargestellt habe ich das, ich glaube, nicht in meiner Kunst. Ich habe mal gehört, also ich habe mich ja natürlich auch ein bisschen eingelesen in das Kunstmachen und informiert, dass Menschen gefallen am besten Bilder. Die eher etwas Positives ausdrücken.

[00:35:45] Aber grundsätzlich könnte ich mir auch mal Gedanken machen, wie man das künstlerisch darstellen kann. Das wäre dann sowas, was mich dann auch inspiriert, nochmal ein neues Bild zu machen.

[00:35:57] **Lucian Haas:** Was ist dein Lieblingsbild von denen, die du mit dem Gleitschirmfliegen gemalt hast?

[00:36:03] **Lara Simons:** Hm, ja. Ich würde sagen, das mit dem... Aquarell mit dem Gleitschirm, der vor den Bergen fliegt, wo diese Kappe von dem Gleitschirm mit dem Himmel so ein bisschen verschmilzt, was so ein bisschen aussieht wie Flammen. Also der Gleitschirm ist rot, das hattest du auch eben mal angesprochen. Es ist sehr farbintensiv und es ist halt nicht so begrenzt, sondern der Gleitschirm löst sich quasi auf und verläuft halt in der Landschaft. Zeigt die Winde um ihn herum und das finde ich, ist so ein Ausdruck.

[00:36:44] **Lucian Haas:** Gewissermaßen. Das Verlaufen und das Einswerden mit der Natur wird damit ausgedrückt.

[00:36:48] **Lara Simons:** Genau, ja.

[00:36:51] **Lucian Haas:** Lara, vielen Dank für deine Erzählung rund um Kunst, Gleitschirmfliegen, Ausstellungen und Muttersein. Danke, dass du dir die Zeit genommen hast. Und ich wünsche dir, dass du in Zukunft dir mehr Zeit noch wieder nehmen kannst, um in aller Ruhe mit aller Begeisterung fliegen zu können. Und daraus auch wieder noch mehr schöne neue Kunst machen zu können.

[00:37:13] **Lara Simons:** Ja, stimmt. Vielen Dank für das Gespräch.

[00:37:15] **Lucian Haas:** Sehr gerne.

[00:37:20] In den Shownotes zu dieser Folge im Gleitschirm-Blog Lu-Glidz findest du weiterführende Links zur Kunst von Lara Simons, samt einem Shop, wo man auch von ihr kunstvoll gestaltete T-Shirts kaufen kann. Wenn dir dieser Einblick in die kunstvolle Seite des Kosmos des Gleitschirmfliegens gefallen hat, dann erzähle doch deinen Fliegerfreunden davon. Und wenn du jemanden kennst, der dir die Kunst von Gleitschirmfliegen anbietet, dann schreibe mir einen Kommentar. Wenn du jemanden kennst, von dem du meinst, dass er oder sie ebenfalls mal ein interessanter

Gast in Podz-Glitz sein könnte, dann erzähle mir davon. Ich bin immer auf der Suche nach interessanten Gesprächspartnern. Schreib einfach eine E-Mail an lugleitzkontakt@gmail.com. Als freier Journalist stecke ich übrigens viel Zeit, Arbeit und auch Kosten in Podz-Glitz und Lu-Glitz.

[00:38:07] Damit ich das auch weiterhin so professionell, unabhängig und werbefrei tun kann, brauche ich deine Unterstützung. Auf meiner Homepage www.Lu-Glitz.blogspot.com gibt es die Seite Fördern. Dort findest du alle nötigen Infos und Links, um mir finanziell unter die Arme zu greifen. Welchen Betrag als Förderer du gibst, kannst du ganz frei wählen. Falls du dir unsicher bist, mein unverbindlicher Vorschlag sind 60 Euro im Jahr. Das entspricht nur 5 Euro im Monat. Ich denke, das ist ein sehr faires Angebot. Für so viel Aktuelle. Und hintergründige Informationen und Unterhaltung rund um das schönste Hobby der Welt.

[00:38:52] Allen Förderern sage ich Danke. Bis bald. Bleibt gesund und genießt die Freiheit. Ciao.

English

English · machine translation of the German transcript by gemma-4-12b-it-qat-q4_0.gguf

Show notes

Lara Simons turns paragliding into art. Her images show the longing for flight in a partly surreal way.

The podcast Podz-Glitz carries the subtitle "Geschichten aus dem Kosmos des Gleitschirmfliegens". In my imagination, this cosmos has a wide horizon. The actual flying doesn't always have to be in the foreground.

I came across my guest for this episode 161 rather by chance. An announcement for an art exhibition in a gallery in Bamberg appeared in my Instagram feed. The title: „Höhenflug – eine Ausstellung zum Abheben“. The cover image: a paraglider painted as a watercolor against a large mountain backdrop. That is how I became aware of Lara Simons.

Lara is a paraglider, works in an art gallery, and loves to paint passionately – and not only that, but also pictures in which she deals with flying and the feelings experienced during it in an artistic, sometimes surreal way.

What can art convey that is not visible in classic paragliding photos and videos? That is what my conversation with the 35-jährige is about.

During the course of the conversation, many more profane things are also discussed: Lara Simons is a mother of two preschool-aged children. How does she manage to balance family, artistic work, and flying? She has already found a suitable label for her activities: Artful Paragliding.

If you want to promote Podz-Glitz and the blog Lu-Glitz, you can find all the relevant information at:

<https://lu-glitz.blogspot.com/p/fordern.html>

Music for this episode:

Track: Headlands | Künstler: National Sweetheart

Youtube Audio Library

<https://www.youtube.com/watch?v=vaGWVXXy0TQ>

Lu-Glitz Links:

- Blog: <https://lu-glitz.blogspot.com>
 - Facebook: <https://www.facebook.com/luglitz>
 - Instagram: <https://www.instagram.com/luglitz/>
 - Whatsapp channel: <https://whatsapp.com/channel/0029VaBV05CHDynzdlJlU34>
 - Youtube: <https://youtube.com/@Lu-Glitz>
 - Soundcloud: <https://soundcloud.com/lu-glitz>
 - Spotify: <https://open.spotify.com/show/6ZNvk83xxGHHtfgFjiAHyJ>
 - Apple-Podcast: <https://itunes.apple.com/de/podcast/podz-glitz-der-lu-glitz-podcast/id1447518310?mt=2>
 - Linktree: <https://linktr.ee/luglitz>
-

Links to Sara Simons:

- Artful Paragliding: <https://www.artful-paragliding.de/>
- T-Shirts etc. at Kunst-Design-Bamberg: <https://thehighgallery.art/collections/artful-paragliding>

- Lara Simons on Facebook: <https://www.facebook.com/lara.m.simons>
- Lara Simons on Instagram: https://www.instagram.com/lara_simons.art/

Transcript

[00:00:02] **Lara Simons:** Some topics keep coming up, like a girl or a woman blowing bubbles, but paragliders come out of them, or a paraglider in a mason jar, like a little mini-world that you move in, that you dive into when you fly a paraglider. These are usually real fantasy regions that can be seen in the pictures.

[00:00:41] **Lucian Haas:** Lu-Glitz, the Lu-Glitz podcast,

[00:00:44] **Lara Simons:** Stories from the cosmos of

[00:00:46] **Lucian Haas:** paragliding. Today with Lara

[00:00:51] **Lara Simons:** Simons and

[00:00:53] **Lucian Haas:** I'm Lucian Haas. The podcast Podz-Glitz carries the subtitle Stories from the Cosmos of Paragliding. In my mind, this cosmos has a wide horizon. It doesn't always have to be the actual flying that takes center stage. I came across my guest for this episode, 161, rather by chance. An announcement for an art exhibition in a gallery in Bamberg appeared in my Instagram feed. The title? Höhenflug, an exhibition about taking off. The cover image? A paraglider painted as a watercolor against a vast mountain backdrop.

[00:01:37] That's how I became aware of Lara Simons. Lara is paragliding. She works in this art gallery and loves to paint. And not just any paintings, but also images in which she deals with flying and the feelings experienced during it in an artistic, sometimes surreal way. What can art convey that isn't visible in classic paragliding photos and videos? That's what my conversation with the 35-year-old is about. Along the way, many more mundane things also come up. Lara Simons is a mother of two preschool-aged children. How does she manage to balance family, her artistic work, and flying?

[00:02:26] She has already found a fitting label for her work, anyway. Artful Paragliding.

[00:02:36] Since you're listening to the podcast, why not become a supporter of Podz-Glitz? It explains how to do that very easily on the Lu-Glitz page in the Gleitschirm-Blog, specifically on the "Support" page.

[00:02:53] Lara, many paragliding enthusiasts and paragliders make videos. But you paint paragliding or about paragliding. What do you think you can capture with art that you can't with a camera lens?

[00:03:10] **Lara Simons:** Yes, you've hit on the topic perfectly. There are beautiful shots, videos, and photos of paragliding. Because we're always flying in such a great natural setting. But that artistic perspective, which makes something visible that isn't directly visible to the eye, I felt was still missing. And that's what I try to capture in my images. But overall, with paragliding, for example when flying in thermals or soaring, you feel the rising air while paragliding and hear it in the variometer, but you don't actually see it. At least not at first glance. With some practice, you can then see it, for example, on the ground or in the trees.

[00:03:58] But this element we move in isn't really visible. And yeah, I try to capture those emotions and the invisible in my art.

[00:04:11] **Lucian Haas:** How do your motifs come about? Do you always paint something you've already seen while flying in real life? Or are they all actually fantasies? Fantasy motifs that, of course, have something to do with flying.

[00:04:26] **Lara Simons:** Yes, they are fantasy motifs. Themes that have built up inside me. And some themes keep coming up, like a girl or a woman blowing soap bubbles. But paragliders come out of that too. So, paragliders flying in the air. Like nature blowing against a gust of wind. So, painting that image directly. Expressing that kind of creative idea behind it. Or painting a paraglider in a mason jar. Like a little mini-world you move in, that you dive into when you're paragliding.

