

CHILLINGS OP
RENAISSANCE ISLANDRACHEL BRATHEN
AKA YOGA GIRLSPA DEL SOL
MANCHEBO BEACH

ARUBA

Ticket to Paradise

REISSCHRIJVER EN ZELFVERKLAARD 'YOGA GIRL' ILLONKA BRANDS HEEFT DOOR HAAR RUSTELOZE, GRENZELOZE BESTAAN STEEDS MEER AANDACHT VOOR EEN BETERE BALANS VAN EMOTIONELE, FYSIEKE EN SPIRITUELE GEZONDHEID IN COMBINATIE MET BEWUSTER, ECO-VRIENDELIJKER EN SOCIALER REIZEN. ILLONKA: 'DOOR MIJN DRUKKE, DIGITALE, GLOBAL LIFESTYLE IN ONZE MODERNE SAMENLEVING, HEB IK BEHOEFTE OM ME NOG MEER TE FOCUSSEN OP MIJN WELZIJN. EN OM ME ECHT VERBONDEN TE VOELEN MET MEZELF, ANDEREN EN MIJN OMGEVING.' HERKEN JE DAT? DAN IS NIKS ZO FIJN ALS JEZELF VAN TIJD TOT TIJD TE RESETTEN TIJDENS EEN WELLBEING BREAK OP EEN ZONOVERGOTEN EILAND. ME-TIME OP HET PARADIJSELIJKE ARUBA, MIDDEN IN DE TURKOOISBLAUWE CARAÏBISCHE ZEE VOOR DE KUST VAN VENEZUELA, BIJVOORBEELD. KORTOM: DIT ZIJN ILLONKA'S INSIDER TIPS EN DE ALLERBESTE ADRESSEN VOOR BODY, MIND & SOUL. EN JA, ECHTE SCHOONHEID KOMT NATUÛRLIJK VAN BINNEN UIT.

TEKST EN PRODUCTIE

Illonka Brands
FOTOGRAFIE

Illonka Brands, Bucuti & Tara Beach Resort, Aruba Island Yoga, Aruba Tourism, Renaissance Island, e.a.



'BE THE CHANGE YOU WANT TO SEE IN THE WORLD'

— GHANDI

BOETIEKHOTEL FAN VAN KLEINSCHALIG, ECO EN EXCLUSIEF? DAN IS HET SERENE BUCUTI & TARA BEACH RESORT ÉCHT IETS VOOR JOU. EN OOK EEN OCEAN Z SUITE, AAN MALMOK BEACH IN NOORD (AKA HET BEVERLY HILLS VAN ARUBA), IS TOP. EVEN VERDEROP DOE JE EEN RONDJE GOLF BIJ TIERRA DEL SOL COUNTRY CLUB EN EEN IJSKOUD HOPIBONBIERTJE BIJ DE FOODTRUCK AAN DE VOET VAN DE CALIFORNIA-VUURTOREN. BLOTEVOETENLUXE.

RESTAURANT OF JE NOU LIEFHEBBER BENT VAN VEGAN, VIS OF BBQ, ARUBA'S CULINAIRE SCENE IS MONDAIN EN VERRASSEND PUUR. BIJ ONE HAPPY BOWL, IN DE LEVENDIGE RENAISSANCE MARKETPLACE IN ORANJESTAD, KICKSTART JE JE DAG MET EEN ACAI SMOOTHIE BOWL. HÉT ADRES VOOR EEN FRISSE PERSONALIZED SALADE OF WRAP IS HET BIOLOGISCHE GARDEN FRESH CAFÉ. BIJ HET ROMANTISCHE ATARDI-RESTAURANT OP PALM BEACH DINEER JE BIJ KAARSLICHT MET JE BLOTE VOETEN IN HET ZAND. EN VERSE SNAPPER, MAHI MAHI OF KREEFT AAN DE HOUTEN TAFELS OP DE STEIGER BIJ LOKALE HOTSPOT ZEEROVERS, DA'S GELUK OP EEN BORD. UITGEBREID DINEREN IN JE MOOIE JURKJE IS ALTIJD FIJN OP DE PATIO VAN HET HISTORISCHE QUINTA DEL CARMEN.

HEALTHY HOUR ELKE DAG VAN DRIE TOT VIER KUN JE TERECHT VOOR DE LEKKERSTE FROZEN MOCKTAILS EN SMOOTHIES BIJ SAND BAR & LOUNGE OP EAGLE BEACH.

