

Martin Hammerschmitt

E-Mail: martin-hammerschmitt@web.de

Fitnessstudios in Kenia. Eine Ethnografie.

Masterarbeit im Fach Kultur- und Sozialanthropologie

bei Prof. Erdmute Alber

Inhaltsverzeichnis

INHALTSVERZEICHNIS	2
FITNESSSTUDIOS IN KENIA. EINE ETHNOGRAFIE.	4
0. Zusammenfassung	4
A. Forschungsfrage und Vorbemerkungen	5
I. Hintergründe der Forschung	5
II. Weiteres Vorgehen	6
III. Begriffliche Vorarbeit: Fitnessstudio und Kraftsport	6
1. Grundlegende Definitionen	7
2. Instrumentalisten, Fitness-Sportler und Bodybuilder	7
3. Eine kurze Geschichte des Kraftsports	8
IV. Die Feldforschung	10
1. Teilnehmende Beobachtung, informelle Gespräche und Interviews	10
2. Sonstige Forschungsmethoden	11
3. Forschungsorte	11
B. Fitnessstudios: Ort - Raum - Kleine Lebenswelt	12
I. Theoretische Grundlagen	13
2. (Kleine) Lebenswelt	17
3. Zusammenführung	17
II. Empirie: Fitnessstudio als Raum – Kraftsport als Lebenswelt	18
1. Die Kleine Lebenswelt des Kraftsports in Kenia	18
2. Die Konstruktion des Gesamtraums Fitnessstudios in Kenia	23
C. Körper und Identität in kenianischen Fitnessstudios	36
I. Die Bedeutung des Körpers	36
II. Identität	37
1. Definition, Herkunft und Kritik	37
2. Identitätstheorien	38
III. Ziele des Kraftsports und Identität	41
1. Handlungsfähigkeit: Der Körper als Werkzeug	42
2. Reflexive Identität: Der Körper im sportlichen Wettkampf	45
3. Soziales Kapital und Partnerwahl: Der schöne Körper	48
IV. Schlussbemerkungen	55
D. (Kraft)Sport, Gesundheit und Entwicklung	56
I. Sportförderung in der Entwicklungszusammenarbeit	56
II. Hat der Kraftsport Potential für die Entwicklungszusammenarbeit?	56
III. Was ist zu tun?	57
LITERATURVERZEICHNIS	58
INTERVIEWVERZEICHNIS	61

ERKLÄRUNG NACH § 20 ABS. 6 DER PRÜFUNGSORDNUNG	62
ANHANG	63
Anhang 1: Fragebogen	63
Anhang 2: Interview-Leitfaden	67
Anhang 3: Facebook-Seite eines Fitnessstudios	68

Fitnessstudios in Kenia. Eine Ethnografie.

0. Zusammenfassung

In dieser Masterarbeit werden die Ergebnisse einer von Juli bis September 2014 in verschiedenen Fitnessstudios in Kisumu, Kenia durchgeführten Feldforschung in Form einer Ethnografie präsentiert. Die Einführung in das Forschungsfeld geschieht durch eine Definition der Begriffe Fitnessstudio und Kraftsport sowie eine Darstellung der Geschichte des Kraftsports von der Antike bis zu Neuzeit.

Im ersten theoretischen Abschnitt werden verschiedene Raumtheorien und der Begriff der (Kleinen)Lebenswelt vorgestellt, und anschließend zur Beschreibung der Fitnessstudios und des Kraftsports verbunden: Zunächst werden die Kraftsportler als soziale Gruppe dargestellt, die über ein Sonderwissen verfügt, das es ihnen erlaubt, ihren Körper durch Krafttraining nach bestimmten Kriterien zu verändern, und die Sinnhaftigkeit dieses Vorgangs durch eine eigene Wirklichkeitsdeutung abzusichern. Danach wird der relationale Raumbegriff herangezogen und durch zahlreiche Beschreibungen demonstriert, wie durch das Spacing (die Platzierung sozialer Güter und Menschen) und die Syntheseleistung der Kraftsportler der Raum Fitnessstudio entsteht.

Der zweite theoretische Abschnitt geht der Frage nach, inwiefern die Arbeit der Kraftsportler am eigenen Körper auch Identitätsarbeit ist: Anhand verschiedener Identitätstheorien wird dargelegt, dass die Kraftsportler auf verschiedene Art und Weise (zum Beispiel durch gesteigerte Berufs- und Beziehungschancen) Einfluss auf, nach Erikson identitätsrelevante Faktoren nehmen, und vor allem soziale Anerkennung (entweder durch andere Kraftsportler oder die Gesellschaft) erwerben können. Außerdem werden die unter den Kraftsportlern vorherrschenden Schönheitsideale, nach Geschlechtern getrennt, analysiert. Dabei fällt vor allem die unterschiedliche Bewertung von Schlankheit und Fülligkeit bei Männern und Frauen auf, die als möglicher Wandel in den Schönheitsidealen interpretiert wird.

Im Schlussteil wird kurz die Rolle der Sportförderung in der Entwicklungspolitik betrachtet, und auf das in diesem Zusammenhang bisher vernachlässigte Potential des Kraftsportes aufmerksam gemacht.

A. Forschungsfrage und Vorbemerkungen

I. Hintergründe der Forschung

Die vorliegende Masterarbeit basiert auf den Ergebnissen einer im Sommersemester 2014 in Kenia durchgeführten Lehrforschung. Diese im Rahmen des Masterstudiengangs Kultur- und Sozialanthropologie an der Universität Bayreuth durchgeführte Lehrforschung war eng an das Forschungsprojekt „Mittelschichten im Aufbruch“ der Bayreuth Academy angebunden, welches durch „Feldforschungen in Form teilnehmender Beobachtung an ausgewählten öffentlichen Orten, (...) das Konsum- und Freizeitverhalten der neuen Mittelschichten erfassen“ (Bayreuth Academy Homepage) wollte. Sowohl aus Gründen der politischen und sozialen Relevanz - seit fast dreißig Jahren fördert die Bundesrepublik Deutschland im Rahmen ihrer Entwicklungspolitik Sportprojekte (vgl. BMZ Homepage; GIZ Homepage) - als auch aus persönlichem Interesse lag für mich die Beschäftigung mit einem Thema aus dem Sportbereich nahe, zumal die kultur- und sozialwissenschaftliche Literatur im Bereich Sport in Afrika noch große Lücken aufweist.

Eine Forschung in Fitnessstudios erschien mir vielversprechend: Einerseits boten Fitnessstudios die idealen Voraussetzungen für eine teilnehmende Beobachtung wie sie vom Projektdesign vorgesehen war. Andererseits erforscht die Sportsoziologie schon lange den Zusammenhang zwischen Sport und sozialer Schichtung, und speziell beim Kraftsport bzw. beim Bodybuilding spielt (zumindest in Europa) die Frage nach der sozialen Stellung von Sportlern auch in der gesellschaftlichen Wahrnehmung eine große Rolle.

Um dem Thema des übergeordneten Forschungsprojekt gerecht zu werden, sah mein ursprüngliches Forschungsdesign vor, eine teilnehmende Beobachtung in kenianischen Fitnessstudios durchzuführen, um den Zusammenhang von Fitnessstudios, Kraftsport und sozialer Schichtung in Kenia zu untersuchen. Anders ausgedrückt, wollte ich Gemeinsamkeiten und Unterschiede in den sozioökonomischen Umständen und Lebensweisen der kenianischen Kraftsportler identifizieren und analysieren¹. Allerdings erwies sich dieser Plan schon nach kurzem Aufenthalt im Feld als hinfällig, da sozioökonomische Umstände und Lebensweisen der Studiobesucher zu unterschiedlich waren, um sinnvoll kategorisiert zu werden. Deshalb entschloss ich mich dazu, stattdessen eine

¹ Ziel der so genannten Sozialstrukturanalyse ist es, die Menschliche Gesellschaft anhand sozioökonomischer Umstände und daraus resultierender Lebensweisen in Gruppen zu unterteilen. Einen guten Überblick über die verschiedenen Begriffe bietet Rainer Geißler (Geißler 2006) Da dieser Forschungsansatz für diese Arbeit keine Rolle mehr spielen wird, werde ich hier auf weitere Ausführungen verzichten.

detaillierte Beschreibung der kenianischen Fitnessstudios und ihrer Nutzer, und damit eine klassische Ethnografie, anzufertigen.

II. Weiteres Vorgehen

Bevor mit der eigentlichen Arbeit begonnen werden kann, sind einige Vorbemerkungen nötig: Um den Einstieg ins Forschungsfeld zu erleichtern, werde ich zunächst die Begriffe Fitnessstudio und Kraftsport definieren, und eine Zusammenfassung der historischen Entwicklung des Kraftsports geben. Anschließend werde ich kurz auf die Feldforschung, insbesondere auf die verwendeten Forschungsmethoden, eingehen, damit die in den empirischen Teilen der Arbeit verwendeten Daten besser eingeordnet werden können.

Im ersten inhaltlichen Teil werde ich zuerst zeigen, dass es sich bei den kenianischen Kraftsportlern um eine kleine Lebenswelt, eine soziale Gruppe, die in Bezug auf den Kraftsport eine gemeinsame Wirklichkeitsdeutung hat, handelt. Danach werde ich zeigen, dass diese gemeinsame Wirklichkeitsdeutung wesentlich ist für die Konstruktion von Fitnessstudios als Raum.

Im zweiten inhaltlichen Teil werde ich untersuchen, inwiefern die Arbeit der Kraftsportler an ihrem eigenen Körper auch immer Arbeit an ihrer eigenen Identität ist. Dazu werden verschiedene Identitätstheorien vorgestellt und mit den Zielen der Kraftsportler in Verbindung gebracht.

Im Schlussteil möchte ich einen Blick auf die Rolle der Sports bei der Entwicklungszusammenarbeit werfen, und dafür plädieren, die Möglichkeiten des Kraftsports in diesem Bereich zu beachten.

III. Begriffliche Vorarbeit: Fitnessstudio und Kraftsport

Es gibt außer dem Kapitel „Pumping Irony: Gymming, the Kòbòlò, and the Cultural Economy of Free Time.“ im Buch „Oxford Street, Accra. City Life and the Itineraries of Transnationalism.“ von Afo Quayson (Quayson 2014, S. 183 – 212) keine wissenschaftliche Literatur zu Fitnessstudios in Afrika (geschweige denn Kenia), weder historischer noch sportwissenschaftlicher noch ethnographischer Art. Quaysons Werk hält zwar einige interessante Fakten bereit, eignet sich jedoch nicht zu einer Einführung ins Feld. Daher möchte ich hier meine „Theorie des Feldes“, die ich für eine gelungene Untersuchung als unerlässlich empfinde, in Form von Begriffsdefinitionen und eines historischen Abrisses über Fitnessstudios und Kraftsport in Europa und Nordamerika entwickeln.. Da es sich um Daten

aus einem völlig anderen Hintergrund handelt, werde ich mich kurz fassen, und Begriffe gegebenenfalls im Laufe der Arbeit erweitern oder ändern.

1. Grundlegende Definitionen

Fitnessstudios sind Orte, an denen „Krafttraining mit Gewichten und Widerstandsapparaten absolviert“ wird, meist in Form eines „progressiven Widerstandstraining[s]“ (Wedemeyer 1999, S. 408). Ich werde das Training im Fitnessstudio mit der Sammelbezeichnung ‚Kraftsport‘ und nicht, wie in Teilen der Literatur üblich, mit ‚Bodybuilding‘ bezeichnen. Anderenfalls droht eine Verwechslung mit einer konkreten Unterströmung des Kraftsports.

2. Instrumentalisten, Fitness-Sportler und Bodybuilder

Bis Mitte des vorigen Jahrhunderts galten die sogenannten „Eisensportler“ als Randerscheinung im Sportsystem, wurden von der Gesellschaft nicht unterschieden, und begriffen sich auch selbst als (einheitliche) Gruppe. Seither entwickelte sich jedoch eine starke Binnendifferenzierung, die an anderer Stelle ausführlich beschrieben wurde (vgl. Kläber 2013, S. 179 – 205). Obwohl die Gruppe der Kraftsportler teilweise sehr fein unterteilt wird, möchte ich mich auf die drei Haupttypen beschränken, die anhand ihrer Beweggründe unterschieden werden:

Erstens den „Instrumentalisten“, der Krafttraining betreibt, um durch seine gesteigerte Körperkraft in einer anderen Sportart bessere Leistungen zu erbringen (Würzberg 1987, S. 129 – 131). Zweitens den Fitness-Sportler, der „mit seinem Gewicht, mit seinem Aussehen und/oder mit seinem körperlichen Befinden unzufrieden [ist]“ (Würzberg 1987, S. 132). Drittens den Bodybuilder, der einem Körperideal nachjagt, und bei dem der Erwerb und die Formung von Muskeln im Vordergrund des Trainings stehen (Würzberg 1987, S. 134 – 136). Wie sich später noch zeigen wird, ist diese Einteilung von Kraftsportlern nach ihren Hauptzielen durchaus sinnvoll, in der Praxis verschwimmen die Grenzen zwischen den einzelnen Gruppen jedoch: Alle absolvieren ein Krafttraining mit Gewichten und Geräten, und es ist unmöglich Kraft aufzubauen oder Gewicht zu verlieren, ohne Muskeln aufzubauen und seinen Körper zu verändern.

3. Eine kurze Geschichte des Kraftsports

Für viele beginnt die Geschichte des Kraftsports im ausgehenden 19. Jahrhundert (vgl. Kläber 2013, S. 78). Jedoch wird aus vielen künstlerischen und literarischen Darstellungen, unter anderem aus den mit überdurchschnittlicher Muskelmasse versehenen (antiken) Statuen ersichtlich, dass „[d]ie übergroße Faszination für menschliche (...) Körperkraft, und damit verbunden auch eine gewisse Begeisterung für extrem glorifizierte (Muskel-) Helden, ein universelles Menschheitsthema darstellt“ (Kläber 2013, S. 75). Selbst wenn man davon ausgeht, dass bis zum Ende des 19. Jahrhunderts Kraftsport nicht um seiner selbst willen praktiziert wurde, steht doch zu vermuten, dass gezielte Kräftigungsübungen, vor allem im Rahmen einer militärischen Ausbildung, auch in vormodernen Zeiten von einiger Bedeutung waren (vgl. Galester 1983, S. 35f). Daher werde ich kurz auf relevante Körperpraktiken in Antike und Mittelalter eingehen, bevor ich mich etwas ausführlicher der Entstehung des modernen Kraftsports widme.

a) Antike

Bei den antiken Hochkulturen, Griechenland und Rom, herrschte ein offenes und positives Verhältnis zum menschlichen Körper: So traten in Griechenland die Athleten bei den antiken Olympischen Spielen nackt an, und neben den sportlichen Leistungen wurde „auch der Athlet mit dem ‚besten‘ bzw. muskulösesten Körper“ (Kläber 2013, S. 89) prämiert. Historische Quellen belegen die Existenz von spezialisierten Institutionen, in denen die Athleten nicht nur ihre eigentliche Disziplin trainierten, sondern auch Kraft und Muskelaufbau betrieben. Einige der überlieferten Trainings- und Ernährungsprinzipien erinnern an die moderner Kraftsportler. Natürlich war „das Körperbild der Antike und des Altertums keinesfalls ein durchweg positives“ (Kläber 2013, S. 91). Trotzdem gingen viele römische Bürger in den Thermen, die sogar eine gewisse Ähnlichkeit mit den heutigen Fitnessstudios aufwiesen, einem gezielten Krafttraining nach. In seinen Schriften zeichnet der Philosoph Seneca, der dieser Art der Körperertüchtigung übrigens ablehnend gegenüberstand, davon ein eindrucksvolles Bild.

b) Mittelalter

Im Mittelalter war das Körperbild, insbesondere durch den Einfluss der Kirche, wesentlich negativer. Daher wurden die Körper auch nicht mehr so präsentiert, wie es noch in der Antike der Fall war. Die körperliche Ertüchtigung wurde für große Teile der Bevölkerung unwichtig. Lediglich im Militärwesen (allen voran bei den Rittern) war sie immer noch von herausragender Bedeutung. Obwohl weder der Gebrauch von Hanteln noch irgendwelche

Körperertüchtigungsprogramme überliefert sind, muss es diese gegeben haben (vgl. Kläber 2013, S. 96).

c) Moderne

Die von der mittelalterlichen Kirche eingeläutete Entwicklung einer zunehmenden Körperdistanzierung und –tabuisierung setzte sich im Rahmen des von Norbert Elias beschriebenen Zivilisationsprozesses in der Moderne fort (vgl. Kläber 2013, S. 101ff). Eine Folge davon war, dass der menschliche Körper „bis hin zum Ende des sog. viktorianischen Zeitalters (...) eher versteckt als bewusst in Szene gesetzt wurde“ (Kläber, S. 2013, 107). Jedoch gab es immer auch Gegenbewegungen. Beispielsweise entwickelte sich zu Beginn des 19. Jahrhunderts in Deutschland die Turnbewegung, was dazu führte, dass ab 1842 in Preußen (und später in ganz Deutschland) die ‚Leibeserziehung‘ als Erziehungsmittel eingeführt wurde (vgl. Krüger 1993, S. 80f), Das moderne Krafttraining entwickelte sich jedoch erst gegen Ende des 19.Jahrhunderts:

aa) Von Zirkus und Varietee in die Gesellschaft

Ende des 19. und Anfang des 20.Jahrhunderts erfreuten sich so genannte ‚Kraftmenschen‘ im Zirkus, im Varietee und auf Jahrmärkten großer Beliebtheit, auch weil sie bewusst gegen die noch immer vorherrschende Norm, dass der Körper zu verstecken war, verstießen: Bei ihren Darbietungen verbogen sie nicht nur Eisenstangen, zerrissen Ketten, stemmten Klaviere oder vollbrachten sonstige teils waghalsige Kunststücke (vgl. Wedemeyer 1996, S. 26 und 101). Genauso wichtig war das Zurschaustellen gewaltiger Muskelmassen und beeindruckender Körperoptik. Durch diese wurden die frühen Kraftathleten auch beliebte Modelle für Maler und Bildhauer.

Einige dieser (Zirkus-) Athleten, unter ihnen auch Eugen Sandow, auf den auch der Begriff „Bodybuilding“ zurückgeht², begannen ihren Körper durch den Vertrieb von Photographien und illustrierten Trainingsbüchern geschickt zu vermarkten. Dies führte zu einer Verbreitung des durch die Kraftmenschen vertretenen Körperideals und zu dessen Sprung in die „normale“ Bevölkerung. Diese konnte das Training in den „Kraftsportschulen“ verschiedener Athleten aufnehmen.

bb) Widersprüche

Von Anfang an vereinigte der Kraftsport moderne und antimoderne Züge: Einerseits ist die Praxis sehr modern, weil der Kraftsport extrem leistungsorientiert ist und „mit Hilfe von ausgeklügelten Kraftmaschinen, elaborierten Trainings- und Ernährungstechniken und häufig

² Eugen Sandow veröffentlichte Ende des 19. Jahrhunderts (das genaue Jahr der Ersterscheinung wird unterschiedlich angegeben) das Buch „Body Building or Man in the Making“).

auch diverser Dopingtechnologien betrieben wird“ (Kläber 2013, S. 118). Andererseits soll er ein Gegengewicht zu bestimmten Gesellschaftsentwicklungen der Moderne - und deren negativen Auswirkungen auf den Körper - bilden. So wird seit dem Anfang der Kraftsport-Bewegung propagiert, dass man mit diesem die Folgen von ungesunder Ernährung, Stress und Bewegungsmangel bekämpfen könne (vgl. Sandow 1902, S. 17, nach Kläber 2013, S. 137; Schwarzenegger/Dobbins 1987, S. 24).

Einen weiteren Widerspruch deckt die Frage nach der Funktion des muskulösen Körpers in der modernen Gesellschaft auf: Einerseits wird argumentiert, dass er seine Bedeutung als Arbeitswerkzeug verloren hat, und „sich seine Funktion allmählich zu einem Symbol für Ästhetik, Gesundheit und Identität“ umwandelt (Wedemeyer 1999, S. 409). Andererseits wird davon gesprochen, dass die Erhöhung der körperlichen Kraft in einem direkten Zusammenhang mit der Leistungsfähigkeit und der Erwerbsfähigkeit steht (Wedemeyer, 1999, S. 417).

IV. Die Feldforschung

Natürlich handelt es sich bei der vorliegenden Masterarbeit nicht um einen Forschungsbericht, sondern um eine Präsentation von Forschungsergebnissen in Form einer Ethnografie. Um die gesammelten Daten jedoch sinnvoll auswerten und nutzen zu können ist es wichtig zu wissen, wie diese Daten entstanden sind. Aus diesem Grund werde ich in diesem Abschnitt einen kurzen Überblick über die verwendeten Forschungsmethoden und die Forschungsorte geben.

1. Teilnehmende Beobachtung, informelle Gespräche und Interviews

Die teilnehmenden Beobachtung, bei der der Forscher längere Zeit bei der untersuchten Gruppe verbringt „und an deren Aktivitäten mehr oder weniger intensiv teilnimmt“ (Spittler 2001, S. 2), gilt vielen als zentrale Methode der Ethnologie. Da es aber in den meisten untersuchten Gruppen auch Bereiche gibt, die durch Beobachtung nicht (oder nur unzureichend) erfasst werden können (vgl. Spittler 2001, S. 7ff), tritt neben die teilnehmende Beobachtung mit dem Interview meist eine Methode, die diese Bereiche sprachlich erfasst. Auch ich habe in meiner Forschung beide Methoden angewendet.