[00:05:14] Those kinds of ideas come to me over time when I think about them. Or they just pop into my head spontaneously. And then I want to paint them. These are usually really fantasy realms, imaginary regions, that you can see in the pictures.

[00:05:31] **Lucian Haas:** Are those the kinds of motifs that come to you when you're not flying? Like, when you're at home, thinking "I'd love to fly again," and then a great image comes to you? Or are there some motifs that come to you while you're actually flying, and you say, "I want to put that into a painting once I'm back on the ground"?

[00:05:49] **Lara Simons:** Hmm. Well, when I'm flying, I find the special thing is that you're really in that moment, just to merge with the nature around you, so to speak, and use the lift. I don't actually think specifically, "I have to paint this," at that moment. But afterwards, when I reflect on it and process the experiences, that's when I get ideas. But basically, for me, it's this painting of paragliding. It started when my second child was born. My kids were two and zero years old during the Corona period. And I was very far away from flying then and had a great longing for it.

[00:06:36] And that's exactly how it came about.

[00:06:40] **Lucian Haas:** Which feelings from flying, or about flying, can be expressed particularly well in art? The

[00:06:47] **Lara Simons:** A connection with nature, a kind of transcendence. So, with the art, like how I paint paragliding. Or I do other types of art too. That's maybe just my way of seeing the world. Exactly.

[00:07:06] **Lucian Haas:** How would you describe your painting style? I mean, since this is a podcast, people don't have an image in front of them right now. What would you say if someone asked, "Describe to me, how do you paint?" How would you describe that?

[00:07:20] **Lara Simons:** So, I would place myself in the urban art scene. So, a bit more modern and creative in terms of expression. And also incorporating surrealism. It's not about painting from a perspective that's natural and realistic like a photo. It's about creative aspects. That

[00:07:47] **Lucian Haas:** You've already mentioned the thing with the soap bubbles in front of the mouth. I saw another picture of yours. It shows paragliders circling over a coffee cup, where the warm air rises above it. Another picture. That one is actually written very figuratively—a classic paraglider in front of mountains. But you've colored it in such a way that the colors of the paraglider canopy bleed into each other. Like, I think that was it too, the whole thing bleeds like a watercolor. And that gives it a different artistic aspect. Is that something where you also say, I actually want to break the natural boundaries of paragliding in some way with art?

[00:08:27] **Lara Simons:** Yes, exactly. I think that's a really important perspective that doesn't quite come across in normal photos and videos. It's like adding another dimension to it.

[00:08:39] **Lucian Haas:** Do you ever dream about flying?

[00:08:42] **Lara Simons:** Yes, I do. Especially when you fly often. You also dream about flying. Exactly, but my dreams are actually rather realistic. Like taking off, landing, flying.

[00:08:54] **Lucian Haas:** So, there aren't any typical dream images or sequences that show up in your art then?

[00:08:59] **Lara Simons:** No, exactly. They're more like spontaneous ideas and reflections, basically in the waking state. How one could express it, the feeling behind it, what I want to represent with the image.

[00:09:14] **Lucian Haas:** What does that mean? What does flying mean to you? Or what does it give you, besides the artistic motif, perhaps?

[00:09:20] **Lara Simons:** For me, flying means that you basically let go of and forget your "I-state" and become one with nature. And I think only when you do that do you have the possibility to, for example, fly cross-country or something like that. If you're very head-based, you can't use nature as well. Or find the winch to move through nature and also gain safety. And I find that a very special state. So, in my opinion, you're most especially present in that moment when paragliding.

[00:10:01] **Lucian Haas:** Is there something similar when you're not paragliding but painting? Like, is there a similar state where you enter a flow, or whatever you want to call it, where you say, "Right now while painting, I'm also in that moment and there's really only the picture and me?"

[00:10:19] **Lara Simons:** Yes, exactly. I also think that if you're not fully there in the moment of painting, you don't manage to express it properly, let go a bit, and dare to do certain things. And I think that's not just a connecting aspect, but also the aspect of courage, for example. Like with paragliding. Sometimes you might have certain fears and have to push them aside to get a good, safe takeoff or landing and not let yourself freeze up from fear. And it's the same with painting, for example, where you have, let's say, a large canvas and have invested many hours and money into this painting, but the final strokes are somehow still missing.

[00:11:11] And that also requires a bit of courage. To make those final strokes and complete the painting.

[00:11:16] **Lucian Haas:** Would you say that flying also influences your other artworks, where the theme isn't about flying at all?

[00:11:24] **Lara Simons:** Yes, I would definitely say that. I've been flying for quite a long time now. So, at eleven years old, I went tandem flying for the first time. Oh wow. So from the LABA. Exactly. But you come,

[00:11:40] **Lucian Haas:** Sorry for jumping in there for a second. Mhm. You're originally from Cologne. So you were on vacation.

[00:11:45] **Lara Simons:** Exactly. I went to the Alps on vacation every year with my parents and before that with my grandparents, so of course I already saw paragliding there. And at eleven years old, I told my mom that I wanted to go paragliding. And then we arranged a tandem flight right away. Yeah. And from then on, I couldn't let it go, yeah. From Cologne, it was very difficult. But at least every summer I could fly, yeah. And

[00:12:12] **Lucian Haas:** At some point, you decided, "Now I want to be able to fly myself. Now I want to get a license." When was that?

[00:12:17] **Lara Simons:** Yes, it was actually pretty clear to me right from the start that I wanted to fly myself one day. You could only start school for that at 14 back then, for sure. And I did do that. Every year I participated in the courses a bit. I'd repeat the basic course every now and then because I was in Cologne for the rest of the year. And flying was somehow quite far away. But at 17, I finally finished my A-license and could fly all by myself. And then, at 19, I also got my B-license.

[00:12:55] **Lucian Haas:** You said your first flight was at 11. So, which one came first for you as a hobby, sort of speaking—painting or flying?

[00:13:07] **Lara Simons:** Hmm. Yes, painting has basically accompanied me since I was a child. I also grew up in a house where there are very many paintings. My great-great-grandfather was a rather well-known artist in Cologne. My grandma had a small studio in the basement where she painted oil paintings. So, my sister studied media design. I grew up with art in itself, but also with the words behind it, with that "art for art's sake" thing. And exactly. And yes, flying has definitely always interested me as a child too. Like when you observe birds or imagine yourself flying.

[00:13:48] **Lucian Haas:** When you were a kid, when you were already painting, did you already paint paragliding back then? When you say you were already flying at 11? Or was that really only during that time you mentioned, the Corona period, first—no, second child born. And now I want to see my flight scenes. I have to live out my obsession somewhere. I can't do it in the air right now. So I bring it onto the canvas.

[00:14:13] **Lara Simons:** Yes, as a child, I also painted pictures of paragliding. At some point, I even posted them. I could look them up again now. So, my mom gave me a notebook where I could stick in photos of myself paragliding and of the tandem flights. I was about eleven years old then. And of course, I painted a lot of paragliders in there as well.

[00:14:34] **Lucian Haas:** I noticed you when I saw the notification on Insta that you were having an exhibition in Bamberg. And it's titled Höhenflug. And there you show all these images related to paragliding. So basically your paragliding-related art. How does that actually land with the audience? I mean, how do the visitors react to being

presented with all these paraglider images?

[00:15:01] **Lara Simons:** Well, first of all, I'd say how it all came about—that we have this exhibition. Bamberg isn't exactly a paragliding hotspot. I mean, people do fly here; I think it's a nice area to fly. For cross-country flying in the flatlands or a bit of soaring. It works on the hills too. And there are already quite a few paragliders in this area. But it's just not a paragliding hotspot. We had a wall free in the gallery—you make a plan for the gallery for the spring, what you're offering, so you can show people as early as possible. And we had a wall free. So I suggested showing my paraglider pictures as an exhibition. Not just for paragliders, but also for people who are interested.

[00:15:50] Basically, for non-pilots.

[00:15:54] And in that context, I also thought about how I could set up this exhibition. So that non-flyers could get a slightly better insight. Not just seeing pictures of paragliding that I've painted. For example, I also have a screen standing there. With loop videos that I've edited together of paragliding. Videos from this region that I made once. And also from the internet.

[00:16:22] And I set up one of my beanbags there for that period. Where you can just sit down. So that you can actually sit in a paraglider for a moment. That's nothing special for us paragliders, but for people who are just interested in paragliding, I think it's really a nice thing. To actually be able to touch something like that. And especially, of course, the children found it quite exciting and interesting to sit in a paraglider beanbag for once.

[00:16:50] **Lucian Haas:** So by "Sitzsack" do you mean harness?

[00:16:52] **Lara Simons:** Exactly, yeah.

[00:16:53] **Lucian Haas:** Why do you call that a seat sack? Yes. Or is that a lying harness? Yes.

[00:16:58] **Lara Simons:** Because you

[00:16:58] **Lucian Haas:** then really has that leg bag on the front, right? No, no,

[00:17:00] **Lara Simons:** No. That's right, I have that. No, no. I didn't provide my current lying harness for that. The one I'm using right now. But rather like an old, very old beanbag, so to speak. Exactly.

[00:17:14] From learning to fly back then.

[00:17:16] **Lucian Haas:** What kind of feedback do you get from your visitors? Do you believe that art can really bring people closer to the experience of flying?

[00:17:26] **Lara Simons:** Yes, exactly. That's basically the point behind it—making flying something you can experience. Even for people who go to a gallery in the city. It's about drawing attention to it. Many people, even those born in Bamberg or the surrounding area, didn't even know that you can fly in Bamberg. It's a completely new perspective for many people. Or maybe they've noticed it once or twice, but they haven't had many points of contact. Yet they're interested and would love to go tandem flying sometime. Yes, so it's especially the non-flyers who are interested. And about the new perspective, yeah.