EVENT SOUL BEACH MUSIC FESTIVAL, ÉLK JAAR EIND MEI, STAAT GARANT VOOR EEN COOLE LINE-UP EN DANSEN MET JE BLOTE VOETEN IN HET ZAND. TUSSEN DE OPTREDENS EN COMEDY NIGHTS DOOR, FLANEER JE IN JE OOTD TUSSEN DE AMERIKAANSE BEAU MONDE IN DE RENAISSANCE MARINA INFINITY POOL EN DE LOBBYLounge.

GUILTY PLEASURE EVEN BUURTEN BIJ HET IMMENS POPULAIRE THE PASTECHEI HOUSE IN ORANJESTAD MOET JE ZIEN ALS EEN BALANSDAG. HIER IS HET SNACKEN GEBLAZEN OP EEN PLASTIC KRUK TUSSEN DE SMULPAPEN. DENK: GEFRITUURDE

PASTECHEI (GEVULD MET KAAS, KIP OF VLEES), KROKETTEN OF FRIET MET VERRUKKELIJKE ZELFGEMAAKTE SATÉSAUS.

YOGA HOU JE DIEP VAN BINNEN, NET ALS IK, ZIELSVEEL VAN YOGA, GA DAN SNEL IN JE RELAXTE KLOFFIE NAAR ISLAND YOGA ARUBA VAN YOGI-EXTRAORDINAIRE RACHEL BRATHEN. NA EEN GEWELDIGE LES SNUFFEL JE IN DE COOLE BOETIEK TUSSEN DE KEKKE YOGA GIRL T-SHIRTS EN -LEGGINGS EN SHOP JE RACHEL'S YOGA GIRL-BESTSELLERS. TIP(JE): IN SEPTEMBER KOMT HET DERDE YOGA GIRL-BOEK UIT — 'TO LOVE AND LET GO'. HEBBEN!

MEDITATIE RISE & SHINE, WANT EEN UURTJE MEDITATIE MET SHANTI TUSSEN RONDFLADDERENDE FELGEKLEURDE VLINDERS, TROPISCHE BLOEMEN EN TJIRPENDE VOGELS OP DE BUTTERFLY FARM, DAT BLIJFT JE ALTIJD BIJ.

SPA HET MOOIE EILAND EN HET HELENDE WATER VORMEN OP ZICH ÉÉN GROTE SPA. MAAR OOK EEN DIEPE, RITMISCHE LOMI LOMI-LICHAAMSMASSAGE MET KOKOSOLIE IN DE BALINESE-STIJL OPEN HUTTEN VAN SPA DEL SOL OP MANCHEBO BEACH, DAT WIL JE. IN HET HIGH-END RITZ-CARLTON SPA DOE JE EEN RONDJE HAMMAM EN JACUZZI, GEVOLGD DOOR EEN PITTIGE DIVI DIVI-MASSAGE OM JE BLOEDCIRCULATIE TE ONDERSTEUNEN EN JE HUID EEN BOOST TE GEVEN MET DE UNIEKE DIVI DIVI-OLIE. EN DE ONTSPANNENDE ZWEEDE MASSAGE IN DE OPENLUCHT SPA CAVE OP HET KNALBLAUWE WATER OP RENAISSANCE ISLAND, DOET WONDEREN VOOR JE SPIEREN EN JE HUMEUR.

EVENT SOUL BEACH MUSIC FESTIVAL, ÉLK JAAR EIND MEI, STAAT GARANT VOOR EEN COOLE LINE-UP EN DANSEN MET JE BLOTE VOETEN IN HET ZAND. TUSSEN DE OPTREDENS EN COMEDY NIGHTS DOOR, FLANEER JE IN JE OOTD TUSSEN DE AMERIKAANSE BEAU MONDE IN DE RENAISSANCE MARINA INFINITY POOL EN DE LOBBYLounge.

SHOPPEN EEN UURTJE RETAILTHERAPIE IS ALTIJD EEN GOED IDEE IN DE DESIGNER FLAGSHIPS VAN RENAISSANCE MALL IN ORANJESTAD. OF STRUIN DE HEBBERIG MAKENDE BOETIEKS AF VAN HIGH-END RESORTS ALS THE RITZ-CARLTON. CHECK DE PRACHTIGE ZSA ZSA-JUWELEN VAN VOORMALIG MISS (EARTH) ARUBA KIMBERLY WEVER, ALS JE HIER BENT.

#COUPLEGOALS OH JA, WAT DENK JE VAN EEN NEXT LEVEL NACHTJE MET JE MAN (PLUS EEN CHEF EN EEN BEVEILIGER OP GEPASTE AFSTAND) IN EEN ROMANTISCHE CABANA ONDER DE STERRENHEMEL OP PRIVÉ RENAISSANCE ISLAND (TIEN MINUTEN MET DE BOOT VANUIT RENAISSANCE MARINA HOTEL IN ORANJESTAD)? 'S OCHTENDS WORD JE WAKKER OP HET SPROOKJESACHTIGE FLAMINGO BEACH EN SCHIET JE JALOERSMAKENDE PLAATJES IN JE BIKINI TUSSEN DE ORANJEROZE FLAMINGO'S.

