

ICH LAUFE SEIT FAST 20 JAHREN,
MITTLERWEILE AUCH 100-MEILEN-LÄUFE.

Bernd Deschauer, Extrem-Sportler



48 SEITENBLICKE ALS REZEPT ZUM ERFOLG.

Die Schweizer Triathletin und sechsfache Gewinnerin des Ironman Hawaii, Natascha Badmann, hat auf die Frage nach ihrem Erfolgsrezept einmal geantwortet: „Wenn die Schmerzen nach sechs oder sieben Stunden intensiver Belastung kommen, blicke ich auf die Natur um mich herum. Ich erfreue mich an den blühenden Pflanzen und der Landschaft. Mich erfüllt Dankbarkeit, das erleben zu dürfen. Das gibt mir die Energie für die restliche Strecke.“

Während Badmann für gewöhnlich nach rund neun Stunden überglücklich von der Ziellinie begrüßt wurde, ist für den Extremsportler und Ultraläufer Bernd Deschauer dann meist noch lange nicht Schluss. Trail-Läufe über 100 Kilometer oder gar Wettkämpfe wie der 100-Meilen-Mauerlauf in Berlin starten bei Sonnenaufgang und enden oft tief in der Nacht. Eine maximale Herausforderung für Körper und Geist, im Speziellen aber für die Augen.

Einerseits gilt es für die Läufer, sich zu orientieren und in gewisser Weise die Ideallinie der Strecke zu finden. Andererseits ist der Blick vor die eigenen Füße elementar wichtig, um Hindernisse oder Unebenheiten auszumachen und Stürze zu verhindern. Brillengläser, die sich den Lichtverhältnissen anpassen, sind für „Running Bernd“ deshalb ein Pflichtutensil, denn für das Mitführen mehrerer Sehhilfen mit unterschiedlichen Tönungen ist in seinem minimalistischen Laufgepack kein Platz. Anders als die Triathletin Badmann, die bei ihren Rennen um jede Sekunde gerungen hat, nimmt sich Deschauer Zeit für die Landschaft und hält besondere Momente während der Wettkämpfe in Fotos fest. Seine Impressionen finden Sie unter www.running-bernd.de.

Im Laufe unseres Jubiläumsjahres 2022 entstehen weitere filmische Portraits von interessanten Persönlichkeiten. Besuchen Sie unsere Website! ■



49

A
R
A

BERND TRÄGT 

Beim Sport uvex sportstyle RX, Modell RXd 4002
Im Alltag Sia®
Veredelung Nanoperl S

