

# Feuer und Flamme für den Hermann

Als 13-Jähriger flüchtete Mohamed Ahmed Jibril aus Somalia. In Ostwestfalen hat der Athlet der SV Brackwede den Laufsport für sich entdeckt. Beim Teutoklassiker will er hoch hinaus.

Von Stephanie Fust

**Bielefeld/Detmold.** Wenn Norbert Distelrath von seinem Schützling erzählt, gerät er regelrecht ins Schwärmen. „Mohamed kommt immer lachend, nie angestrengt ins Ziel, er freut sich einfach, dass er angekommen ist“, erzählt der „Rentner-Trainer“, wie sich der 69-Jährige selbstironisch bezeichnet. Doch die Unbekümmertheit, die den Detmolder so begeistert, hat auch eine Kehrseite: Mohamed habe es noch nicht drauf, sich zu quälen, sein Potenzial auszureizen, sagt Distelrath.

Mohamed, das ist Mohamed Ahmed Jibril, 22 Jahre alt, als 13-Jähriger aus Somalia geflüchtet, nach dreijährigem Aufenthalt in der Schweiz in Ostwestfalen gelandet und seit Sommer 2019 leidenschaftlicher Langstreckenläufer. Das große Ziel des Athleten von der SV Brackwede: Einmal mal den Hermannslauf gewinnen.

»Ich konnte ihm auf dem Fahrrad kaum folgen«

Dass Jibril, auch ein guter Fußballer, heute überhaupt so viel Zeit und Energie für den Laufsport aufwendet, hat auch mit Distelrath zu tun. Der Detmolder leitete zu Beginn der Flüchtlingswelle den Flüchtlingslauftreff vom Sportverband Detmold. Jibril hatte sich aus der Schweiz, wo er sich nicht wohlfühlte, nach Deutschland durchgeschlagen und gelangte über das Aufanglager in Dortmund nach Detmold. Mit dem Wunsch, sich ernsthaft dem Laufsport zu widmen, nahm Jibril über seine Sozialarbeiterin Kontakt mit seinem heutigen Mentor auf.

Das schlummernde Potenzial blieb diesem nicht lange verborgen. „Ich habe ihn bei den ersten Läufen mit dem Fahrrad begleitet und konnte kaum folgen, solch ein Tempo hat er vorgelegt“, erzählt Distelrath noch heute amüsiert. Die 39:28 Minuten über 10 Kilometer beim Detmolder Residenzlauf kurz darauf waren eine erste Richtzeit. Beim Adventslauf lief er die gleiche Strecke schon in 36:20 Minuten.



Mohamed Ahmed Jibril hat schon Hermannslauf-Erfahrung sammeln können.

Foto: Norbert Distelrath

Seinen ersten Hermannslauf absolvierte der Somalier während der Coronazeit im September 2021 in 2:20:46 Stunden. Ein halbes Jahr später unterbot er diese Zeit um zehn Minuten, kam in 2:11:00 im Ziel an der Sparrenburg an. Und das, obwohl der Teutolauf zeitlich mitten im Ramadan, der Fastenzeit der Muslime, lag. In diesem Jahr möchte der Ost-Afrikaner nochmal deutlich schneller sein. Eine Zeit an der Zweistundenmarke traut Distelrath ihm zu. Beim Glashauslauf über 10 Kilometer in Emsbüren lief er in lockeren 34:58 Minuten auf Rang drei.

Obwohl Jibril mittlerweile in Bielefeld wohnt und jetzt im zweiten Jahr unter Thomas Heidebreder beim SV Brackwede trainiert, hält er den Kontakt zu Distelrath, der ihn weiterhin bei Wettkämpfen betreut. „Ich habe ihn zur SV Brackwede vermittelt, weil es in Detmold keinen Verein gab, der ihn weiter hätte fördern können“, erzählt der Trainer. Bei der SV Brackwede ha-

be es ihm auf Anhieb gefallen. Allerdings erschwert ihm die zeitlich aufwendige Arbeitsstelle bei Amazon in Oelde die regelmäßige Trainingsteilnahme, so dass Jibril sein Pensum häufig allein

durchzieht. Während des Ramadans, der am 21. April und damit vor dem Hermannslauf zu Ende geht, verzichtete Jibril auf Wettkämpfe, bewältigte aber drei Trainingsläufe über 30 Kilometer. Als letzter

Härtetest vor dem OWL-Klassiker dient am 23. April der Hennesee-Panoramalauf in Meschede, da geht es 17,5 Kilometer bergauf, bergab. Distelrath wird ihn begleiten. Danach sollte Jibril für seinen dritten Hermannslauf gerüstet sein und möglichst seinem großen Ziel einen Schritt näherkommen.

„Als ich ihm erstmals vom Hermannslauf und Seriensieger Elias Sansar erzählt habe, war Mohamed sofort Feuer und Flamme“, erinnert sich Norbert Distelrath. Der hohe Trainingsaufwand von mehr als 400 Kilometern im Monat, den der 14-malige Gewinner Sansar für seine Erfolge betreibt, blieb dabei nicht unerwähnt.

Durchaus mit Hintergedanken. Mittlerweile schreibt Jibril, der ein Wochenpensum von zirka 100 Kilometern schultert, auch mal Streckenprotokolle. Aber insgesamt betrachtet „läuft Mo eigentlich immer nur nach Gefühl“, erzählt Distelrath. Bislang lag er damit richtig.



Der Detmolder Norbert Distelrath (r.) und sein Schützling Mohamed Ahmed Jibril.

Foto: Jens Dünholter