

Mittwoch, 23. Februar 2022

Trotz Sehbehinderung zu Fuss vom Simplonpass zum Lago Maggiore

Mario Kämpfen und Andreas Zimmermann leiden unter einer Netzhautdegeneration. Ihr Sehfeld ist stark eingeschränkt. Das hält sie nicht davon ab, ein grosses Ziel ins Auge zu fassen.

Nathalie Benelli

Vom Simplon bis zum Lago Maggiore sind es 65 Kilometer. Mit dem Auto ein Klacks. Zu Fuss hingegen ist es ein langer Weg. Diese Strecke wollen Mario Kämpfen, 38, aus Visp und Andreas Zimmermann, 50, aus Visperterminen in drei Tagesetappen zurücklegen. Doch die Augenkrankheit Retinitis Pigmentosa (RP) erschwert ihr Vorhaben. «Wenn man durch ein Röhrchen mit einem 2-Zentimeter-Durchmesser schaut, kann man sich vorstellen, was von meinem Sehfeld übrig geblieben ist», sagt Mario Kämpfen.

Trotzdem will er dieses Projekt in Angriff nehmen. Aber nicht alleine. In einer Retinitis-Pigmentosa-Gesprächsgruppe erzählte Mario Kämpfen Andreas Zimmermann von seiner Idee, zu Fuss vom Simplonpass an den Lago Maggiore zu laufen. «Ich sagte spontan zu», sagt Andreas Zimmermann. Er treibe regelmässig Sport, jogge, wandere, fahre Velo, unternehme Berg- und Skitouren. Trotzdem stellt das Projekt für Andreas Zimmermann eine Herausforderung dar. Auf Wegen, die er gut kenne, sei er noch selbstständig unterwegs. Begebe er sich auf unbekanntes Terrain, sei er froh um Begleiter. «Die erforderliche Konzentration ist wegen des kleinen Seh-

felds so anstrengend, dass der Kopf schneller ermüdet als der Körper.» Seien Begleiter dabei, könne man viel Energie sparen und auf sie zählen.

Die Einschränkungen bei der Retinitis Pigmentosa können unterschiedliche Ausprägungen haben. Andreas Zimmermann verfügt zusätzlich über eine Einschränkung in der Wahrnehmung von Kontrasten und Farben. «In der Dämmerung kann das leicht zum Problem werden.»

Mario Kämpfen und Andreas Zimmermann können sich auf ihrem Weg zum Lago Maggiore auf Begleiter des Vereins «Blind-Jogging» verlassen. Seit vielen Jahren sind die Blindenführerinnen und Führer in Basel, Bern, Luzern und Zürich unterwegs. Vier Vereinsmitglieder haben sich bereit erklärt, die beiden Walliser in ihrem Vorhaben zu unterstützen. «Über den Pass werden wir gehen. In der Ebene vor dem Lago Maggiore werden wir einen Teil der Strecke joggend zurücklegen», erklärt Mario Kämpfen.

Das Vorhaben erfordert Fitness. Mario Kämpfen hat bereits mit dem Training begonnen. Pro Woche läuft er rund 25 Kilometer, besucht zwei Mal ein Fitnesscenter. Andreas Zimmermann hat eine gute Grund-



Mario Kämpfen (links) und Andreas Zimmermann werden sich trotz Sehbehinderung auf einen langen Weg machen.

Bild: pomona.media/Daniel Berchtold

kondition. Trotzdem plant er längere Lauftrainings und wird zusammen mit Mario Kämpfen gemeinsame Trainingseinheiten absolvieren. Um keine unnötigen Risiken einzugehen, werden die beiden auf ihrem Weg von einem Arzt begleitet.

Damit Mario Kämpfen und Andreas Zimmermann sicher ans Ziel gelangen, braucht es weitere Unterstützung. Das Freiwilligen-Netzwerk UBS Helpetica und verschiedene Unternehmer der Region helfen mit. «Schön wäre es, wenn wir noch zusätz-

liche Sponsoren finden könnten», sagt Mario Kämpfen.

Lauf gegen die Zeit

Am 23. Juni 2022 soll es losgehen. Wenn alles rundläuft, werden die beiden am 26. Juni das Ziel beim Lago Maggiore erreichen. Zusammen mit Familie und Freunden wollen sie dann anstossen und bei einem gemütlichen Beisammensein das Gelingen des Projekts feiern. Raclettes mit Simpliler Käse und Wein aus Visperterminen soll es geben. Spielt das Wetter nicht

mit, wird der Lauf auf den 28. Juli verschoben.

«Mit einer positiven Einstellung geht alles einfacher», sagt Andreas Zimmermann. «Mit unserem Projekt wollen wir anderen Menschen mit Einschränkungen Mut machen. Trotz Handicap kann man noch so vieles erreichen», sagt Mario Kämpfen. Und dann fügt er hinzu: «Für mich ist es auch ein Lauf gegen die Zeit. Irgendwann werde ich erblinden, und dann wäre so ein Vorhaben noch schwieriger umzusetzen.»

Infos

Retina Suisse ist in der ganzen Schweiz in der Öffentlichkeit, bei Augenärzten und bei Partnern im Sehbehindertenwesen als führende Patientenorganisation und spezialisierte Informations- und Beratungsstelle für Netzhautdegeneration und Erkrankungen des hinteren Augenabschnitts bekannt und anerkannt. Interessierte können sich für die Oberwalliser Gesprächsrunde anmelden unter: www.retina.ch oder 044 444 10 77.

Blind-Jogging

Der Verein Blind-Jogging ist der gemeinnützige Dachverband sehbeeinträchtigter und blinder Läuferinnen und Läufer. Mitglieder des Vereins begleiten Sehbehinderte beim Jogging, nehmen mit ihnen an Volksläufen teil oder trainieren mit ihnen für Wettkämpfe. Infos unter www.blind-jogging.ch.