



Front

Blind-Jogging: Augen auf für andere

Von 2. bis 5. Mai findet der Wiltblick-Lauf statt, bei dem über 30 sehbeeinträchtigte Läuferinnen und Läufer die Strecke von Basel bis nach Visp zurücklegen – eine Etap-

26.04.2023, Von: Florin Bürgler

«Never walk alone», steht auf der orangenen Warnweste geschrieben, die Gabi Altherr beim Walken trägt – und allein ist sie auch nicht. Die sehbeeinträchtigte Läuferin ist durch ein schwarzes sogenanntes Begleitband mit ihrem Guide Gabor Szirt verbunden. Vorwarnungen wie «steil hinauf» oder «Bodenwelle» sind bei ihrem Training in der Reinacher Heide immer wieder zu vernehmen. Szirt ist der Gründer des Vereins Blind-Jogging, der es sehbeeinträchtigten Menschen ermöglicht, trotz ihrer Einschränkung der Passion Laufsport nachzugehen. Bald schon steht für die Mitglieder des Blind-Jogging-Vereins ein grosses Highlight an, wofür auch Altherr aktuell trainiert: der Wiltblick-Lauf, bei dem in mehreren Etappen über vier Tage die Strecke von Basel bis nach Visp im Wallis entweder walkend oder joggend zurückgelegt wird.

Ein bewegtes Leben

Fast ein Heimspiel wird das für Läuferin Altherr, denn gleich die erste Etappe führt von Basel nach Delémont – direkt an ihrer Trainingsstrecke am Birsufer zwischen Münchenstein und Aesch entlang. Und auch diese Trainingsstrecke befindet sich sozusagen vor ihrer Haustür: Altherr wohnt nämlich seit zwei Jahren im Reinacher Wohn- und Bürozentrum (WBZ), wo sie während 13 Jahren am Empfang gearbeitet hat. Seit kurzem ist sie nun pensioniert und kümmert sich wieder vermehrt um ihr Hobby: den Laufsport. Auf den Verein Blind-Jogging sei sie durch Zufall über einen Bekannten gestossen. «Das war im Jahr 2015, damals konnte ich noch joggen. Wegen Kniebeschwerden musste ich dann aber pausieren. Seit kurzem gibt es jedoch eine Walking-Gruppe, das ist super für mich.» Altherr hat eine bewegte Geschichte hinter sich: Als Fünfjährige erkrankte sie an einer Hirnhautentzündung. «Ich lag vier Monate im Koma und musste danach alles wieder von vorne lernen», erzählt sie. Die Folge der Hirnhautentzündung war der fast vollständige Verlust ihres Augenlichts.

Beim Thema Laufsport blüht Altherr, eine aufgeweckte Frohnatur, förmlich auf: «Es ist einfach toll, draussen in Bewegung zu sein.» Ab und zu gehe sie auch alleine ohne Guide walken, wobei sie sich allerdings auch schon mehrfach gröber verlaufen habe. «Ich bin trotzdem immer irgendwie heimgekommen», meint sie schmunzelnd.

Um möglichst vielen Menschen mit Sehbeeinträchtigung das Erlebnis und die Bewegung in der Natur zu ermöglichen, gibt es den Verein Blind-Jogging, der 2006 von Gabor Szirt gegründet wurde. Der passionierte Läufer erzählt über seinen Antrieb: «Ich hatte immer super Augen, wofür ich sehr dankbar bin, und auf diese Weise möchte ich etwas zurückgeben.» Was vor 17 Jahren als kleines Angebot in Basel begann, verbreitete sich schnell in der ganzen Schweiz. So gibt es mittlerweile weitere Sektionen in den Regionen Aarau, Bern, Luzern, St. Gallen und Zürich. Das gibt auch reichlich Arbeit für Vereinspräsident Szirt: «Ich bin zwar jetzt pensioniert, doch das ist fast ein Fulltimejob. Wir sind mittlerweile rund 80 Läuferinnen und Läufer und 100 Guides, da fällt viel Organisatorisches an. Dazu kommen noch die Ausbildungen und die Erste-Hilfe-Kurse für die Guides.»

Begleitpersonen gesucht

Am 2. Mai ist es dann so weit: Der von langer Hand geplante Wiltblick-Lauf steht an. «Initiator des Anlasses ist Mario Kämpfen, ein sehbeeinträchtigter Läufer aus unserem Verein im Wallis», erzählt Szirt. Beim Lauf werden rund 40 Guides und 30 Läuferinnen und Läufer teilnehmen. Die Koordination der Guides sei dabei eine grosse Herausforderung: «Es muss schliesslich immer von der Geschwindigkeit, dem Ort und der Distanz her zusammenpassen», erklärt Szirt. Und er fügt an: «Wir suchen noch zwei bis drei Begleitpersonen und sind froh, wenn sich noch Leute melden. Es gibt keinerlei Mindestanforderungen, und wir brauchen vor allem noch Leute fürs Walken.»

Datum: 27.04.2023



Online-Ausgabe

Wochenblatt Birseck/Dorneck
4144 Arlesheim
061/ 706 20 22
<https://www.wochenblatt.ch/wob/>

Medienart: Internet
Medientyp: Tages- und Wochenpresse



Auftrag: 1056494
Themen-Nr.: 312.007

Referenz: 87950492
Ausschnitt Seite: 2/2

Altherr meint abschliessend: «Ich schätze das wirklich sehr, dass die Guides das möglich machen und auf sich nehmen.»

Weitere Informationen: blind-jogging.ch. Für interessierte Begleitpersonen:

info@blind-jogging.ch