[00:18:07] **Lucian Haas:** And do you also have paragliders among the visitors?

[00:18:09] **Lara Simons:** Yes, luckily, some paragliders came too. Exactly. They are, let's say, more interested in... I also made T-shirt designs. Ones you can nicely wear while flying.

[00:18:25] And some... Well, I think some paragliders are also quite tech-savvy.

[00:18:33] And they don't have many points of contact with art. For them, the perspective might be a bit strange too. But they're still interested and like to take a look at it.

[00:18:45] **Lucian Haas:** This exhibition you have, the one you're hanging in your gallery in Bamberg now—do you plan on offering something like that elsewhere as well?

[00:18:54] **Lara Simons:** That would be lovely, of course. I saw it as a starting point, really. Showing these pictures to non-flyers and flyers in the area once. And also taking some nice photos of the pictures. They're also available for purchase on our website now. And the T-shirts and so on. You can present that much more nicely that way. Even if you have the whole exhibition in front of you and can take better pictures of it. Also for Instagram and Facebook. It's possible in principle, too—so, for example, flight schools or shops could be happy to display pictures of mine. Now...

[00:19:33] **Lucian Haas:** How do you make this art? How much time do you actually still get to spend flying?

[00:19:39] **Lara Simons:** Yeah, exactly. I don't just do the art, I'm also a mother of two children. They're four and six now. And I'm also an artist and a gallery owner. Not just my own art—that also takes up a lot of time. Ultimately, painting in the evening, for example. But the gallery is also very demanding. It's self-employed work where you have to do a lot of public relations. At the moment, I don't have much time to fly. And of course, I'm sad about that. But I'm sure the time will come soon when I'll have more time to fly again.

[00:20:24] But I also think it's important to consider that when you do fly, if you're flying less, there are more uncertainties. So it's very important to keep up with your flying. At least to get to ground handling. Because especially with children, you have a different need for safety. And you should definitely be mindful of flying safely.

[00:20:50] **Lucian Haas:** Now that you're a mother with two young children—is that something you'd say you're holding back from flying because of them?

[00:20:59] **Lara Simons:** So, it is a bit like that. Because they really need me or are very attached to me.

[00:21:09] However, it's also a nice time for the kids when they can spend time with my partner, the grandparents, or friends, if I manage to get away to fly. It's a spontaneous decision. Unfortunately, decisions aren't quite as easy to make as they are without kids. You have to clarify beforehand when the weather might be good and who could watch them.

[00:21:34] Yes, because of the kids. Yes, mainly because of work and the kids, it just happens sometimes, of course.

[00:21:41] **Lucian Haas:** Is there also a sense of responsibility where you ask yourself, well, paragliding is a sport with a certain... I'll call it uncertainty, that's always associated with it. And if you were to fall, it can usually hurt more than with some other sports. Is that also something that's in the back of your mind sometimes, where you say, no, I can't do that to my young children? Or can you free yourself from those feelings as a mother and say, no, there's so much positive in it that ultimately benefits my children too, in a way?

[00:22:23] **Lara Simons:** Exactly. Yes, you've actually described it very well already. Of course, those thoughts come up, that something could happen quickly. Before I had the kids, I once broke my leg during a takeoff because of a stupid mistake. And so, experiences like that. Was it still on the ground or had you already taken off? Still on the ground. A stronger gust of wind and... yeah, injuries like that also show you how quickly it can happen, that for example, you wouldn't be fully there for the kids anymore and wouldn't be able to perform your job as well for a certain period if you were injured, for instance.

[00:23:08] So, it's just about showing yourself how vulnerable you are. And yeah, I think it's really important, if you still have the desire to fly, that it gives you so much that you... yeah, you think about your fears, get clear about them, and very importantly, keep in the back of your mind that flying more doesn't mean more safety. So, you always have to keep making time for it, to actually manage to go flying.

[00:23:38] **Lucian Haas:** Do your children accompany you when you fly? I mean, not in the air, but do they see you take off? Do they see you land? Have they ever been there with you?

[00:23:45] **Lara Simons:** Yes, so they've also been to the launch sites before. It's quite simple. Exactly. My daughter has even flown in a tandem before. She was three at the time, I think. She absolutely wanted to and was really interested.

[00:23:57] **Lucian Haas:** But you weren't the tandem pilot, you flew as a trio. So you with your little daughter still in the front.

[00:24:05] **Lara Simons:** No, no. Well, a friend of mine did tandem flying. Exactly with her. And they know each other very well. So she has a lot of trust in him. And my son is a bit older. He was maybe five then. And he's more into playing with the other kids at the launch site. So it's a cross-country flight - launch site at the Binde. Exactly. So he just doesn't have that much interest in it. But my daughter likes to come along and watch. Even if we're just watching, I actually think it's quite important to look at it together and talk about it, what it gives you, or why I like to fly, to tell the kids about that too. But it's also good when they aren't there sometimes, because when the kids are there,

[00:24:53] ...to just completely hand over the responsibility for a bit. If the two of them start arguing, for example, which happens quite often at that age, I find it hard to switch off. And I do say, in my opinion, it's really important that you're actually present and in the moment. And that's a bit difficult with arguing children in the background because you feel responsible for them. Yeah.

[00:25:15] **Lucian Haas:** If you could derive a tip from this for mothers who also have children and love to fly: create that space for yourself, to let the children go in a positive sense, to leave them with someone else, so that you can have that freedom to be able to go flying in complete peace.

[00:25:33] **Lara Simons:** Yes, I'd say that's important, yeah. Or maybe just balanced, sometimes one way, sometimes the other, so that the kids also notice what you're doing. Exactly. You

[00:25:44] **Lucian Haas:** you said not in Bamberg, but people do fly around Bamberg. Where is a good place to fly there?

[00:25:50] **Lara Simons:** Yes, well, when I moved here to Bamberg back then, I was told that if I wanted to fly cross-country, I should definitely get the winch certificate. And that's definitely the case. I mean, there are some hills around here where you can fly nicely with a bit of wind, but it's actually quite rare to be able to fly away from there. And if you want to fly cross-country, it's definitely better at the winch. You can reach two good launch sites directly from there, in Hohenpöhlz and Sigrids, for example. I don't know, that's about 20 to 30 minutes by car from here. Exactly. And there are also some other hills that you can reach nicely with different wind directions.

[00:26:35] **Lucian Haas:** And how often do you manage to take the time to actually drive out there and say, okay, I have the kids off today, I can actually go on a cross-country flight, maybe even a long one?

[00:26:45] **Lara Simons:** So I haven't gone out on the track with the kids yet. I've always ended up flying back. I also have it in the back of my mind that the kids are there and I'm the one putting them to bed, so far. But I don't think that's bad at all, because my perspective isn't necessarily that I have to cover a certain distance, but I just enjoy the flying and the moment of merging with nature. So, this whole state of being while flying and the beautiful view, definitely. Or flying together with friends. And the cross-country flying can come later, when the kids are a bit older.

[00:27:32] I definitely enjoyed that too, but that can wait a bit.

[00:27:36] **Lucian Haas:** Now you also have a partner. Yes. He's a gallery owner, as far as I know. How does he feel about flying?

[00:27:43] **Lara Simons:** Yeah, he doesn't fly himself, but he does other sports, like cycling, rowing, and stuff like that.

[00:27:52] Yeah, he's actually accompanied me before. I think he even did a tandem as a kid. Exactly, so he knows a bit about what it's like. But he doesn't have that interest in flying himself, but he definitely supports me in it.

[00:28:07] **Lucian Haas:** But you haven't been able to convince him yet? To say, come on, together we could experience even more in a way and share that too.

[00:28:15] **Lara Simons:** Hm, I don't know, I wouldn't even think of that. I feel the same way as with his children, that you just don't pressure someone on whether they should or want to fly or not. I think that can—well, everyone just has to, it has to come from within, whether they want to or not.

[00:28:34] **Lucian Haas:** Hmm.

[00:28:36] If you could wish for something for your own flying, what would it be?

[00:28:42] **Lara Simons:** So, I definitely have the wish to be able to fly more in the future—well, I can put that wish off for now—and yeah, just to occasionally go out spontaneously, and after flying, to go to the Alps sometimes, where you can fly very beautifully. And yeah, just to spend more time in the air again. Right now, it's just difficult with the kids and the gallery we're doing together. That's also a bit difficult because we're running it together, of course. But I definitely look positively toward the future. Yeah.

[00:29:18] **Lucian Haas:** And now back to your paraglider exhibition—well, paraglider art exhibition. Would you say that the paraglider motif will continue to accompany you in your art in the future? Or are these things where you'd say you've done it once as an exhibition, and basically, you're done with it as far as that's concerned?

[00:29:38] **Lara Simons:** Hmm.

[00:29:41] Yeah, those are things I'd love to execute. I also paint other themes in relation to urban art, transcendence, and surrealism.

[00:29:53] I'm definitely working on making some pictures right now. But I keep coming back to the paraglider theme. It's also kind of a way for me to balance things out, painting different perspectives. And ideas just come to me that I want to express in my art. It's

[00:30:12] **Lucian Haas:** Isn't paragliding, or rather the paraglider itself, a bit artistically boring in the long run? It's always basically the same crescent shape that you're painting there.

[00:30:25] **Lara Simons:** Yes, exactly. Well, first of all, you have to feel your way around a bit if you want to paint it. How to represent a paraglider well and the shape, which isn't that simple at all. So if you paint it very simply, it's of course just a crescent. But it already has a certain profile where the light hits it at different angles. And lately, I've also frequently painted paragliders together with birds. And connecting them like that, or like dissolving the paraglider into a galaxy. So I can actually think of enough ways to represent that.

[00:31:06] **Lucian Haas:** Leading into a galaxy. That's the transcendental. Transcendental then too?