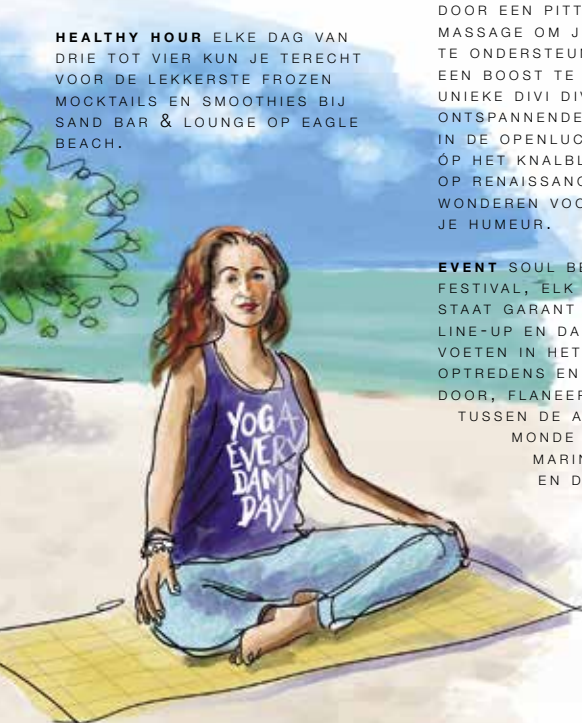
GRENZELOZE DIERENLIEFDE IK GEEF HET JE MAAR EVEN MEE: MET EEN DONATIE, ADOPTIE OF BETROKKENHEID BIJ DE SGT. PEPPER'S FRIENDS COMMUNITY, VAN RACHEL BRATHEN EN HAAR TEAM GEPASSIONEERDE VRIJWILLIGERS, MAAK JE HET VERSCHIL VOOR VERWAARLOOSDE HONDEN EN KATTEN OP ARUBA. CHECK SGTPEPPERSFRIENDS.COM EN INSTAGRAM ALS JE WILT.

KUNST MAKEN & KOPEN IN SUNSET CITY SAN NICOLAS DWAAL JE ROND LANGS DE COOLE GRAFITTI EN MAAK JE EEN PRAATJE MET DE MULTICULTI LOCALS. LOKAAL HANDWERK EN DESIGN SHOP JE BIJ COSECHA ARUBAANS HANDWERK. OF JE DOET EEN WORKSHOP SCHILDEREN BIJ DE GETALENTEERDE VANESSA PAULINA.

SOUVENIR HÉT CADEAU VOOR JEZELF, OF JE BFF'S, VAN THE ISLAND OF ALOES ZIJN NATUÛRLIJK DE PURE HUID-, HAAR- EN ZONPRODUCTEN (EN DE HANDIGE TRAVEL KIT!) VAN ARUBA ALOE. DE GERUCHTEN GAAN DAT CLEOPATRA DE HEILZAME HYDRATERENDE ALOÉ VERA-GEL AL IN HAAR BEAUTYRITUELEN HAD OPGENOMEN. CHECK DE FIJNE BOETIEK IN DE RENAISSANCE MALL OF GA NAAR DE BRON EN BEZOEK DE EEUWENOUDE PLANTAGE, FABRIEK EN WINKEL IN HATO.

MEER INFO? CHECK ARUBA.COM

Illonka Brands
door Gerard Teuben



EEN BEZOEKJE AAN HET HISTORISCH MUSEUM IN FORT ZOUTMAN IN ORANJESTAD IS EEN GOED IDEE. HIER LEER JE OVER DE EERSTE BEWONERS VAN HET EILAND DE INHEEMSE ARAWAK-INDIANEN, DE SPAANSE EN NEDERLANDSE KOLONIALE GESCHIEDENIS EN DE STATUS APARTE SINDS 1986. ZO KRIJGT DE EIGEN BLAUWGEEL GESTREEPTE VLAG MET DE RODE STER GEHEID METEEN BETEKENIS VOOR JE EN ERVAAR JE DE LIEFDE EN TROTS VAN DE BEVOLKING VOOR DIT MAGISCHE LANDJE.



