

# Silent Run

## Nele Alder-Baerens stellte mit 2:46:07 einen Marathon-Weltrekord für Gehörlose auf.

Dr. Nele Alder-Baerens unterbot bei ihrem Marathon-Debüt den Gehörlosen-Weltrekord um 7:49 Minuten. Nebenbei wurde sie fünfzehnte Frau, vierte Deutsche und zweite in der Altersklasse W35.

Den Startschuss hörte sie nicht, obwohl sie im Block C stand. Auch keine Atemgeräusche, weder die ihrer Mitläufer noch ihre eigenen. Kein tausendfaches Fußscharren auf dem Asphalt. Kein Hubschrauberge-töse am Himmel. Keine Anfeuerungsrufe oder Trillerpfeifen. Keine Melodie aus „Die Stunde des Siegers“. Keine Moderation. Keine Gesprächsfetzen im Läuferfeld. Nele Alder-Baerens (35) bekam nichts mit von dieser akustischen Startkulisse, die so imposant ist wie die dazugehörigen Bilder. Ton aus beim Berlin-Marathon. Denn sie ist gehörlos, schon von Geburt an war sie schwerhörig und stark kurzsichtig (heute -10 und -13 Dioptrien). Seit ihrem 15. Lebensjahr ist sie völlig taub. Beim Laufen taucht sie ein in eine tiefe Stille. Kein noch so lautes Geräusch dringt zu ihr durch, nicht mal das Dröhnen der 50 Fässer und Basstrommeln unter der Autobahnbrücke am Innsbrucker Platz. Aber sie spürt die Schwingungen. Die Hörbehinderung macht sie vibrationsempfindlicher.

Beim Training auf ihrer ampelfreien 3,48-km-Hausrunde in Berlin Mitte kann sie einen vorbeidonnernenden LKW zwar nicht hören, dafür spüren. Braucht man die Ohren zum Laufen? „Die meisten Menschen denken, dass das Gehör dabei keine Rolle spielt“ sagt sie. „Klar, man läuft mit den Beinen, aber einem Gehörlosen fehlen sämtliche akustischen Signale, die ein Rennen durchaus beeinflussen. Das sind unter anderem die Anfeuerungsrufe und die gesamte motivierende Geräuschkulisse, die akustische Rückmeldung über die Bodenbeschaffenheit, die taktischen Anweisungen des Trainers und die akustischen Signale der Konkurrenten. Wie dicht ist jemand hinter mir her? Ich höre das Keuchen nicht. Die taktischen Spielchen fallen weg.“

Nele Alder-Baerens lief von 1998 bis 2006 für die Gehörlosen-Nationalmannschaft.

Ihre Trainerin war Renate Güttler vom OSC Berlin, ihre längste Distanz 10.000 m, ihr größter Erfolg 2005 in Melbourne die Goldmedaille über 5.000 m bei den Deaflympics, den Olympischen Spielen der Gehörlosen. Ihr Europarekord aus dem Jahr 2006 über 10.000 m ist immer noch gültig: 36:52 min. Danach hing sie den Leistungssport an den Nagel und lief nur noch aus reiner Freude, allerdings täglich: „Wenn ich nicht laufe, drehe ich durch! Letztes Jahr an einem kühlen Oktobermorgen mit Nebel und schwefelgelber Sonne lief ich plötzlich doppelt so lang wie sonst. Das machte mich glücklich. Dann dachte ich wieder an Marathon, und als ich im Internet sah, dass beim Berlin-Marathon das 40. Jubiläum bevorstand, war mir klar: Da mach ich endlich mal mit! Marathon, eine neue Erfahrung für Körper und Geist. Also wurde im Oktober 2012 aus dem Laufen wieder Training mit 80-90 km pro Woche.“

Auch auf ihrem beruflichen Weg ließ sich die filigrane Kämpferin von ihrer Kombinationsbehinderung nicht behindern. Das Studium der Biophysik an der Humboldt Universität finishte sie flotter als alle anderen Absolventen ihres Jahrgangs. Sie promovierte, ihre Doktorarbeit schrieb sie über Transportproteine in den Zellen. Heute arbeitet Dr. rer. nat. Alder-Baerens an der Charité im Neugeborenen-Screening. Diese Arbeit findet nicht nur in der Stille eines Labors statt, sondern erfordert auch viel Kommunikation. Neles Gesprächspartner brauchen jedoch keine Gebärdensprache zu lernen. Ein Cochlearimplantat (CI) ermöglicht Nele das Hören. Was das ist? Eine technische Hörprothese, die die ausgefallene Funktion der Hörschnecke (lateinisch Cochlea) ersetzt. Während ein Hörgerät nur den Schall verstärkt, wandelt das CI den Schall in elektrische Impulse um. Es



### Gehörlosen-Rekorde im Marathon

Weltrekord: 2:53:56 Yuko Shimada (JAP), 2003 Osaka (jetzt unterboten von Nele Alder-Baerens, Anerkennung muss noch offiziell erfolgen)

Europarekord: 2:57:53 Ulrika Janemom (SWE), 2005 Ballarat (Australien)

Deutscher Rekord: 3:06:48 Maria Marschner, 2002 Münster (jetzt unterboten, siehe oben)

besteht aus einer Elektrode, die unter die Haut implantiert wird und einer extern getragenen Spule, die an einen Sprachprozessor gekoppelt ist. Telefonieren oder Partytalk klappt damit nicht. Ein Zweiergespräch schon.

Warum hat sie beim Berlin-Marathon dann nicht einfach das CI eingeschaltet? Erstens wäre der Rekord dann nicht anerkannt worden. Zweitens wäre es gar kein Vorteil, sondern ein Nachteil. Nele hat es im Training ausprobiert. Geräusche beim Laufen bringen sie völlig raus, insbesondere ihre eigenen. „Meine Atmung, das Taptap meiner Schritte, das irritiert mich, ich bin überfordert mit der Verarbeitung dieser Signale und laufe unruhig. Ohne Gehör hingegen erfolgt das Feedback nur über die Bewegung meiner Gliedmaßen, die Kontraktion der Muskeln.“

Es ist ein reines Tempogefühl. Ich hab das Gefühl zu schweben. Akustische Signale machen den Schwebestand kaputt“. Und so schwebte sie still 42 Kilometer lang. Nicht mal ein lautloser Hammer brachte sie aus dem Rhythmus. Nele, die zuvor auf einen Deutschen Gehörlosen-Rekord spekuliert und heimlich vom Europarekord geträumt hatte, überraschte sich selbst.

Joanna Zybon