



# LEBENSLÄUFE

## So viel Leben steckt in mir

Sehr geehrtes RUNNING-Team,

ein Leben mit einem implantierten Defibrillator ist ein ganz besonderes. Ich bekam den ersten Defibrillator im August 1999 im Alter von 34 Jahren und war bis dahin eine Läuferin aus Leidenschaft. Bereits im Alter von drei Jahren nahm ich an meinem ersten Volkslauf teil und so bestimmte der Ausdauersport mein Leben. Als im Jahr 1999 das Brugada-Brugada-Syndrom, ein genetischer Defekt, der regelmäßig zu lebensbedrohlichem Herzkammerflimmern führt, bei mir diagnostiziert wurde, hielt ich trotzdem am Ausdauersport fest. Die Möglichkeiten sind seither eingeschränkt und das Traumziel Marathon unter einer Zeit von 3:30 Stunden zerplatzte wie eine Seifenblase.

Mit viel Unterstützung durch meine Familie, Freunde, das Team der Kerckhoff-Klinik in Bad Nauheim, die Firma Boston Scientific (Hersteller-Firma des Defibrillators) und meinen Lebensgefährten Harald wagte ich mich im Jahr 2007 an ein großes Ziel: Der Frankfurt-Marathon. Allerdings war das Ziel nicht an eine Zeit gebunden, es ging um das Ankommen, um das Erlebnis Marathon an sich. Mehr ist aufgrund zahlreicher Reanimationen seit 1999 und nach Rücksprache mit den Ärzten auch nicht möglich.

Als Trainer stand mir Ralf Ebli (Mitautor der aktuellen RUNNING-Trainingsserie, Anmerkung der Redaktion) zur Verfügung, der nicht nur die entsprechenden Trainingspläne für mich zusammenstellte, sondern auch als Ernährungsberater und Mentor den Weg bis zur Startlinie ebnete. Zum Glück teilt mein Lebensgefährte Harald meine Begeisterung für das Laufen und so wurden unsere sonntäglichen langen Laufeinheiten zum unvergesslichen Gemeinschaftserlebnis. Mit eisernem Willen und fast schon rücksichtslos gegen mich selbst und meine Umwelt verfolgte ich ab Januar 2007 stur den Trainingsplan. Ob Schnee, Regen oder brütende Hitze, es gab für mich keine Entschuldigung, eine Laufeinheit

ausfallen zu lassen. Sicher gab es gelegentlich gesundheitsbedingte Rückschläge, aber die konnten durch meine Ärzte und die Firma Boston Scientific immer wieder aufgefangen werden.

Am 28. Oktober 2007 war dann der große Tag gekommen. Mein Lebensgefährte startete auch, jedoch einige Startblocks vor mir. Ich wollte alleine laufen, das Abenteuer „Frankfurt-Marathon“ alleine angehen und erleben. Ich

hatte genaue Vorgaben von meinem Trainer Ralf Ebli und diese sahen vor, dass ich auf keinen Fall zu schnell angehen durfte. Mit ständigem Blick auf die RS800 – mein ganzer Stolz – trabte ich los, und das mit einem Lächeln auf den Lippen. Ich spulte Kilometer für Kilometer ab, den Blick immer auf den Partner am Handgelenk. Ich stoppte jeden Kilometer meine Zeit und diese war bis Kilometer 25 fast schon zu schnell. Dann kam zwar nicht der berühmte „Mann mit dem Hammer“, aber meine Herzfrequenz schlug Kapriolen. Meine Hände waren taub, das Atmen wurde schwerer und ich drosselte das Tempo. Gehpausen kamen trotz meines unruhigen Herzschlags für mich nicht in Frage. Die vielen Zuschauer und die grandiose, abwechslungsreiche Kulisse in Frankfurt trieben mich Kilometer für Kilometer voran. Der Zieleinlauf auf

dem roten Teppich in Frankfurt in einer für mich sensationellen Zeit von 4:19:56 Stunden war der absolute Höhepunkt meiner „Läuferkarriere“. So habe ich meiner tödlichen Erkrankung mal wieder gezeigt, wie viel Leben in mir steckt – das Leben einer passionierten Läuferin!



Wenn auch Sie eine interessante Erfahrung rund um den Laufsport gemacht haben oder Sie sich bei Menschen in diesem Zusammenhang erkenntlich zeigen wollen, dann senden Sie Ihre Geschichte (am besten mit Foto) per E-Mail an [redaktion@running-magazin.de](mailto:redaktion@running-magazin.de)