



## Ein Mann Gottes läuft für einen guten Zweck

Pater Tobias begann 2006 mit dem Marathonlaufen. Auf die Frage nach seinen Beweggründen schmunzelt er: „Als Managementtrainer muss ich Vorbildfunktion haben. Nur so bleibe ich als Trainer und Dozent glaubhaft, wenn ich in meinen Seminaren dazu rate, Sport zu treiben und gesund zu leben.“ Der Prämonstratenser Chorherr ist Kämmerer der Abtei Hamborn in Duisburg und gleichzeitig Pastor der Gemeinde Herz-Jesu in Duisburg-Neumühl. Der studierte Theologe ließ sich 2006 zum Journalisten ausbilden, ist u.a. Chefredakteur und Herausgeber des Magazins *VorSicht*, Mitglied im Rotary Club, Berater für den BKU sowie seit drei Jahren Geschäftsführer der von der Deichmann-Stiftung geförderten Projekt Lebenswert GmbH. Hier entstand erstmals die Idee, für einen guten Zweck zu laufen und für jeden Marathon einen oder mehrere Sponsoren zu finden. Jetzt ist jeder Lauf auch gleichzeitig ein Spendenlauf. In diesem Jahr hat sich Tobias ein noch größeres Ziel gesteckt: Er will den 100-Kilometer-Ultra-Marathon am 11. Juni im schweizerischen Biel schaffen.

Die Stadt Duisburg hat viele unschöne Gesichter. Man kann sich den Strukturwandel im Ruhrgebiet noch so schön reden und die Wiederbelebung alter Industriebrachen als Kulturstätten noch so hoch loben – hinter den Fassaden in den Wohnvierteln der Arbeiter sehen die Din-



ge lange nicht so rosig aus. Es herrscht Arbeits- und Perspektivlosigkeit, ganze Familien sind seit Generationen Hartz-IV-Empfänger und haben keine Chance, wieder in den ersten Arbeitsmarkt zu kommen. Vor allem die Kinder in diesen Familien leiden unter Chancenlosigkeit und unter dem Gefühl, einfach allein gelassen zu werden. „Das Projekt LebensWert mit seinem Büro in Duisburg Hamborn will hier an Ort und Stelle praktische Hilfe leisten. Das geht nur mit Spenden. Deshalb hatte ich die Idee, durch meine Läufe auf dieses Projekt aufmerksam zu machen“, sagt Pater Tobias. „Die große und spontane Spendenbereitschaft nach den ersten Marathonläufen hat mich erstaunt und total gefreut.“ Inzwischen hat sich dieses Engagement herumgesprochen und die Presse nennt ihn den Pater, der laufend Geld sammelt.

Labortechnische Analysen, ärztliche Überwachung, Ernährungsberatung, Trainingspläne – hier werden berechenbare Fakten geliefert. Aber wer einen Marathon über 42 Kilometer, oder sogar einen Ultra-Marathon über 100 Kilometer laufen will, der braucht vor allem eines: Selbstdisziplin. Bei Pater Tobias kommt noch etwas anderes hinzu – er läuft nicht nur für sich, sondern auch und vor allem für Kinder, die Hilfe brauchen. „Für mich ist das die eigentliche Motivation und der Motor, der mich antreibt“, sagt er. Gibt es einen besseren Grund, diesen Sport auszuüben? Sicher nicht.

Weitere Informationen unter:  
[www.pater-tobias.de](http://www.pater-tobias.de) oder  
[www.projekt-lebenswert.de](http://www.projekt-lebenswert.de)

(Zu Redaktionsschluss lagen die Ergebnisse aus Biel noch nicht vor, Anmerkung der Redaktion)

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)