

Zusammen laufen, zusammen gewinnen

SPORT Wenn am 17. September Heerscharen von Läufern zum 2. Mittelbayerischen Landkreislaf starten, sind auch Behinderte dabei. Sie trainieren schon kräftig.

VON WERNER ENZMANN, MZ

REGENSBURG. Donner grollt, ein Windstoß fährt durch das Schilf am Ufer des Donaupark-Sees. Die Wasseroberfläche kräuselt sich, und erste Regentropfen tupfen konzentrische Ringe aufs Wasser. Kein Grund für Monique Schmidt und Gaby von Rhein, Uta Häusler, Jörg Bühner und ihre Schützlinge, an diesem Freitagnachmittag aufs Lauftraining zu verzichten. Zwei, drei Runden um den See stehen auf dem Programm, und so lange es nicht aus Eimern schüttet, werden die auch gelaufen. Schließlich geht es nicht nur um Spaß an der Bewegung, sondern um ein sportliches Ziel: Als Mixed-Staffel wollen die derzeit 16 Mitglieder der Integrativen Laufsportgruppe am Landkreislaf der Mittelbayerischen Zeitung teilnehmen.

Im „Doppelpack“ in Bewegung

„Doppelpack“ nennen sie sich, und das hat seinen Grund: Die Integrative Laufgruppe besteht aus Behinderten und ihren teils ehrenamtlichen, teils professionellen Betreuern, und die laufen im Training wie im Wettbewerb zusammen. Mit im Boot sind mit Thomas Lippik und Jörg Bühner, aber auch zwei richtige Laufprofis, die die Staffel mit Rat und Tat unterstützen.

Extrem-Leistungssportler Lippik tobt sich sonst beim Ironman aus, und Bühner hat schon eine lange Läuferkarriere hinter sich. Darüber hinaus ist er am Zustandekommen der Laufsportgruppe nicht ganz unbeteiligt: Der erfolgreiche Langstreckenläufer des LLC Marathon Regensburg plante nach mehr als einem Jahrzehnt halbproufessionellen Laufsports eine Wettkampfpause. Die wollte der 33-Jährige aber nicht untätig verbringen und meldete sich bei der Freiwilligenagentur des Landkreises. Mit Dr. Gaby von Rhein traf er dort auf eine ebenfalls laufbegeisterte Leiterin, die das Potenzial einer Zusammenarbeit erkannte.

Schon bei der Special Olympic

Gespräche mit Lebenshilfe, Pater-Rupert-Mayer-Zentrum und der Bischof-Wittmann-Schule führten zur Entstehung der Laufsportgruppe. Als Kooperationspartner konnte die Caritas gewonnen werden. „Wir unterstützen das Projekt von Anfang an, indem wir Mitarbeiter bereitstellen, die mitlaufen und die Behinderten betreuen“, sagt Konrad Kett, Leiter der Offenen Behindertenarbeit des Caritasverbandes Regensburg.

„Wir tun das sehr gern, weil es ja gerade ein Ziel unserer Arbeit ist, Projekte zu machen oder zu unterstützen, die das Ziel haben, Behinderten Teilhabechancen am normalen Leben zu schaffen. Genau dies beabsichtigt und tut das Projekt der Freiwilligenagentur.“ So kommt es, dass mit Monique Schmidt auch eine Mitarbeiterin des familienunterstützenden Dienstes der Caritas die Laufschiene schnürt.

So groß Begeisterung und Einsatzbereitschaft seitens der Trainer und Betreuer sind – ihren Schützlingen macht die Sache offensichtlich noch viel mehr Spaß. Sie können kaum erwarten, dass es endlich losgeht, und legen vom Start weg ein zackiges Tempo vor, das sich noch steigert, wenn Publikum am Wegesrand auftaucht. Je nach Alter und Fitness fällt das Leistungsniveau na-

Dr. Gaby von Rhein, Leiterin der Freiwilligenagentur des Landkreises, startete das Laufprojekt im Frühjahr 2011.