[00:31:10] **Lara Simons:** Yes, exactly. Yes, I would say that it's not just about these very solid things around us, but also about representing the subtle, the ethereal, perhaps.

[00:31:23] **Lucian Haas:** To what extent do you experience something subtle or ethereal while flying?

[00:31:28] **Lara Simons:** So, what I particularly like about it is feeling how the paraglider canopy catches the wind. Like, the paraglider as an instrument for perceiving the air. To take it in all around you, where you then feel that on one side—front or back or the other side—the air is rising and carrying you along. I would say that's the transcendental experience involved. And also flying together with birds, using thermals, seeing the winch on the ground and then feeling that in the air or seeing the cloud above you. And the connection of this thermal, this invisible thermal, to that rising air towards this cloud.

[00:32:14] **Lucian Haas:** How can you best express thermals in art?

[00:32:18] **Lara Simons:** So, the image of that coffee cup you mentioned immediately comes to mind when you asked me that. So a coffee cup, if you imagine it, fresh coffee rises, hot air rises, like steam. And I painted paragliders that are basically rising up into that hot air. Yes. There are

[00:32:41] **Lucian Haas:** Are there things you've come to understand better about paragliding, or understood differently, through your artistic engagement with it?

[00:32:51] **Lara Simons:** Yes, and I would also say that maybe my art helps other pilots shift their perspective too, and to really feel into that emotional side. Not just to see the natural images, but also what you feel on the inside while doing it, and to express that in my art.

[00:33:13] **Lucian Haas:** What is the most important feeling for you when paragliding? Or the most moving feeling, I would say?

[00:33:20] **Lara Simons:** The connection with nature is perhaps the most moving feeling, I would say.

[00:33:27] The dissolving of the self, so to speak, because you're just completely there in that moment. Perhaps the feeling of safety is particularly important—that you don't feel overwhelmed. And for that, of course, it's really important to have experience with flying. That you don't get overwhelmed by the flying conditions, for instance, whether it's very sporty and gusty or if you're just doing calm flights in the evening or morning.

[00:33:59] **Lucian Haas:** Do you prefer the calm flights?

[00:34:01] **Lara Simons:** Actually, no.

[00:34:04] But I think if you haven't flown for a long time, you should definitely start with calmer flights first. Then you can work your way back into flying to feel safe again and get a feel for the glider. That way, you don't have to focus on whether you're even staying in the air, so to speak. And once you have more practice and are more confident, maybe have done a bit of ground handling, then you can do some more sporty flights again. What appeals to me more, though, is exactly feeling the lift. Yes.

[00:34:41] **Lucian Haas:** For some people, paragliding can sometimes have something to do with fear. I mean, moments of fear that you experience. Have you ever expressed something like that artistically? That would be something you might not actually see on camera. But where you're saying, that's a feeling that you can probably somehow represent in a work of art, which the photo doesn't show.

[00:35:06] **Lara Simons:** Yes, that's true. I would definitely say that's part of it. You're right. There are moments of fear when flying that you have to overcome, ideally using the methods you've learned, so that you can react safely in that moment.

[00:35:24] I don't think I've depicted that in my art. I've heard—well, I've naturally done some reading and research on making art—that people generally prefer images that express something more positive.

[00:35:45] But basically, I could also think about how to represent that artistically. That would then be something that inspires me to make a new painting.

[00:35:57] **Lucian Haas:** What's your favorite picture of the ones you painted of paragliding?

[00:36:03] **Lara Simons:** Hmm, yeah. I'd say the one with the... watercolor of the paraglider flying in front of the mountains, where the canopy of the paraglider merges a bit with the sky, looking somewhat like flames. So the paraglider is red, you mentioned that just now. It's very color-intensive and it's not so confined; instead, the paraglider practically dissolves and blends into the landscape. It shows the wind around it, and I think that's such an expression.

[00:36:44] **Lucian Haas:** In a way. The blurring and the becoming one with nature are expressed by that.

[00:36:48] **Lara Simons:** Exactly, yes.

[00:36:51] **Lucian Haas:** Lara, thank you so much for your story about art, paragliding, exhibitions, and being a mother. Thank you for taking the time. And I wish you that in the future you can take more time again to be able to fly in peace and with all your enthusiasm. And to be able to make even more beautiful new art out of that as well.

[00:37:13] **Lara Simons:** Yes, that's right. Thank you very much for the conversation.

[00:37:15] **Lucian Haas:** You're very welcome.

[00:37:20] In the show notes for this episode on the Gleitschirm-Blog Lu-Glidz, you'll find further links to Lara Simons' art, including a shop where you can also buy her artistically designed T-shirts. If you enjoyed this insight into the artistic side of the paragliding cosmos, then do tell your flying friends about it. And if you know someone who offers you the art of paragliding, then leave me a comment. If you know someone you think could also be an interesting guest on Podz-Glidz at some point, then tell me about them. I'm always looking for interesting conversation partners. Just send an email to lugleitzkontakt@gmail.com. As a freelance journalist, I actually put a lot of time, work, and also costs into Podz-Glidz and Lu-Glidz.

[00:38:07] In order for me to continue doing this professionally, independently, and ad-free, I need your support. On my homepage www.Lu-Glidz.blogspot.com, there is a "Support" page. There you will find all the necessary information and links to help me out financially. You can choose whatever amount you'd like to contribute as a supporter. If you're unsure, my non-binding suggestion is 60 euros a year. That's only 5 euros a month. I think that's a very fair offer for so much up-to-date and in-depth information and entertainment surrounding the most beautiful hobby in the world.

[00:38:52] I want to say thank you to all my supporters. See you soon. Stay healthy and enjoy your freedom. Ciao.

Français

French · machine translation of the German transcript by gemma-4-12b-it-qat-q4_0.gguf

Show notes

Lara Simons fait du parapente une forme d'art. Ses images montrent l'aspiration au vol de manière parfois surréaliste.

Le podcast Podz-Glitz porte le sous-titre « Geschichten aus dem Kosmos des Gleitschirmfliegens ». Dans mon imagination, ce cosmos possède un horizon vaste. Le vol proprement dit n'a pas forcément besoin d'être toujours au premier plan.

Je suis tombé sur mon invité de cet épisode 161 plutôt par hasard. Dans mon flux Instagram, l'annonce d'une exposition d'art dans une galerie à Bamberg est apparue. Le titre : « Höhenflug – eine Ausstellung zum Abheben ». L'image de couverture : une voile delta peinte en aquarelle devant un grand paysage de montagne. C'est ainsi que j'ai pris connaissance de Lara Simons.

Lara est parapentiste, travaille dans une galerie d'art et peint avec passion – et ce, non seulement des tableaux, mais aussi des images dans lesquelles elle se confronte de manière artistique, parfois surréaliste, au vol et aux émotions vécues lors de celui-ci.

Qu'est-ce que l'art peut transmettre que les photos et vidéos de parapente classiques ne rendent pas visibles ? C'est le sujet de mon entretien avec la 35-jährige.

Au cours de l'émission, des sujets beaucoup plus profanes sont également abordés : Lara Simons est mère de deux enfants d'âge préscolaire. Comment parvient-elle à concilier famille, travail artistique et parapente ? Elle a en tout cas déjà trouvé une étiquette appropriée pour son activité : Artful Paragliding.

Si vous souhaitez promouvoir Podz-Glitz et le blog Lu-Glitz, vous trouverez toutes les informations correspondantes sous :

<https://lu-glitz.blogspot.com/p/fordern.html>

Musique de cet épisode :

Piste : Headlands | Artiste : National Sweetheart

Bibliothèque audio YouTube

<https://www.youtube.com/watch?v=vaGWVXXy0TQ>

Liens Lu-Glitz :

- Blog : <https://lu-glitz.blogspot.com>
 - Facebook : <https://www.facebook.com/luglitz>
 - Instagram : <https://www.instagram.com/luglitz/>
 - Canal Whatsapp : <https://whatsapp.com/channel/0029VaBV05CHDynzdlJIU34>
 - Youtube : <https://youtube.com/@Lu-Glitz>
 - Soundcloud : <https://soundcloud.com/lu-glitz>
 - Spotify : <https://open.spotify.com/show/6ZNvk83xxGHHtfgFjiAHyJ>
 - Apple-Podcast : <https://itunes.apple.com/de/podcast/podz-glitz-der-lu-glitz-podcast/id1447518310?mt=2>
 - Linktree : <https://linktr.ee/luglitz>
-

Liens vers Sara Simons :

- Artful Paragliding : <https://www.artful-paragliding.de/>
- T-Shirts etc. chez Kunst-Design-Bamberg : <https://thehighgallery.art/collections/artful-paragliding>
- Lara Simons sur Facebook : <https://www.facebook.com/lara.m.simons>
- Lara Simons sur Instagram : https://www.instagram.com/lara_simons.art/

Transcript

[00:00:02] **Lara Simons:** Certains thèmes reviennent souvent, comme par exemple une fille ou une femme qui souffle des bulles de savon et qui en sortent des parapentes, ou alors un parapente dans un bocal, comme une petite mini-monde dans laquelle on se déplace, dans laquelle on plonge quand on fait du parapente. Ce sont généralement de vraies régions imaginaires que l'on voit sur les images.

[00:00:41] **Lucian Haas:** -Glidz, le podcast Lu-Glidz,

[00:00:44] **Lara Simons:** Des cosmos du

[00:00:46] **Lucian Haas:** du parapente. Aujourd'hui avec Lara

[00:00:51] **Lara Simons:** Simons et

[00:00:53] **Lucian Haas:** Je suis Lucian Haas. Le podcast Podz-Glidz porte pour sous-titre « Histoires du cosmos du parapente ». Dans mon esprit, ce cosmos a un horizon très large. Le vol en lui-même n'a pas toujours besoin d'être au premier plan. Je suis arrivé chez l'invitée de cet épisode 161 plutôt par hasard. Sur mon fil Instagram, l'annonce d'une exposition d'art dans une galerie à Bamberg est apparue. Le titre ? Höhenflug, une exposition sur le décollage. L'image de couverture ? Un parapente peint à l'aquarelle devant un grand paysage de montagne.

