

Neues Herz, neues Leben

Elmar Sprink nimmt fast ein Jahr nach seiner Herztransplantation am Paderborner Osterlauf teil

■ Von Matthias Wippermann

Paderborn (WV). Auf die Frage, wann er geboren wurde, entgegnet Elmar Sprink: »Ich hatte schon mehrere Geburtsdaten.« Den Humor hat er nicht verloren, obwohl die Krankengeschichte des 41-Jährigen, der am Samstag, 30. März, am Paderborner Osterlauf teilnimmt und die 10 km läuft, gar nicht lustig ist.

Sprink wurde am 26. Dezember 1971 in Salzkotten geboren. Bis zum 10. Juli 2010 verlief sein Leben privat, beruflich und sportlich sehr gut. »Ich war gesund und konnte meinem Hobby, dem Ausdauersport, nachgehen«, berichtet der Wahl-Kölnler. Doch der 10. Juli 2010 veränderte sein Leben. »Ich bekam zu Hause auf dem Sofa aus dem Nichts einen Herzstillstand. Dank meiner Frau und unseres Nachbarn, der mich reanimiert hat, habe ich das Ereignis überlebt«, blickt Sprink zurück.

Der Verdacht einer Herzmuskelentzündung wurde nie bestätigt. »Es war keine koronare Herzerkrankung und nicht erblich bedingt. Wahrscheinlich ist sie durch einen Virus gekommen«, meint Sprink, der im September 2010 zur Sicherheit einen Defibrillator eingebaut bekam. Auch andere Organe wurden mit der Zeit in Mitleidenschaft gezogen, so wurde ihm am 20. Dezember 2011 nach vielen Krankenhausaufenthalten in der Klinik Köln-Merheim die Gallenblase entfernt. Beim anschließenden Aufenthalt im Herz- und Diabeteszentrum Bad Oeynhausen folgte am 28. Februar



Herzschlag: Die Pulsuhr ist immer dabei, wenn Elmar Sprink Sport treibt – auch beim Paderborner Osterlauf.

Foto: Besim Mazhiqi

2012 eine sehr schwere Herzrhythmusstörung und ihm wurde in einer Notoperation ein VAD-System (interne Herzpumpe) und ein ECMO (externes System) eingebaut. »Ich konnte nur mit Maschinen überleben. Vor 20 Jahren wäre ich ohne diese Geräte gestorben«, sagt Sprink. »Es war klar, dass sich das Herz nicht mehr erholt. Es hat nicht mehr gepumpt, sondern nur noch ein bisschen geflackert.« Am 9. Juni 2012 folgte dann die Herztransplantation.

Neun Monate danach ist er wieder gut belastbar. »Ich war im Dezember 2012 im Stubaital bereits Snowboarden, fahre regelmäßig Rad und jogge wieder. Es ist unglaublich, was alles wieder möglich ist, wenn man bedenkt, dass ich von Dezember 2011 bis Juli 2012 im Bett gelegen habe.« Wenn Sprink solche Gedanken durch den Kopf schießen, wird er sehr emotional. »Als ich ganz allein im Snowboardlift im Stubai-

tal war, flossen Tränen. Ich dachte, es ist ein Wunder, dass es mich gibt. Ich bedanke mich fast täglich bei meinem Herzspender und hoffe, dass er vielleicht sieht, wie es mir geht, und dass es ihm dadurch ein bisschen besser geht.«

Elmar Sprink muss alle zwölf Stunden Tabletten nehmen, damit das neue Organ nicht abgestoßen wird. Die haben Nebenwirkungen, so hat sich beispielsweise sein Hautkrebsrisiko um ein Vielfaches erhöht. Er muss auch darauf achten, was er isst und trinkt. »Ich ernähre mich wie eine Schwangere«, sagt er exemplarisch. Eine Flasche Desinfektionsspray hat er immer dabei. Wenn er jemandem zum Beispiel die Hand gibt, reinigt er sie anschließend gründlich. »Wenn ich eine Grippe bekomme, dann eine richtige. Deshalb meide ich auch öffentliche Verkehrsmittel.«

Sportlich hat Sprink ganz klassisch mit Fußball angefangen und unter anderem für Salzkotten, Gesseke und Büren gekickt, später nach seinem beruflichen Umzug ins Rheinland für einen Verein bei Meerbusch. Dort fing auch seine Begeisterung für das Langstreckenlaufen an. »Ich bin in der Vorbereitung auf die Fußballserien

Jahren erfüllt hat.

2001 war der Osterlauf das erste Rennen mit Chip-System, an den Elmar Sprink teilgenommen hat. Der Osterlauf 2013 wird der erste Lauf nach seiner Krankengeschichte sein. »Mich werden mehrere Personen begleiten, unter anderem auch mein Koordinator vom HDZ aus Bad Oeynhausen.