Es gibt zwei Fragen, denen sich der teilnehmende Beobachter stellen muss: Wie intensiv er an den Aktivitäten der von ihm untersuchten Gruppe teilnehmen möchte, und wie er Zugang zu dieser Gruppe erhält. Für mich war der Zugang ohne Probleme möglich, da es sich bei Fitnessstudios (sieht man von Mitgliedsbeiträgen ab) um öffentliche Orte ohne Zugangsbeschränkung handelt. Allerdings wäre mir ohne eine wirklich ernsthafte und

intensive Teilnahme an Krafttraining (inklusive Leistungssteigerung) und Studioalltag wohl die Aufnahme in die Kraftsportgemeinde, und damit der Zugang zu zahlreiche Informationsquellen und Gesprächsmöglichkeiten, versagt geblieben.

Obwohl ich einen Interviewleitfaden³ vorbereitet hatte, verzichtete ich bald darauf und bemühte mich bei der sprachlichen Erfassung, so weit wie möglich auf die unnatürlichen und von vielen als unangenehm empfundenen klassischen Interviewformen zu verzichten, sowie mich auf natürliche Gespräche im Alltag der Fitnessstudios zu beschränken. Wo dies nicht möglich war, führte ich Interviews im Stile des ero-epischen Gesprächs nach Girtler durch, bei denen sich beide Gesprächspartner (Forscher und Informant) auf Augenhöhe unterhalten, ins Gespräch einbringen und Informationen austauschen (vgl. Girtler 2001, S.147-168).

2. Sonstige Forschungsmethoden

Um eine breitere Datenbasis zu erhalten, hatte ich, auf Grundlage einer in Deutschland Ende der 1980er-Jahre durchgeführten Studie (vgl. Emrich 1992, S.20f) einen Fragebogen⁴ entworfen, der Daten zu Trainingsgewohnheiten und Lebensführung abfragen sollte. Diesen wollte ich vor allem in den Fitnessstudios, in denen ich selber keine längeren Beobachtungen durchführen konnte, verteilen. Da sich jedoch schnell abzeichnete, dass ich auch ohne die Fragebögen genügend Daten würde sammeln können, und da verschiedene andere Probleme auftraten (mangelndes Interesse der Informanten, sprachliche Schwierigkeiten), entschloss ich mich diese Methode aufzugeben.

Eine weitere Methode war die Befragung zum Thema Körper-/Schönheitsideale an Hand von Bildern. Zu diesem Zweck nutzte ich selbst gemachte Fotos verschiedener „typischer“ männlicher Kraftsportler und Bilder von Frauen aus einer Fachzeitschrift.

3. Forschungsorte

Die teilnehmende Beobachtung erfolgte überwiegend in zwei sehr unterschiedlichen Fitnessstudios in Kisumu. Wenn ich im Verlauf der Arbeit auf diese Fitnessstudios eingehe werde ich sie aus Gründen des Informantenschutzes nur als Gym I beziehungsweise Gym II bezeichnen. Allerdings ließ ich mich, um einen besseren Überblick über die Kraftsportgemeinde zu erhalten, von einem Informanten durch die meisten Fitnessstudios in Kisumu führen, und besuchte auch einige Studios in Eldoret und Nairobi.

Neben den offensichtlichen Fitnessstudios gab es auch weitere Forschungsorte die, wie sich zeigen wird, wertvolle Informationen zum Forschungsthema liefern konnten: *Musclemania*

³ Anhang 1.

⁴ Anhang 2.

Africa, einen der wichtigsten Bodybuilding-Wettbewerbe in Afrika, der in Nairobi stattfand, und die *Kisumu-Fashion-Week*.

B. Fitnessstudios: Ort - Raum - Kleine Lebenswelt

Bei der Untersuchung sozialer Sachverhalte hat man meist die Wahl zwischen verschiedenen Begriffen, anhand derer man diese Sachverhalte beschreiben und analysieren kann. Die „Begriffe sind [dabei weder] falsch [noch] richtig, sondern die Kriterien für die Beurteilung müssen der Erklärungsnutzen für empirisch beobachtbare Phänomene und die theoretische Konsistenz der Begriffsbildung sein“ (Löw 2001, S.15). Folglich ist die Wahl der richtigen Untersuchungsbegriffe entscheidend: „Die wissenschaftliche Aufmerksamkeit für Raumphänomene ist derzeit groß“ (Löw/Steets/Stroetzer 2008, S. 51), und auch für die Untersuchung von Fitnessstudios bietet sich der Raumbegriff an. Da die meisten sozialwissenschaftliche Texte aber lediglich diskutieren, wie Räume entstehen, und darauf verzichten zu definieren, was Raum ‚eigentlich‘ ist, möchte ich allerdings das allgemeinsprachliche Raumverständnis zum Ausgangspunkt meiner weiteren Überlegungen machen: Der Duden definiert Raum als den „für [jemanden] oder etwas zur Verfügung stehende[n] Platz“ oder als „Bereich, in dem etwas wirkt“⁵ (Dudenredaktion 2008, S. 748). Dieses Verständnis deckt beide in meiner Forschung relevanten Beobachtungsbereiche ab: Die Fitnessstudios als Gebäude(teile) mit ihrer aus Gewichten, Maschinen und Spiegeln bestehenden Ausstattung stellen den materiellen Platz für die tatsächliche Ausübung von Kraftsport bereit, das von den Mitgliedern der gesellschaftlichen Gruppe der Kraftsportler geteilte Wissen wirkt aber über diesen hinaus, und erweitert so den Raum Fitnessstudio. Um diesen allgemeinsprachlichen Raumbegriff in eine wissenschaftliche Analyse umzusetzen ist allerdings eine Kombination der wissenschaftlichen Begriffe Raum und Kleine Lebenswelt erforderlich. Aus diesem Grund werde ich zunächst auf verschiedene sozialwissenschaftliche Raumtheorien eingehen und den Begriff der Kleinen Lebenswelt erläutern, bevor ich beide zu einem erweiterten Raumbegriff zusammenführe, und diesen auf meine empirischen Daten anwende.

⁵ Beispielsweise bestimmte Gesetze oder Ideologien.

I. Theoretische Grundlagen

1. Soziologische Raumtheorien

Raum ist kein genuin soziologischer Begriff, vielmehr stammt er aus der Physik und der Philosophie, deren Ideen das Raumverständnis der anderen Wissenschaften bis heute beeinflussen (vgl. Löw 2001, S. 19): Es kann eine grundsätzliche Unterscheidung zwischen „absolutistischen“ und „relativistischen“ Raumtheorien getroffen werden. Dabei nehmen die Absolutisten an, dass Raum und Körper unabhängig voneinander existieren, während die Relativisten annehmen, „dass Raum sich [erst] aus der Struktur der relativen Lage der Körper ergibt“ (Löw/Steets/Stroetzer 2008, S. 9). Die absolutistische Vorstellung des Containerraums „als [dem] festgelegten Rahmen, [...] in dem die Ereignisse stattfinden können, der aber durch das, was in ihm geschieht nicht beeinflusst wird“ (Hawking 1988, S. 51f. zitiert nach Löw 2001, S. 21), macht den Raum als Untersuchungsgegenstand der Soziologie nahezu uninteressant. Doch selbst wenn deshalb heute „Container-Raubegriffe als Erkenntnismittel“ (Löw/Steets/Stroetzer 2008, S. 51) überwiegend zurückgewiesen werden, gibt es unterschiedliche Wege Raum zu entwerfen. An dieser Stelle möchte ich die wichtigsten Theorien vorstellen.

a) Raumkonzeptionen

aa) Marxistische Raumsoziologie

Der Verdienst von Henri Lefebvre, dem Begründer der modernen Raumsoziologie und wohl bekanntesten Vertreter der marxistischen Raumsoziologie, besteht darin, dass er das absolutistische Konzept des Containerraums weitestgehend aufgab und sich einem relativistischen Raumkonzept zuwandte. Er sah, in Anlehnung an Marx' Sichtweise von Industrieprodukten, den Raum vor allem als Produkt gesellschaftlicher Umstände an. Ganz in marxistischer Tradition steht dabei die These, dass Kapital und Staat Macht ausüben, indem sie Räume produzieren und kontrollieren, im Mittelpunkt (Löw/Steets/Stroetzer 2008, S. 52 ff). Als Analysewerkzeug schlägt Lefebvre eine „konzeptuelle Triade“ (Lefebvre 2003, S. 33) aus drei Bereichen vor, die sich gegenseitig überlappen und beeinflussen:

- Erstens die „räumliche Praxis“ (Lefebvre 2003, S. 38): Mitglieder der Gesellschaft schaffen durch alltägliche Handlungen (wie z. B. den Weg zur Arbeit) Räume.
- Zweitens die „Repräsentationen von Raum“ (Lefebvre 2003, S. 38): Sie stellen den Raum so dar, wie er von Wissenschaftlern und Planern erdacht wird.

- Drittens die „Räume der Repräsentation“ (Lefebvre 2003, S.39): Durch die Verbindung mit Symbolen wird der physische Raum durch seine Bewohner und Nutzer erweitert und verändert.

Obwohl Lefebvre „eine Vorstellung von Raum [entwickelt], die vieles aufgreift, was 25 Jahre später zum festen Bestandteil sozialwissenschaftlichen Wissens wird“ (Löw/Steets/Stroetzer 2008, S. 55), gibt es auch Kritikpunkte: Zum einen legt er keine positive Definition von Raum vor, zum anderen untergräbt seine Absolutsetzung des kapitalistischen Zwangs seine Idee, dass Akteure im Rahmen der „räumlichen Praxis“ Räume schaffen können.

Der amerikanische Geograph David Harvey bezieht sich auf Lefebvre und führt dessen Überlegungen weiter: Er stimmt zu, dass Macht hauptsächlich auf der Fähigkeit beruht, Räume produzieren zu können. Harvey untersucht dabei auch den Zusammenhang von Raum-, Zeit- und Geldeinsätzen (Löw/Steets/Stroetzer 2008, S. 56). Besonders relevant ist dabei die von Harvey so genannte „Zeit-Raum-Kompression“⁶⁷ (Harvey 1989, S. 240): Er beschreibt damit „Prozesse, welche die objektiven Merkmale von Raum und Zeit in einem Maße revolutionieren, dass wir gezwungen sind, die Art und Weise wie wir die Welt uns selber gegenüber darstellen, zu ändern“⁸ (Harvey 1989, S. 240). Harvey bezieht sich dabei vor allem auf Fortschritte im Transport- und Kommunikationswesen, die die Welt zu einem ‚Globalen Dorf‘ schrumpfen und räumliche Barrieren und Unterscheidungen, z.B. nah und fern, massiv an Bedeutung verlieren lassen.

bb) Handlungstheoretische Raumkonzeptionen

Der britische Soziologe Anthony Giddens streicht die Bedeutung von Raum und Zeit heraus, indem er sie zu „Kernstück[en] der Sozialtheorien“ (Giddens 1988, S. 161) erklärt. So versucht „[d]ie Handlungstheorie (...) zwischen materiell wahrnehmbaren Aspekten der Räume und den sozialen Folgen räumlicher Strukturen [das Handeln als] eine Vermittlungskategorie zu denken“ (Löw/Steets/Stroetzer 2008, S. 58). Für Giddens gibt es gesellschaftliche Strukturen (Regeln und Ressourcen), die Raum und Zeit überdauern und bestimmte Handlungen strukturieren und ermöglichen. Gleichzeitig werden diese Strukturen durch das Ausführen der Handlung stetig erneuert und festgeschrieben (vgl. Löw/Steets/Stroetzer 2008, S. 59). Angesichts der hohen Bedeutung, die Giddens dem Raum scheinbar beimisst, verwundert es, dass er diesen nur als den „Ort, an bzw. in dem Ereignisse

⁶ Hier und bei allen folgenden Zitaten aus dem Englischen werde ich im Text die deutsche Übersetzung und in der Fußnote das Originalzitat angeben.

⁷ „time-space-compression.“

⁸ „processes that so revolutionize the objective qualities of space and time that we are forced to alter (...)how we represent the world to ourselves“.

stattfinden, und der in spezifischer Weise vorgefunden wird“ (Löw/Steets/Stroetzer 2008, S. 60), begreift.

cc) Relationale Raumkonzeption

Diese von Martina Löw vorgeschlagene Konzeption grenzt sich, im Gegensatz zu den beiden bisher vorgestellten Theorien, klar von der absolutistischen Sichtweise ab: Sie unterscheidet weder zwischen sozialem und materiellem Raum, wie Lefebvre es tut (vgl. Löw/Steets/Stroetzer 2008, S. 64), noch nimmt sie den Raum als selbstverständlich den Menschen umgebend hin, wie Giddens (vgl. Löw 2001, S.42). Die Theorie kann insofern als relativistisch bezeichnet werden, als dass „Räume als relationale (An)Ordnung von sozialen Gütern an Orten“ (Löw/Steets/Stroetzer 2008, S. 63) verstanden werden. Da soziale Güter „Produkte gegenwärtigen und vor allem vergangenen materiellen und symbolischen Handelns“ (Kreckel 2004, S. 77) sind, weisen sie sowohl materielle Eigenschaften auf, die ihre (An)Ordnung erlauben, als auch symbolische Eigenschaften, die diese (An)Ordnung verstehbar machen. Da allerdings neben den Beziehungen zwischen den Objekten, die für relativistische Raumtheorien das einzige entscheidende Merkmal wären, gleichzeitig auch die Objekte selber betrachtet werden, wird „die relativistische Sichtweise überschritten“ (Löw 2001, S. 156).

Bei der Raumkonstruktion können zwei unterschiedliche Prozesse unterschieden werden: Einerseits das von Löw so genannte *Spacing*, das „Platzieren von sozialen Gütern und Menschen“ (Löw 2001, S. 158), wobei berücksichtigt werden muss, dass Menschen sich auch aktiv selbst platzieren. Andererseits die *Syntheseleistung*, durch die diese vermittelt „Wahrnehmungs-, Vorstellungs- oder Erinnerungsprozesse[n]“ (Löw 2001, S. 159) zu Räumen zusammengefasst werden. Obwohl das Spacing und die Syntheseleistung getrennt voneinander betrachtet werden, finden sie im Alltag doch gleichzeitig statt (Löw 2001, 159).

Für die spätere Untersuchung sind zwei weitere Aspekte von zentraler Bedeutung: Die Tatsache, dass Spacing und Syntheseleistung nicht von allen Menschen gleich vollzogen werden, sondern dass verschiedene gesellschaftliche Gruppen Räume auf unterschiedliche Art konstruieren. Außerdem werden nicht nur einzelne soziale Güter und Menschen zu Räumen verknüpft, sondern auch Aggregate, die in anderen Zusammenhängen als Räume angesehen werden: So kann beispielsweise das Kanzleramt als Raum betrachtet werden, oder aber als soziales Gut mit anderen Regierungsgebäuden zum Raum des Regierungsviertels verknüpft werden.

b) Virtuelle Räume

Die rasante Entwicklung im Bereich der „Kommunikations-, Informationsverarbeitungs-, und Visualisierungstechniken [hat] eine [neue und] ganz spezifische Form von Raumerfahrung“ (Löw/Steets/Stroetzer 2008, S. 78) hervorgebracht: Durch die Verknüpfung von Daten und Personen entstehen Gebilde (zum Beispiel das Internet), die, wie zahlreiche Metaphern (z.B. ‚Datenautobahn‘, ‚Global Village‘, etc.) zeigen, von ihren Nutzern als Räume wahrgenommen werden. Es werden drei verschiedene Arten virtueller Räume unterschieden:

- Der Barlovian Cyberspace ist nach John Perry Barlow, dem Verfasser der ‚Magna Carta des Internets‘, benannt. Er bezeichnet „die Vernetzung von Datenbanksystemen und Computern, das Internet und vergleichbare Netzwerkstrukturen“ (Löw/Steets/Stroetzer 2008, S. 80).
- Als *virtual reality* werden mittels künstlicher Visualisierungen erzeugte Simulationen der menschlichen Umwelt bezeichnet. Obwohl sich die technischen Möglichkeiten ständig weiterentwickeln, bleibt der Simulationsumfang (vorerst) auf den „Nahraum“ beschränkt, da „eine umfassende Nachbildung oder Neugestaltung“ (Löw/Steets/Stroetzer 2008, S. 80) die Grenzen des Machbaren übersteigt. Eine Weiterentwicklung stellt die so genannte *augmented reality* dar, bei der nur simuliert wird „was in der physischen Realität nicht vorhanden ist, aber hinzugefügt werden soll“ (Löw/Steets/Stroetzer 2008, S. 80).
- Der Gibsonian Cyberspace wurde nach dem Autor des Si-Fi Romans „Neuromancer“ benannt und bezeichnet fiktionale Entwürfe und Zukunftsvisionen. Auf Grund seines fiktionalen Charakters spielt der Gibsonian Cyberspace in den Sozialwissenschaften jedoch keine größere Rolle (Löw/Steets/Stroetzer 2008, S. 80).

In den 1980er- und 90er- Jahren wurde noch davon ausgegangen, dass die neuen, virtuellen Räume realweltliche Räume ersetzen würden. Inzwischen sind zwar weder das Internet noch die anderen virtuellen Räume aus der modernen Welt wegzudenken, eine Ersetzung hat jedoch nicht stattgefunden: Reale Räume und virtuelle Räume stehen nicht in Konkurrenz zueinander, sondern überlappen und beeinflussen sich gegenseitig und schaffen so neue soziale Realitäten (Löw/Steets/Stroetzer 2008, S. 80).

2. (Kleine) Lebenswelt

Bei „Lebenswelt“ handelt es sich um einen phänomenologischen Begriff, der Anfang des 20. Jahrhunderts vom Philosophen Edmund Husserl geprägt wurde, und der „die Welt, wie sie individuell oder gruppenspezifisch als je eigene gegeben ist“ (Hitzler/Honer 1984, S.57) bezeichnet. Die Lebenswelt ist grundsätzlich egeologisch zu verstehen. Das bedeutet, die Sinnkonstruktion ist rein subjektiv und die „konkreten Ausformungen [der Lebenswelt sind] in unendlicher Vielfalt den jeweiligen erkennenden Subjekten zugeordnet als deren einzig wirkliche Welt“ (Hitzler/Honer 1984, 58). Trotzdem weisen alle Lebenswelten übereinstimmende, nicht veränderbare Eigenschaften auf und „[d]ie Grundstrukturen der Lebenswelt sind den Menschen universal gegeben“ (Hitzler/Honer 1984, S. 60). Häufig stehen diese Grundstrukturen, die die Orientierung in der Alltagswelt ermöglichen, bei der Beschreibung von Lebenswelten im Vordergrund. Allerdings gibt es neben dieser „alltäglichen Lebenswelt (...), in de[r] das Subjekt relativ fraglos mit anderen Subjekten lebt“ (ebd., S. 59), auch andere Lebenswelten, die sich stark unterscheiden, und die vom Wissen und der Erfahrung des Einzelnen abhängen. Diese werden auch als kleine Lebenswelten bezeichnet.

Daher stellt die kleine Lebenswelt keine „individuelle Welterfahrung sondern eine in der individuellen Welterfahrung relevante, partielle Bezugsgruppenorientierung“ (Honer 1985, S. 131) dar. Das bedeutet, dass der Einzelne sich in einem bestimmten Wirklichkeitsbereich mit einer Gruppe einen Wissensvorrat teilt, der eine gemeinsame Wirklichkeitsdeutung ermöglicht. Anne Honer hat die Indikatoren zusammengestellt, die aus ihrer Sicht aus einer sozialen Gruppe eine kleine Lebenswelt machen: „Eine definierbare Zwecksetzung, technisches und legitimatorisches Sonderwissen, Interaktionsgelegenheit, freiwillige teilzeitliche Partizipation, Passageriten und ‚Kariere-Muster‘“ (Honer 1985, S. 131).

3. Zusammenführung

Am Anfang dieses Kapitels habe ich festgestellt, dass kein Begriff (oder keine Theorie) für sich genommen richtig oder falsch ist, sondern dass es lediglich auf den Erklärungsnutzen bezüglich des untersuchten Phänomens ankommt. Daher werde ich mich bei der Analyse meiner Daten zwar hauptsächlich auf den relationalen Raumbegriff stützen, weil dieser meines Erachtens nach den besten Erklärungsnutzen hat, aber auch einzelne Elemente aus den anderen Begriffen nutzen, die er nicht berücksichtigt. Zusätzlich werde ich den relationalen Raumbegriff mit der Theorie der kleinen Lebenswelt verbinden: Nicht jeder würde den Raum Fitnessstudio auf die gleiche Weise konstruieren. Ich werde anhand meiner gesammelten

Daten darlegen, wie die kleine Lebenswelt der Kraftsportler dank ihres geteilten Wissens das Spacing und die Syntheseleistung auf eine gewisse Art und Weise vollbringt, so dass der Raum Fitnessstudio entstehen kann.

