

# Joggen mit blindem Vertrauen

Der Verein Blind-Jogging ermöglicht sehbehinderten Menschen den Volkssport

Von Stephanie C. Weiss

**Basel.** Die Landschaft bei Reinach zeigt sich in einem farbenprächtigen Frühlingskleid. Hans Tschannen kann das zwar nicht sehen, freut sich aber über das freundliche Wetter. In Laufmontur und Leuchtweste steht er zusammen mit Gabor Szirt, dem Präsidenten des Vereins Blind-Jogging, startklar zum gemeinsamen Training. Szirt trägt eine prall gefüllte Bauchtasche.

«Das ist mein portabler Operationsaal», scherzt er. Eine Atemmaske, Verbandsmaterial und Wasser gehören zur Standardausrüstung eines Guides. Szirt reicht Tschannen ein breites, relativ kurzes Textilband, an dem sich beide festhalten, und gibt das Kommando zum Loslaufen. «Am Anfang muss ich darauf achten, dass wir nicht im Gleichschritt, sondern mit spiegelverkehrten Fussbewegungen loslaufen, denn sonst stimmen die Armbewegungen nicht überein», erklärt er. Anschliessend ist sein Blick nach vorne gerichtet, denn er muss frühzeitig Abbiegungen, Hindernisse, veränderte Bodenbeschaffenheiten sowie entgegenkommende Menschen und Hunde ankündigen. «Obwohl Hans immer behauptet, dass sein Orientierungssinn nachgelassen hat, sagt er uns Guides immer, wann die nächste Abbiegung kommt. Er kennt jeden Grashalm in der Gegend», sagt Szirt lachend.

Tschannen ist von Geburt an blind und ist mit seinen 74 Jahren der Älteste, der mit einem Guide joggt. «Ich habe Gabor an einem Anlass für Behindertensport kennengelernt. Da hat er mich intensiv bearbeitet, sodass ich beschloss, es zu versuchen.» Bald schon begann er die Vorzüge des Trainings zu schätzen. «Ich spürte, dass mir die

regelmässige Bewegung draussen in der Natur sowohl körperlich als auch seelisch guttut.» Heute trainiert er zweimal wöchentlich und hat auch schon an Volksläufen teilgenommen.

## Es braucht Überwindung

Bei der nächsten Abbiegung legen die beiden eine Pause ein und laden die Journalistin zu einem Selbstversuch ein. Mit geschlossenen Augen klammert sie sich für einen kurzen Spurt am Band fest und horcht auf die Bemerkungen des Guides. Sofort wird klar, wie viel Vertrauen diese Art von Fortbewegung voraussetzt. «Auch bei mir hat es am Anfang Überwindung und Vertrauen gebraucht. Ich war mir dieses Tempo ja nicht gewohnt», so Tschannen.

Vor zehn Jahren hat Szirt das assistierte Joggen für Sehbehinderte und

Blinde in der Schweiz eingeführt. «Ich habe immer wieder beobachtet, wie sehbehinderte Läufer an Volksläufen Hindernisse mit dem Fuss oder der Hand ertasten mussten. Dadurch haben sie an jeder Kreuzung Zeit verloren. Ich sagte mir, dass es doch einfach wäre, ihnen zu helfen.» Die Idee fand Anklang in anderen Kantonen. «Dank unserer Expansion vor einem Jahr sind heute mehrere Laufteams in Luzern und Bern unterwegs. In Zürich entstand mit unserer Unterstützung ein ähnlicher Verein, der mittlerweile selbstständig läuft.» Blind-Jogging arbeitet mit regionalen Partnern zusammen, wie etwa dem Lauftreff beider Basel.

Um der Aufgabe als Blindenguide gewachsen zu sein, braucht es praktisches und theoretisches Vorwissen. Dafür organisiert der Verein regelmässig unter dem Patronat der Dachorganisation des Schweizer Behindertensports PluSport Ausbildungsgänge. Die sehbehinderten Läufer beteiligen sich aktiv an der praktischen Ausbildung der Begleitläufer, so auch Tschannen. «Die Leute müssen ja auch Erfahrungen sammeln und dafür stellen wir uns zur Verfügung.»

Das Engagement für Blind-Jogging ist ehrenamtlich, Sponsoren tragen die Fixkosten und die nötigsten Spesen. «Momentan gehen sehr viele Ressourcen verloren, weil das Sekretariat intensiv Fundraising betreiben muss», bedauert Szirt. Nichtsdestotrotz hat der umtriebige Mittsechziger noch vieles vor: «In Zukunft wollen wir mehr Sehbehinderte erreichen und die Bevölkerung für das Thema sensibilisieren.» Aber am heutigen Tag wollen die beiden Jogger nun endlich so richtig loslegen und spurten von dannen in Richtung Rapsfeld.



**Beim Training.** Hans Tschannen (l.) und Gabor Szirt. Foto N. Brudsche