Ich hoffe, hierdurch positive Werbung für das Thema Organspende zu machen. Leider sind die Zahlen seit dem Organspendeskandal 2012 drastisch zurückgegangen«, sagt Sprink. Vor seinem Herzstillstand hat er an neun Ironmans teilgenommen. Einen Triathlon hat er auch schon an einem ganz besonderen Datum im Visier. Am 9. Juni findet der Triathlon in Gütersloh statt, ein Jahr, nachdem Elmar Sprink ein neues Herz und ein neues Leben bekommen hat.



immer gerne gelaufen«, blickt Sprink zurück. Ihn reizen auch ungewöhnliche Sportarten wie Wellenreiten oder Bergsteigen. »Ich habe mal ein Buch über den Mount Everest geschenkt bekommen. Danach wollte ich unbedingt bis zum Basislager des Mount Everest«, berichtet Sprink, der sich diesen Traum vor einigen

Jahren erfüllt hat. 2001 war der Osterlauf das erste Rennen mit Chip-System, an den Elmar Sprink teilgenommen hat. Der Osterlauf 2013 wird der erste Lauf nach seiner Krankengeschichte sein. »Mich werden mehrere Personen begleiten, unter anderem auch mein Koordinator vom HDZ aus Bad Oeynhausen.

Ramali beim Osterlauf

Inlineskater

Paderborn (WV). Wie jedes Jahr beginnt die Outdoorsaison der Inlineskater in NRW beim Osterlauf in Paderborn. Seit vielen Jahren ist der Lauf Bestandteil und Auftakt des Westdeutschen Speed Cups (WSC).

Traditionell nehmen besonders viele Aktive aus der Region am Osterlauf teil. Mit dabei ist auch wieder der Groß-Gerauer und Vorjahressieger Pascal Ramali, Mitglied im Powerslide Vi-G13 International Team sowie mehrfacher Deutscher Meister und Medaillengewinner bei der Europameisterschaft. »Wir freuen uns sehr, dass ein so bekanntes Gesicht der Inlineszene den Osterlauf als Saisonvorbereitung nutzt. Das zeigt die Attraktivität der Veranstaltung«, sagt Matthias Vetter, Geschäftsführer des Sportevents.

Mit einer Zeit von 00:35:53 min. sicherte sich Ramali



Pascal Ramali

2012 den unangefochtenen Spitzenplatz bei den Inlinern. Während des Rennens der Inlineskater achten Schiedsrichter darauf, dass vor den Starts alle Sportler in den richtigen Startblöcken stehen. Weiter wird die Einhaltung des Überholverbots in der neutralen Zone überwacht, so dass bei den Lizenzfahrern die Frauen nicht im Windschatten von Männern fahren und beim Ziel-sprint niemand blockiert wird.

Der Paderborner Osterlauf ist für Hobbyläufer eine gute Gelegenheit, einmal einen Wettkampf auf abgesperrten Straßen zu erleben. Eine Schutzausrüstung ist Pflicht. Dazu gehören Schoner und Helm.

Quartett sitzt nach

Bezirksliga

Kreis Paderborn (ve). Vier Nachholspiele mit heimischer Beteiligung finden heute in den Fußball-Bezirksligen statt.

In der Gruppe 2 erwartet der SuS Westenholz im Derby den Aufsteiger SV 03 Gesseke. »Ich muss es leider fast nach jeder Partie sagen. Es ist unglaublich, wie wir die Spiele verlieren. Wir haben so viele Möglichkeiten und treffen einfach zu wenig ins Tor. Das muss sich jetzt in diesem Kellerduell ändern«, so SuS-Trainer Wilfried Neuschäfer vor dem Duell gegen den Aufsteiger, der zurzeit auf einem Abstiegsplatz steht (19.30 Uhr). Der SC Espeln musste am Sonntag eine 1:4-Niederlage bei Spitzenreiter SV Heide unterschreiben. Dies kann das Team von Trainer Andreas Hagenbrock verkraften, doch gegen den SC Wiedenbrück II soll nun wieder ein Heimsieg her (19.30 Uhr).

In der Gruppe 3 trifft der Tabellenzweite, der BV Bad Lipp-springe, auf den TuS Horn Bad Meinberg (20 Uhr). Keine leichte Aufgabe für das Team von Trainer Werner Koch, denn die Gäste haben auswärts bisher erst einmal verloren. Der SV Ateln möchte in den Heimspielen den Grundstein für den Klassenerhalt legen. Dazu bietet sich heute von 19.45 Uhr an die Möglichkeit gegen den türkischen SV Horn, der auch noch Punkte gegen den Abstieg sammeln muss.

Sport in Kürze

Fußball: In einem Nachholspiel der Kreisliga A Paderborn empfängt heute der TuS Egge Schwane die Sportfreunde BW Paderborn. Anstoß ist um 19 Uhr.

JC Schloß Neuhaus: Jahreshauptversammlung am Sonntag, 28. April, um 18 Uhr im Ferien-Dojo am Hermann-Löns-Stadion.

Fußball: Die Alten Herren Ver-lar, Holsen, Mantinghausen spielen am Samstag, 23. März, gegen Ateln/Henglar. Anstoß ist um 16 Uhr in Mantinghausen, Treff: 15.15 Uhr am Sportplatz.