[00:01:37] C'est ainsi que j'ai découvert Lara Simons. Lara fait du parapente. Elle travaille dans cette galerie d'art et peint avec passion. Et pas seulement, mais aussi des images dans lesquelles elle explore, de manière artistique et parfois surréaliste, le vol et les émotions qui l'accompagnent. Qu'est-ce que l'art peut transmettre que les photos et vidéos classiques de parapente ne montrent pas ? C'est le sujet de mon entretien avec cette femme de 35 ans. Au fil de la discussion, nous abordons aussi des sujets beaucoup plus profanes. Lara Simons est mère de deux enfants d'âge préscolaire. Comment parvient-elle à concilier famille, travail artistique et parapente ?

[00:02:26] Elle a en tout cas déjà trouvé une étiquette appropriée pour son activité : Artful Paragliding.

[00:02:36] Puisque tu écoutes le podcast, deviens un soutien de Podz-Glidz. Comment faire ça très simplement est expliqué sur le Gleitschirm-Blog Lu-Glidz, plus précisément sur la page Fördern.

[00:02:53] Lara, beaucoup de pratiquants de parapente font des vidéos. Mais toi, tu peins le parapente ou à travers le parapente. À ton avis, qu'est-ce que tu peux capturer avec l'art que l'on ne peut pas avec l'objectif d'une caméra ?

[00:03:10] **Lara Simons:** Oui, tu as très bien saisi le sujet. Il existe de magnifiques prises de vue, des vidéos et des photos de parapente. Parce qu'on est toujours en train de voler dans des décors naturels superbes. Mais cette perspective artistique, qui rend visible quelque chose qui n'est pas directement visible à l'œil nu, je trouve qu'elle manque encore. Et c'est ce que j'essaie de capturer dans mes images. Mais globalement, avec le parapente, par exemple en vol thermique ou en soaring, on ressent l'air ascendant en pratiquant le parapente et on l'entend dans le vario, mais on ne le voit pas en réalité. Enfin, pas au premier coup d'œil. Avec un peu d'entraînement, on finit par le voir, par exemple au sol ou dans les arbres.

[00:03:58] Mais cet élément dans lequel nous évoluons n'est pas vraiment visible. Et oui, j'essaie de capturer ces émotions et cet invisible à travers l'art.

[00:04:11] **Lucian Haas:** Comment tes motifs apparaissent-ils ? Est-ce que tu peins toujours quelque chose que tu as déjà vu en volant pour de vrai ? Ou est-ce que ce sont en fait tous des fantasmes ? Des motifs imaginaires qui ont évidemment un lien avec le vol.

[00:04:26] **Lara Simons:** Oui, ce sont des motifs imaginaires. Des thèmes qui se sont accumulés en moi. Et certains thèmes reviennent tout le temps, comme par exemple une fille ou une femme qui souffle des bulles de savon. Mais il y a des parapentes qui en sortent. Des parapentes qui volent dans l'air. Comme si la nature elle-même soufflait contre le souffle du vent. Donc, peindre cette image, cette métaphore directement. Exprimer une idée créative derrière tout ça. Ou peindre le parapente dans un bocal en verre. Comme un petit monde miniature dans lequel on se déplace, dans lequel on s'immerge quand on fait du parapente.

[00:05:14] Ces idées me viennent avec le temps, quand j'y réfléchis un peu. Ou alors, elles me viennent tout simplement de manière spontanée. Et j'ai envie de les peindre. Ce sont généralement de vrais territoires imaginaires, des régions fantastiques, que l'on peut voir sur les images.

[00:05:31] **Lucian Haas:** Ce sont des motifs qui te viennent quand tu ne voles pas ? Genre, quand tu es à la maison, que tu te dis que tu aimerais bien voler à nouveau et qu'une super image te vient à l'esprit ? Ou est-ce qu'il y a certains motifs qui te viennent pendant que tu voles et où tu te dis : « Je veux mettre ça en image quand je serai de retour au sol » ?

[00:05:49] **Lara Simons:** Hm. Alors, pendant le vol, je trouve que ce qui est spécial, c'est qu'on est vraiment dans l'instant présent, pour fusionner avec la nature qui nous entoure, pour utiliser les ascences. Je ne pense pas concrètement, tout de suite, que je dois peindre ça. Mais après coup, quand j'y réfléchis et que je traite ces expériences, c'est là que les idées viennent. Mais fondamentalement, pour moi, c'est cette peinture du sport de parapente. Ça est né quand mon deuxième enfant est né. Mes enfants avaient alors deux et zéro ans pendant la période Corona. Et j'étais très loin du vol et j'avais une grande nostalgie de voler.

[00:06:36] C'est précisément là que c'est né, en quelque sorte.

[00:06:40] **Lucian Haas:** Quels sentiments liés au vol ou au fait de voler peuvent être particulièrement bien exprimés dans l'art ? Les

[00:06:47] **Lara Simons:** La connexion avec la nature, une sorte de transcendance. Enfin, avec l'art, comme la façon dont je peins le parapente. Ou bien je fais aussi d'autres formes d'art. C'est peut-être simplement ma façon de voir le monde. Exactement.

[00:07:06] **Lucian Haas:** Comment décrirais-tu ton style de peinture ? Enfin, comme on est dans un podcast, on n'a pas d'image sous les yeux. Si quelqu'un te demandait maintenant de décrire comment tu peins, comment le décrirais-tu ?

[00:07:20] **Lara Simons:** Alors, je me situerais dans la scène de l'urban art. C'est-à-dire un peu plus moderne et créatif pour s'exprimer. Et aussi intégrer le surréalisme. Ce n'est pas une perspective un peu fidèle à la nature et réaliste comme une photo, mais avec des aspects créatifs. Ça

[00:07:47] **Lucian Haas:** Tu as déjà mentionné ce truc avec les bulles de savon devant la bouche. J'ai vu une autre image de toi. On y voit des parapentes qui tournent au-dessus d'une tasse de café, où l'air chaud s'élève. Une autre image. Là, c'est écrit de façon très figurative, un parapente classique devant des montagnes. Mais tu l'as coloré comme ça. Les couleurs de la voile du parapente se mélangent. Genre, je crois que c'était aussi, tout ça se fond comme de l'aquarelle. Et ça prend un autre aspect artistique. Est-ce que c'est le genre de chose où tu te dis que tu veux aussi, d'une manière ou d'une autre, briser les limites naturelles du parapente avec l'art ?

[00:08:27] **Lara Simons:** Oui, exactement. Je trouve que c'est une perspective vraiment importante qui ne ressort pas tout à fait avec des photos et des vidéos normales. C'est comme ajouter un aspect supplémentaire.

[00:08:39] **Lucian Haas:** Est-ce que tu rêves parfois de voler ?

[00:08:42] **Lara Simons:** Oui, si. Surtout quand on prend souvent l'avion. On rêve aussi de voler. Exactement, mais mes rêves sont en fait plutôt assez réalistes. Genre, décoller, atterrir, voler.

[00:08:54] **Lucian Haas:** Ça veut dire qu'il n'y a pas d'images ou de séquences de rêves typiques qui se retrouvent ensuite dans ton art ?

[00:08:59] **Lara Simons:** Non, exactement. Ce sont plutôt des idées et des réflexions spontanées, en fait à l'état de veille. Comment on pourrait exprimer ça, le sentiment qui se cache derrière, ce que je veux justement représenter avec l'image.

[00:09:14] **Lucian Haas:** Qu'est-ce que ça signifie ? Qu'est-ce que le vol signifie pour toi ? Ou qu'est-ce qu'il t'apporte, à part peut-être le motif artistique ?

[00:09:20] **Lara Simons:** Pour moi, voler signifie qu'on lâche et qu'on oublie pratiquement son état de « moi » et qu'on devient presque un avec la nature. Et je trouve que c'est seulement quand on fait ça qu'on a la possibilité, par exemple, de vraiment faire de la distance ou quelque chose comme ça. Si on est très cérébral, on ne peut pas exploiter la nature aussi bien. Ou trouver les treuils pour se déplacer dans la nature et aussi gagner en sécurité. Et je trouve que c'est un état tout particulier. Donc, selon moi, c'est en faisant du parapente qu'on est le plus particulièrement présent à ce moment-là.

[00:10:01] **Lucian Haas:** Est-ce que c'est quelque chose qui existe aussi quand tu ne fais pas de parapente mais que tu peins ? Est-ce qu'il y a un état similaire, où on entre dans un flow ou peu importe comment on veut l'appeler, où tu te dis, par exemple en peignant, que je suis aussi dans le moment et qu'il n'y a en fait que le tableau et moi ?

[00:10:19] **Lara Simons:** Oui, tout à fait. Je pense aussi que si on n'est pas totalement présent au moment de peindre, on n'arrive pas à exprimer les choses correctement, à lâcher prise un peu et à oser certaines choses. Et je trouve que ce n'est pas le seul aspect commun, mais aussi celui du courage, par exemple. En parapente, par exemple, on a parfois certaines peurs et il faut les mettre de côté pour réussir un bon départ ou un atterrissage en toute sécurité, sans se laisser paralyser par la peur. C'est pareil pour la peinture : disons que tu as une grande toile, que tu as investi beaucoup d'heures et d'argent dans ce tableau, mais qu'il manque encore quelque chose dans les derniers traits.

[00:11:11] Et ça demande aussi un peu de courage. Le fait de poser ces traits et de parfaire le tableau.

[00:11:16] **Lucian Haas:** Est-ce que tu dirais que le pilotage influence aussi tes autres œuvres d'art, même quand le thème n'est pas du tout le vol ?