II. Empirie: Fitnessstudio als Raum – Kraftsport als Lebenswelt

Bevor mit der Auswertung der empirischen Daten begonnen werden kann, sind zwei Vorbemerkungen notwendig. Erstens: Schon per Definition sind Fitnessstudio und Kraftsport untrennbar miteinander verbunden. Wenn man für die Analyse des Raumes Fitnessstudio noch dazu den relationalen Raumbegriff verwendet, und die für die Raumkonstruktion nötige Syntheseleistung als von der Kleinen Lebenswelt des Kraftsports erbracht betrachtet, ist die Gliederung der Untersuchung sehr kompliziert. Zweitens ist bei der relationalen Raumtheorie zu beachten, dass die einzelnen Fitnessstudios entweder als jeweils eigenständige Räume betrachtet werden können, oder als Teil-Räume bzw. soziale Güter, die mit anderen zum Gesamtraum Fitnessstudios in Kenia verbunden werden können. Für die Kleine Lebenswelt gilt etwas Ähnliches: Man kann entweder alle Kraftsportler in einer Kleinen Lebenswelt zusammenfassen, oder aber aus den Mitgliedern einzelner Fitnessstudios oder Menschen, die aus ganz bestimmten Gründen trainieren (z. B. Bodybuildern), Untergruppen bilden, die auch als jeweils eigene Kleine Lebenswelt betrachtet werden könnten. Auch wenn ich es für sinnvoller halte, den Gesamtraum Fitnessstudios in Kenia und die Kleine Lebenswelt des Kraftsports in Kenia zu betrachten, muss diese Möglichkeit bedacht werden.

1. Die Kleine Lebenswelt des Kraftsports in Kenia

a) Das gemeinsam verfolgte Ziel

Einer der wichtigsten Indikatoren dafür, dass es sich bei einer sozialen Gruppe um eine Kleine Lebenswelt handelt, ist die „definierbare Zwecksetzung“. Das bedeutet, dass alle Mitglieder ein gemeinsames Ziel verfolgen müssen. Da Kraftsport⁹ ja gerade als „explizite Praxis, in der spezielle technische Verfahren angewandt werden, um Körper – nicht nur irgendwie sondern nach bestimmten Kriterien – zu verändern“ (Honer 1985, S.131) definiert werden kann, ist diese Zwecksetzung auf jeden Fall gegeben. Obwohl alle Kraftsportler dieses Ziel verfolgen, handelt es sich für viele dabei eher um ein Mittel zum Zweck. Daher lohnt es sich, einen genaueren Blick auf die einzelnen Trainingsgründe zu werfen. In der folgenden

⁹ Honer schreibt in ihrem Aufsatz zwar von Bodybuilding, der weitere Inhalt macht aber deutlich, dass Kraftsport gemeint ist, und dass es sich um die bereits angesprochene begriffliche Ungenauigkeit handelt (vgl. ...).

Tabelle habe ich die wichtigsten Trainingsgründe, und wie diese mit dem Geschlecht und der Studioart¹⁰ der Kraftsportler zusammenhängen, zusammengefasst:

Trainingsgründe	Studioart	Geschlecht	Häufigkeit
G 1	NHG, NG	überwiegend Männer	häufig
G 2	überall	beide	fast immer
G 3	MG	beide	noch selten, wird häufiger
G 1 + G 2	NHG, NG	überwiegend Männer	sehr häufig
G 1 + G 3	Diese Kombination kommt fast nie vor.		
G 2 + G 3	MG, NG	beide, Frauen leicht überproportional vertreten	häufig
Legende: G 1 = praktische Gründe; G 2 = ästhetische und optische Gründe; G 3 = gesundheitliche Gründe NHG = "Neighborhood Gym"; NG = "Normal Gym"; MG = "Modern Gym"			

Bei der Betrachtung der Tabelle fällt auf, dass die von Würzberg entwickelte Typisierung (vgl. Gliederungspunkt A III 2) der deutschen Kraftsportler prinzipiell auch auf die kenianischen anwendbar ist: Es gibt die Instrumentalisten (G 1; G 1+ G 2), die aus praktischen Gründen Krafttraining betreiben (wobei sich die Art der praktischen Gründe unterscheidet), die Fitnesssportler (G 2 + G 3), die Aussehen und Gesundheit verbessern wollen, und die Bodybuilder (G 2), die einem Körperideal nachjagen.

b) Sonderwissen

Ein weiteres Merkmal der Kleinen Lebenswelt ist, dass alle Mitglieder einen Wissensvorrat teilen, der es ihnen ermöglicht sich in ihr zurechtzufinden. Dabei können zwei verschiedene Arten dieses „Sonderwissens“ unterschieden werden:

aa) Technisches Sonderwissen

Um sich in einer Kleinen Lebenswelt angemessen verhalten und das gemeinsame Ziel erreichen zu können, müssen deren Mitglieder über technisches Sonderwissen verfügen. Für die Kleine Lebenswelt des Kraftsports bedeutet das: Um ihren Körper nach bestimmten Kriterien verändern zu können, müssen die Kraftsportler über eine gewisse Kenntnis der

¹⁰ Die verschiedenen Fitnessstudioarten werden im nächsten Abschnitt betrachtet.

verschiedenen Kraftübungen und der richtigen Ernährungsweise verfügen. Was der einzelne Kraftsportler dabei wissen muss, ist abhängig von seinen persönlichen Zielen (den Kriterien, nach denen er seinen Körper verändern will): So ist beispielsweise für jeden relevant wie, die einzelnen Übungen durchgeführt werden müssen, und welche Muskelgruppen dabei beansprucht werden. Während für Fitnesssportler hauptsächlich relevant ist, in welchem Wiederholungsbereich neue Muskelfasern gebildet werden, müssen Bodybuilder auch wissen, wie sich das Volumen dieser Muskelfasern steigern lässt. Auch bei der Frage nach der „richtigen“ Ernährung kommt es auf das genaue Ziel an: Möchte der Betreffende eher Fett abbauen oder Muskeln aufbauen? Interessant war in diesem Zusammenhang, dass viele zwar die gängigen (d. h. die bei Kraftsportlern in Europa gebräuchlichen) Nahrungsergänzungsmittel wie Proteinpulver, Creatin und Aminosäuren kannten, aber nicht wussten, dass diese in lokalen Geschäften verkauft werden.

Kurz gesagt, ist in der Kleinen Lebenswelt ein (sehr) großer Wissensvorrat vorhanden, von dem sich der einzelne Kraftsportler das aussucht, was für ihn zu einem bestimmten Zeitpunkt relevant ist.

bb) Legitimatorisches Sonderwissen

Auch wenn Anne Honer auf eine explizite Definition des Begriffes verzichtet, wird doch deutlich, dass sie unter legitimatorischem Sonderwissen alle von den Mitgliedern einer sozialen Gruppe geteilten Überzeugungen, Ziele und Philosophien versteht, die diese zu legitimen Mitgliedern einer Kleinen Lebenswelt machen (vgl. Honer 1985, S. 133-136).

Wie bereits festgestellt, teilen alle Kraftsportler in Kenia das Ziel, ihren Körper durch Krafttraining nach bestimmten Kriterien zu verändern. Dabei ist nicht wichtig, dass sich diese Kriterien¹¹ unterscheiden: Egal ob ein Bodybuilder extreme Muskeln aufbauen will um an Wettkämpfen teilzunehmen, oder ein Fitnesssportler Gewicht verlieren möchte um gesünder zu leben, bei beiden handelt es sich um „im [Kraftsport] (als Wissenssystem) ‚geltende‘ Leistungsziele“ (Honer 1985, S. 133). Wichtig ist alleine die Überzeugung, dass es möglich und sinnvoll ist seinen Körper in dieser Weise zu verändern.

Neben den praktischen, individuellen Zielen der einzelnen Kraftsportler spielen ideelle, allgemeingültige Ziele eine entscheidende Rolle: Vor allem erfolgreiche Spitzenathleten werden von nahezu allen Kraftsportlern als Vorbilder¹² verehrt. Dabei geht es nicht unbedingt darum, dass jeder einzelne tatsächlich so aussehen möchte wie ein bestimmtes Vorbild,

¹¹ Auf diese Kriterien bzw. die geltenden Schönheitsideale wird später noch genauer eingegangen.

¹² Es gibt zwar Vorbilder aus den verschiedenen Kraftsport-Kategorien (Bodybuilder und Fitnesssportler), in Kenia werden jedoch vor allem Arnold Schwarzenegger (als wohl bekanntester Bodybuilder aller Zeiten) und Ronnie Coleman (als erfolgreichster schwarzer Bodybuilder) verehrt.

vielmehr zeigen die Vorbilder, dass jede noch so extrem scheinende Veränderung des Körpers mit ausreichend Disziplin und Motivation erreicht werden kann. Disziplin bei Training, gesunder Lebensweise und Ernährung gelten als Wert an sich, und nicht als Mittel zum Zweck. So lässt sich auch die weit verbreitete¹³ Ablehnung von Dopingmitteln, mit deren Hilfe die meisten Trainingsziele schneller zu erreichen wären, erklären.

c) Interaktionsgelegenheit

Im Fitnessstudioalltag gibt es für die Kraftsportler ausreichend Interaktionsmöglichkeiten. Zum einen das Training selber, bei dem sie zum Beispiel gemeinsam Trainingsgeräte benutzen, und dadurch den Raum Fitnessstudio gleichzeitig nutzen und erschaffen. (Siehe dazu Gliederungspunkt B II 2 b.) Andererseits die sprachliche Kommunikation (welche die wichtigste Form menschlicher Interaktion darstellt) zwischen den Kraftsportlern, die sowohl innerhalb als auch außerhalb des Studios stattfindet. Und als Drittes die Kommunikation im virtuellen Raum, auf die später noch eingegangen wird. (Siehe dazu Gliederungspunkt B II 2 d) Im größten Teil der Kommunikation dreht es sich direkt um die Anwendung, Weitergabe und Reproduktion des in der Kleinen Lebenswelt vorhandenen Sonderwissens. So werden etwa Übungen erklärt, Ziele diskutiert, Ratschläge ausgetauscht oder Motivationsversuche gestartet:

Vitalo (zu mir): „Deine Beine sehen zwar ganz in Ordnung aus, aber du solltest trotzdem mehr Kniebeugen und Kreuzheben machen um deine Kern-Stabilität zu verbessern.“¹⁴

Es werden aber nicht nur Dinge mit direktem Kraftsportbezug diskutiert, sondern auch Themen aus dem privaten Bereich, bei denen auf den ersten Blick nur geringer Bezug zur Kleinen Lebenswelt besteht. Hervorzuheben ist dabei ein Thema, das bei genauerer Betrachtung eben doch das legitimatorische Sonderwissen des Kraftsports verbreitet: das Arbeiten und Geldverdienen: Neben denen, die ihren Job zumindest zum Teil ihrem im Fitnessstudio gestählten Körper verdanken (siehe hierzu Gliederungspunkte C III 1 a und b), sind hier vor allem die Hustler¹⁵, die ihre Geschäftsideen im Fitnessstudio diskutieren, zu nennen. So erzählte eine Informantin, dass sie ihren Job in einer Bank aufgeben werde um ein Personal Training und Ernährungsberatung nur für Frauen anzubieten:

¹³ Viele Kraftsportler sprechen sich offen gegen Doping /Medikamentenmissbrauch aus. Diejenigen, die an Wettbewerben wie Musclemania Africa teilnehmen, müssen sich auch Urintests unterziehen (<http://musclemania.com/pro/> zuletzt aufgerufen am 22.08.2016).

¹⁴ Vitalo (to me): Your legs look alright, but you should still do more squats and deadlifts to improve your core-stability."

¹⁵ Stammt zwar vom englischen *to hustle* = *hetzen oder erschwindeln*, wird aber in einem positiven Sinne für einen Geschäftemacher verwendet.

Julia: „Ich mache ja schon seit einiger Zeit Kraftsport, und weiß inzwischen viel über Training und Ernährung. Deswegen werde ich im Fitnessstudio häufig von anderen Frauen angesprochen, die nicht mit den Trainern reden wollen. Das sind ja alles Männer. Das hat mich auf den Gedanken gebracht, dass ich damit Geld verdienen könnte...“¹⁶

Wenn diese Geschäftsideen besprochen werden geht es hauptsächlich ums Geldverdienen. Wenn diese Geschäftsideen aber umgesetzt werden¹⁷, wird das in der Kleinen Lebenswelt vorhandene Sonderwissen jedoch weiter verbreitet.

d) Freiwillige teilzeitliche Partizipation

Vielen Kraftsportlern sind Training und gesunde Ernährung sehr wichtig, trotzdem „sollte aber keineswegs vergessen werden, dass auch [Kraftsportler] vor allem durchschnittliche, also ‚normale‘ Menschen sind“ (Honer 1985, S. 132): Sie leben, wie alle anderen auch, die meiste Zeit in der „alltäglichen Lebenswelt“, deren Grundstrukturen für alle Menschen gleich sind (vgl. Hitzler/Honer 1984, S. 59f). Aber im Gegensatz zu den Nicht-Kraftsportlern entscheiden sie sich dafür, zeitweise jenen „intersubjektiv konstruierte[n] Zeit-Raum situativer Sinnproduktion und –distribution“ (Honer 1985, S. 131), den die Kleine Lebenswelt darstellt, aufzusuchen.

Mit anderen Worten bildet das Sonderwissen der Kleinen Lebenswelt des Kraftsports nicht immer den relevanten Bezugsrahmen für die Wirklichkeitsdeutung des Kraftsportlers: Er trainiert nicht den ganzen Tag im Fitnessstudio, sondern hat eine Familie (oder Freunde), muss Geld verdienen und hat eventuell noch andere Hobbys. Wie viel Platz der Kraftsport im Leben des Einzelnen einnimmt ist allein seine Entscheidung.

e) Passageriten und Karriere-Muster

Es gibt, von der Anmeldung in einem Fitnessstudio¹⁸ abgesehen, keine echten Initiations- oder Passageriten im kenianischen Kraftsport, wohl aber gewisse Karriere-Muster. Ein langjähriges Studiomitglied (und inoffizieller Trainer) in Gym I sagte über Neueinsteiger:

¹⁶ Julia: I have been working out for a long time now. And by now I know a thing or two about training and nutrition. Therefore other women ask me for advice when they don't want to talk to the instructors. That made me think that I could earn money with that ...

¹⁷ Dies ist in mindestens einem Fall geschehen: Ein Informant, der früher in Gym I trainierte, hat inzwischen ein eigenes Fitnessstudio eröffnet.

¹⁸ Diese verlaufen sehr unterschiedlich: Während man in Gym I einfach vorbeikommen kann und nach dem Bezahlen (für einen Tag oder einen Monat) lostrainieren kann, muss man in sich in Gym II ausweisen und Passbilder für einen Mitgliedsausweis mitbringen, bevor man anfangen kann.

Vitalo: „Manche kommen hierher und glauben, alles was sie machen müssen um ein Bodybuilder zu werden, sei ein paar Gewichte zu stemmen. Das müssen sie ganz schnell vergessen...“¹⁹

Natürlich trainiert jeder aus einem bestimmten Grund (siehe oben). Trotzdem habe ich versucht, aus den Aussagen verschiedenster Informanten eine ‚idealtypische Kraftsport-Karriere‘ zu rekonstruieren: Wenn jemand das erste Mal im Fitnessstudio trainiert, wird ihm normalerweise von einem Trainer (sofern vorhanden) oder einem erfahrenen Studiomitglied ein Grundprogramm zusammengestellt, das den ganzen Körper kräftigen soll. Wenn er länger dabei bleibt, lernt er weitere Übungen kennen und kann dann auch eigenständig trainieren sowie sich speziellere Ziele setzen (z.B. breitere Schultern oder einen größeren Bizeps). Bald reicht ihm das Training alleine nicht mehr aus, und er beginnt sich für die „richtige“ Ernährung zu interessieren. Langsam eignet er sich immer mehr vom technischen und legitimatorischen Sonderwissen der Kleinen Lebenswelt des Kraftsports an. Vielleicht eifert er irgendwann einem bestimmten (Körper-) Vorbild nach. Wenn er länger diszipliniert trainiert hat, und sich einen Körper erarbeitet hat, den andere bewundern, wird er irgendwann selber um Rat gefragt, und ist so vom Schüler zum Lehrer geworden. Manche wollen ihren Körper dann auch im ‚echten‘ Wettbewerb präsentieren, und nehmen an Bodybuilding-Wettkämpfen teil.

f) Beurteilung

Es zeigt sich, dass alle von Honer genannten Merkmale auf die Gruppe der Kraftsportler in Kenia zutreffen, es sich also tatsächlich um eine Kleine Lebenswelt handelt.

2. Die Konstruktion des Gesamtraums Fitnessstudios in Kenia

a) Die Gyms und ihre Kundschaft: Der erste Schritt der Raumkonstruktion

Die Raumkonstruktion besteht aus zwei Schritten: dem Platzieren der sozialen Güter und Menschen, und der Syntheseleistung, die diese dann zu Räumen verknüpft. In diesem Abschnitt werde ich einerseits beschreiben, wie die überwiegend materiellen sozialen Güter, die den Kraftsportlern unmittelbar dabei helfen ihr Ziel zu erreichen (das heißt Krafttraining zu betreiben), platziert werden. Da dabei mit den unterschiedlichen Fitnessstudios sehr unterschiedliche Teil-Räume²⁰ entstehen, werde ich andererseits beschreiben, wie sich die Kraftsportler selbst platzieren, und so den ersten Teil der Raumkonstruktion abschließen. Für

¹⁹ Vitalo: „Some come here and think that lifting some weights is all they have to do to become a bodybuilder. They have to forget that real quick...“

²⁰ So werde ich Aggregate sozialer Güter, die entweder als eigenständiger Raum oder als soziales Gut in einem „größeren“ Raum betrachtet werden können, ab jetzt bezeichnen.

die Beschreibung habe ich die durch (teilnehmende) Beobachtung gesammelten objektiven Erkenntnisse mit den Aussagen und subjektiven Deutungen der Nutzer verbunden. Dadurch ist es mir gelungen, vier verschiedene Fitnessstudio-Arten (Teil-Raum-Arten) herauszuarbeiten. Bei den Bezeichnungen handelt es sich um von den kenianischen Kraftsportlern selbst gebrauchte (emische) Begriffe.

aa) Das Gym at Home

Streng genommen handelt es sich hierbei nicht um ein Fitnessstudio, sondern um eine meist geringe Menge von Gewichten, Hanteln und/oder Geräten, die manche Kraftsportler zuhause haben, und die sie als Gym at Home bezeichnen. Allerdings spielt das Training zuhause eine eher geringe Rolle und erfolgt nur selten ergänzend zum Training in einem Fitnessstudio. Es gibt zwei verschiedene Varianten: In den meisten Fällen wird das Gym at Home nur genutzt, wenn man sich das normale Fitness-Studio auf Grund unvorhergesehener Ausgaben nicht leisten kann, aber nicht aufs Krafttraining verzichten möchte:

Keneth: "Du weißt wie wichtig es für mich ist zu trainieren, weil wir uns jeden Tag hier (in Gym I MH) treffen. Aber manchmal ist es schwierig, und ich kann mir nicht leisten herzukommen. Es ist nicht genug Geld da. Vor ein paar Monaten musste ich Medizin für meine Mutter bezahlen. Ich konnte mir das Fitnessstudio nicht leisten... Aber ich musste weiter trainieren. Also habe ich mein Zeug zuhause benutzt (...) es ist mein Fitnessstudio zuhause." ²¹

Problematisch sind in Fällen wie diesem die Trainingsgeräte: Da das Gym at Home als Sparmaßnahme genutzt wird, kann sich der betreffende Kraftsportler keine qualitativ hochwertigen Hanteln oder sonstige Sportgeräte, wie es sie in vielen Malls zu kaufen gibt, leisten. Daher stellt er sich seine eigenen aus Steinen oder gegossenem Beton her. Diese bringen jedoch eine Reihe von Nachteilen mit sich: Die Gewichte sind nicht variabel, so dass immer mit dem gleichen Gewicht trainiert werden muss. Außerdem ist es vor allem bei aus Steinen gefertigten Hanteln schwierig, ein gleichmäßig verteiltes Gewicht zu erzeugen. Es kann daher sein, dass während einer Übung die Hantel gedreht werden muss, um beide Körperhälften gleichmäßig zu trainieren. Insgesamt muss man feststellen, dass die Beschaffenheit der Geräte das Training zuhause erheblich einschränkt. Die meisten Kraftsportler sind sich dieses Problems bewusst, sehen es aber pragmatisch:

²¹ Keneth: „You know how important working out is for me, since we meet here (at Gym I MH) every day. But sometimes it is difficult, and I simply can't afford coming here. There is not enough money. A few months ago I had to pay for medicine for my mother. I couldn't afford the gym... But I had to go on working out. So used my stuff at home (...) it's my gym at home.“

Keneth: „Es ist besser als nichts. Wenn ich es mir leisten kann nutze ich das richtige Fitnessstudio. Wenn nicht, nutze ich das, was ich zuhause habe.“²²

Natürlich können sich manche Kraftsportler auch qualitativ hochwertige Geräte für zuhause leisten, gehen aber trotzdem meistens ins Fitnessstudio. Eine Informantin zeigte mir ihren Fitnessraum zuhause und erklärte dazu:

Judy: „Schau mal, ich habe diese ganzen Sachen um zuhause zu trainieren, aber ich benutze sie kaum. Ich gehe lieber ins Fitnessstudio.“

Interviewer: “Und warum? Du hast die ganze Ausstattung, die du für ein anständiges Training brauchst...”