HEILZAME ALOË VERA



BLOTEVOETENLUXE

De breakdown: het eclecticische Aruba, een (ei)landje zo groot als Texel met een prettig tropisch-aride (steppe)klimaat, heeft ruim honderdduizend inwoners met 96 nationaliteiten en anderhalf miljoen toeristen per jaar. In het dichter bevolkte westen is het landschap vlak en luier je op witte koraalstranden onder wuivende palmen. In het heuvelachtige, dorre oosten, waar ook Nationaal Park Arikok zich bevindt, ontdek je de rotsachtige woestijn en cactussen. En, als je het aandurft, is het koraalrif en de kleurrijke onderwaterwereld rondom het eiland je-van-het voor je snuba-avonturen. In het Papiaments, Nederlands, Engels of Spaans, maak je 1-2-3 vrienden met de goedlachse, gastvrije locals. En de vroege zomer, als het nog niet zo druk is, is wat ons betreft de perfecte reistijd.

TICKET TO PARADISE

En de zonnegroet op het koele witte koraalstrand bij zonsopkomst. En al fresco vegan, biologische, glutenvrije ontbijtjes. En in je bikini rondobberen in zee omringd door zwevende pelikanen. En ontspannende beautybehandelingen met lokale Aloë Vera-producten. Je snapt, hier laat je je inspireren voor een nieuwe dagelijkse wellbeing-routine afgestemd op jouw goals. Het is moeilijk kiezen. Maar als ik écht moet kiezen dan laat je je sowieso compleet in de watten leggen in een XL Penthouse-suite met zeezicht in adult-only boetiekresort Bucuti & Tara op Eagle Beach. In dit serene CO2 neutrale, plasticvrije eco-paradijs begin je je dag met een lange strandwandeling in je luchtige kaftan gevolgd door een duik in het warme helende zeewater. In je schaduwrijke privécabana bij het strakke Elements-

restaurant luier je front row nestelende zeeschildpadden. Maar vlak ook een al fresco deep tissue-massage via Purun Spa niet uit. Wil je echt met jezelf aan de slag? Ga dan los op Bucuti's à la carte wellnessprogramma. Als in: yoga, meditatie, tai chi en pilates met je blote voeten in het zand tussen de grillig gedraaide fofoti-bomen omarmd door de zwoele passaatwind. Of doe een rondje gym met je personal trainer, gevolgd door voedingsadvies en een gezonde kooksessie. Jij bepaalt het ritme van je dag.

#YOGAEVERYDAMNDAY

Voel je je gezond en gelukkig, maar is écht ontspannen soms lastig voor je? Dan mag je een Island Yoga Aruba-sessie (of, doe 'ns gek, retreat!), in de gelikte Island Yoga Aruba-studio, boetiek en vegan café van de Zweedse yogi en influencer (met 2M+ volgers op Instagram) Rachel Brathen, ofwel Yoga Girl, niet missen. Hier doe je je ding tijdens een yogalesje van de beste leraren, een Death-meditatie of een Chrystal Chackra Alignment. Of je waagt de sprong naar een Full Moon-meditatie op Arashi Beach en een uitdagende supyogales in de zon. Zo word je geheid weer de beste versie van jezelf.



COOLE GRAFFITI, SAN NICOLAS

BETOVERENDE NATUUR

Je weet zelf; elke dag een paar uur in de natuur doorbrengen doet wonderen voor lichaam en geest. Moet je doen: bij het krieken van de dag 561 treden beklimmen naar de top van de Hooiberg voor de mooiste zonsopkomst. Of ga voor een off-road safari met De Palm Tours en geef met een zakdoek om je neus geknoopt gas in je Mad Max-achtige UTV of quad richting het gortdroge wildernis van Nationaal Park Arikok. Onderweg spot je ratelslangen, leguanen, uilen, kolibries en ander moois. En bij de pittoreske Alto Vista-kapel in Noord steek je tussen de net geklede katholieke locals een kaarsje op, drink je een kokossapje bij Dr. Coco en ga voor de pittige Alto Vista Trail. Wat je ook niet mag missen is de zonsopkomst tegemoet zeilen (en snorkelen, paddleboarden of kajakken) rondom het koraalrif aan de zuidoost kant van het eiland.

Als je aan het eind van je Arubaanse wellnessweekje op Reina Beatrix Airport reflecteert, dan ben je van deze plek gaan houden. En niet zo'n beetje ook. Note to Aruba, klein mooi land. Wit koraalstrand. Zwoele passaatwind. Heilzame zee. Liefdevolle, trotse mensen. En die vrijheid. Masha danki! ■

'BEGIN WHERE YOU ARE. USE WHAT YOU HAVE. DO WHAT YOU CAN'

— RACHEL BRATHEN AKA YOGA GIRL