[00:11:24] **Lara Simons:** Oui, je dirais ça sans hésiter. Je vole depuis assez longtemps. Alors, à onze ans, j'ai fait mon premier vol en tandem. Oh wow. Donc depuis le LABA. Exactement. Mais tu viens,

[00:11:40] **Lucian Haas:** Désolé de m'interrompre un instant. Mhm. Tu viens à la base de Cologne. Vous étiez en vacances.

[00:11:45] **Lara Simons:** Exactement. Je suis allée avec mes parents et avant ça avec mes grands-parents, donc chaque année j'étais en vacances dans les Alpes et j'ai bien sûr déjà vu du parapente là-bas. Et à onze ans, j'ai exprimé à ma mère le souhait que j'aimerais faire du parapente. Et on a tout de suite organisé un vol en tandem. Oui. Et à partir de là, ça ne m'a plus lâchée, oui. Depuis Cologne, c'était très difficile. Mais du coup, chaque été, je pouvais au moins faire du parapente, oui. Et

[00:12:12] **Lucian Haas:** À un moment donné, tu as décidé que tu voulais aussi pouvoir voler par toi-même. Que tu voulais passer ton brevet. C'était quand ?

[00:12:17] **Lara Simons:** Oui, en fait, il m'était déjà assez clair dès le début que je voulais aussi piloter moi-même un jour. Mais à l'époque, on ne pouvait commencer l'école qu'à 14 ans, c'est sûr. Et je l'ai fait. Chaque année, j'ai participé un peu aux cours. J'ai répété le cours de base plusieurs fois, parce que pendant l'année, j'étais à Cologne et le vol était assez loin. Et à 17 ans, j'ai vraiment obtenu le brevet A et j'ai pu voler toute seule. Et oui, à 19 ans, j'ai aussi passé le brevet B.

[00:12:55] **Lucian Haas:** Tu as dit que ton premier vol était à 11 ans. Alors, qu'est-ce qui est venu en premier pour toi, en quelque sorte comme hobby, la peinture ou l'aviation ?

[00:13:07] **Lara Simons:** Hm. Oui, la peinture m'a en fait accompagnée dès l'enfance. J'ai grandi dans une maison où il y a énormément de tableaux. Mon arrière-arrière-grand-père était un artiste assez connu à Cologne. Ma grand-mère avait un petit atelier au sous-sol où elle peignait des huiles. Donc, ma sœur a étudié le design multimédia. J'ai grandi avec l'art en soi, mais aussi avec les mots qui vont avec, avec cette idée d'art sans pain. Et exactement. Et oui, le vol m'a aussi

forcément toujours intéressée quand j'étais enfant. Enfin, quand on observe les oiseaux ou qu'on s'imagine voler soi-même.

[00:13:48] **Lucian Haas:** Est-ce que quand tu dessinais déjà enfant, tu dessinais aussi déjà du parapente ? Quand tu dis qu'à 11 ans tu faisais déjà du parapente ? Ou est-ce que c'était vraiment seulement à cette période que tu dis, l'époque Corona, premier, non, deuxième enfant né. Et maintenant je veux voir mes vols. Je dois vivre mon obsession pour les enfants quelque part. En l'air, je ne peux pas le faire pour le moment. Alors je le transpose sur la toile.

[00:14:13] **Lara Simons:** Oui, quand j'étais enfant, j'ai aussi peint des images de parapente. À un moment donné, je les ai même postées. Je pourrais les ressortir maintenant. Ma mère m'avait donné un carnet où je pouvais coller des photos de moi en train de faire du parapente et des vols en tandem. J'avais environ onze ans à ce moment-là. Et bien sûr, j'ai aussi peint plein de parapentes dessus.

[00:14:34] **Lucian Haas:** C'est comme ça que je suis tombé sur toi. J'ai vu passer une info sur Insta disant que tu faisais une exposition à Bamberg. Elle s'appelle Höhenflug. Et tu y montres plein d'images liées au parapente. En gros, ton art lié au parapente. Comment est-ce que ça est reçu par le public ? Comment les visiteurs réagissent-ils au fait de se voir présenter autant d'images de parapente ?

[00:15:01] **Lara Simons:** Alors, d'abord, je dirais comment ça s'est fait. Le fait qu'on ait cette exposition. Bamberg n'est pas vraiment un hotspot pour les pilotes. Enfin, on y vole aussi. C'est une belle région pour voler, je trouve. Pour du vol de cross-country en plaine ou un peu de soaring. Ça marche aussi sur les collines. Et il y a déjà pas mal de pilotes dans le coin. Mais ce n'est pas un hotspot pour les pilotes. On avait dans la galerie, on fait un genre de planning pour la galerie pour le printemps. Tout ce qu'on propose. Pour pouvoir le montrer aux gens le plus tôt possible. Et on avait encore un mur libre. Et là, j'ai proposé de présenter mes images de parapente comme une exposition. Pas seulement pour les pilotes de parapente, mais aussi pour les gens qui sont intéressés.

[00:15:50] Pour les non-pilotes, en quelque sorte.

[00:15:54] Et dans ce contexte, je me suis aussi demandé comment je pouvais aménager cette exposition. Pour que les non-pilotes puissent avoir un meilleur aperçu. Donc pas seulement voir des images de parapente que j'ai peintes. J'ai par exemple aussi installé un écran avec des vidéos en boucle que j'ai montées sur le parapente. Des vidéos que j'ai tournées ici dans la région, et aussi provenant d'Internet.

[00:16:22] Et j'ai aussi installé un sac de repos pour la durée de l'expo, où on peut s'asseoir. Pour que les gens puissent voir ce que ça fait d'être assis dans un parapente. Pour nous, les pratiquants de parapente, ce n'est rien de spécial. Mais pour les gens qui s'intéressent juste au parapente, je pense que c'est vraiment une belle chose. Pouvoir toucher à quelque chose de concret. Et surtout, les enfants ont trouvé ça super passionnant et intéressant de s'asseoir dans un sac de repos de parapente.

[00:16:50] **Lucian Haas:** Par Sitzsack, tu veux dire sellette ?

[00:16:52] **Lara Simons:** Exactement, oui.

[00:16:53] **Lucian Haas:** Pourquoi appelles-tu ça un sac de siège ? Oui. Ou est-ce un sellette de repos ? Oui.

[00:16:58] **Lara Simons:** Parce qu'on

[00:16:58] **Lucian Haas:** alors qu'il a vraiment encore le sac à jambes devant, non ? Non, non,

[00:17:00] **Lara Simons:** non. C'est vrai, je l'ai. Non, non. Je n'ai pas préparé mon sellette de repos pour ça. Celui que j'utilise actuellement. Mais plutôt un vieux, un très vieux sac de repos, en quelque sorte. Exactement.

[00:17:14] De la fois où j'ai appris à voler.

[00:17:16] **Lucian Haas:** Quel genre de retours as-tu de la part de tes visiteurs ? Penses-tu que l'on puisse vraiment rapprocher les gens du vol grâce à l'art ?

[00:17:26] **Lara Simons:** Oui, tout à fait. C'est aussi le but derrière tout ça : rendre le vol tangible. Même pour les gens qui vont dans une galerie en ville. C'est une façon d'attirer leur attention. Beaucoup disent, même ceux qui sont nés à Bamberg ou dans les environs, qu'ils ne savaient même pas qu'on pouvait voler à Bamberg. C'est une perspective totalement nouvelle pour beaucoup de gens. Ou alors ils en ont peut-être entendu parler, ils l'ont vu, mais ils n'ont pas eu beaucoup de points de contact. Pourtant, ils sont intéressés et aimeraient bien faire un vol en tandem un jour. Oui, donc ce sont surtout les non-pilotes qui sont particulièrement intéressés. Et par cette nouvelle perspective, oui.

[00:18:07] **Lucian Haas:** Et as-tu aussi des pratiquants de parapente parmi les visiteurs ?

[00:18:09] **Lara Simons:** Oui, heureusement, il y a aussi des parapentistes qui sont venus. Exactement. Ils sont, disons, plutôt intéressés par... J'ai aussi fait des designs de T-shirts. Des trucs qu'on peut porter super bien en volant.

[00:18:25] Et certains... Enfin, je pense que certains parapentistes sont aussi plutôt technophiles.

[00:18:33] Et ils n'ont pas forcément beaucoup de points communs avec l'art. Pour eux, cette perspective est peut-être un peu étrange aussi. Mais ils sont quand même intéressés et aiment bien aller voir ça.

[00:18:45] **Lucian Haas:** Cette exposition que tu as là, tu l'as accrochée dans votre galerie à Bamberg. Est-ce que tu prévois de proposer quelque chose comme ça ailleurs aussi ?

[00:18:54] **Lara Simons:** Ce serait bien, bien sûr. Je l'ai vu comme un point de départ. Une fois, montrer ces images aux non-pilotes et aux pilotes du coin. Puis aussi prendre de belles photos des œuvres. Elles sont d'ailleurs disponibles à l'achat sur notre site web, tout comme les T-shirts et tout le reste. On peut bien sûr les présenter plus joliment. Même quand on a toute l'exposition devant soi, c'est mieux pour faire de belles photos. Aussi pour Instagram et Facebook. C'est tout à fait possible, par exemple pour que des écoles de pilotage ou des boutiques puissent aussi exposer mes images. Maintenant,

[00:19:33] **Lucian Haas:** Tu fais de l'art. Mais à quel point arrives-tu encore à aller voler, toi, personnellement ?

[00:19:39] **Lara Simons:** Oui, exactement. Je ne fais pas seulement de l'art, je suis aussi maman de deux enfants. Ils ont quatre et six ans maintenant. Et je suis aussi artiste et galeriste. Pas seulement pour ma propre œuvre. Ça prend aussi pas mal de temps. Au final, la peinture se fait le soir, par exemple. Mais la galerie est aussi très exigeante. C'est un travail indépendant où il faut faire beaucoup de relations publiques. Pour l'instant, je n'ai pas beaucoup de temps pour voler. Et je suis bien sûr triste à ce sujet. Mais je suis certaine que le moment viendra bientôt où j'aurai à nouveau plus de temps pour voler.