Judy: “Das stimmt. Ich könnte hier trainieren. Aber es ist leichter mich zu motivieren ins Fitnessstudio zu gehen als zuhause zu trainieren. Außerdem gibt es im Fitnessstudio Aerobic- und Zumba-Kurse, und ich kann Freunde treffen.“²³

bb) Das Neighborhood Gym

Fitnessstudios, die sich in Slums, informal settlements oder ähnlichen, ärmeren Stadtbezirken befinden, und deren Nutzer in unmittelbarer Nähe leben oder arbeiten, werden als Neighborhood Gym bezeichnet. Nutzer aus größerer Entfernung findet man dort nur in Ausnahmefällen. Die meisten Fitnessstudios dieser Art sind sehr klein, haben etwa die Größe einer Doppelgarage, sind einfach gebaut und ausgestattet: Wellblechhütten ohne Elektrizität (Licht) und sanitäre Anlagen. Falls überhaupt eine Waschgelegenheit besteht, dann ist es ein Wasserfass mit einer Schöpfkelle im Hof oder vor der Türe. Die Ausstattung mit Trainingsgeräten variiert etwas, ist aber insgesamt einfach: Man findet dort ähnliche Gewichte aus Stein und Beton wie im Gym at Home, zusätzlich aber auch alte Maschinenteile, normale Hanteln und selbstgebaute Variationen von „normalen“ Trainingsmaschinen. Obwohl auch hier die Trainingsbedingungen nicht optimal sind, gibt es doch verschiedene Geräte für alle wichtigen Muskelgruppen. Das Training dort ist verhältnismäßig günstig: zwischen 30 und 50 ksh für ein einzelnes Training, und 400-800 ksh für den ganzen Monat.

George: “Ich gehe da aus Bequemlichkeit hin. Ich arbeite unterschiedliche Schichten, also hab ich ein Fitnessstudio ausgesucht, das nah bei mir zuhause ist, so dass ich vor

²² Keneth: „It is better than nothing. When I can afford it, I use the real gym. When I can't, I use the one I got at home.“

²³ Judy: „You see I have all these things to work out at home, but I rarely use them. I prefer going to the gym.“

Interviewer: “And why is that? You have all the equipment needed for a decent workout...”

Judy: “That is true. I could work out here. But it is easier to motivate myself to go to the gym than work out at home. Apart from that, there are Aerobic and Zumba classes at the gym, and I can meet friends there.”

oder nach der Arbeit dort hingehen kann. Ich könnte da hingehen wo du hingehst (Gym I, in der Nähe seines Arbeitsplatzes MH), aber es ist zu teuer...“²⁴

Die Entscheidung sich in einem Neighborhood Gym anzumelden wird meist mit Zweckmäßigkeit begründet: Die Ausstattung ermöglicht ein ordentliches Training, gleichzeitig können sich auch ärmere Personen die Beiträge leisten. Außerdem lässt sich das Training gut in den Alltag integrieren: Man kann vor oder nach der Arbeit schnell noch trainieren gehen, ohne zusätzliche Wege auf sich nehmen zu müssen. Auffällig ist, dass in Neighborhood Gyms nur sehr selten Frauen trainieren. Dies dürfte darauf zurück zu führen sein, dass es dort weder Cardio-Geräte noch Aerobic-Kurse gibt, auf die die meisten Frauen großen Wert legen.

cc) Das Normal Gym

Auch wenn die Fitnessstudios der mittleren Kategorie, die in der Kraftsportszene als Normal Gym oder schlicht Gym bezeichnet werden, eine sehr große Bandbreite von Erscheinungsformen aufweisen, gibt es trotzdem einige Gemeinsamkeiten: Die Gebäude bestehen manchmal aus Stein, manchmal aus Wellblech, sind in der Regel aber so groß, dass mehr als 10 Leute gleichzeitig trainieren können ohne sich gegenseitig zu behindern. Außerdem verfügen sie meistens über elektrisches Licht und ein Radio oder eine Musikanlage. Die Trainingsgeräte sind besser als die in Neighborhood Gyms, so gibt es dort in der Regel keine Gewichte aus Steinen oder Beton, allerdings sind die Geräte meistens entweder selber konstruiert, oder sehr alt.

Das einzige Merkmal, das ein Normal Gym zuverlässig von einem Neighborhood Gym unterscheidet, ist jedoch die Tatsache, dass es nicht nur von Personen aus der unmittelbaren Nachbarschaft genutzt wird, sondern auch Nutzer aus anderen Stadtteilen anzieht. Die Gründe hierfür können sich unterscheiden. Das können sein: die relativ moderne Ausstattung, die angebotenen Kurse wie Aerobic, Zumba oder Kampfsport oder ein bekannter Trainer. Ein gutes Beispiel dafür bietet *Gym I*, in dem ich einen großen Teil meiner Forschung durchgeführt habe: Größe und Ausstattung sind am unteren Ende des Spektrums anzuordnen, es ist jedoch das älteste Fitnessstudio in Kisumu, wurde von einem überregional bekannten Bodybuilder gegründet und wird zumindest formell noch von diesem geleitet. Daher zieht es Trainierende aus ganz Kisumu an, und ist sogar außerhalb von Kisumu bekannt. Ein weiteres Beispiel ist das Classic Gym, das über einen Waschraum, einige Cardio-Geräte und ein

²⁴ George: „I go there for the sake of convenience. I work different shifts, so I chose a gym close to my home, so I can go there before or after work. I could go to where you are going (Gym I, close to his place of work MH) but it is too expensive...“

umfangreiches Kursangebot (Aerobic und Joga) verfügt. Laut Auskunft der Besitzerin werden vor allem Frauen davon angezogen:

Lucy: „Vor allem Frauen kommen aus dem ganzen Umkreis, nicht nur aus Migosi. Natürlich nutzen sie die Gewichte und Geräte, aber sie lieben die Laufbänder und den Aerobic-Unterricht.“

Interviewer: “Und was ist mit den Männern? Benutzen die nicht ...“

Lucy (unterbricht): „Natürlich nutzen sie die. Es sind nur die Zahlen: In den Kursen sind über die Hälfte Frauen. Bei den Gewichten ist es anders rum!“²⁵

Aufgrund ihrer besonderen Leistungen sind diese Fitnessstudios auch deutlich teurer: 100-120 ksh für ein einzelnes Training, 1500-2000 ksh für einen gesamten Monat.

dd) Das Modern Gym

Die Bandbreite bei den Erscheinungsformen der Modern Gyms ist wesentlich geringer: Sie sind nochmal größer als die Normal Gyms, befinden sich in einem modernen Steinhaus und sind häufig in einem Hotel oder einer Mall untergebracht. Elektrisches Licht, eine Musikanlage und nach Geschlechtern getrennte Umkleiden mit Sanitärbereich sind selbstverständlich. Manchmal gibt es auch Fernsehgeräte (auf denen Sport- oder Nachrichtenkanäle laufen), eine Sauna oder ein Dampfbad. Bei den Trainingsgeräten überwiegen westliche (deutsche oder amerikanische) Fabrikate, die gut gepflegt und relativ neu sind. Neben Hanteln und Bänken gibt es alle Maschinen, die auch in westlichen Studios üblich sind (teilweise sogar mehrere Exemplare) und ein Training aller wichtigen Muskelgruppen erlauben, sowie stationäre Fahrräder, Cross-Trainer und Laufbänder fürs Cardio-Training. Ein Kursangebot für Aerobic und Zumba ist ebenso selbstverständlich wie die Anwesenheit von qualifizierten Trainern. Auch die Öffnungszeiten sind besonders: Im Gegensatz zu den anderen Fitnessstudios haben alle Modern Gyms durchgehend mindestens 12 Stunden geöffnet (etwa von 8 bis 20 Uhr). Die gute Ausstattung und die guten Trainingsbedingungen haben einen Preis: 500 ksh für eine einzelne Trainingseinheit oder 6000 ksh für einen ganzen Monat sind normal. Diese Preise können nur von relativ reichen Menschen bezahlt werden, und schränken den Kundenkreis erheblich ein. Zur Kundenstruktur kann man feststellen, dass hier fast ebenso viele Frauen wie Männer trainieren. Außerdem handelt es sich bei einem großen Teil der Kunden nicht um Afrikaner, sondern um Inder und westliche Expatrierte.

²⁵ Lucy: „Especially women like coming from all around, not just Migosi. Of course they use the weights and machines, but they love the treadmill and the aerobic classes.“

Interviewer: “And what about the men? Don’t they use ...“

Lucy (interrupting): „Of course they do. It is just the numbers: In the classes, more than half are women. With the weights, it is the other way round!“

ee) Analyse

Die erste Platzierung der sozialen Güter - die Auswahl eines Gebäude(teils), in dem das Fitnessstudio eingerichtet werden soll, und der Kauf beziehungsweise die Herstellung von Gewichten und Geräten - wird natürlich von den Besitzern²⁶ der Fitnessstudios durchgeführt. Jedoch ist, wie ich noch zeigen werde, die Platzierung der Gewichte und Geräte innerhalb des Fitnessstudios zu einem gewissen Grad variabel und wird von den Trainierenden vorgenommen. Außerdem liegt es an der Syntheseleistung der Kraftsportler, dass die (An)Ordnung als Raum wahrgenommen wird: Sie erkennen, dass diese (An)Ordnung ihnen das Erreichen ihres gemeinsamen Zieles, der Veränderung von Körpern durch Krafttraining, ermöglicht. Deswegen werden Kraftsportler auch jedes Fitnessstudio als solches erkennen und zum Gesamtraum Fitnessstudio verknüpfen, auch wenn sie selber nicht im betreffenden Fitnessstudio (Teil-Raum) trainieren.

Wesentlich interessanter ist es jedoch genauer zu betrachten, wie sich die Kraftsportler selber platzieren (wie sie sich für ein bestimmtes Fitnessstudio entscheiden), und dadurch zur Raumkonstruktion beitragen. Dabei gibt es zwei wesentliche Entscheidungsfaktoren: Der erste Faktor ist das Vorhandensein bestimmter Ausstattungsmerkmale. So machen Frauen ihre Entscheidung hauptsächlich davon abhängig, ob es in einem Fitnessstudio Cardio-Geräte gibt, und ob Aerobic- bzw. Zumba-Kurse angeboten werden. Deshalb sind Frauen auch sehr selten in Neighbourhood Gyms anzutreffen. Aber auch das Vorhandensein von Sanitäranlagen kann den Ausschlag geben.

Owino: „Normalerweise trainiere ich bevor ich ins Büro gehe. Manchmal sogar in der Mittagspause. Daher muss mein Fitnessstudio eine Dusche haben. Deshalb habe ich mich für Gym II und nicht für Gym I entschieden, obwohl viele meiner Freunde dort hingehen.“²⁷

Der zweite wichtige Faktor ist der Preis des Fitnessstudios. Wie die obigen Aussagen zeigen, stellen die entstehenden Kosten häufig einen limitierenden Faktor dar, und schränken die Wahl eines Fitnessstudios erheblich ein. Die Wahl eines günstigeren Studios als man es sich eigentlich leisten kann ist aber immer möglich, und wird auch oft praktiziert. Insgesamt zeigt sich, dass Lefebvre zum Teil recht hat, obwohl seine Theorie, dass der kapitalistische Zwang das wichtigste Element der Raumproduktion ist, weiterhin abzulehnen ist: Der Eigentümer schafft die materiellen Grundvoraussetzungen der Raumproduktion und beeinflusst die Platzierung der Kraftsportler über seine Preispolitik. Da in jedem offiziellen Geschäft ein Bild

²⁶ Bei den Besitzern/Betreibern handelt es sich meistens um Personen, die selber Kraftsportler sind. Von den über 20 besuchten Fitnessstudios wurden lediglich drei von Nicht-Kraftsportlern betrieben. Bei zwei weiteren waren die Besitzverhältnisse unklar.

²⁷ Owino: "I usually do my work-out right before heading to the office. Sometimes even at lunch break. So the gym I go to must have a shower. That's why I chose Gym II and not Gym I, even if many of my friends go there."

des kenianischen Präsidenten hängen muss (zum Zeitpunkt der Forschung Uhuru Kenyatta), unterstützt der Staat zumindest symbolisch das kapitalistische System.

b) Das Training: Der zweite Schritt der Raumkonstruktion

Mit der einmaligen Errichtung und Ausstattung der Fitnessstudios und der (Selbst-) Platzierung der Kraftsportler in diese ist die Raumkonstruktion jedoch auf keinen Fall beendet. Das „Spacing bezeichnet bei beweglichen Gütern oder bei Menschen [vielmehr] sowohl den [soeben behandelten] Moment der Platzierung als auch die Bewegung zur nächsten Platzierung“ (Löw 2001, S. 159). Wie Honer feststellt, gibt es beim „Training ziemlich manifeste, allgemein akzeptierte, wenn auch kaum wirklich explizierte Verkehrsordnungen des räumlichen Umgangs miteinander, [weil] das Studio (...) ein Feld permanent möglicher Wirkzonenkonflikte [ist]“ (Honer 1985, S.132). Und auch Roberta Sassatelli untersucht in zwei italienischen Fitnessstudios, wie das Training durch das Management von „Raumressourcen“ geregelt wird (vgl. Sassatelli 2000, S. 243). Daher werde ich in diesem Abschnitt die „Verkehrsordnungen des räumlichen Umgangs“ in drei verschiedenen kenianischen Fitnessstudios untersuchen, und zeigen, inwiefern Platzierungen (sowohl die der Kraftsportler als auch die sozialer Güter) verändert werden, und so die Raumkonstruktion vorangetrieben wird.

aa) Training in einem Neighborhood Gym²⁸

Die geringe Größe und die mangelhafte Ausstattung dieses Fitnessstudios beeinträchtigen das Training auch unter normalen Umständen. Bei der hier beschriebenen Trainingseinheit kam erschwerend hinzu, dass sie während eines starken Regenschauers stattfand: Die dunklen Regenwolken verschlechterten die Lichtverhältnisse (kein elektrisches Licht), und der starke Regen auf dem Wellblechdach sorgte für eine starke Geräuschkulisse, so dass normale Kommunikation praktisch unmöglich war.

Insgesamt trainierten etwa 15 Personen auf einer Fläche, die etwas größer ist als eine normale Garage. Obwohl es nur fünf „Geräte“ (Schrägbank, Curling-Bank, Flachbank, Bauchbank, Zug-Turm) und eine geringe Anzahl verschiedener Lang- und Kurzhanteln gab, und keines der Geräte fest montiert war, konnten diese auf Grund des beschränkten Platzes nicht frei bewegt werden: Die Durchführung jeder Übung erfordert genügend Platz (Bewegungsamplitude und Sicherheitsabstand), so dass jede Veränderung auf der zur Verfügung stehenden Fläche alle anderen Akteure beeinflusst hätte. Das macht auch das

²⁸ Da ich in keinem Neighborhood Gym dauerhaft geforscht habe, basiert dieser Bericht auf der einmaligen Teilnahme an einer Trainingseinheit in einem Neighborhood Gym in Eldoret. Aussagen von Informanten zufolge handelte es sich jedoch um eine typische Trainingseinheit.

Bewegen für die schwierig, die gerade keine Übungen ausführen. Diese Umstände geben dem Training in diesem Fitnessstudio eine bestimmte Form vor: Acht Kraftsportler können an den dafür vorgesehenen Stellen gleichzeitig Übungen ausführen. Dazu kommen etwa beim Bankdrücken und bei Kniebeugen so genannte „Spotter“, die helfen können, wenn das Gewicht zu schwer wird. Die übrigen verteilen sich auf die „sicheren Zonen“, in denen sie weder bei der Übungsausführung stören noch gefährdet werden. In welcher sicheren Zone man sich aufhält signalisiert, welches Gerät man benutzen möchte, ansonsten erfolgt die Absprache über Blicke.



Bild 1: Links trainiert ein Kraftsportler auf der Schrägbank, rechts einer am Zuggturm. Hinten an der Wand steht ein Kraftsportler in einer sicheren Zone und wartet darauf, dass er an die Reihe kommt.

bb) Training in Gym I

Gym I befindet sich in einem aus Stein und Wellblech gebauten Haus mit elektrischem Licht und hat in zwei nur teilweise voneinander getrennten Bereichen eine Grundfläche von etwa 100m². Es bietet daher genügend Platz für viele verschiedene Geräte und Gewichte. Lediglich drei der Geräte (Beinpresse, Beinbeuger/Beinstrecker-Maschine und Squat-Rack) sind fest montiert oder lassen sich wegen ihres hohen Gewichts nicht ohne Weiteres verschieben. Alle anderen Geräte und Gewichte sind frei beweglich. Durch den zur Verfügung stehenden Platz können mehr als 20 Personen gleichzeitig trainieren ohne sich gegenseitig zu behindern. Dabei können sie sich den Raum (bis auf die fest montierten Geräte) relativ frei gestalten: Es gibt keine festen Zonen (wie im oben beschriebenen Neighborhood Gym). Wenn man eine neue Übung beginnen möchte, platziert man die benötigten Geräte bzw. Gewichte am gewünschten Ort. Dabei müssen sowohl andere Trainierende (zu denen genügend Sicherheitsabstand gehalten werden muss) oder die an zwei Wänden befindlichen Spiegel (in denen der korrekte Bewegungsablauf bei den Übungen kontrolliert werden kann) berücksichtigt werden. Es gilt als sehr unhöflich, anderen die Sicht auf den Spiegel zu

versperren. Die Beschaffenheit der Geräte, die meist alt und ziemlich instabil sind, führt dazu, dass fast alle Übungen aus Sicherheitsgründen mit einem Partner durchgeführt werden (müssen). Letztendlich bewegen sich im Fitnessstudio immer Zweiergruppen, die die (An)Ordnung der Gewichte und Geräte permanent verändern.

cc) Training in Gym II

Das Fitnessstudio befindet sich innerhalb einer Mall. Das Gebäude besteht aus Stein (bzw. Ziegeln) und ist komplett elektrifiziert. Es gibt einen Empfangsbereich und nach Geschlechtern getrennte Umkleieräume und Sanitäranlagen. Der eigentliche Trainingsbereich ist in drei Säle unterteilt: Im ersten, größeren Saal befinden sich sowohl Cardio- als auch Kraftgeräte. Im zweiten, etwas kleineren Raum befinden sich diverse Kurz- und Langhanteln. Der dritte Saal ist für Aerobic- und Zumba-Kurse bestimmt und bis auf einen Stapel Isomatten komplett leer, aber an drei Seiten komplett verspiegelt (in der vierten Wand befinden sich mehrere Fenster).

Es handelt sich um ein typisches, modernes Fitnessstudio, das auch in der Raumnutzung und Konstruktion denen ähnlich ist, die Sassatelli in ihrem Aufsatz beschreibt (vgl. Sassatelli, S. 229 – 233): Die Umkleiden „biete[n] einen Raum um den Übergang, sowohl hinein – in eine Welt des Trainings – als auch hinaus – zurück in verschiedene externe Realitäten, zu erleichtern“²⁹ (Sassatelli 2000, S. 230). Die Trennung der unterschiedlichen Trainingsbereiche (Bereich für Geräte- und Gewichtstraining einerseits sowie Aerobic-Bereich andererseits) entsprechen sich ebenso wie das Verhalten der Sportler (wie sie sich im Vergleich zu anderen platzieren) in diesen Bereichen: Im Aerobic-Bereich verteilen sich alle Kraftsportler im Raum und richten ihre Aufmerksamkeit auf den Trainer, dessen Bewegungen sie nachahmen, während das Training im Geräte-Bereich an die einzelnen Geräte gebunden und das Verhalten „durch höfliche gegenseitige Nichtbeachtung gekennzeichnet ist“³⁰ (Sassatelli 2000, S. 232).

dd) Analyse

Die Beschreibung des Trainings in drei verschiedenen Fitnessstudios zeigt, dass der Prozess der Raumkonstruktion weitergeht, nachdem die sozialen Güter und Menschen das erste Mal platziert wurden: Es ist deutlich, dass die Räume sich durch ihre Nutzung zum Teil erheblich verändern. Nicht immer ist die Veränderung so massiv und offensichtlich wie es bei Gym I der Fall ist, wo sich sowohl die Menschen als auch viele der sozialen Güter bewegen. Aber

²⁹ „offers a space to facilitate shifting, both inward – into a world of training – and outwards – back to different external realities.“

³⁰ „constituted by reciprocal civil inattention.“

auch in Gym II und dem Neighborhood Gym bewegen sich die Menschen und verändern ihre (An)Ordnung zueinander.