Goldmedaillen-Gewinner Fabian Häusler, Trainer Jörg Bühner, Jakob Fischer und Dr. Gaby von Rhein (von links) sind in diesem Training die Spitzen-Crew der Integrativen Laufsportgruppe.

Fotos: Werner Enzmann



Beim Trainingstermin im Regensburger Westen: Auch die jüngeren Läufer, ihre Eltern und Betreuer haben Spaß daran, ihre Runden um den See im Donaupark zu drehen.



Läufer und Betreuer füllen Formulare aus, das gehört dazu: Denn ohne die offizielle Anmeldung zum MZ-Landkreislaf hätte das Training nur halb so viel Sinn.

DIE INTEGRATIVE LAUFSportGRUPPE DER FREIwilligenAGENTUR

Die Integrative Laufsportgruppe der Freiwilligenagentur besteht derzeit aus 16 Mitgliedern mit und ohne Behinderung. Die Laufsportgruppe soll als langfristiges Projekt eine zusätzliche Sportmöglichkeit für behinderte Menschen

schaffen.

Neue Mitglieder sind in der Gruppe stets willkommen. Wer sich eine Strecke von fünf bis zehn Kilometern zutraut, kann eventuell auch noch am Landkreislaf teilnehmen.

Mit-Läufer für den Landkreislaf können sich noch anmelden bei der Freiwilligenagentur des Landkreises, Telefon (09 41) 40 09 30 5 oder bei Annette Purschke in Wenzenbach, Telefon (0 94 07) 95 77 05.

türlich unterschiedlich aus, was bei der Auswahl der im Wettbewerb zu laufenden Etappen berücksichtigt wird.

Fabian Häusler etwa ist schon ein richtiger Crack, der 2010 bei der Special Olympic in Bremen Gold über 5000 Meter holte. „Jetzt trainiert er für München 2012 die Zehn-Kilometer-Distanz“, erzählt seine Mutter Uta Häusler, die selbst seit elf Jahren Marathon läuft. Richtig toll findet sie die Unterstützung durch den TSV Bern-

hardswald, dessen Mitglieder Fabian, der in einer Bernhardswalder Wohngruppe lebt und in Reichenbach gärt, jeden Dienstag zum Lauffreff mitnehmen. „Was wir allein nicht schaffen, das schaffen wir zusammen“ – das Motto der integrativen Laufgruppe passt auch hier.

Für Trainer Jörg Bühner bedeutet sein Engagement, „die Möglichkeit, Wissen weiterzugeben und anderen etwas zurückzugeben“. Drei Monate Training sind nötig für die Teilnahme am 2. Mittelbayerischen Landkreislaf,

und zusätzlich zum Freitagslaf am Westbad sollten die Eltern mit ihrem Kind ein weiteres Mal laufen.

Woche des Bürger-Engagements

Wenn schließlich der Landkreislaf am 17. September in Großberg startet und Hundertschaften von Läufern eine der zehn Etappen über Etterzhäusen und Pielenhofen nach Kallmünz und zurück über Beratzhausen, Laaber und Schönhofen nach Sinzing in Angriff nehmen, werden Jörg Bühner und

Thomas Lippik keineswegs untätig zusehen: Als Mitglieder der Staffel werden sie die anspruchsvollsten Etappen mit den größten Höhenunterschieden laufen.

Schöner Zufall oder nicht – der Termin für den Landkreislaf fällt exakt in die „Woche des bürgerschaftlichen Engagements“, die das Bundesnetzwerk Bürgerschaftliches Engagement (BBE) bereits seit sieben Jahren veranstaltet, um die Arbeit von mehr als 23 Millionen freiwillig Tätigen zu würdigen.

MORGEN IN DER MZ

Die TÄGLICHE REPORTAGE Der Überflieger

Wolfgang Bauer beschafft uns mit Luftbildern wertvolle Daten über den Zustand unserer Heimat.