



## Dietmar „Didi“ Beiderbeck: Laufen als Therapie

Die Mutter bringt den 4jährigen Dietmar zum Kinderturnen, denn er ist nicht gut zu Fuß und etwas ungelenk. Dort lebt er richtig auf, findet Freude an der Bewegung und vor allem am Laufen. Als 6jähriger nimmt er an seinem ersten Volkslauf über 800 m teil und belegt gleich den zweiten Platz. Jetzt ist der Junge kaum noch zu bremsen.

Als er gleich zweimal an Mumps und Masern erkrankt, ist das zwar eine ernste Sache, hält ihn aber nicht lange vom Sport fern. Allerdings müssen wohl infolge dieser Erkrankungen auch seine Augen in Mitleidenschaft gezogen worden sein, was jedoch zunächst weder die Mediziner noch er bemerken.

Nach der Schule macht er eine Lehre als Konditor und betreibt nebenher Leichtathletik. Manchmal fällt er bei der Arbeit als etwas „ungeschickt“ auf, stößt mal eine Schüssel vom Tisch oder einen Stuhl um. Obwohl er sich anstrengt und aufpasst, häufen sich solche Fälle. Er geht zum Arzt. „Du guckst wie meine Tochter“, sagt der zu Dietmar. Was soll das heißen? Seine Tochter leidet an Retinitis Pigmentosa (Tunnelblick), einer Netzhauterkrankung. Und genau das wird jetzt auch bei Dietmar diagnostiziert. Da hat er bereits ein Gesichtsfeld von nur noch 120°. Erfahrungsgemäß setzt sich die Verschlechterung langsam fort.

Wieso hat er das nicht bemerkt? „Na, ja“, sagt er, „man kompensiert und kompensiert, bis es nicht mehr geht. Oder bis dem Umfeld etwas auffällt, wie in meinem Fall.“ Dietmar macht erfolgreich eine Umschulung zum Physiotherapeuten.

Sportlich wirft ihn eine andere Erkrankung zurück. Am Hals wird ein Semimaligner Lymphknoten entfernt. Er gilt als geheilt, kann aber seither läuferisch nicht mehr an vorherige Leistungen anknüpfen. Er verlegt sich jetzt ganz auf lange Distanzen und anspruchsvolle Profile und entdeckt seinen absoluten Favoriten, den Swissalpine. Gemeint ist natürlich der K 78! Seit seiner ersten Teilnahme 1996 hat Didi, wie er genannt wird, nur einmal gefehlt.

Wenn da nur nicht die Sehbehinderung wäre, die schneller als befürchtet fortschreitet. Didi wehrt sich dagegen, will es nicht wahrhaben und muss dann doch um die Jahrtausendwende erkennen und akzeptieren, dass er Hilfe braucht. 1999 macht er beim Swissalpine seinen ersten Lauf mit Guide. „Bernhard Krummenacher aus Davos war das“, erinnert sich Didi noch genau. Mit dem Blindenausweis in der Tasche beginnt er danach wie verrückt auf die Paralympics zu trainieren, lässt sogar seinen geliebten Swissalpine sausen. Leider schafft er die Qualifikation wegen einer „blöden technischen Disziplin“ nicht.

Seither konzentriert sich Didi ganz auf's Laufen. In Läuferkreisen ist er mittlerweile bekannt wie ein bunter Hund. Auf 106 Ultra- und 104 Marathonläufe hat er es bis heute gebracht. Jede Woche kann sich die Erfolgsbilanz ändern. „Laufen ist für mich alles, Ausgleich und Therapie. Laufen ist für mich lebenswichtig.“ Didi will sich nicht ausmalen, was er ohne seinen Sport machen würde. Deshalb steckt er voller Pläne. 2012 soll sein Jahr werden. Er will den Zürichsee umrunden (The Wayve), den Run2Kill und den Zugspitz-Supertrail laufen. Zum Höhepunkt seiner bisherigen Laufkarriere soll die Teilnahme am legendären Ultratrail du Mont Blanc werden. Es ist für Didi nicht immer einfach, für die anspruchsvollen Läufe einen Guide zu finden. Wer mit ihm einmal auf die Strecke will, kann sich gerne bei marathon4you melden. Wir leiten jede Mail direkt an Didi weiter: [office@marathon4you.de](mailto:office@marathon4you.de)