Elmar Sprink vor der Herztransplantation. Foto: privat

13-Jährige Schnellste über fünf Kilometer

21. Sälzerlauf trotz dem Wetter und meldet einen Teilnehmerrekord über 5 Kilometer

Salzkotten (WV). Noch am Morgen meldet sich der Winter mit einem heftigen Schneeschauer wieder zurück, doch pünktlich zum ersten Lauf kann Organisationsleiter Michael Halfpap (VfB Salzkotten) die Strecke schnee- und eisfrei melden. Den winterlichen Temperaturen trotzend wurde die 21. Ausgabe des Sälzerlaufes ein voller Erfolg für die Veranstalter.

Zunächst freute man sich über einen neuen Teilnehmerrekord für die 5 km-Strecke, auf der 189 Läuferinnen und Läufer am Start waren. Hier sorgten Tim Rabe (LG Verden), Vladislav Heints (LC Paderborn) und Jan Kerkmann (TSVE 1890 Bielefeld) für einen spannenden Rennverlauf. Dieses Dreigestirn ließ sich nicht aus den Augen, so dass am Ende im Hederaustadion der Schlussspurt entscheiden sollte. Tim Rabe hatte schließlich mit 16:24 min. vor seinem Mannschaftskameraden Vladislav Heints die Nase vorn. Platz drei ging in diesem Wimperschlagfinale an den zeitgleichen Jan Kerkmann.

In der Frauenwertung sollte ein 13-jähriges Laftalent aus Höxter auf sich aufmerksam machen: Wie schon im Vorjahr konnte Kea Wagemann, die für den LC Pader-

born startet, als Siegerin einlaufen. Dabei hatte die hoffnungsvolle Nachwuchsläuferin sich das Rennen hervorragend eingeteilt.

Ihrem fulminanten Schlussspurt hatte die Zweite dieses Laufes, Elisabeth Ink (TSV Schloß Neuhaus), nichts mehr entgegenzusetzen. Lara Schöning aus der weiblichen Jugend der DJK Gütersloh belegte in 20:24 min. den dritten Platz.

Die Frauen sorgten auch im anschließenden 10 km Straßenlauf wieder für Hochspannung. Katrin Neumann (SV Aktiv), Stefanie Hollending (1. Tri Club Paderborn) und Stefanie Vergin (Post SV Gütersloh) lieferten sich auf dem dreimal zu durchlaufenden Rundkurs heftige Positionskämpfe. Doch das Trio hatte die Rechnung ohne Sarah Metz (VfB Salzkotten) gemacht, die ihre Kräfte für eine schnelle letzte Runde aufgespart hatte und zur Überraschung vieler mit einer neuen persönlichen Bestzeit von 41:13 min. über den Zielstrich lief. Platz zwei ging dann an Kathrin Neumann

(41.36 min.) vor Stefanie Vergin (42.02 min.).

Ganz so viel Spannung ließen die Herren in ihrem Rennverlauf nicht zu. Das lag fraglos an der dominanten Rolle des späteren Siegers Geronimo von Wartburg (LG Verden). Der schnelle Langstreckenläufer, der auch in den deutschen Ranglisten vordere Plätze einnimmt (Marathon 2.21 h), lief ein einsames Rennen an der Spitze und belohnte sich trotz Kälte und Wind mit einer Zeit von 31:34 min. Damit blieb der 25-Jährige rund einhalb Minuten unter der Siegerzeit des Vorjahres. Auf den Plätzen folgten Ralf Ruthe in 32:38 min. (TuS Eintracht) und Marius Güths in 33:50 min. (SV Brackwede).

Einen besonderen Beweis für die Fitness im Alter zeigte Josef Vockel (LC Paderborn). In der Klasse über 80 Jahre ging der rüstige Langstreckler nicht nur auf der 5 km-Strecke an den Start, sondern absolvierte gleich danach auch noch die 10 km-Distanz. Mit knapp 300 Teilnehmern am 10 km-



Die Gesamtsieger über 5 Kilometer: (von links) Kea Wagemann (LC Paderborn), Organisator Michael Halfpap vom VfB Salzkotten und Tim Rabe (LC Paderborn). Fotos: Dieter Neumann

Lauf konnten die Sälzer Veranstalter in etwa die gleiche Teilnehmeranzahl wie im Vorjahr verbuchen.

Großen Anklang fand auch wieder der Bambinilauf über 850 m, ein fester Bestandteil eines jeden Sälzerlaufes. Aus den Salzkottener Grundschulen waren weit mehr als 100 Kinder gekommen. Sie

erreichten alle wohlbehalten das Ziel. Insgesamt waren mehr als 60 Helfer sowie die Feuerwehr und das Deutsche Rote Kreuz im Einsatz.

Videos zum Sälzerlauf gibt es unter www.salzkotten-tv.de, alle Ergebnisse stehen im Internet unter www.saelzerlauf.de.



Sarah Metz vom VfB Salzkotten, Gesamtsiegerin über die 10 Kilometer.