Wie die Kraftsportler den Raum nutzen (und ihn dadurch verändern) liegt an dem in der Kleinen Lebenswelt vorhandenen technischen Sonderwissen. Dabei kann zwischen dem Wissen, über das jeder Kraftsportler verfügt - wie der Körper durch bestimmte Übungen verändert werden kann - und dem Wissen, über das nur die Mitglieder der einzelnen Studios verfügen - wie die Übungsabfolge (Training) in den jeweiligen Studios organisiert wird - unterschieden werden.

c) Symbolische Güter: Der dritte Schritt der Raumkonstruktion

Obwohl „soziale Güter niemals nur materiell oder symbolisch sind, sondern beide Komponenten aufweisen [von denen] je nach Handlung jedoch eine Komponente stärker in den Vordergrund tritt“ (Löw 2001, S. 153), wurde bisher hauptsächlich die Rolle der überwiegend materiellen Güter bei der Raumkonstruktion betrachtet. In diesem Abschnitt soll nun die Rolle der überwiegend symbolischen sozialen Güter untersucht werden.

aa) Atmosphäre

Unter Rückgriff auf die Existentialphilosophie Heideggers und phänomenologische Studien postuliert Löw, dass Räume „eine eigene Potentialität, die Gefühle beeinflussen kann“ (Löw 2001, S. 205), besitzen, die sie als Atmosphäre bezeichnet. Die Atmosphäre eines Raumes entsteht durch die Kombination aller Außenwirkungen der (zu diesem Raum verbundenen) sozialen Güter und Menschen. Wichtig dabei ist, dass, ähnlich wie erst die Syntheseleistung (von Menschen) die platzierten sozialen Güter zu einem Raum verbindet, die Atmosphäre erst entsteht, wenn ein Mensch die Außenwirkungen der sozialen Güter aktiv wahrnimmt. Daher werden Atmosphären auch als „die gemeinsame Wirklichkeit des Wahrnehmenden und des Wahrgenommenen“ (Böhme 1995, S. 34) definiert. Folgt man dieser Ansicht, wendet man sich damit gleichzeitig sowohl gegen die Idee, dass Atmosphäre aus der Projektion eigener Gefühle auf soziale Güter entsteht als auch dagegen, Atmosphäre als losgelöst vom Menschen zu betrachten.

bb) Bilder, Plakate und die Atmosphäre in Fitnessstudios

Natürlich setzt sich die Atmosphäre eines Raumes aus den Außenwirkungen aller sozialen Güter und Menschen dieses Raumes zusammen. An dieser Stelle möchte ich mich aber auf den Einfluss von bestimmten, überwiegend symbolischen sozialen Gütern auf die Atmosphäre des Raumes Fitnessstudio beschränken. Anne Honer betont in ihrer Studie die Bedeutung von Bildmaterialien in den westlichen Bodybuilding-Journalen (vgl. Honer 1985, S. 136). Obwohl

auch in Kenia allgemeine Sport- und spezielle Fitness-Zeitschriften³¹ verkauft werden, spielen diese dort eine untergeordnete Rolle³². Die Bedeutung von Bildern (und Plakaten) ist aber auch in den Fitnessstudios Kenias gegeben: In jedem der von mir besuchten Fitnessstudios hängen zahlreiche Bilder und Plakate an den Wänden. Und obwohl sie sich in Anzahl und Qualität unterscheiden - von schwarz-weißen Computerausdrucken bis zu Hochglanzplakaten ist alles dabei - lassen sich die Motive in drei Kategorien unterteilen: Erstens: Kraftsportler beim Ausführen bestimmter Übungen. Diese Bilder verbreiten so genanntes Verfahrenswissen (oder technisches Sonderwissen) und zeigen, wie eine Übung korrekt ausgeführt wird. Sie dienen den übenden Kraftsportlern zur Kontrolle. Zweitens: Bilder, auf denen Kraftsportler ihren muskulösen Körper präsentieren. Dabei handelt es sich teilweise um erfolgreiche Mitglieder des betreffenden Fitnessstudios, häufiger aber um (weltweit) bekannte Bodybuilder (allen voran Arnold Schwarzenegger und Ronnie Coleman), Fitness-Models (z.B. George Plitt und Lazar Angelov) oder Schauspieler (z.B. Mark Wahlberg und Dwayne „The Rock“ Johnson)³³. Diese Bilder dienen „offenbar vor allem der Distribution von Identifikationsmustern“ (Honer 1985, S. 136). Dabei ist zu beachten, dass die dargestellten Körper sich zwar stark unterscheiden, aber prinzipiell alle „legitime“ (auf Schönheitsideale wird später noch eingegangen) Vorbilder darstellen. Drittens: Motivationsprüche wie „No Pain, no Gain“³⁴ oder Piktogramme³⁵, die eine besondere Disziplin oder einen fitness- und gesundheitsorientierten Lebensstil feiern. Diese Beispiele machen deutlich, dass die Bilder das technische (wie eine Übung ausgeführt wird) und legitimatorische³⁶ (legitime Ziele, Ideologie) Sonderwissen, das den Kraftsport zu einer Kleinen Lebenswelt macht, verbreiten und verstärken. Durch dieses Zurschaustellen zentraler Bestandteile der eigenen Kleinen Lebenswelt entsteht im Fitnessstudio eine Atmosphäre, die einem Kraftsportler ein Gefühl der Zugehörigkeit gibt, und ihn zu noch größeren Anstrengungen antreibt.

³¹ Wie beispielsweise der in Südafrika erscheinende Ableger der international erhältlichen westlichen Fitness-Zeitschrift *Men's Health*.

³² Keiner der von mir Befragten liest regelmäßig eine Fitness-Zeitschrift.

³³ Wie es die hier aufgeführten Beispiele nahelegen, zeigen die Bilder fast ausschließlich Männer. Waren Frauen abgebildet, waren diese sowohl mir als auch den von mir Befragten unbekannt.

³⁴ Diese Trainingsmotivation ist vergleichbar mit dem deutschen Sprichwort „Ohne Fleiß kein Preis!“. Sie wurde 1982 durch die Trainingsvideos von Jane Fonda geprägt, und hat sich seither im Kraftsport durchgesetzt. Der Eigentliche Ursprung liegt jedoch wesentlich weiter zurück.

(vgl. https://en.wikipedia.org/wiki/No_pain,_no_gain)

³⁵ Abbildung xy

³⁶ Auf das legitimatorische Sonderwissen wird später noch genauer eingegangen.

d) Der virtuelle Raum: Vierter Schritt der Raumkonstruktion

Inzwischen kann die Bezeichnung von Computerprogrammen und Computernetzwerken (allen voran des Internets) als virtuelle Räume als allgemein anerkannt gelten, und ich habe bereits die verschiedenen Arten virtueller Räume aufgezählt. Trotzdem sind noch zwei einleitende Bemerkungen nötig, bevor mit der Analyse des „virtuellen Anteils“ am Raum Fitnessstudios in Kenia begonnen werden kann: Erstens muss man im Hinterkopf behalten, dass man, ähnlich wie bei den einzelnen Fitnessstudios, den virtuellen Raum als solchen betrachten kann, oder aber als soziales Gut (bzw. Teil-Raum), das mit anderen zu einem Raum verbunden werden kann. Auch hier habe ich mich für die zweite Möglichkeit entschieden. Zweitens ist hier nur das Internet und damit lediglich der Barlovian Cyberspace relevant.

a) Die virtuellen Fitnessstudios

Es ist offensichtlich, dass ein materieller Raum wie ein Fitnessstudio, welcher der Veränderung von Körpern durch Krafttraining dient, niemals durch einen virtuellen Raum ersetzt werden kann. Trotzdem kann eine zusätzliche Präsenz im virtuellen Raum durchaus sinnvoll sein, und viele Fitnessstudios haben einen eigenen Internetauftritt. Meistens handelt es sich dabei jedoch nicht um eine eigene Homepage, sondern um eine Facebook-Seite³⁷. Die Vorteile liegen auf der Hand: Das Fitnessstudio kann leicht gefunden werden, weil wichtige Informationen wie Lage, Öffnungszeiten und Preise von überall auf der Welt abgerufen werden können³⁸. So können zusätzliche Kunden gewonnen und ökonomische Vorteile erlangt werden. Außerdem dient der Internetauftritt der Kommunikation und Selbstdarstellung: Einerseits ist bei Problemen oder Nachfragen eine Kontaktaufnahme durch (potentielle) Kunden unproblematisch möglich. Andererseits kann das Fitnessstudio (bzw. dessen Leitung) Bilder und Informationen zum Training, Bilder von (erfolgreichen) Wettkämpfen der Studionutzer oder ähnliches auf der Seite platzieren, um das Studio in einem guten Licht erscheinen zu lassen. Auch werden auf den Internetseiten die gleichen Bilder und Motivationsprüche, häufig in Form so genannter Memes³⁹, präsentiert, wie sie auch an den Wänden der materiellen Fitnessstudios zu finden sind. Auch hier dienen sie der Verbreitung von Sonderwissen der Kleinen Lebenswelt des Kraftsports.

³⁷ Der Screenshot einer solchen Facebook-Seite befindet sich im Anhang 3. Es handelt sich hierbei lediglich um ein Beispiel, das Fitnessstudio wurde im Rahmen der Forschung zwar besucht, wird aber in der vorliegenden Arbeit nicht gesondert erwähnt.

³⁸ Was mir erlaubte, eine Vorauswahl möglicher Forschungsorte von Deutschland aus vorzunehmen.

³⁹ Allgemein ist ein Meme ein sich schnell verbreitendes Internetphänomen. Hier ist der Spezialfall gemeint, wenn ein bekanntes Bild (z. B. von Arnold Schwarzenegger) mit einem kurzen Text versehen und im Internet verbreitet wird.

b) Kraftsportler im virtuellen Raum

Auch die Kraftsportler sind im Internet vertreten, und treiben dabei sowohl die Raumkonstruktion als auch die Genese der Kleinen Lebenswelt des Kraftsports voran: Zwar unterscheiden sich die sozialen Güter und deren Platzierung von denen im materiellen Raum, trotzdem kann argumentiert werden, dass auch im Internet Räume erst durch das Spacing und die Syntheseleistung entstehen. So werden von den Fitnessstudiobesitzern Informationen, Bilder und Texte auf Facebook-Seiten platziert, aber zu Räumen zusammengefasst werden sie erst durch die Syntheseleistung der Kraftsportler, die auch eine Verbindung mit dem materiellen Fitnessstudio ermöglicht (die virtuellen Räume werden als Entsprechung der materiellen erkannt). Die Kraftsportler können sich auch selber in diesen Räumen platzieren, indem sie beispielsweise die Facebook-Seite ihres Fitnessstudios „ liken“⁴⁰. Daraus ergeben sich mehrere Konsequenzen: Einerseits ist auf den Seiten der Fitnessstudios zu sehen, wem diese gefallen. Man könnte sagen, die Studios füllen sich mit Mitgliedern. Andererseits erhalten alle, die eine Seite „geliked“ haben, eine Benachrichtigung, wenn auf dieser Seite neue Nachrichten oder Bilder hochgeladen werden.

Als Privatpersonen machen die Kraftsportler auf verschiedenste Weise ihre Zugehörigkeit zur Kleinen Lebenswelt der Kraftsportler deutlich: Einerseits indem sie Seiten wie die „ihres“ Fitnessstudios oder Seiten, die Trainings- oder Ernährungsratschläge geben, „ liken“, oder Gruppen beitreten, die einen eindeutigen Kraftsportbezug haben⁴¹. Andererseits verbreiten sie die Ideale des Kraftsports, indem sie ähnliche wie die bereits erwähnten Bilder (bekannte Kraftsportler oder Motivationsprüche) oder Bilder, auf denen sie ihren Körper präsentieren um ihre Trainingsfortschritte zu verkünden, „teilen“. Allerdings finden sich im virtuellen Raum auch viele Dinge, die nichts mit dem Kraftsport zu tun haben, zum Beispiel Familienbilder oder Angaben welche Musik der betreffende hört. Insgesamt wird auf den privaten Seiten also deutlich, dass der Kraftsport im Leben des Betreffenden eine (mehr oder weniger) wichtige Rolle spielt, aber nie die gesamte ihn umgebende Wirklichkeit (Lebenswelt) darstellt. So wird nochmals deutlich, dass es sich beim Kraftsport nur um eine Kleine Lebenswelt handelt, an der der einzelne teilzeitlich partizipiert.

⁴⁰ Auf Facebook können Nutzer Seiten mit „gefällt mir“ markieren, dieser Vorgang wird umgangssprachlich „ liken“ genannt.

⁴¹ Wie beispielsweise die „Kenyan Bodybuilding Federation – KBBF“

C. Körper und Identität in kenianischen Fitnessstudios

I. Die Bedeutung des Körpers

Die grundlegende Definition des Begriffs Fitnessstudio und die kurze Geschichte des Kraftsports haben deutlich gemacht, dass der Krafterwerb und die damit unweigerlich verbundene optische Veränderung des eigenen Körpers deren Existenzgrundlage darstellen. Die Untersuchung von kenianischen Fitnessstudios als Raum und des kenianischen Kraftsports als Lebenswelt hat diese Grundfeststellung präzisiert, und es ist offensichtlich geworden, dass die gezielte optische Veränderung des Körpers den Krafterwerb als Hauptmotivation Kraftsport zu betreiben abgelöst hat. Insgesamt wurde bisher also gezeigt, dass sowohl der menschliche Körper als auch die Überzeugung, dass es möglich und sinnvoll ist, diesen gezielt zu verändern, in der Institution des Fitnessstudios und in der gesellschaftlichen Gruppe der Kraftsportler von entscheidender Bedeutung sind.

In diesem Abschnitt soll nun die Bedeutung des Körpers für den einzelnen Kraftsportler näher untersucht werden. Dazu bietet sich die Idee der personalen Identität als analytisches Werkzeug an: Mit „Leib, Körper und Identität“ legt Robert Gugutzer ein Werk vor, das sich detailliert mit der Verbindung von Körper und Identität auseinandersetzt. Darin stellt er fest, dass Identität sowohl in den Sozialwissenschaften als auch in der (westlichen) Gesellschaft ein fast allgegenwärtiges Thema darstellt, der Körper aber als „fraglose Gegebenheit[]“ abhandelt gekommen ist, was „die Möglichkeit [bietet], den eigenen Körper nach individuellen Bedürfnissen zu gestalten,“ wodurch „Identitätsgewinne wie z.B. soziale Anerkennung oder ein positiver Selbstwert scheinbar einfach zu verbuchen sind“ (Gugutzer 2002, S. 13f). Aber auch andere Autoren beschäftigen sich mit dem Thema. So finden sich im Sammelband „Body Modification“ von Mike Featherstone zahlreiche Aufsätze, die der Frage nachgehen, auf welche Weise Menschen ihren Körper verändern und wie dies ihre Identität beeinflusst (vgl. Featherstone). Darunter befinden sich auch mehrere Aufsätze, die sich speziell mit Kraftsport beschäftigen (vgl. Sassatelli; Monaghan).

Zunächst möchte ich den Begriff Identität allgemein definieren und ganz allgemein auf die Rolle des Körpers in den verschiedenen Identitätstheorien eingehen. Anschließend werde ich in einem weiteren Schritt die im Verlauf der Forschung gesammelten Daten präsentieren und darlegen, inwiefern die geschilderten Phänomene die Identität beeinflussen. Zum Schluss werde ich begründen, warum Körperarbeit im Fitnessstudio auch immer Identitätsarbeit ist.

II. Identität

1. Definition, Herkunft und Kritik

Ganz allgemein bezieht sich der Begriff Identität auf charakteristische Merkmale von Personen oder Personengruppen. In der Anthropologie sind zwei verschiedene Definitionen gebräuchlich: Wenn Einzelpersonen untersucht werden „bezieht sich der Begriff auf jene einzigartigen und individuellen Eigenschaften, jene grundlegenden Unterschiede, die eine Person von allen anderen unterscheiden“⁴² (Byron 2008, S. 292). In diesem Fall wird auch von personaler Identität gesprochen. Wenn hingegen Personengruppen im Fokus der Untersuchung stehen, geht es um die Merkmale von Personen, anhand derer sie einer bestimmten Gruppe zugerechnet werden können, weil dieses hervorstechende Merkmal die Grundlage der Gruppe bildet. Man kann also von Gruppenidentität sprechen. Betrachtet man den vorherigen Abschnitt (Lebenswelt und Raum) vor dem Hintergrund dieser Definitionen, wurden darin einige Aspekte der Gruppenidentität von Kraftsportlern angesprochen. Wie bereits angedeutet, soll es in diesem Abschnitt jedoch um die einzelnen Kraftsportler und deren personale Identität gehen.

Der Begriff Identität als solcher wurde erst in den 1960er-Jahren vom Psychoanalytiker Erik H. Erikson geprägt, jedoch haben verwandte Begriffe (wie Selbst und Persönlichkeit) eine lange Tradition in der Geschichte des westlichen Denkens (Brubaker/Cooper 2000, S. 2). Obwohl, oder vielleicht gerade weil, sich der Begriff Identität „sowohl innerhalb als auch außerhalb der akademischen Gemeinschaft“⁴³ (Brubaker/Cooper 2000, S. 2) stetig wachsender Popularität erfreut, gibt es daran zum Teil auch heftige Kritik. In „Reconsidering Identity“ nimmt Sökefeld die beiden Hauptkritikpunkte genauer unter die Lupe: Erstens, dass Identität in kulturübergreifendem Zusammenhang keine sinnvolle Kategorie sei. Zweitens, dass ihr durch inflationären Gebrauch „so viele verschiedene Bedeutungen zugeschrieben wurden, dass sie aufgehört hat irgendeine Bedeutung zu haben“⁴⁴ (Sökefeld 2001, S. 527). An dieser Stelle soll nur erwähnt sein, dass Sökefeld die Kritik zwar ernst nimmt, aber letztendlich doch ablehnt (vgl. Sökefeld 2001, S. 531 bzw. S. 538 f).

Für die vorliegende Arbeit möchte ich Identität jedenfalls als analytische Kategorie verwenden, und zwar in einem genau festgelegten Rahmen: Inwiefern trägt die Körperarbeit

⁴² „the term refers to properties of uniqueness and individuality, the essential differences making a person distinct from all others[.]“

⁴³ „inside and outside academia“.

⁴⁴ „has been charged with so many different meanings that it ceased to be meaningful at all[.]“

der Kraftsportler (auch indirekt) dazu bei sie als Personen unverwechselbar zu machen, d. h. ihre Identität zu formen?

2. Identitätstheorien

Wie bereits angedeutet, ist der Begriff Identität inzwischen so weit verbreitet, dass es unmöglich wäre, hier alle verschiedenen Identitätstheorien auch nur im Überblick vorzustellen. Deshalb sollen hier nur diejenigen Erwähnung finden, zu denen später ein konkreter Bezug hergestellt wird.

a) E. H. Erikson: Psychosoziales Model der Identitätsentwicklung

Erikson gilt als Schöpfer des Identitätsbegriffs. Er entwickelte seine Theorie „auf der Grundlage der Psychoanalyse Freuds, eigenen Erfahrungen als Psychoanalytiker sowie von kulturanthropologischen Studien“ (Gugutzer 2002, S. 22). Daher ist es nicht verwunderlich, dass sie auch außerhalb der psychoanalytischen Identitätsforschung von großer Bedeutung ist. (Byron 2008, S. 292)

Eriksons Verständnis von Identität soll hier kurz dargestellt werden: Persönliche Identität ist für ihn ein Gefühl, das „auf der unmittelbaren Wahrnehmung der eigenen Gleichheit und Kontinuität in der Zeit, und der damit verbundenen Wahrnehmung, dass auch andere diese Kontinuität erkennen“ (Erikson 1981a, S. 18) beruht. Es liegt in der Verantwortung des Individuums, diese Gleichheit und Kontinuität aufrecht zu erhalten. Die Entwicklung des Identitätsgefühls zeichnet Erikson in acht Entwicklungsstadien nach, die sich an der psychosexuellen Entwicklungslehre Freuds orientieren (vgl. Gugutzer 2002, S. 27), und denen jeweils ein Grundkonflikt zu Grunde liegt (vgl. Erikson, 1981b, S. 62 – 120).

Der Körper spielt dabei vor allem dadurch eine Rolle, dass er „[i]n Form‘ körperlichen Wachstums und sexueller Reifung (...) dem Konflikt zwischen Identität(sbildung) und Identitätsdiffusion als biologische Ursache zu Grunde“ (Gugutzer 2002, S. 26) liegt. Aber auch konkret lassen sich Bezüge zum (im Fitnessstudio geformten) Körper herstellen: In der vierten Stufe „Werksinn gegen Minderwertigkeitsgefühl“ beginnt das Kind verschiedene Tätigkeiten (die in seiner Gesellschaft wichtig sind) zu erlernen, und möchte diese möglichst gut machen. (vgl. Erikson 1981b, S. 98 – 106) Obwohl der Körper hier nicht explizit erwähnt wird, kann ohne ihn doch der Werksinn nicht verwirklicht werden. Auch in der fünften Stufe „Identität gegen Identitätsdiffusion“, mit der die Kindheit beendet wird, spielt der Körper eine wichtige Rolle: Erikson hebt unter anderem auf die Ungewissheit ab, die entsteht, wenn man daran zweifelt, z. B. den richtigen Beruf oder Sexualpartnerpartner wählen zu können (vgl. Erikson 1981b, S. 111 f.). Wie ich später zeigen werde, und wie wahrscheinlich viele von uns

aus eigener Erfahrung wissen, gelten für manche Berufe körperliche Voraussetzungen, und auch die Chancen bei der Partnerwahl werden durch die äußere Erscheinung zumindest beeinflusst. Obwohl damit lediglich die Wahlmöglichkeit vergrößert wird, und nicht die Wahrscheinlichkeit die richtige Wahl zu treffen, betrachte ich den Körper trotzdem als für die Identitätsentwicklung (im Eriksonschen Sinne) wichtig.

b) Interaktionistische Identitätstheorien

aa) Die Innenperspektive: Georg H. Mead

Zentrale Idee bei Mead ist, dass der Einzelne nur dann eine Identität entwickeln kann, wenn er für sich selbst zum Objekt wird. Diese Selbstreflektion findet jedoch im gesellschaftlichen Umfeld des Einzelnen statt (vgl. Gugutzer 2002, S. 34). Aus diesem Grund kommt auch „der Kommunikation entscheidende Bedeutung [zu], da sie ein Verhalten ist, bei dem der Einzelne in dieser Weise auf sich selbst reagiert“ (Mead 1968, S. 184). Anders ausgedrückt, entwickelt sich Identität im gesellschaftlichen Prozess, und durch jede Kommunikation und soziale Interaktion wird die Identität des Einzelnen geformt und organisiert (vgl. Mead 1968, S. 184 f). Aber neben der Kommunikation hat auch der Wettkampf eine besondere Bedeutung: Der Einzelne muss auch die Rollen aller anderen am Wettkampf beteiligten Personen übernehmen, „das heißt, die organisierten Haltungen der für [ihn] relevanten gesellschaftlichen Gruppe“ (Gugutzer 2002, S. 35), die Mead den generalisierten Anderen nennt. Der Körper wird in dieser Theorie zwar als physiologische Grundlage der Identität angesehen, aber letztlich als völlig getrennt von dieser betrachtet (vgl. Mead 1968, S. 177 ff). Da aber der Wettkampf von großer Bedeutung für die Identität ist, liegt die Betrachtung eines sportlichen Wettkampfes als Identitätsstifter nahe.

bb) Die Außenperspektive: Erving Goffman

Auch für Goffman entwickelt sich Identität im gesellschaftlichen Prozess. Anders als bei Mead entsteht sie jedoch nicht durch die durch diesen ermöglichte Selbstreflektion, sondern durch Fremdzuschreibung.