[00:20:24] Je trouve aussi qu'il est important de se remettre en question quand on vole, et de se dire que si on vole moins, il y a aussi plus d'incertitudes. C'est donc très important de continuer à voler. Au moins pour le maniement au sol. Parce qu'avec des enfants, on a un besoin de sécurité différent. Et il faut absolument faire attention à voler en toute sécurité.

[00:20:50] **Lucian Haas:** Toi, maintenant en tant que mère, avec deux jeunes enfants. Est-ce que c'est quelque chose pour lequel tu dirais que tu te restreins aussi au niveau de l'aviation à cause des enfants ?

[00:20:59] **Lara Simons:** Alors, c'est un peu le cas. Parce qu'ils ont encore très besoin de moi ou sont très attachés à moi.

[00:21:09] Mais pour les enfants, c'est aussi un beau moment quand ils peuvent passer du temps avec mon partenaire, les grands-parents ou des amis, si j'arrive à prendre l'avion. C'est une décision spontanée. Malheureusement, les décisions ne sont pas aussi faciles à prendre qu'on le ferait sans enfants. Il faut vérifier à l'avance quand la météo sera bonne et qui pourra les garder.

[00:21:34] Oui, à cause des enfants. Oui, surtout à cause du travail et des enfants, il y a bien sûr des moments où ça arrive.

[00:21:41] **Lucian Haas:** Est-ce qu'il y a aussi ce sentiment de responsabilité, où on se demande, enfin, le parapente est aussi un sport avec une certaine, j'appelle ça maintenant, incertitude. Qui est toujours associée à ça. Et si on devait une

fois tomber, c'est aussi la plupart du temps, ça peut faire plus mal qu'avec certaines autres disciplines sportives. Est-ce que c'est aussi quelque chose qui te trotte parfois dans la tête, où tu te dis, non, je ne peux pas faire ça à mes jeunes enfants ? Ou est-ce que tu peux, en tant que mère, te libérer de ces sentiments et te dire, non, il y a tellement de positif là-dedans, ce qui, au final, apporte aussi quelque chose à mes enfants. D'une certaine manière.

[00:22:23] **Lara Simons:** Exactement. Oui, tu l'as en fait déjà très bien décrit. Ces pensées arrivent bien sûr, le fait que quelque chose puisse arriver rapidement. Avant d'avoir des enfants, je me suis une fois cassé la jambe lors du décollage à cause d'une bêtise, d'une erreur stupide. Et donc, ce genre d'expérience. C'était encore au sol ou tu avais déjà décollé ? Encore au sol. Ça m'a complètement déstabilisée. Une rafale plus forte et... Oui, ce genre de blessures montre aussi à quel point ça peut aller vite, que par exemple, pour les enfants, on ne serait plus totalement là, et qu'on ne pourrait plus exercer son métier aussi bien pendant un certain temps si on était blessé, par exemple.

[00:23:08] C'est juste de mettre en lumière cette vulnérabilité. Et oui, je pense qu'il est vraiment important, quand on a quand même l'envie de voler, que cela nous apporte tellement de choses pour que... oui, qu'on réfléchisse à ses peurs, qu'on s'en rende compte et qu'on garde bien en tête que voler plus ne signifie pas forcément plus de sécurité. Donc qu'on continue de se libérer du temps pour y arriver, pour réussir à voler malgré tout.

[00:23:38] **Lucian Haas:** Est-ce que tes enfants t'accompagnent quand tu voles ? Enfin, pas dans les airs, mais est-ce qu'ils te voient décoller ? Est-ce qu'ils te voient atterrir ? Est-ce qu'ils sont déjà venus ?

[00:23:45] **Lara Simons:** Oui, alors elles sont déjà présentes sur les sites de décollage. C'est tout simple. Exactement. Ma fille a aussi déjà fait un vol en tandem. Elle avait trois ans, je crois. Elle avait absolument envie de le faire et elle s'y intéressait beaucoup.

[00:23:57] **Lucian Haas:** Mais tu n'étais pas la pilote en tandem, vous étiez trois. Donc toi avec ta petite fille encore devant.

[00:24:05] **Lara Simons:** Non, non. Un ami à moi a fait du tandem. Exactement avec elle. Et ils se connaissent très bien. Elle lui fait donc une grande confiance. Mon fils est un peu plus grand. Il avait peut-être cinq ans. Et il est plutôt en train de jouer avec les autres enfants au décollage. C'est donc un vol de distance - décollage à la Binde. Exactement. Du coup, il n'a pas vraiment d'intérêt pour ça. Mais ma fille aime bien venir avec moi pour regarder. Même si on se contente de regarder, je trouve ça aussi très important de le faire ensemble, d'en discuter, de voir ce que ça apporte ou pourquoi j'aime voler, de raconter ça aux enfants. Mais c'est aussi bien quand elles ne sont pas là parfois, parce que quand les enfants sont là,

[00:24:53] c'est un peu comme déléguer complètement la responsabilité, quand les deux se disputent par exemple, ce qui arrive souvent à cet âge, j'ai du mal à déconnecter. Et je dis bien qu'à mon avis, il est très important d'être vraiment avec soi-même et d'être dans l'instant présent. Et c'est un peu difficile avec des enfants qui se disputent en arrière-plan, parce qu'on se sent responsable. Oui.

[00:25:15] **Lucian Haas:** Si on pouvait en tirer un conseil pour les mamans qui ont aussi des enfants et qui aiment voyager en avion, ce serait de vous créer un espace, de confier les enfants à quelqu'un d'autre, dans le bon sens du terme, pour avoir cette liberté et pouvoir vraiment voyager en toute tranquillité.

[00:25:33] **Lara Simons:** Oui, je dirais que c'est important, oui. Ou peut-être simplement équilibré, parfois d'un côté, parfois de l'autre, pour que les enfants remarquent aussi ce que l'on fait. Exactement. Tu

[00:25:44] **Lucian Haas:** Tu as dit que ce n'est pas à Bamberg même, mais qu'on vole autour de Bamberg aussi. Où est-ce qu'on peut bien voler là-bas ?

[00:25:50] **Lara Simons:** Oui, alors quand j'ai emménagé ici à Bamberg, on m'a dit que si je voulais faire de la distance, je devrais absolument passer le brevet de treuil. Et c'est tout à fait le cas. Alors, il y a certes quelques collines ici où on peut bien voler avec un peu de vent, mais partir de là pour faire de la distance est en fait assez rarement possible. Et si on veut faire de la distance, c'est nettement mieux au treuil. On peut atteindre directement deux bons sites de décollage ici, à Hohenpözl et Sigrids par exemple. Je ne sais pas, ça fait 20 à 30 minutes en voiture d'ici là-bas. Exactement. Et sinon, il y a encore quelques collines que l'on peut atteindre facilement avec différentes directions de vent.

[00:26:35] **Lucian Haas:** Et à quelle fréquence arrives-tu à te prendre le temps d'y aller vraiment, pour te dire : OK, aujourd'hui je n'ai pas les enfants, je peux peut-être même aller faire une sortie longue ?

[00:26:45] **Lara Simons:** Alors, je ne suis pas encore allée sur circuit avec les enfants. Je suis toujours revenue en avion. J'avais quand même en tête que les enfants étaient là et que c'était moi qui devais les mettre au lit jusqu'à présent. Mais je ne trouve pas ça si grave, parce que pour moi, la perspective n'est pas forcément de devoir parcourir une certaine distance, mais je profite du vol et du moment de fusion avec la nature. Enfin, cette présence pendant le vol et la belle vue, en tout cas. Ou le fait de voler avec des amis. Et le vol sur circuit, ça pourra attendre un peu plus tard, quand les enfants seront un peu plus grands.

[00:27:32] J'ai vraiment beaucoup apprécié ça aussi, mais ça peut attendre un peu.

[00:27:36] **Lucian Haas:** Maintenant, tu as aussi un partenaire. Oui. C'est galeriste, si je ne me trompe pas. Comment il gère ça, le fait de voler ?

[00:27:43] **Lara Simons:** Oui, il ne vole pas lui-même, mais il fait d'autres sports, comme le vélo, le canoë et tout ça.

[00:27:52] Oui, il m'a déjà accompagnée par le passé. Je crois qu'il a même fait du tandem quand il était enfant. Exactement, donc il sait déjà un peu de quoi il s'agit. Mais il n'a pas d'intérêt pour le vol en soi, mais il me soutient en tout cas dans cette démarche.

[00:28:07] **Lucian Haas:** Mais tu n'as pas encore réussi à le convaincre ? À lui dire : viens, ensemble, on pourrait vivre encore plus de choses et les partager aussi.

[00:28:15] **Lara Simons:** Hm, je ne sais pas, je n'aurais pas du tout cette idée. Je pense, tout comme pour ses enfants, qu'on ne doit pas mettre de pression sur le fait que quelqu'un veuille ou non voler. Je trouve que ça peut, enfin, ça doit simplement venir d'eux-mêmes, le fait de vouloir le faire ou non.

[00:28:34] **Lucian Haas:** Hm.

[00:28:36] Si tu devais faire un vœu pour ta propre pratique du vol, ce serait quoi ?

[00:28:42] **Lara Simons:** Alors, j'ai clairement le souhait, pour le futur — enfin, je peux remettre ce souhait à plus tard — de pouvoir voler davantage. Et oui, simplement aller voir parfois de manière spontanée, et après avoir volé, aller dans les Alpes où on peut voler très bien. Et oui, simplement passer plus de temps dans les airs. Actuellement, c'est juste un peu compliqué avec les enfants et la galerie que nous montons ensemble. C'est bien sûr aussi parce que nous la dirigeons à deux, un peu difficile. Mais je vois tout de même l'avenir de manière positive. Oui.

