



Laufen und Bildung als Weg aus der Armut – Das Einstein-Marathon Spendenprojekt „LaufSchule Kenia“

Ein Bericht von Thorsten Kriependorf

Während sich der Laufboom der Freizeitläufer weiter fortsetzt und die Startplätze der großen Marathonveranstaltungen schon Monate im Voraus ausgebucht sind wird die internationale Langstreckenszene längst ausschließlich von afrikanischen Läufern bestimmt.

Diese Dominanz und die scheinbare „Ohnmacht der weißen Läufer“ liegt wohl weniger in besonderen physiologische Voraussetzungen und optimalen Höhentrainingsbedingungen begründet als vielmehr in einer ungeheuren Willenstärke und Härte mit welcher die Afrikaner trainieren und die Rennen bestreiten. Laufen ist in Kenia keine Freizeitbeschäftigung – bei einer Arbeitslosenquote von über 80% ist sportlicher Erfolg eine der wenigen Möglichkeiten, einen Weg aus Armut und Perspektivlosigkeit zu finden.

Seit nunmehr 4 Jahren pflegt die Langstreckentrainingsgruppe des SSV Ulm gemeinsam mit der SUN Sportmanagement GmbH - dem Veranstalter des Einstein-Marathons und Ulmer Stadtlaufs - eine enge Verbindung zu Läufern aus Kenia. Wesentlicher Bestandteil des Kontakts ist das Spendenprojekt „Laufschule Kenia“ sowie ein Austausch mit kenianischen Läufern, welche jedes Jahr für einige Monate in Ulm zu Gast sind hier mit den regionalen Sportlern trainieren und Rennen bestreiten. So werden auch in diesem Frühjahr wieder 3 Kenianer zu Gast in Ulm sein und beim 4. Ulmer Stadtlauf am 09. Mai und dem Einstein-Marathon im September an den Start gehen. Im Gegenzug zur Einladung der Ulmer machte ich mich im Januar dieses Jahres gemeinsam mit Paul Launer, einem Sportreiseveranstalter aus Wört bei Ellwangen zu einem Besuch der Gastläufer nach Kenia auf. Ziel dieser Reise war der in Läuferkreisen beinahe sagenumwobene Ort Eldoret, gelegen in der Provinz Rift Valley auf 2100m am Rande des ostafrikanischen Grabenbruchs, jener Region, in welcher die kenianischen Wunderläufer aufwachsen, leben und trainieren.

Die Dichte an Weltklasseläufern, Weltmeistern, Olympiasiegern und Marathongewinnern in Eldoret ist beeindruckend. Es gibt dort keine Vereine, die Läufer organisieren sich selbst in Trainingsgruppen, die sich zu festen Uhrzeiten am Stadtrand formieren und dann ihr Training durchführen. Da es wenige geteerte Strassen gibt wird meist auf roten Staubpisten Crosscountry gelaufen, die anfangs ruhigen Dauerläufe steigern sich gegen Ende in ein knallhartes Tempo, jeder versucht so lang als möglich mit den Toppläufern mitzuhalten. Die Chance, von einem europäischen Manager entdeckt zu werden und die Möglichkeit zu bekommen, über Preisgelder der Armut zu entfliehen treibt die Läufer zu Höchstleistungen. Pulsmesser, Kompressionskniestrümpfe, Energyriegel und anderes für deutsche Hobbyläufer so wichtige Equipment existiert nicht. Getrunken wird während des Trainings nichts, obwohl es staubt und die Sonne senkrecht vom Himmel brennt. Nach dem Training gibt es Tee oder Wasser, das Essen besteht aus Reis, Bohnen, einem Brei aus Maismehl, wenig Fleisch, wenn Ziege, Rind oder Huhn.

Die Menschen in der Region des nördlichen Rift Valley leben sehr einfach, häufig „von der Hand in den Mund“ und vielfach auch in großer Armut. Gewohnt wird in kleinen Hütten ohne Strom, Wasseranschluss und jeglichen Komfort, kleinste eigene Landwirtschaft liefert das allernötigste zum Leben, vielfach wird versucht im unorganisierten direkten Kleinhandel irgendetwas zu verdienen. Es gibt für die meisten keine Krankenversicherung, Rente, sichere Arbeit, das Leben funktioniert ohne Wohlstand, eine soziale Absicherung ist nicht existent. Die Möglichkeit hin zu einem „besseren“ Lebens führt in erster Linie über Bildungswege, welche aber einem Grossteil der Bevölkerung verschlossen bleiben.

Einen interessanten Beitrag zu Selbsthilfe, Bildung und Sport liefert das Spendenprojekt „Laufschule Kenia“, welches das *Kiplombe Athletics Training and Research Centre* unterstützt. Diese Schule vereint sportliche, soziale und ökologische Aspekte und bietet derzeit 40 Läuferinnen und Läufern aus ärmlichsten Verhältnissen eine Tagesstruktur. Es wird versucht, sich mit eigener Landwirtschaft selbst zu versorgen und die Kinder für Umweltprobleme, die in Kenia in dramatischer Weise zu erkennen sind, zu sensibilisieren. Die Schule muss ohne Strom- und Wasseranschluss auskommen - aktuell ist mit Unterstützung durch das Spendenprojekt der Bau einer kleinen Solaranlage in Planung, welche dann auch Vorbildcharakter für andere Einrichtungen haben soll und einen ungeheuren Fortschritt bedeuten würde.

Die Eindrücke dieser Reise haben mich nicht nur aus sportlicher Sicht inspiriert. Ich habe verstanden: um richtig schnell laufen zu können brauchen wir Härte und Biss. Und obwohl zwischen Kenia und Deutschland 8 lange Flugstunden liegen ist mir bewusst geworden, dass die dort vorherrschende Armut, Korruption und Umweltproblematik auch Auswirkungen auf unser Leben hier haben kann.

Im Herbst 2010 veranstalte ich für abenteuerfreudige Läufer erstmals eine Reise nach Eldoret/Kenia. Information finden Sie unter www.personaltraining-ulm.de oder www.launer-reisen.de.