

In laufender Trance

Jeffrey Norris ist blind – und startet am 24-Stunden-Lauf

Von Bianca Fritz

Basel. «Schneller kann ich nicht – also will ich weiterkommen», sagt Jeffrey Norris. Wie viele Läufer will er heute beim 24-Stunden-Lauf auf den Sportanlagen St. Jakob seinen eigenen Rekord brechen (ab 12 Uhr). Dieser liegt bei 156 Kilometern. Würde er 160,9 Kilometer schaffen, so hätte er sein nächstes Etappenziel erreicht und die 100-Meilen-Marke geknackt. «Aber man weiss ja nie, wie es läuft», sagt Norris. Im Gegensatz zu den anderen Läufern wird Norris nicht alleine auf die Strecke gehen, sondern immer einen Läufer dabei haben, der ihn führt. Denn Jeffrey Norris ist blind. Und er hält den inoffiziellen Weltrekord blinder Läufer im 24-Stunden-Lauf.

In der rechten Hand hält Norris eine 40-Zentimeter-Kordel, die mal kurz und gespannt ist, mal locker hängen darf. Sie verbindet ihn mit Läufern vom **Lauftreff beider Basel**. Im Gegensatz zu Norris dürfen sich seine Helfer abwechseln. «Für den Führenden ist das ja auch viel anstrengender als für mich. Ich kann mich ausklinken und laufen. Sie schauen nach Hindernissen und kündigen mir die Kurven an», sagt Norris. Der blinde Sportler glaubt, dass es für ihn deshalb einfacher ist als für Sehende, in eine laufende Trance zu verfallen.

Aber natürlich hat er auch Nachteile: Trainieren kann Norris nur, wenn jemand mitkommt. Zuhause in Nürnberg hat er daher zwei feste Trainingspartner. Trotzdem wird er wohl nie Spitzenzeiten erreichen. Einen Marathon läuft er in rund vier Stunden, für zehn Kilometer ist er etwa 45 Minuten unterwegs.

Das Aha-Erlebnis in der Kur

Der Amerikaner kam erst nach dem Sehverlust im Jahr 1985 zum Laufsport. Er erinnert sich noch gut an den Moment,



Jeffrey Norris. als ihn 1992 bei einer Kur ein Läufer ein paar Hundert Meter mitnahm. «Das war frustrierend – ich war starker Raucher und hatte kaum Kondition. Gleichzeitig habe ich gespürt: Ich rieche und spüre viel mehr als vorher.» Ein paar Tage später hat er sich Laufschuhe gekauft. Seither hat sich Norris zum Sportfanatiker entwickelt. Marathon, 24-Stunden-Lauf, 8-Tage-Lauf, Triathlon, Klettern, Tauchen, Kajaken – der 53-Jährige probiert alles aus. «Mein Blindenstock ist mir lästig – deshalb mag ich alles, in dem ich aktiv vorankomme, ohne ihn zu benutzen», sagt er.

Mit seinem sportlichen Ehrgeiz und seiner Abenteuerlust fasziniert Norris viele Menschen. So kam es auch, dass eines Tages sein Telefon klingelte und Joey Kelly von der Kelly-Family fragte, ob man nicht gemeinsam laufen wolle. Fürst Albert von Monaco ehrte Norris nach seiner Teilnahme an einem achttägigen Lauf. Und für die deutsche Krankenkasse AOK hält Norris Vorträge in ganz Deutschland darüber, wie man nach einem Schicksalsschlag sein Leben in die Hand nimmt.

Denn Norris war nicht immer blind. Mit 18 verlor er zunächst ein Auge bei einem Motorradunfall, später dann das verbliebene Augenlicht in einer «problematischen Lebensphase», als er sich eine Kopfverletzung zuzog. Aber über die Vergangenheit spricht der Läufer nicht gern. «Ich will kein Mitleid», sagt er. Seine Erblindung habe ihm geholfen, sein Leben zu ändern. «Als Sehender kannte ich nicht mal meine eigene Person, als Blinder lerne ich die ganze Welt kennen», steht auf seiner Homepage. Und deshalb blickt er lieber in die Zukunft.

Denn Norris hat viel vor. Vor einigen Wochen schaffte er es bei der RTL-Show «Wer wird Millionär» nicht nur auf den Kandidatenstuhl, sondern gewann 64000 Euro (rund 79000 Franken). Dieses Geld hilft ihm, weitere Träume zu finanzieren. «Ich will auf jeden Fall an einem Ironman mitmachen, ein Wüstenrennen, in Amerika von Küste zu Küste laufen und ein Buch schreiben», fasst Norris zusammen. Erst aber muss er sein nächstes Projekt realisieren: den 24-Stunden-Lauf von Basel.