

Ein blinder Ultraläufer will in Monaco Geschichte schreiben

Rekordjagd im Fürstentum

Von Claudius Lüder

Stockholm, New York, Monte Carlo – Jeffrey Norris ist ein Weltreisender wenn es um den Sport geht. Der 49-jährige ist Extremsportler, läuft Marathons und Ultras und jagt derzeit einen Rekord nach dem anderen. Hierbei besiegt er neben der langen Distanz noch ein anderes Handicap: Norris ist blind.

Wenn am Wochenende in Monaco der Startschuss fällt, werden keine Formel-1-Motoren zu hören sein, sondern nur die Laufschuhe von über 5.000 Läufern. Bis zu 8 Tage lang umrunden die Langstreckenspezialisten unter ihnen den knapp 1 Kilometer langen Rundkurs am Hafen. Sieger ist, wer am 22. November um 12 Uhr die meisten Umläufe absolviert hat. Bereits zum zehnten Mal wird der Charity Lauf „No finish line“ unter der Schirmherrschaft von Prince Albert und Stephanie von Monaco ausgetragen. Pro gelaufenen Kilometer geht 1 Euro an Kinder in Not. Am Ende der acht Tage, so rechnet der Veranstalter, sollte der Hilfsorganisation „Children & Future“ ein Scheck in Höhe von mindestens 25.000 Euro übergeben werden können.

New York war nur ein Trainingslauf

Für Jeffrey Norris werden die Veranstalter wohl mindestens 500 Euro überweisen müssen, denn der Amerikaner aus Nürnberg hat trotz seines Handicaps große Ziele. Ein Schicksalsschlag riss den gebürtigen Texaner vor 15 Jahren aus dem Leben und kostete ihn das Augenlicht. Norris fing von vorne an, musste sich neu orientieren und einfachste Dinge wieder lernen. Hierbei entdeckte er auch die Leidenschaft fürs Laufen, die ihn über kleinere Wettkämpfe zur Marathondistanz und Ultra-Läufen geführt hat. Vor zwei Wochen ist er den New York Marathon gelaufen, „als Trainingslauf und wegen der tollen Stimmung“, sagt er selbstbewusst. In Monte Carlo aber wird es ernst, denn Norris will einen neuen Rekord aufstellen und mehr als zehn Marathons in acht Tagen absolvieren. Mit anderen Worten: rund 600 Kilometer möchte er laufen, zwischen 75 bis 80 km pro Tag. Der bisherige Rekord liegt bei 9 Marathons in sechs Tagen.

Um sein ehrgeiziges Ziel zu erreichen ist er auf die Unterstützung freiwilliger Helfer angewiesen, so genannter Guides. Sie nehmen Norris regelrecht an die Leine. Von Hand zu Hand verbunden mit einem Schnürsenkel lässt sich Norris führen und muss der Weitsicht und dem Überblick des Guides vertrauen. „Ein guter Guide sieht für zwei“ sagt er und ist voller Vorfreude auf Monaco, wo er größtenteils auf unbekannte Laufhelfer treffen wird. Ein Problem ist das nicht, im Gegenteil: „Gerade das ist ja auch ein wesentlicher Aspekt des Laufens für mich: die Begegnungen und Kontakte mit anderen Läufern.“

Jeder Guide sieht anders

Fast unzählige Male wird Norris den kleinen Rundkurs im Hafen von Monaco umrunden. Alles wird sich wiederholen, immer wieder und wieder muss er über denselben Asphalt laufen, doch diese Aussicht entmutigt ihn in keinsten Weise. „Ich kann mich der Umgebung völlig entziehen, weil ich durch meine Blindheit gar nicht so von Äußerlichkeiten beeinflusst werde. Das ist mein großer Vorteil!“ Zudem: Jeder der Guides, die sich im Verlauf des Wettkampfs abwechseln werden, fünf bis

sechs werden es sein, erzählt und beschreibt die Strecke und das Drumherum aus einem ganz anderen Blickwinkel, so dass Jeffrey Norris sich schon jetzt darauf freut, was er im Fürstentum „zu sehen“ bekommt.

Guides für Wettkämpfe zu bekommen ist in der Regel kein Problem, „da helfen die Veranstalter gerne“, sagt Norris. Bei den großen Marathons wie Berlin oder Hamburg gewähren die Organisatoren mindestens einem Guide einen Startplatz, in den USA, wo die gesamte Behinderten-Sportszene noch integrierter ist, haben Blinde sogar drei Startplätze für Guides zur Verfügung. Nur dadurch ist es einem blinden Läufer überhaupt möglich, bei einem City-Marathon Spitzenzeiten zu laufen. Ein Guide läuft dann vorweg und sorgt für eine freie Strecke, der zweite folgt mit Norris an der Leine.

Weit schwieriger ist es, ausreichend Laufpartner für das tägliche Training zu bekommen. Inzwischen hat Jeffrey Norris in seiner Heimatstadt Nürnberg einige Laufkollegen die ihn regelmäßig mitnehmen, allerdings ist sein Trainingspensum durch die Ultras auch sehr hoch. Gedanken über ein Laufband in der Wohnung hat er wieder verworfen und geht stattdessen in ein Fitnessstudio, das auch nachts geöffnet hat. „Da habe ich dann meine Ruhe und es stört auch niemanden, wenn ich einfach mal ein paar Stunden laufen will.“