Dabei unterscheidet Goffman verschiedene Arten von Identität: Die *virtuale soziale Identität* bezeichnet jene Eigenschaften, die der Person als Mitglied einer sozialen Gruppe zugeschrieben werden. Die *aktuale soziale Identität* hingegen bezeichnet Kategorie und Eigenschaften, die der Person tatsächlich nachgewiesen werden konnten (vgl. Goffman 1983, S. 9f). Da es sich hierbei um Varianten der Gruppenidentität handelt, soll hier nicht näher darauf eingegangen werden.

Die *persönliche Identität* (entspricht der *personalen Identität*) beruht auf der Einzigartigkeit einer Person: Jede Person hat einen *Identitätsaufhänger*, der sie von allen anderen unterscheidbar macht. Dabei kann es sich entweder um körperliche Merkmale, wie z.B. Gesicht, Figur oder Fingerabdrücke, oder um soziale Merkmale, wie eine einzigartige Stellung in einer Verwandtschaftsgruppe, handeln. Eine weitere Möglichkeit eine Person von anderen zu unterscheiden ist die einzigartige Kombination von (sozialen) Fakten, die auf sie zutrifft: Während die einzelnen Fakten zwar auf jede Person zutreffen können, ist die Kombination jedoch einzigartig (vgl. Goffman 1983, S. 73 - 74).

Schon anhand dieser Definition von persönlicher Identität wird deutlich, dass der Körper, zumindest als *Identitätsaufhänger* eine Rolle spielt. Allerdings gehen Goffmans Studien noch viel weiter, und er betont in „Stigma. Über Techniken der Bewältigung beschädigter Identität“ (Goffman 1983), „dass der körperlichen Präsentation und Inszenierung in sozialen Situationen eine wichtige Rolle der Fremdidentifikation zukommt“ (Gugutzer 2002, S. 40). Und in keiner anderen Sportart ist die Präsentation des Körpers an sich (und nicht der Fähigkeiten des Körpers) wichtiger als im Bodybuilding.

c) Bourdieu: Körperliches Kapital

Bourdieu empfiehlt den Begriff des Kapitals (der Macht) zu nutzen, um die gesellschaftliche Welt zu untersuchen: Die Verteilung der drei Hauptkapitalformen (ökonomisches Kapital, kulturelles Kapital und soziales Kapital) sowie deren Transformierbarkeit stimmen mit der Struktur der gesellschaftlichen Welt überein (vgl. Bourdieu 1983, S. 183 – 185). Bei seiner Sozialstrukturanalyse der französischen Gesellschaft führt er jedoch auch die Begriffe *symbolisches Kapital* und *körperliches Kapital* ein, und beschäftigt sich mit „klassenspezifischen Umgangsweisen mit dem Körper“ (Gugutzer 2002, S. 120). Natürlich handelt es sich bei dieser „Kapitaltheorie“ nicht um eine „Identitätstheorie“ im eigentlichen Sinne. Trotzdem macht sie deutlich, inwiefern „der Körper als Medium für die personale Identität fungiert“ (Gugutzer 2002, S. 120):

Bourdieu weist darauf hin, dass manche Menschen „viel Zeit, Mühen, Entbehrungen, und nicht zuletzt Geld, in die Korrektur ihres physischen Aussehens (...) investieren“ (Bourdieu 1987, S. 328), um ihr *körperliches Kapital* zu steigern. Die Investitionen in das eigene Körperkapital (z. B. Körperpflege, Sport, Schminken oder auch Schönheitsoperationen) werden möglich, weil der Körper in modernen Gesellschaften nicht mehr als unveränderliche Tatsache angesehen wird, und sind besonders verlockend weil sich ihre „Gewinne (...) individuell herstellen lassen und sie spürbar und sichtbar verbucht werden können“ (Gugutzer 2002, S. 121).

Natürlich kann auch das Körperkapital in andere Kapitalformen umgewandelt werden. Vor allem die Umwandlung in *symbolisches Kapital* (welches der Anerkennung anderer Kapitalarten durch die Gesellschaft entspricht) ist dabei von entscheidender Bedeutung: Dadurch, dass das *körperliche Kapital* (z. B. Fitness und Attraktivität) eines Individuums von anderen anerkannt und so zum symbolischen Kapital wird, erfährt diese Person soziale Anerkennung. Diese ist von entscheidender Bedeutung für deren persönliche Identität (vgl. Gugutzer 2002, S. 121). Anzumerken bleibt dabei allerdings, dass die Transformation zwischen den verschiedenen Kapitalformen nicht immer reibungslos funktioniert: Eines der besten Beispiele für eine gelungene Transformation von körperlichem zu ökonomischem (und sozialem) Kapital ist wohl Sylvester Stallone: In einer Rückschau zu dessen 70. Geburtstag zeigte die Süddeutsche Zeitung, wie Stallone sich Zeit seines Lebens quälte (durch Training, Schönheitsoperationen und Medikamente), um seinen Körper zu formen, ihn wenn nötig der aktuellen Mode anzupassen, um Geld zu verdienen (und soziale Anerkennung zu erlangen) (SZ 06.06.2016, S.9). Anderen gelingt diese Umwandlung nicht im gleichen Maße: Häufig zerschlagen sich die Hoffnungen junger Bodybuilder oder schöner Frauen, die nach LA ziehen um eine Rolle in Hollywood zu ergattern. Entscheidend dabei ist aber, dass die Hoffnung auf die Umwandlung von körperlichem in anderes Kapital (und sei es auch auf niedrigerer Ebene) prinzipiell möglich ist.

III. Ziele des Kraftsports und Identität

Keine der im vorherigen Kapitel vorgestellten Identitätstheorien ist alleine und uneingeschränkt für die Analyse der Forschungsergebnisse geeignet: Der Körper scheint auf den ersten Blick nur eine untergeordnete oder indirekte Rolle zu spielen. Allein in der „Kapitaltheorie“ (die, wie bereits festgestellt, keine eigentliche Identitätstheorie ist,) wird die Bedeutung des Körpers für die Identität direkt gewürdigt. Trotzdem werde ich in den folgenden Abschnitten eine Kombination der verschiedenen Theorien nutzen, um anhand einiger Aussagen von Informanten zu zeigen, dass der Körper von entscheidender Bedeutung für die Identität der Kraftsportler ist, und die Arbeit am eigenen Körper somit auch immer Identitätsarbeit ist.

1. Handlungsfähigkeit: Der Körper als Werkzeug

Die Handlungsfähigkeit spielt zumindest indirekt eine entscheidende Rolle in den verschiedenen Identitätstheorien: Mead sieht den Körper lediglich als physiologische Grundlage der Identität, Sökefeld erklärt die Handlungsfähigkeit ganz allgemein zur Voraussetzung für Identität (vgl. Sökefeld 2001, S. 539f) und für Mead sind Werksinn und Berufswahl wichtig für die Formung der Identität. In diesem Abschnitt werden verschiedene Kraftsportler vorgestellt, die entweder trainieren um ihre allgemeine Handlungsfähigkeit zu erhalten, oder um einen bestimmten Beruf ausüben zu können⁴⁵.

a) Den Alltag meistern: Gesundheit

Für die meisten von uns ist ein „funktionierender“ Körper, der allen Anforderungen des Alltags gewachsen ist, selbstverständlich. Erst wenn der Körper auf Grund von Krankheit oder Unfall seine normalen Aufgaben nicht mehr erfüllen kann wird er zum Thema, und die Menschen erkennen, wie sehr ihre allgemeine Handlungsfähigkeit von einem (gesunden) Körper abhängt. Ein solcher Fall ist David, ein höherer Beamter im Ruhestand, der zuerst durch einen Unfall, und danach auf Grund seines Übergewichts und seines allgemeinen Gesundheitszustands, in seiner Lebensführung stark eingeschränkt war.

Interviewer: Kannst du mir sagen warum du angefangen hast ins Fitnessstudio zu gehen?

David: Das ist leicht. Das war nach meiner Operation. Vor ein paar Jahren hatte ich einen ziemlich schlimmen Autounfall und habe mir meinen Rücken und meine Beine verletzt. Ich musste auf Krücken laufen, und die Ärzte haben gesagt, ich muss Reha machen, und haben mich ins Fitnessstudio geschickt. [...] Nach einiger Zeit bin ich die Krücken losgeworden...

Interviewer: Aber du bist weiter ins Fitnessstudio gegangen?

David: Nein, tatsächlich hab ich eine Zeit lang aufgehört. Aber das ging nicht so gut: Ich bin aus dem Berufsleben ausgeschieden, aber ich war die ganze Zeit müde und schwach. Also konnte ich immer noch nicht machen was ich wollte. Meine Tochter⁴⁶ hat mir gesagt ich sei zu dick und solle abnehmen. Das war genau das Richtige. Ich werde nicht wieder aufhören [ins Fitnessstudio zu gehen]. Ich fühle mich jetzt so viel besser!⁴⁷

⁴⁵ Im Falle der Berufswahl ist zusätzlich auf Bourdieu zu verweisen, weil körperliches Kapital in ökonomisches Kapital umgewandelt wird.

⁴⁶ Sie ist Ärztin in Nairobi.

⁴⁷ Martin: Can you tell me why you started going to the gym?

David: That is easy. That was after my surgery. A couple of years ago I had a pretty serious car accident and injured my legs and back. I had to walk on crutches, and the doctors told me to do some rehabilitation and sent me to the gym. [...] After some time I got rid of the crutches ...

Martin: But you kept going to the gym?

Am Beispiel von David zeigt sich, dass auch im vermeintlich sehr einfachen Leben eines reichen Ruheständlers ein gesunder Körper Voraussetzung für eine allgemeine Handlungsfreiheit ist. Dem Informanten ist klar, dass Krafttraining keine Heilung für Unfallverletzungen bringen kann. Aber seinen jetzigen, stark verbesserten allgemeinen Gesundheitszustand führt er auf das Krafttraining zurück.

Die Fälle, in denen Kraftsportler auf ärztlichen Rat hin oder auch aus eigenem Antrieb mit dem Training begonnen haben, um die negativen körperlichen Auswirkungen von Übergewicht, Stress oder Bürotätigkeit auszugleichen, sind zwar noch verhältnismäßig wenige, ihre Zahl nimmt aber zu.

b) Berufswahl I: Kraft

Die Kraft ist neben der Gesundheit der zweite Faktor, der die Handlungsfähigkeit des Einzelnen erheblich einschränken kann: Es ist offensichtlich, dass bestimmte Tätigkeiten und Berufe nur ausgeübt werden können, wenn man über die dafür erforderliche Körperkraft verfügt. Andere Berufe gehen mit mehr Kraft und Kraftausdauer einfach leichter von der Hand. Robert, ein junger Witwer und alleinerziehender Vater, schilderte dies recht anschaulich.

Robert: Du weißt wo ich arbeite. Manchmal kann es sehr anstrengend sein. Das Zimmer putzen, die Wäsche machen und Gepäck tragen. Wenn man daran gewöhnt ist, kann man das schaffen. Aber man ist abends trotzdem müde. Ich war so müde, dass ich Probleme hatte mich um meine Jungs zu kümmern. Ich wusste, dass ich Kraft brauchte, um mit der schweren Arbeit fertig zu werden. Deshalb habe ich angefangen ins Fitnessstudio zu gehen.⁴⁸

Obwohl Robert seine Arbeit auch vorher schon erledigen konnte, fällt sie ihm seit er mit dem Training begonnen hat wesentlich leichter, und auch für andere Dinge hat er wieder mehr Energie. Insofern ist die gesteigerte Körperkraft von entscheidender Bedeutung für seine Berufsidentität. An diesem Beispiel ist besonders interessant, dass er zum Zeitpunkt des Interviews erst seit drei Monaten trainierte, und es fraglich ist, inwiefern die körperlichen Veränderungen diese Verbesserung überhaupt schon „erklären“ können. Fest steht allerdings, dass Robert selbst diese Veränderung fühlt, die Kraftsteigerung ist daher ein Teil seines Identitäts-Narrativs.

David: No, in fact I stopped for a while. But things didn't go so well: I retired from my job, but I was tired and weak all the time. So I still couldn't do what I wanted. My daughter told me that I was too big, that I should lose some weight. That was the right thing to do. I won't stop again! I feel much better now.

⁴⁸ Robert: You know where I work. Sometimes it can be very exhausting. Cleaning the room, doing the laundry and carrying luggage. If you are you used to it, you can do these things. But you still feel tired at the end of the day. I was so tired I had problems caring for my boys. So I knew I needed strength to deal with the hard work. That's why I started going to the gym.

c) Berufswahl II: Körperform

Obwohl sich der letzte Punkt in diesem Abschnitt um das Aussehen und die Körperform der Kraftsportler dreht, geht es nicht um Attraktivität oder Schönheitsideale, die später noch behandelt werden, sondern um rein praktische Erwägungen. Welche Möglichkeiten und Einschränkungen eine bestimmte Körperform für das Leben, und besonders die Berufswahl, des Einzelnen bedeuten kann zeigt sich am Beispiel von Thomas:

Thomas: Natürlich muss ein Türsteher stark sein, wenn er zum Beispiel mit Leuten grob werden muss. Aber wenn er groß und einschüchternd aussieht, braucht er manchmal keine Gewalt. Also können manche Leute gar keine Türsteher werden, obwohl sie stark sind. Schau dir Chris an, er ist stärker als ich und ein erfolgreicher Bodybuilder, aber er ist viel schlanker und nicht so groß wie ich. Wenn er normale Kleidung trägt, ist es nicht offensichtlich, dass er stark ist. Also könnte er kein guter Türsteher sein.⁴⁹

Neben Türstehern gibt es auch andere Berufe oder Sportarten die zwar eine hohe Körperkraft erfordern, bei denen aber ein bestimmtes Aussehen oder Gewicht (fast) ebenso wichtig ist. Hier sind vor allem Rugby-Spieler zu nennen, die über eine hohe Körperkraft verfügen müssen, aber dabei gleichzeitig wesentlich mehr wiegen müssen und einen größeren Körperumfang haben als beispielsweise Bodybuilder oder Fußballspieler. Bei männlichen Models liegt die Sache etwas anders: Bei ihnen spielt die Körperkraft zwar keine entscheidende Rolle, allerdings müssen sie sehr schlank sein und über definierte Muskeln verfügen. Bei vielen Kraftsportlern spielen solch praktische Erwägungen eine Rolle, und sie arbeiten gezielt auf eine bestimmte Figur hin. Allerdings lässt sich nicht in jedem Fall feststellen ob sie als erstes mit dem Kraftsport begonnen haben, oder den (Neben-) Job angenommen haben, der diese Figur erfordert. Fest steht aber, dass es inzwischen zu ihren Trainingszielen gehört, die für den Job nötige Figur zu erhalten.

d) Der Körper als Werkzeug: Analyse

In diesem Abschnitt hat sich gezeigt, dass man die Körperarbeit im Fitnessstudio auf verschiedenen Ebenen mit den oben genannten Identitätstheorien in Verbindung bringen kann: Wenn die Kraftsportler trainieren um ihre Gesundheit wiederherzustellen oder zu erhalten, gewährleisten sie so ihre allgemeine Handlungsfähigkeit, die sowohl von Sökefeld als auch von Erikson (vgl. Werksinn) als wichtig für die Identität angesehen werden. Wenn sie durch das Training ihren Körper so formen, dass sie bestimmte Berufe ausüben können, beeinflussen sie damit ein weiteres für Erikson wichtiges Merkmal. Hierbei werden auch zwei

⁴⁹ Thomas: Of course a bouncer has to be strong, for example if he has to get tough with people. But if he looks big and intimidating, he sometimes doesn't need violence. So some people can't be bouncers, even if they are strong. Look at Chris, for example. He is stronger than me and a successful bodybuilder, but he is much leaner and not as big as me. If he wears normal clothes, it's not so obvious he is strong. So he couldn't be a good bouncer.

weitere Identitätstheorien relevant: Zum einen zeigen die Aussagen, dass es bei den Berufen auch darauf ankommt, welche Merkmale andere mit einer bestimmten Körperform verbinden, womit die interaktionistischen Identitätstheorien relevant werden⁵⁰. Zum anderen kann der Kraftsportler sein körperliches Kapital durch den Beruf in ökonomisches Kapital und, wenn man davon ausgeht das bestimmte Arbeitsstellen auch zum guten Ruf beitragen, soziales Kapital umwandeln.

2. Reflexive Identität: Der Körper im sportlichen Wettkampf

Die Frage, ob es sich beim Bodybuilding um einen Sport handelt oder nicht ist äußerst umstritten. Da sie von anderen bereits ausführlich behandelt wurde (vgl. Kläber 2013, S. 14ff), möchte ich an dieser Stelle nicht näher darauf eingehen, sondern nur feststellen, dass sich Bodybuilder, sowie alle anderen Nutzer von Fitnessstudios, selber zweifelsohne als Sportler sehen. Wesentlich entscheidender ist der Wettkampfcharakter von Sport: Nach Krockow handelt es sich um Sport, „wenn Menschen gezielt dafür trainieren, dass sie („individuelle“) Höchstleistungen erbringen, um sich dann wiederum in Wettkämpfen oder unter wettkampfähnlichen Konkurrenzbedingungen gegenseitig zu messen“ (Kläber 2013, S. 15). Weiter führt er aus, dass sich eine (sportliche) Leistung „nur (...) an einem bereits vorhandenen oder abschätzend unterstellten Leistungsstandard – das heißt, an der mindestens latent vorhandenen Konkurrenz“ (Krockow 1974, S. 42) messen lässt. Diese These, dass Sport letztlich immer auch Wettkampf ist, stützt Krockow mit einigen Beispielen (vgl. Krockow 1974, S. 43), die sich mit eigenen Beobachtungen decken. Aus diesem Grund möchte ich hier untersuchen, welche Rolle der studiogestählte Körper im „normalen Sport“⁵¹ und im Bodybuilding spielt.

a) Der Körper im „normalen“ sportlichen Wettkampf

Würde man versuchen eine allgemeine (nicht wissenschaftliche) Definition eines sportlichen Wettkampfes zu formulieren, könnte das Ergebnis etwa wie folgt lauten: „Veranstaltung mit dem Ziel herauszufinden, wer den Zweck einer sportlichen Tätigkeit am besten erreicht.“ In den Zentimeter-Gramm-Sekunden-orientierten (ZGS) Sportarten ist es dank objektiver, messbarer Ergebnisse einfach, solche Wettbewerbe durchzuführen (wer legt eine Strecke am schnellsten zurück, wer kann am meisten Gewicht bewegen ...). Aber auch in Ballsportarten ist es noch relativ einfach: Wer hat mehr regelkonforme Punkte/Tore erzielt? Schwieriger ist es bei Sportarten, bei denen Kampfrichterentscheidungen oder Beurteilungen eine größere

⁵⁰ Dem Kraftsportler werden auf Grund seiner Körperform von anderen gewisse Merkmale zugeschrieben.

⁵¹ Zum Zwecke dieser Hausarbeit soll jeder Sport außer Bodybuilding als „normal“ gelten.

Rolle spielen, beispielsweise Kampfsportarten wie Judo, Karate oder Boxen, oder bei Sportarten, bei denen es extrem auf den korrekten Bewegungsablauf ankommt, wie beispielsweise dem Tanzen (vgl. Kläber 2013, 14ff). Bei all den Unterschieden, die diese Sportarten aufweisen, haben sie doch bezüglich der Rolle, die der Körper dabei spielt, einige entscheidende Gemeinsamkeiten: Der Körper handelt dabei, er führt in etwa die gleichen Bewegungen aus wie im Training für den Wettkampf. Egal worum es geht (eine Strecke schnell zu laufen, ein Gewicht zu heben, einen Ball in einen bestimmten Bereich zu verbringen oder eine Bewegung korrekt auszuführen) - das Ergebnis eines jeden Wettkampfs kann in einem System mit zwei Variablen dargestellt werden: Entweder im System „Sieg/Niederlage“ (mein Körper ist besser/schlechter als der des anderen) oder im System „leisten/nicht leisten“ (mein Körper ist/ist nicht in der Lage eine bestimmte Leistung zu erbringen).