[00:29:18] **Lucian Haas:** Et maintenant, revenons à ton exposition de parapente, enfin d'exposition d'art de parapente. Dirais-tu que le motif du parapente t'accompagnera encore dans ton art à l'avenir ? Ou est-ce que ce sont des choses pour lesquelles tu te dis que tu l'as fait une fois pour une exposition, mais qu'en fait, c'est tout ce qu'il y a à dire à ce sujet ?

[00:29:38] **Lara Simons:** Hm.

[00:29:41] Oui, ce sont des choses que j'aimerais beaucoup mettre en œuvre. Je peins aussi d'autres thèmes en lien avec l'Urban Art, la transcendance et le surréalisme.

[00:29:53] Je suis justement en train d'en faire quelques-unes en ce moment. Mais je reviens toujours au sujet du parapente. C'est un peu comme un équilibre pour moi, de peindre différentes perspectives. Et des idées me viennent simplement, que je veux exprimer dans l'art. C'est

[00:30:12] **Lucian Haas:** Le parapente, sur la durée, ce n'est peut-être pas le parapente en soi, mais le parapente en tant que tel, n'est-ce pas un peu ennuyeux artistiquement ? C'est toujours à peu près le même croissant qu'on peint là.

[00:30:25] **Lara Simons:** Oui, exactement. Alors d'abord, il faut peut-être tâtonner un peu si on veut le peindre. Comment bien représenter un parapente et la forme qu'il a, qui n'est pas si simple. Si on le peint de façon très simple, ce n'est bien sûr qu'un croissant. Mais il a déjà un profil spécifique où la lumière tombe sous différents angles. Et ces derniers temps, j'ai aussi souvent peint des parapentes avec des oiseaux. Et les lier entre eux ou bien faire comme si le

parapente se dissolvait pour mener vers une galaxie. Donc, il me reste encore assez d'idées pour le représenter.

[00:31:06] **Lucian Haas:** Faire converger vers une galaxie. C'est le côté transcendant. Le transcendant aussi ?

[00:31:10] **Lara Simons:** Oui, exactement. Oui, je dirais que ça ne représente pas seulement les choses très matérielles autour de nous, mais aussi le sensible, le subtil, peut-être même.

[00:31:23] **Lucian Haas:** Dans quelle mesure ressens-tu quelque chose de subtil, de presque immatériel, quand tu voles ?

[00:31:28] **Lara Simons:** Ce que j'aime particulièrement, c'est de ressentir comment le voile du parapente accroche le vent. Le parapente devient alors une sorte d'instrument pour percevoir l'air. On prend conscience de ce qui nous entoure, on sent que d'un côté, devant, derrière ou de l'autre, l'air monte et nous entraîne avec lui. Je dirais que c'est cette expérience transcendante. Et aussi voler avec les oiseaux, utiliser les thermiques, voir les treuils au sol et ensuite ressentir cela en l'air ou voir le nuage au-dessus de soi. Et le lien entre cette thermique, cette thermique invisible, et cet air ascendant vers ce nuage.

[00:32:14] **Lucian Haas:** Comment peut-on exprimer au mieux la thermique dans l'art ?

[00:32:18] **Lara Simons:** Alors, j'ai tout de suite l'image de cette tasse de café que tu as mentionnée quand tu m'as posé la question. Enfin, une tasse de café, quand on l'imagine, il y a du café frais qui monte, de l'air chaud, une sorte de vapeur. Et j'ai peint des parapentes qui montent pratiquement dans cet air chaud. Oui. Il y a des...

[00:32:41] **Lucian Haas:** y a-t-il des choses que tu as mieux comprises sur le parapente, ou comprises différemment, grâce à ton travail artistique ?

[00:32:51] **Lara Simons:** Oui, et je dirais aussi que peut-être mon art aide aussi les autres pilotes à changer de perspective et à ressentir ce côté émotionnel. Pas seulement de voir les images naturelles, mais aussi ce que l'on ressent à l'intérieur pendant ce moment. Et d'exprimer cela dans mon art.

[00:33:13] **Lucian Haas:** Quel est pour toi le sentiment le plus important en pratiquant le parapente ? Ou le plus émouvant, je dirais ?

[00:33:20] **Lara Simons:** Le lien avec la nature, c'est peut-être le sentiment le plus émouvant, je dirais.

[00:33:27] C'est comme une dissolution du moi, parce qu'on est vraiment présent à l'instant même. Le sentiment de sécurité est peut-être particulièrement important, c'est-à-dire ne pas se sentir dépassé. Et pour cela, il est bien sûr essentiel d'avoir de l'expérience en vol. Ne pas se sentir dépassé par les conditions de vol, par exemple si c'est très sportif avec beaucoup de turbulences ou si on fait simplement des vols calmes le soir ou le matin.

[00:33:59] **Lucian Haas:** Tu préfères les vols calmes ?

[00:34:01] **Lara Simons:** Pas vraiment.

[00:34:04] Mais je pense que si on n'a pas volé depuis longtemps, il faut absolument commencer par des vols plus calmes. Ensuite, on peut s'attaquer aux vols pour se sentir à nouveau en sécurité et reprendre le?? de l'aile. Et là, on n'a pas besoin de se concentrer sur le fait de rester en l'air, en quelque sorte. Et quand on a plus d'entraînement, qu'on est plus sûr de soi, et qu'on a peut-être fait un peu de ground handling, on peut alors refaire des vols plus sportifs. Ce qui m'attire le plus, c'est justement de ressentir les ascendances. Oui.

[00:34:41] **Lucian Haas:** Pour certains, le parapente a parfois aussi un rapport avec la peur. Enfin, des moments de peur que l'on vit. Est-ce que tu as déjà exprimé ça artistiquement ? Ce serait aussi quelque chose qu'on ne voit pas forcément en vrai à la caméra. Mais où on veut dire que c'est un sentiment que l'on peut probablement représenter d'une manière ou d'une autre dans une œuvre d'art, ce que la photo ne montre pas.

[00:35:06] **Lara Simons:** Oui, c'est vrai. Je dirais en tout cas que ça en fait partie. Tu as raison. Il y a des moments d'angoisse pendant le vol, sur lesquels on arrive au mieux à passer grâce aux méthodes qu'on a apprises, pour pouvoir réagir correctement sur le moment.

[00:35:24] Je ne pense pas l'avoir représenté dans mon art. J'ai entendu dire, et je me suis bien sûr un peu renseignée sur la création artistique, que les gens préfèrent les images qui expriment plutôt quelque chose de positif.

[00:35:45] Mais en principe, je pourrais aussi réfléchir à la manière de le représenter artistiquement. Ce serait alors quelque chose qui m'inspirerait à faire une nouvelle peinture.

[00:35:57] **Lucian Haas:** Quel est ton image préférée parmi celles que tu as peintes avec le parapente ?

[00:36:03] **Lara Simons:** Hm, oui. Je dirais que c'est celui avec... l'aquarelle du parapente qui vole devant les montagnes, où la voile du parapente se fond un peu avec le ciel, ce qui ressemble un peu à des flammes. Le parapente est rouge, tu en avais parlé juste avant. C'est très intense en couleurs et ce n'est pas si délimité, le parapente se dissout presque et se fond dans le paysage. Ça montre les courants d'air autour de lui et je trouve que c'est une telle expression.

[00:36:44] **Lucian Haas:** D'une certaine manière. Le fait qu'il se fonde et ne fasse qu'un avec la nature est exprimé par cela.

[00:36:48] **Lara Simons:** Exactement, oui.

[00:36:51] **Lucian Haas:** Lara, merci beaucoup pour ton récit sur l'art, le parapente, les expositions et le fait d'être mère. Merci d'avoir pris le temps de me parler. Et je te souhaite de pouvoir te prendre à nouveau plus de temps à l'avenir pour pouvoir voler en toute tranquillité et avec toute ton enthousiasme. Et pour pouvoir ainsi créer encore plus de belles œuvres d'art.

[00:37:13] **Lara Simons:** Oui, c'est vrai. Merci beaucoup pour cette discussion.

[00:37:15] **Lucian Haas:** Avec grand plaisir.

[00:37:20] Dans les notes de cet épisode sur le Gleitschirm-Blog Lu-Glidz, vous trouverez des liens complémentaires vers l'œuvre de Lara Simons, ainsi qu'une boutique où vous pouvez acheter ses T-shirts artistiquement conçus. Si ce aperçu du côté artistique du cosmos du parapente vous a plu, n'hésitez pas à en parler à vos amis pilotes. Et si vous connaissez quelqu'un qui propose l'art du parapente, laissez-moi un commentaire. Si vous connaissez quelqu'un que vous pensez pourrait être un invité intéressant dans Podz-Glidz un jour, parlez-en moi. Je suis toujours à la recherche de partenaires de discussion intéressants. Envoyez simplement un e-mail à lugleitzkontakt@gmail.com. En tant que journaliste indépendant, je consacre d'ailleurs beaucoup de temps, de travail et aussi des frais à Podz-Glidz et Lu-Glidz.

[00:38:07] Pour que je puisse continuer à faire ça de manière aussi professionnelle, indépendante et sans publicité, j'ai besoin de ton soutien. Sur mon site www.Lu-Glidz.blogspot.com, il y a une page "Soutenir". Tu y trouveras toutes les infos et les liens nécessaires pour m'aider financièrement. Tu es libre de choisir le montant que tu souhaites donner en tant que contributeur. Si tu hésites, ma suggestion non contraignante est de 60 euros par an. Cela ne représente que 5 euros par mois. Je pense que c'est une offre très juste pour autant d'informations actuelles et approfondies, ainsi que de divertissement autour du plus beau loisir au monde.

[00:38:52] Je remercie tous les contributeurs. À bientôt. Prenez soin de vous et profitez de votre liberté. Ciao.