Welche Rolle spielt also dabei das Fitnessstudio? In jeder Sportart braucht man neben einem gewissen Verfahrenswissen und Geschick auch Kraft und Ausdauer, damit der Körper alle für die Sportart erforderlichen Handlungen durchführen kann. Diese Kraft und Ausdauer kann (muss aber nicht) in einem Fitnessstudio unter Umständen besser erworben werden als im sportartspezifischen Training. Daher ist es für die verschiedensten (Profi)Sportler selbstverständlich, dass auch regelmäßige Trainingseinheiten im Fitnessstudio auf dem Plan stehen. Das Fitnessstudio stellt aber nicht nur starke Körper für andere Sportarten zur Verfügung und ist Trainingsort für Bodybuilder (auf die noch eingegangen wird). Es ist vielmehr auch selber Ursprungsort für verschiedene (Kilo-)Gramm-zentrierte Sportarten. So besteht das Powerlifting (Kraftdreikampf) aus drei aus dem Fitnessstudio bekannten Grundübungen: benchpress (Bankdrücken), squats (Kniebeugen) und deadlifts (Kreuzheben). Obwohl diese Sport- bzw. Wettkampfform durchaus bekannt war, hatte noch keiner meiner Informanten an einem organisierten Wettkampf in dieser Disziplin teilgenommen. Aber schon das Training ist Wettkampf (was auch die eingangs erwähnte These von Krockow stützt, Sport sei immer Wettkampf), was sich insbesondere in Gym I zeigte: Zwar stacheln sich die Trainingspartner gegenseitig zu immer höheren Leistungen an, trotzdem ist es wichtig, im Vergleich möglichst besser als der andere zu sein. Jeder kennt die Leistungen der anderen im Verhältnis zu seinen eigenen.

b) Der Körper im Bodybuilding

Anders als bei „normalen“ Sportarten wird bei Bodybuilding-Wettkämpfen nicht die Qualität der Funktionen des Körpers, sondern die Qualität der Formen des Körpers verglichen (vgl. Scheller 2010, S. 240): Es werden keine Übungen durchgeführt, die zum Trainingsalltag im

Fitnessstudio gehören, sondern „die sportliche Leistung [manifestiert sich] direkt über [die] Körperoptik“ (Kläber 2013, S. 15), die anhand der Kriterien Masse, Definition, Harmonie und Symmetrie beurteilt wird (vgl. Kläber 2013, S. 63).

Ein Bodybuilding-Wettkampf besteht üblicherweise aus drei Runden⁵² bei denen es um die „Fähigkeit, [geht] den Körper eindrucksvoll und mitreißend zu präsentieren“ (Schwarzenegger/Dobbins 1987, S. 524): In der ersten Runde müssen die Athleten eine Reihe fest vorgegebener Posen einnehmen, die es den Kampfrichtern erlauben, jede Körperpartie der Athleten zu begutachten. In der zweiten Runde, dem so genannten „freien Posen“, können die Wettkämpfer selbst bestimmen, was sie den Kampfrichtern zeigen wollen. Dabei geht es darum die Stärken des eigenen Körpers zu präsentieren, und seine Schwachstellen möglichst zu verstecken. In vielen Wettkämpfen treten die nach den ersten beiden Runden führenden noch zur letzten Runde, dem „Posedown“, an: Alle verbliebenen Athleten betreten gleichzeitig die Bühne und beginnen mit dem freien Posen, und jeder Kampfrichter gibt seinem Favoriten einen zusätzlichen Punkt (vgl. Schwarzenegger/Dobbins 1987, S. 529-537).

c) Der Körper im Sport: Analyse

In diesem Abschnitt habe ich gezeigt, dass der Körper (insbesondere der im Fitnessstudio gestählte Körper) im Sport von großer Bedeutung ist. Gleichzeitig spielt der sportliche Wettkampf bei Mead eine besondere Rolle für die Entwicklung der Identität: Ganz allgemein muss der einzelne Sportler auf die Erwartungen aller anderen am Wettkampf beteiligten Personen eingehen, und so seine eigene Identität organisieren. Beim Bodybuilding bedeutet das zum Beispiel, dass der Athlet seinen Körper so formen muss, wie es aktuell von ihm erwartet⁵³ wird. Besonders während des Posedown muss der Athlet auf die Posen der anderen reagieren, seinen eigenen Körper möglichst eindrucksvoll präsentieren und dabei seine Schwächen verstecken, indem er die Aufmerksamkeit der Jury auf etwas anderes lenkt. In diesem Fall betreibt er, wie Goffman es sagen würde, Bewältigung beschädigter (oder zumindest nicht vollkommener) Identität.

Natürlich kann auch im Sport körperliches Kapital in andere Kapitalformen umgewandelt werden. Zwar verdienen die wenigsten Kraftsportler tatsächlich Geld⁵⁴, durch ein gutes Abschneiden bei einem offiziellen Wettbewerb oder durch gute Leistungen beim Training kann aber die soziale Anerkennung erheblich steigen.

⁵² Der genaue Ablauf kann sich je nach Ausrichter unterscheiden. Ich halte mich hier an die Beschreibung bei Schwarzenegger/Dobbins 1987, S. 529 – 532 und meine eigenen Beobachtungen bei *Musclemania Africa*.

⁵³ Was sich durchaus ändern kann: So beschreibt Schelle die zunehmende Bedeutung des Brustmuskels im Bodybuilding (vgl. Schelle 2010, S. 232ff).

⁵⁴ So erhielten bei *Musclemania Africa* beispielsweise nur die Erstplatzierten der jeweiligen Gewichtsklassen Geldpreise.

3. Soziales Kapital und Partnerwahl: Der schöne Körper

Wie bereits gezeigt, ist der Wunsch „gut“, „fit“ oder „sexy“ auszusehen für die meisten Kraftsportler einer der wichtigsten Gründe für das Training im Fitnessstudio. Natürlich liegt Schönheit letzten Endes immer im Auge des einzelnen Betrachters. Trotzdem soll in diesem Kapitel versucht werden, die innerhalb der Kraftsportgemeinde geltenden allgemeinen Schönheitsideale herauszuarbeiten. Dabei sollen die Geschlechter getrennt voneinander betrachtet werden: Über Befragungen anhand von Bildern⁵⁵ und in Interviews habe ich versucht herauszufinden, welche Körperformen Kraftsportler für sich selber anstreben (bzw. welche sie bei ihren Geschlechtsgenossen bewundern) und was sie beim jeweils anderen Geschlecht attraktiv finden.

a) Schönheitsideale

aa) Männer über Männer

Bei Männern ist es besonders wichtig, zwischen dem theoretischen Ideal und den tatsächlich angestrebten Zielen zu unterscheiden: Als Vorbilder werden meistens berühmte Bodybuilder genannt, allen voran Ronnie Coleman⁵⁶ und Arnold Schwarzenegger⁵⁷ (von denen in vielen Fitnessstudios auch Plakate an der Wand hängen). Da ihnen jedoch der Aufwand bewusst ist, den es erfordert solche Körper zu formen und zu erhalten, streben sie selbst andere Ziele an. Dies gilt nicht nur bezüglich der berühmten Vorbilder, sondern zeigte sich auch anhand der Befragung mit Bildern:

Interviewer: Was denkst du über diese Bilder? Wie würdest du gerne aussehen?

James: Von diesen vieren hat C. (Bild 2) den besten Körperbau. Natürlich würde ich gerne aussehen wie er. Und ich bin sicher ich könnte ...

Interviewer: Und warum siehst du nicht so aus?

James: Um so einen Körper zu bekommen musst du strickt Diät halten, zwei Mal am Tag trainieren und Nahrungsergänzungsmittel nehmen... Ich glaube das wäre zu schaffen. Aber den Körper zu erhalten bedeutet sogar noch mehr Aufwand. Ich habe einen richtigen Beruf, ich könnte das einfach nicht über einen längeren Zeitraum machen. Also behalte ich einfach meinen normalen muskulösen Körper und werde kein Bodybuilder. Es ist das Beste was ich mit meiner Zeit erreichen kann.⁵⁸

⁵⁵ Siehe Methoden.

⁵⁶ Der derzeit bekannteste schwarze Bodybuilder.

⁵⁷ Der den meisten immer noch als der beste Bodybuilder aller Zeiten gilt.

⁵⁸ Martin: What do you think about these pictures? What would you like to look like?

James: Of these four C. (Bild 2) has the best body. Of course I would like to look like that. And I am sure I could...

Martin: And why is it that you don't?



Bild 2: Bodybuilder der in einem NHG trainiert.

Für James stellt der Körper eines Bodybuilders das Ideal dar, er erkennt aber, dass er mit den ihm zur Verfügung stehenden Mitteln (bei ihm ist vor allem Zeit das Problem) dieses Ziel nicht erreichen kann. Trotzdem versucht er diesem Ziel so nahe wie möglich zu kommen und einen muskulösen und schlanken Körper zu haben.

Andere Männer erkennen das Ideal des Bodybuilder-Körpers zwar an, lassen sich bei ihrer persönlichen Zielesetzung aber von praktischen Erwägungen leiten⁵⁹. Zu den Bildern befragt wiederholt Thomas inhaltlich seine frühere Aussage.

Thomas: Die meisten werden dir sagen dass sie C. [Bild 2] am besten finden. Aber wie ich dir schon erzählt habe bin ich Türsteher. Für mich gelten andere Regeln. Wenn du dir den Körpertyp anschaust sind mir die Jungs von Bild 3 und 4 ähnlich. Obwohl ich denke, dass ich mehr Muskeln habe.⁶⁰

James: To get a body like that you have to keep a strict diet, train twice a day, take supplements ... I think it would be possible to do that. But keeping that body means even more effort. I have a real job, I simply can't do that over a long period of time. So I just keep my normal muscular body, and don't become a bodybuilder. It's the best I can do with the time I have.

⁵⁹ Vgl. Gliederungspunkt C I 3.

⁶⁰ Thomas: Most people will tell you they like C. best. But as I told you before, I work as a bouncer. There are different rules for me. If you consider body-type, the guys from picture 3 and 4 are close to me. But I think I have more solid muscle than they do.



Bild 3: Rugby-Spieler, Gym I.

Nach der Auswertungen sämtlicher Aussagen lassen sich drei Aussagen über Schönheitsideale und Körperbilder der männlichen kenianischen Kraftsportler treffen: Für die allermeisten (nicht nur die Bodybuilder) stellen Bodybuilder das Ideal dar. Was die tatsächlichen Ziele betrifft, hat sich ein muskulöser und schlanker Körper als das praktische Ideal der meisten Männer herausgestellt. Allerdings sind Männer insgesamt sehr tolerant was Körperformen angeht, und selbst die Männer von Bild 3 und 4 (die zwar muskulös aber wesentlich dicker als das Ideal sind) wurden akzeptiert:

Umfrage I: Ich will nicht wie die (Männer auf Bild 3 und 4) aussehen. Die sind stark aber zu dick. Aber ich kenne den, (Bild 3) der ist Stürmer. Rugby-Spieler müssen so aussehen.⁶¹

Nur einmal gab es einen wirklich negativen Kommentar:

Chris: Die Typen (auf Bild 3 und 4) sind einfach fett.⁶²

Letztlich wird jeder toleriert, der hart an sich arbeitet.

⁶¹ Umfrage I: I don't want to look like them. They are strong but too big. But I know him, he plays forward. Rugby-players have to look like that.

⁶² Chris: These guys are just fat.



Bild 4: Rugby-Spieler, Gym I

bb) Frauen über Frauen

Anders als bei den Männern gibt es bei den Frauen kein Schönheitsideal, das als allgemein anerkannt betrachtet werden kann. Bodybuilderinnen sind aber auf jeden Fall keine Schönheitsideale: Ein „zu viel“ an Muskelmasse wird einhellig abgelehnt. Noch ist das Ideal großer Körperfülle weit verbreitet, aber die Zahl der Frauen, die schlank (wobei sich die afrikanischen und europäischen Vorstellungen von schlank stark unterscheiden) und fit aussehen möchten, steigt stetig. Vor allem junge, gut ausgebildete Frauen, die sich selber als modern bezeichnen, wollen Gewicht verlieren.

Sahra: Die meisten Frauen wollen ‚richtige afrikanische Frauen‘ sein, die denken es sei ein Zeichen von Reichtum und Gesundheit dick zu sein. Aber die Dinge ändern sich: Immer mehr moderne Frauen wie ich wissen, dass das Unsinn ist. Wir wissen, dass Sport und eine gesunde Ernährung wichtig sind. Manche anderen Frauen wissen das auch, aber die gehorchen ihren Männern...⁶³

Aber auch Frauen, die noch dem afrikanischen Schönheitsideal anhängen, beginnen den Wert von regelmäßiger sportlicher Betätigung und gesunder Ernährung zu schätzen, und sei es nur aus gesundheitlichen Gründen.

⁶³ Sahra: „Most women still want to be „real African women“, they think to be big is a sign of wealth and health. But things are changing: more and more modern women like me know that this is crap. We know that sport and a healthy diet are important! Some other women know too, but they are obedient to their men ...”

cc) Männer über Frauen

Das Ergebnis ist eindeutig: Die allermeisten kenianischen Kraftsportler bevorzugten Frauen mit (sehr) üppigen Körperformen. Die in den Befragungen am häufigsten verwendeten Attribute waren ‚huge‘ und ‚big‘,⁶⁴ die deutlich positiv gemeint waren. Und selbst die wenigen Männer, die ‚schlanke‘ Frauen als anziehender betrachteten, bezogen sich damit auf Frauen, die kräftiger waren als man es in Europa mit diesem Begriff in Verbindung bringen würde.

Interessant ist, dass diese Vorliebe für füllige Frauen ganz unabhängig von der eigenen Figur ist: Selbst Chris, der das Schlankeideal die Männer betreffend wohl am heftigsten vertritt, hat bei seiner Traumfrau ganz andere Ansichten.

*Chris: Es ist ja nicht so, dass schlanke Frauen nicht gut aussehen können. Aber ich bevorzuge mollige Frauen. Im Bett will ein Mann was zum Anfassen haben... Frauen mit großen Brüsten und einem dicken Arsch!*⁶⁵

dd) Frauen über Männer

Natürlich gibt es Frauen, die extreme Muskeln oder sehr schlanke Männer attraktiv finden. Insgesamt zeichnet sich jedoch ab, dass Frauen eher das Mittelmaß bevorzugen: Ein Mann soll muskulös aber kein Bodybuilder sein, er soll weder zu dick noch zu schlank sein. Bei auf die Bilder des Wettbewerbs bezogenen Fragen wurden die beiden Rugby-Spieler (Bild 3 und 4) meistens als „zu dick“ abgelehnt, und entweder der Bodybuilder (Bild 1) oder der Fußballspieler (Bild 5) als am attraktivsten bewertet. Am liebsten wäre den Frauen jedoch eine Mischung aus beiden gewesen.



Bild 5: Fußballspieler, Gym I

⁶⁴ Hier möchte ich auf eine Übersetzung verzichten, weil die deutschen Wörter negativ konnotiert sind.

⁶⁵ Chris: „It’s not that lean women can’t look good. But I prefer my women huge. In bed a man wants to have something to grab... Women with big breast and a huge ass!”

b) Zusammenfassung und Ausblick

Betrachtet man die in der Kraftsportszene Kenias verbreiteten Körper- bzw. Schönheitsideale, fallen einige Besonderheiten auf, die Anknüpfungspunkte für weitere Forschungen bieten:

aa) Konkretisierung der Schönheitsideale

Es ist sehr auffällig, dass es bei den männlichen Kraftsportlern sehr konkrete Idealvorstellungen gibt, sowohl was den eigenen Körperbau angeht, als auch den der Frau, während dies bei weiblichen Kraftsportlern nicht der Fall ist: Die Daten weisen darauf hin, dass Männer zumindest theoretisch den Körper eines Bodybuilders (wie er beispielsweise von Ronnie Coleman oder Arnold Schwarzenegger personifiziert wird) anstreben, und bei Frauen sehr üppige Körperformen bevorzugen. Bei Frauen lassen sich solche eindeutigen Vorlieben jedoch nicht verallgemeinern: Frauen, die noch dem „afrikanischen“ Schönheitsideal anhängen und „moderne“ Frauen, die schlank sein wollen, halten sich in etwa die Waage, und auch bezüglich der Männer gibt es keine klaren Vorlieben, außer dass Extreme abgelehnt werden.

b) Schlankheit und Fülligkeit – Ein beginnender Wandel von Körperidealen?

Es muss aber in Betracht gezogen werden, dass diese scheinbar sehr unterschiedliche Konkretisierung der Schönheitsideale (auch) auf unterschiedliche Datengrundlagen zurückzuführen ist: Wesentlich mehr Männer als Frauen haben ihre Zielvorstellungen und Schönheitsideale beigetragen.

Dem Aspekt der Körperfülle scheint im Bereich der Schönheitsideale eine besondere Bedeutung zuzufallen. Dies gilt nicht nur für die kenianische Kraftsportszene, wo schlanke männliche Körper und füllige weibliche Körper als attraktiv beziehungsweise erstrebenswert angesehen werden, sondern ist auch in anderen Gesellschaften zu beobachten: In der westlichen Gesellschaft ruft der Begriff Schlankheit positive Assoziationen hervor (vgl. Thoms 2000, S. 281), und auch in China ist der Schlankheitswahn angekommen, treibt dort erstaunliche Blüten (vgl. SZ 12.04.2016, S. 10). Daher, und angesichts der Tatsache, dass ein „allgemeiner Konsens darüber [herrscht], dass Schlankheit ein kulturell gebundenes, historisch veränderliches Phänomen ist“ (Thoms 2000, S. 281), möchte ich die Bewertung der Körperfülle in der kenianischen Gesellschaft insgesamt etwas genauer betrachten.

Mehrere Informanten haben das Ideal einer fülligen, „echten afrikanischen Frau“ angesprochen (siehe oben). Dieses scheint auch in der Gesamtbevölkerung weit verbreitet zu sein: Obwohl es bei der Kisumu Fashion Week auch schlanke weibliche Models gab, waren die meisten jedoch wesentlich kräftiger gebaut, als man es von europäischen Modenschauen kennt. Außerdem machten es der Applaus und die Aussagen des Publikums deutlich, dass das

mit Abstand dickste Model (offensichtlich stark übergewichtig, vermutlich adipös) die klare Publikumsfavoritin war.

Bei den Männern ist die Situation weniger eindeutig: Die Tatsache, dass alle männlichen Models auf der Kisumu Fashion Week sehr schlank waren, deutet darauf hin, dass das Schlankheitsideal für Männer allgemeingültig ist. Allerdings zeichnen einige Aussagen aus Interviews ein anderes Bild:

Steve: „Wenn ich hier [in Nairobi] bin, ist das überhaupt kein Problem. Aber wenn ich zu meiner Familie fahre, denkt meine Mutter immer ich kriege nicht genug zu essen. Es ist witzig, ich habe ein eigenes Zimmer und ein Auto, aber in meinem Heimatdorf denken alle ich wäre arm weil ich so schlank bin.“⁶⁶

Chris: „Viele Leute denken immer noch, dass es ein Zeichen von Reichtum und Gesundheit ist, dick zu sein. Aber das ist Unsinn.“⁶⁷

Bezüglich der Beurteilung von Körperfülle scheint es also einerseits eine Diskrepanz zwischen städtischen und ländlichen Gebieten zu geben, und andererseits eine zwischen Männern und Frauen. Wenn man davon ausgeht, dass es sich bei Schlankheit um einen historisch veränderlichen Begriff handelt, liegt die Vermutung nahe, dass sich die kenianische Gesellschaft diesbezüglich in einer Umbruchphase befindet. Um dies zu bestätigen oder zu widerlegen wären zusätzliche Forschung und eine genauere Betrachtung des Themas nötig. Gegebenenfalls wäre zu überprüfen, ob einfach westliche Wertungen übernommen werden, oder ob die gleichen Faktoren,⁶⁸ die in Deutschland zu einer Veränderung der Bewertung von Schlankheit und Fülligkeit führten, auch in Kenia vorliegen.

c) Analyse: Der schöne Körper

Auch die Schönheitsideale, beziehungsweise das Aussehen, spielen für die Identität eine große Rolle: Erstens stellen für Goffman körperliche Merkmale so genannte *Identitätsaufhänger* dar, mit deren Hilfe andere Menschen soziale Fakten an einer Person „festmachen“ können. Zweitens beeinflusst die körperliche Attraktivität die Chancen bei der Partnerwahl, die laut Erikson wiederum wichtig für die Identitätsbildung ist. Drittens kann auch bei den Schönheitsidealen wieder Körperkapital in andere Kapitalformen umgewandelt werden: Gutaussehende Menschen werden bestimmte andere, größtenteils positive, Eigenschaften zugeschrieben, so dass ihre gesellschaftliche Anerkennung steigt.

⁶⁶ Steve: “When I am here, there is no problem. But when I go to my ancestral home, my mother always thinks I don’t get enough to eat. It’s funny, I have a room and a car, but in [my ancestral home] everybody thinks I am poor because I am so lean.”

⁶⁷ Chris: “Many people still think that being big is a sign of health and wealth. But that’s bullshit.”

⁶⁸ Ulrike Thoms identifiziert sozioökonomische, soziologische, psychologische und medizinische Faktoren, die in Deutschland dazu führten, dass sich die Bewertung von Schlankheit in den letzten 200 Jahren veränderte (vgl. Thoms 2000).

IV. Schlussbemerkungen

Die Untersuchung des empirischen Materials und die Analyse anhand der verschiedenen Identitätstheorien haben gezeigt, dass alle drei Hauptgründe für Krafttraining (Gesundheit, Kraft für Beruf oder anderen Sport und ästhetische Gründe) Bereiche mit großem Einfluss auf die persönliche Identität der Kraftsportler sind. Dieser Einfluss wirkt sich jedoch - abgesehen von Goffmans Identitätsaufhängern - nur indirekt aus. Trotzdem kann es als erwiesen angesehen werden, dass die Arbeit am eigenen Körper die Identität in eine bestimmte Richtung beeinflusst, die Kraftsportler also auch immer an ihrer Identität arbeiten. Häufig entwickelt sich die Identität jedoch erst (oder zumindest auch) im Zusammenspiel mit anderen Menschen, so natürlich vor allem bei den interaktionistischen Identitätstheorien, aber auch bei der „Kapitaltheorie“, da die Umwandlung der verschiedenen Kapitalarten davon abhängt, wie viel Wert ihnen andere beimessen. Deswegen lässt sich das konkrete Ergebnis der Identitätsarbeit in der Regel nicht voraussagen.

D. (Kraft)Sport, Gesundheit und Entwicklung

I. Sportförderung in der Entwicklungszusammenarbeit

Deutschland unterstützt im Rahmen der Entwicklungszusammenarbeit seit fast 30 Jahren Sportprojekte in aller Welt. Spätestens seit der „2003 verabschiedete[n] Resolution 58/5 der vereinten Nationen [kann] die Bedeutung von ‚Sport als Mittel der Förderung von Bildung, Gesundheit, Entwicklung und Frieden‘“ (BMZ o. J., S. 7) als internationaler Konsens gelten. Auch und gerade in Afrika hat sich diese Erkenntnis durchgesetzt: Im Sammelband „Health and Sports in Africa: A Challenge for Development.“ (Mbopi-Keou 2008) wurden zahlreiche kurze Beiträge zu diesen Themen zusammengefasst. Dabei werden verschiedene Aspekte angesprochen: die Begünstigung positiver (entwicklungsfördernder) Werte wie Selbstdisziplin, Arbeitsmoral und Fairplay durch sportliche Aktivität (Pondi 2008, S.89), das verbesserte allgemeine Wohlbefinden durch Sport, Nutzung großer Sportveranstaltungen oder der Vorbildfunktion von Spitzenathleten zur Gesundheitsaufklärung, und auch Förderung des Spitzensports. Ohne Zweifel sind die meisten Projekte und Maßnahmen in diesem Bereich richtig und wichtig. Es scheint jedoch so, als hätten die Verantwortlichen eine eingeschränkte Maßnahmenpalette: So sind beispielsweise die sechs Sportförderprojekte, die das BMZ (Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung) auf seiner Homepage vorstellt⁶⁹, Fußball-Projekte oder haben zumindest einen starken Bezug zum Fußball.

II. Hat der Kraftsport Potential für die Entwicklungszusammenarbeit?

Meines Erachtens nach hat die vorliegende Forschung gezeigt, dass auch der Kraftsport das Potential hätte, eine Rolle in der Entwicklungszusammenarbeit zu spielen: Einerseits sind nach dem in der kleinen Lebenswelt des Kraftsports vorhandenen legitimatorischen Sonderwissen (man könnte auch sagen nach der Ideologie) Disziplin, harte Arbeit und gesunde Ernährung elementare Bestandteile des Kraftsports, und nicht Nebenprodukt, wie es bei anderen Sportarten der Fall ist. Andererseits wurde gezeigt, wie durch den Kraftsport praktische Identitätsarbeit geleistet wird. Athleten fühlen sich gesünder, haben Chancen auf einen Job oder erarbeiten sich ein gutes Selbstwertgefühl. All diese Eigenschaften können als entwicklungsfördernd angesehen werden (vgl. Pondi 2008, S. 89).

Das Beispiel eines Fitnessstudios, das zu einer Berufsschule des NCCCK (National Council of Churches of Kenya) in Kibera gehört, zeigt zwei weitere Vorteile:

⁶⁹ <http://www.bmz.de/de/themen/sport-fuer-entwicklung/beispiele/index.html> (zuletzt aufgerufen am 22.08.2016).

Interviewer: „Ich war überrascht, in Kibera, noch dazu in einer kirchlichen Einrichtung, so ein gut ausgestattetes Fitnessstudio zu finden ...“

xyz: „Das haben wir vor einiger Zeit für unsere Schüler eröffnet. Sport ist auch wichtig in der Bildung.“

Interviewer: „Warum habt ihr das gemacht?“

xyz: „Die Schüler brauchen Bewegung. Sport ist gesund und macht Spaß (...) Und was das Beste ist: Wir haben das Fitnessstudio für Leute von außerhalb geöffnet. Jetzt verdienen wir sogar Geld damit!“⁷⁰

Offenbar hat Kraftsport nicht nur positive Auswirkungen auf die Menschen, sondern er macht auch Spaß, und man kann als Fitnessstudiobetreiber auch Geld damit verdienen.

III. Was ist zu tun?

Ich weiß natürlich nicht, ob Kraftsport tatsächlich ein lohnendes Ziel für entwicklungspolitische Sportförderung wäre, obwohl die gesammelten Daten darauf hinweisen. Da die Datenbasis viel zu klein für eine zuverlässige Aussage ist, wären zunächst weitere Forschungen notwendig: Neben einer qualitativen Forschung mit teilnehmender Beobachtung in Fitnessstudios in anderen kenianischen Städten (beispielsweise Nairobi, Eldoret und Mombasa) wäre wahrscheinlich auch eine quantitative Forschung nötig. Einerseits müsste überprüft werden, inwiefern Kraftsportler tatsächlich nach ihrer Ideologie leben, andererseits müssten die tatsächlichen Marktchancen von neuen Fitnessstudios analysiert werden. Dies wäre allerdings wohl eher die Aufgabe eines Wirtschaftswissenschaftlers.

⁷⁰ Interviewer: „I was surprised to find such a well-equipped gym in Kibera, in a church facility to boot ...“

xyz: „We opened that for our students some time ago.“

Interviewer: „Why did you do that?“

xyz: „The students need some exercise. Sport is good for them and it is fun. (...) And what’s best: We opened the gym for people from outside the school. Now we even earn money!“

Literaturverzeichnis

Bayreuth Academy: Homepage. Electronic Document. < http://www.bayreuth-academy.uni-bayreuth.de/de/teilprojekt/mittelschichten_im_aufbruch/inhalte/index.html > [22.08.2016] (Bayreuth Academy Homepage)
Böhme, Gernot (1995): Atmosphäre. Essays zur neuen Ästhetik. Frankfurt am Main: Suhrkamp. (Böhme 1995, S.)
Bourdieu, Pierre (1983): Ökonomisches Kapital, kulturelles Kapital, soziales Kapital. In: Kreckel, Reinhard: Soziale Ungleichheiten (S. 183-193). Göttingen: Schwartz (Bourdieu 1983, S.)
Bourdieu, Pierre (1987): Die feinen Unterschiede. Kritik der gesellschaftlichen Urteilskraft. Frankfurt a. M.: Suhrkamp (Bourdieu 1987, S.)
Brubaker, Rogers & Cooper, Frederick (2000): Beyond "Identity". In: Theory and Society 29: S. 1-47 (Brubaker/Cooper 2000, S.)
Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung: Die Rolle des Sports in der deutschen Entwicklungszusammenarbeit. Electronic Document. < http://www.bmz.de/de/mediathek/publikationen/reihen/infobroschueren_flyer/infobroschueren/Materialie268_sport_ez.pdf > [22.08.2016] (BMZ o. J.,S.)
Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung: Homepage. Electronic Document. < http://www.bmz.de/de/themen/sport-fuer-entwicklung/deutsches_engagement/index.html > [22.08.2016] (BMZ Homepage)
Byron, Reginald (2008): Identity. In: Barnard, Alan & Spencer, Jonathan (Ed.) (2008): Encyclopedia of Social and Cultural Anthropology (S. 292). London u.a.: Routledge. (Byron 2008, S.)
Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit: Homepage. Electronic Document. < https://www.giz.de/fachexpertise/html/9912.html > [22.08.2016] (GIZ Homepage)
Emrich, Eike (1992): Bodybuilding aus Athletensicht. Analysen, Interpretationen und Assoziationen. Witten: Verlag am Steinberg Gerd May. (Emrich 1992, S.)
Erikson, Erik H. (1981a): Ich-Entwicklung und geschichtlicher Wandel. In: Erikson, Erik H. (Ed.) (1981): Identität und Lebenszyklus. Drei Aufsätze (S. 11-54). Frankfurt a. M.: Suhrkamp (Erikson 1981a, S.)
Erikson, Erik H. (1981b): Wachstum und Krisen der gesunden Persönlichkeit. In: Erikson, Erik H. (Ed.) (1981): Identität und Lebenszyklus. Drei Aufsätze (S. 55-122). Frankfurt a. M.: Suhrkamp (Erikson 1981b, S.)
Featherstone, Mike (Ed.) (2000): Body Modification. London u. a.: Sage Publications. (Featherstone 2000, S.)
Galester, Hartmut (1983): ‚Mens sana in corpore sano‘ – Der Mensch und sein Körper in römischer Zeit. In: Imhof, Arthur E.: Der Mensch und sein Körper. Von der Antike bis heute (S. 31-45). München: Verlag C. H. Beck. (Galester 1983, S.)
Geißler, Rainer (2006): Die Sozialstruktur Deutschlands. Zur gesellschaftlichen Entwicklung mit einer Bilanz zur Vereinigung. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. (Geißler 2006, S.)
Giddens, Anthony (1988): Die Konstitution der Gesellschaft. Grundzüge einer Theorie. Frankfurt am Main u.a.: Campus Verlag. (Giddens 1988, S.)
Girtler, Roland (2001): Methoden der Feldforschung. Wien u.a.: Böhlau Verlag. (Girtler 2001, S.)
Goffman, Erving (1983): Stigma. Über Techniken d. Bewältigung beschädigter Identität. Frankfurt a. M.: Suhrkamp (Goffman 1983, S.)

Gugutzer, Robert (2002): Leib, Körper und Identität. Eine phänomenologisch-soziologische Untersuchung zur personalen Identität. Wiesbaden: Westdeutscher Verlag. (Gugutzer 2002, S.)
Harvey, David (1989): The Condition of Postmodernity. An Enquiry into the Origins of Cultural Change. Oxford u.a.: Basil Blackwell. (Harvey 1989, S.)
Hitzler, Ronald & Honer, Anne (1984): Lebenswelt – Milieu – Situation. In: Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie 36: S. 56-74. (Hitzler/Honer 1984, S.)
Honer, Anne (1985): Beschreibung einer Lebenswelt. Zur Empirie des Bodybuilding. In: Zeitschrift für Soziologie Jg. 14, Heft 2: S. 131-139. (Honer 1985, S.)
Kläber, Mischa (2013): Moderner Muskelkult. Zur Sozialgeschichte des Bodybuildings. Bielefeld: Transcript Verlag (Kläber 2013, S.)
Kreckel, Reinhard (2004): Politische Soziologie der sozialen Ungleichheit. Frankfurt am Main u.a.: Campus Verlag. (Kreckel 2004, S.)
Krockow, Christian Graf von (1974): Sport. Eine Soziologie und Philosophie des Leistungsprinzips. Hamburg: Hoffmann und Campe (Krockow 1974, S.)
Krüger, Michael (1993): Einführung in die Geschichte der Leibeserziehung und des Sports. Teil 2: Leibeserziehung im 19. Jahrhundert. Turnen fürs Vaterland. Schorndorf: Hofmann. (Krüger 1993, S.)
Lefebvre, Henri (2003): The Production of Space. Oxford u. a.: Blackwell Publishing. (Lefebvre 2003, S.)
Löw, Martina (2001): Raumsoziologie. Frankfurt am Main: Suhrkamp (Löw 2001, S.)
Löw, Martina; Silke Steets & Sergej Stoetzer (2008): Einführung in die Stadt- und Raumsoziologie. Opladen u. a.: Verlag Barbara Budrich. (Löw/Steets/Stoetzer 2008, S.)
Mbopi-Kéou, Francois-Xavier(ed.) (2008): Health and Sports in Africa. A Challenge for Development. Montrouge, France: Éditions John Libbey Eurotext. (Mbopi-Kéou 2008, S.)
Mead, Georg Herbert (1968): Geist, Identität und Gesellschaft. Aus der Sicht des Sozialbehaviorismus. Frankfurt a. M.: Suhrkamp (Mead 1968, S.)
Monaghan, Lee (2000): Creating 'The Perfect Body': A Variable Project. In: Featherstone, Mike (Ed.) (2000): Body Modification (S. 267-290). London u. a.: Sage Publications. (Sassatelli 2000, S.)
Pondi, Jean-Emanuel (2008): Sports and Development. In: Mbopi-Kéou, Francois-Xavier(ed.) (2008): Health and Sports in Africa. A Challenge for Development (S. 89-92). Montrouge, France: Éditions John Libbey Eurotext. (Pondi 2008, S.)
Quayson, Ato (2014): Oxford Street, Accra. City Life and the Itineraries of Transnationalism. London u.a.: Duke University Press. (Quayson 2014, S.)
Sassatelli, Roberta (2000): Interaction Order and Beyond: A Field Analysis of Body Culture within Fitness Gyms. In: Featherstone, Mike (Ed.) (2000): Body Modification (S. 227-248). London u. a.: Sage Publications. (Sassatelli 2000, S.)
Scheller, Jörg (2010): No Sports! Zur Ästhetik des Bodybuildings. Stuttgart: Steiner. (Scheller 2010, S.)
Schwarzenegger, Arnold & Dobbins, Bill (1987): Das große Bodybuilding-Buch. München: Wilhelm Heyne Verlag. (Schwarzenegger/Dobbins 1987, S.)
Sökefeld, Martin (2001): Reconsidering Identity. In: Anthropos 96: S. 527-544 (Sökefeld 2001, S.)
Spittler, Gerd (2001): Teilnehmende Beobachtung als dichte Teilnahme. In: Zeitschrift für

Ethnologie 126: S. 1-25. (Spittler 2001, S.)
Thoms, Ulrike (2000): Körperstereotype. Veränderung in der Bewertung von Schlankheit und Fettleibigkeit in den letzten 200 Jahren. In: Wischermann, Clemens & Haas, Stefan (Ed.): Körper mit Geschichte. Der menschliche Körper als Ort der Selbst- und Weltdeutung (S. 281-307). Stuttgart: Franz Steiner Verlag (Thoms 2000, S.)
Wacquant, Loïc (2003): Leben für den Ring. Boxen im amerikanischen Ghetto. Konstanz: UVK Verlagsgesellschaft. (Wacquant 2003, S.)
Wedemeyer, Bernd (1996): Starke Männer, starke Frauen. Eine Kulturgeschichte des Bodybuildings. München: Beck. (Wedemeyer 1996, S.)
Wedemeyer, Bernd (1999): Körperkult als Lebenskonzept. Bodybuilding und Fitneßboom. In: Sarkowicz, Hans (Ed.): Schneller, höher, weiter. Eine Geschichte des Sports (S. 407-431). Frankfurt am Main u.a.: Suhrkamp. (Wedemeyer 1999, S.)
Würzberg, Gerd (1987): Muskelmänner. In den Maschinenhallen der neuen Körperkultur. Reineck bei Hamburg: Rowohlt. (Würzberg 1987, S.)

Interviewverzeichnis

Datum	Gesprächspartner ⁷¹ (Geschlecht m/w)	Zusammenhang/Ort ⁷²	Besonderheiten
28.08.2014	Chris (m)	Gym II	Trainer
01.09.2014	David	Gym II	(sehr) reich
17.09.2014	George (m)	NHG	
01.09.2014	James (m)	Gym I	
06.09.2014	Judy (w)	Gym II	
14.09.2014	Julia (w)	Gym II	
14.08.2014	Keneth (m)	Gym I	
21.08.2014	Lucy (w)	NG	Besitzerin NG
16.09.2014	Owino	GymII	
04.09.2014	Robert (m)	NHG	
09.08.2014	Steve (m)	Musclemania Africa, Nairobi	Bodybuilder
11.09.2014	Thomas (m)	NHG	Besitzer mehrerer NHGs
15.09.2014	Umfrage I	Gym I	Umfrage zu den Bildern aus dem Fotowettbewerb.
14.09.2014	Umfrage II	Gym II	Umfrage zu den Bildern aus dem Fotowettbewerb.
13.09.2014	Vitalo	Gym I	Inoffizieller Trainer

⁷¹ Zum Schutz der Informanten habe ich die Interviewpartner anonymisiert, verwende lediglich zufällig gewählte Vornamen, und gebe zusätzlich das Geschlecht an.

⁷² Hier gebe ich an, in welchem Zusammenhang ich auf die Informanten getroffen bin. Bei Gym I und Gym II handelt es sich um meine Hauptforschungsorte, ansonsten habe ich die Veranstaltung bzw. die Art des Fitnessstudios angegeben. Sofern nicht anders vermerkt ist der Ort Kisumu.

Erklärung nach § 20 Abs. 6 der Prüfungsordnung

Hiermit versichere ich, dass ich diese Arbeit selbstständig verfasst habe und keine anderen als die angegebenen Quellen und Hilfsmittel verwendet habe. Wörtlich wiedergegebene Textstellen, auch Einzelsätze und Teile davon, sind als Zitate kenntlich gemacht. Bisher wurde die Arbeit noch nicht zur Erlangung eines akademischen Grades eingereicht.

Bayreuth, den

Martin Hammerschmitt

Anhang

Anhang 1: Fragebogen

Questionnaire:



Dear gym-goers,

On behalf of the University of Bayreuth I am conducting a research on gym use in Africa. I am especially interested in what kind of people go to the gym and in what way that influences their daily lives. It would be great if you could take a couple of minutes to fill in this questionnaire to help me.

Kind regards,

Martin Hammerschmitt

Personal Information

1. Sex? male female
2. Age? ≤ 20 21 – 30 31 – 40 41- 50 > 50
3. Your own:
 - a. Education: primary school secondary school university
 - b. Occupation: _____
 - c. Estimated regular income (per week) : _____
4. Your parents:
 - a. Education? primary school secondary school university
 - b. Occupation? _____
 - c. Estimated regular income (per week)? _____
5. Your family background:
 - a. What is your marital status? _____
 - b. Do you have children? _____
 - c. Your regional origin? _____
6. Would you characterize yourself as rather ...
 upper class middle class working class lower class

Training and Gym

7. Since when are you going to the gym? _____
8. Why did you start training in a gym? doctors council friend
 advertisement (TV, cinema, magazine) other medial representations
9. What are your aims when you go to the gym?
 concrete medical aims (reduce back pain) strength for other sport
 vague medical aims (increase fitness) bodybuilding
 weight reduction looking good other:_____
10. Use five words to describe your gym:

11. What do you expect of a good gym? (2 = very important, 1 = a little important, 0 = not at all important)
a) qualified training staff:____ b) intensive supervision by staff:____
c) many different machines: ____ d) new/modern machines: ____
e) big mirrors: ____ f) separate areas for men/women:____
g) good sanitation area: ____ h) wellness-area:____
i) good music:____ j) flexible business hours:____
k) (cheap) price: ____ l) cool crowd: ____
m) being at a well known gym: ____ l) other:_____
12. How do you train?
 alone with a partner in a group

Lifestyle

13. In your opinion, is going to the gym necessary for a disciplined life?
 no not necessarily absolutely necessary

14. How have certain habits changed since you go to the gym?

	strongly reduced	reduced	increased	hasn't changed
alcohol				
smoking				
sleep				
sex				

15. a) Do you pay more attention to your nutrition?
 very much a little not at all

- b) How does this show? _____
16. a) Do you use supplements? regularly occasionally not at all
 b) Which? proteins amino acids creatin
 fat burner others: _____
17. a) How often do you go to the gym each week? _____
 b) How much time do you spend there per visit? _____
18. How important is going to the gym in your life? (from 0 = not at all important to 5 = extremely important) _____

Body and Society:

19. Are people who regularly go to the gym usually more attractive?
 yes no
20. Does your body attract attention? Which kind of attention?
 a. In public? yes no
 If yes, which? _____
 b. With your friends and family? yes no
 If yes, which? _____
 c. At the gym? yes no
 If yes, which? _____
21. a) Are there prejudices in society? yes no
 b) If yes, which? _____
22. a) Do you have advantages from your trained body? yes no
 b) If yes, which? _____
23. Do you take part in bodybuilding competitions?
 Yes I do. I plan to. no
24. How important is comparing bodies and muscles at your gym? (from 0 = not at all important to 5 = extremely important) _____

Other questions

25. How much money do you spend on average each month for
 a. gym: _____
 b. clothing/equipment for the gym: _____
 c. healthy food: _____
 d. supplements: _____

26. Is there anything else you think is important in relation to your going to the gym or anything else you would like to say?

Thank you for your participation!

Interview-Guidelines:

1. To begin with, please tell me something about your life: about your origins, your family, your education, your current job and everything else you deem important.
 - a. ethnic group
 - b. siblings
 - c. average income

2. Can you describe the fitness-community and the different kinds of gyms there are in Kisumu?

3. Why did you start going to the gym, and how did you choose the gym you go to?
 - a. aim of training
 - b. motivation for training
 - c. type of gym
 - d. Did you change your gym?

4. In what way has your daily life changed since you started going to the gym?
 - a. nutrition
 - b. nutrition supplements
 - c. habits good/bad for health
 - d. daily schedule

5. How important is going to the gym in your life? Which other things are important to you?

6. In what way has your position in the “fitness-community” and in “normal society” changed?
 - a. comparison of muscles/bodies at the gym
 - b. official (bodybuilding) competitions
 - c. prejudices from society

Anhang 3: Facebook-Seite eines Fitnessstudios

← → ↻ <https://www.facebook.com/Classic-Gym-Kisumu-1436955443221665/?fref=ts>



Classic Gym-Kisumu

Startseite

- Info
- Fotos
- Bewertungen
- „Gefällt mir“-Angaben
- Videos
- Beiträge

[Eine Seite erstellen](#)

Classic Gym-Kisumu hat ein neues Foto hinzugefügt.
12. April 2015 · €



Gefällt mir · Kommentieren · Teilen

3 · Top-Kommentare

Kommentieren ...

Fredy de Fidel hae
Gefällt mir · Antworten · 6. März um 13:06

Classic Gym-Kisumu hat 11 neue Fotos hinzugefügt.
10. Februar 2015 · €

Guardian

Migosi
40404 Kisumu

+254 703 190566

24 Stunden geöffnet

Preisklasse: €€

[Nach Classic Gym-Kisumus Webseite fragen](#)

FOTOS

Someone should open a gym called "The Gym." It could be one of those annoying people's facebook that is about going to the gym every day.



BESUCHERBEITRÄGE