

4 Be_Deutungen von Körperarbeit und Körperidealen

Vielfach wird dem Sport und dessen körperformender Wirkung das Potential zugesprochen, etablierte Konzepte von Körper und Geschlecht zu transformieren. So schreibt Judith Butler im Essay »Athletic Genders: Hyperbolic Instance and/or the Overcoming of Sexual Binarism« (1998) über die Wirkung erfolgreicher Sportlerinnen auf hegemoniale geschlechtliche Körperrnormen:

»Indeed, women's sports have the power to rearticulate gender ideals such that those very athletic women's bodies that, at one time, are considered outside the norm (too much, too masculine, even monstrous), can come, over time, to constitute a new ideal of accomplishment and grace, a standard for women's achievement. In this sense, ideals are not static, but constitute norms or standards that are surpassable and revisable. And women's sports offer a site in which this transformation of our ordinary sense of what constitutes a gendered body is itself dramatically contested and transformed.« (Butler 1998: Internetdokument)

Im Sport entwickeln sich Körper, welche zunächst als normwidersprechend, ja gar monströs, angesehen werden. Werden aber im Laufe der Zeit immer mehr dieser »monströsen« Körper als erfolgreiche Sportlerinnen sichtbar, so verschiebt sich nach Butler die Norm weiblicher Körper und was einst monströs war, kann ein neues Ideal werden.⁶⁹

Im Bereich des Fitnesssport diagnostiziert Sassatelli: »[...] the fit body is constructed as a gender-neutral terrain of individual emancipation« und Fitnesskultur erschaffe »a space which accommodates continuous ever changing gender play.« (Sassatelli 2010: 167) Gleichsam schränkt sie diesen Befund ein durch die Feststellung dass »[...] subtler and subtler gender differences are continuously inscribed into it [the fit body, Anm. C.S.]« (ebd.). Obwohl der fitte Körper einerseits als geschlechtsneutrales individuelles Emanzipationssymbol konstruiert wird, seien doch feine und feinste Vergeschlechtlichungen in ihn eingeschrieben. Sie kommt zu dem Ergebnis, dass konventionelle Geschlechterbilder im Fitnessstudio je kontextuell sowohl transformiert als auch verstetigt werden. Fitnesskultur sei demnach sowohl »less triumphant and less apocalyptic« als sie in geschlechterpolitischen und wissenschaftlichen Debatten verhandelt würde (Sassatelli 2010: 166).

In den empirischen sozialwissenschaftlichen Untersuchungen von Gabriele Sobiech (2004, 2006) und Simon Graf (2012, 2013) finden sich Ergebnisse, nach denen körperformender Fitnesssport nur auf den ersten Blick unisex beziehungsweise

69 Auf das (bei Butler hier erstaunlich unterbeleuchtete) kritische Potential dieser Idealisierung komme ich später zurück. Zum Kontinuum zwischen dem »Normalem« und dem »Monströsen« vgl. Villa/Zimmermann 2008.

unigender ist. Sie verweisen vielfach auf die Persistenz binärer Geschlechterrollen in den ausgeführten Praktiken, den leitenden Idealen und Motiven der AkteurInnen und der räumlichen Aufteilung von Fitnessstudios. Sobiechs Interviewstudie mit (cis) Männern und Frauen, die Fitnesssport zur Körperperformance betreiben, zeigt eine klare Fokussierung der AkteurInnen auf hegemoniale Geschlechtskörperkonzepte, nach denen Frauen vor allem versuchen, ihr Körpergewicht und -volumen zu verringern, während Männer nach einer Zunahme in Form von Muskulatur streben. »Reduktion« und »Expansion« sind demnach klar vergeschlechtlichte Körperarbeitsziele (Sobiech 2004, 2006; Degele/Sobiech 2007; auch Flaake 2019 mit Bezug auf die Körperbilder Jugendlicher).

Auch für die vorliegende Arbeit war die Frage nach der Rolle von Geschlecht in den anvisierten Körperidealen eine zentrale Forschungsfrage, schreiben sich doch die Sportgruppen explizit eine Verortung jenseits der »genderrigiden Sportwelt« (Queerfriends) und der »cis-hetero-normativen-Welt« (Seitenwechsel) zu. Die Frage nach der Vergeschlechtlichung von Körperformen und Körperformungspraktiken ist auch eng verknüpft mit der Ambivalenz der Arbeit am eigenen Körper, der Gleichzeitigkeit von Selbstbestimmung und Normunterwerfung, und verweist auf die untrennbare und komplexe Verwebung von Fremd- und Selbstbestimmung. So wird mitunter mit einem besseren *Passing* durch Muskelaufbau geworben (siehe Kap. III.1). Dabei ist es sowohl als Akt der Selbstbestimmung zu betrachten, wenn trans* männliche⁷⁰ Personen im Feld über ihre geschlechtliche Identifizierung und ihr körperliches Erscheinungsbild bestimmen und beispielsweise durch Muskelaufbau dazu beitragen, entgegen des bei der Geburt zugewiesenen Geschlechts, von anderen als Männer wahrgenommen zu werden. Es handelt es sich dabei aber unweigerlich auch um einen Akt der Normunterwerfung, denn diese Selbstbestimmung findet im Kontext hegemonialer Konzepte von Männerkörpern statt und reproduziert diese somit auch – ein Paradebeispiel des Paradoxes der (geschlechtlichen) Subjektivierung, wie Butler es beschreibt. Dieses liegt: »genau darin, daß das Subjekt, das sich solchen [Geschlechts-, Anm. C.S.] Normen widersetzt, selbst von solchen Normen befähigt, wenn nicht gar hervorgebracht wird.« (Butler 2014b: 39) Wie das in diesem Kapitel vorgestellte Material zeigt, ist dies den Teilnehmenden zum Teil durchaus auch bewusst und wird mindestens intrasubjektiv verhandelt.

Im nun folgenden Kapitel geht es daher um die im Feld relevanten Körperbilder und -ideale: Wie werden diese definiert, gedeutet, diskutiert? Welche Bedeutung kommt der Kategorie Geschlecht hierbei zu, beziehungsweise welche Faktoren stellen sich als empirisch relevant heraus? Und wie stellt sich das Verhältnis von materiellem und gefühltem Körper dar, wieviel materielle Reduktion oder Expansion

70 Für trans*weibliche Personen ist zumindest unter dem Gesichtspunkt, ein besseres *Passing* zu erreichen, muskelaufbauender Sport ungleich weniger attraktiv (Kap. IV.3).

des Körpers braucht das gute Körpergefühl? Und wie wird die Arbeit am eigenen Körper, verhandelt?

Es zeigt sich eine Ablehnung reduktionistischer Körperziele (4.1) und eine vielseitige, aber affirmative Bedeutung expansiver Körperziele (4.2) im Feld. Mehr noch als das konkrete Ergebnis der Körperarbeit, stellt sich der Modus dieser als relevant heraus. Das wird in 4.3. unter dem Stichwort Spaßnorm beschrieben und die implizite Relevanz von Dis_ability hierin dargestellt (4.3), bevor abschließend auf Gesundheit als Motivation oder als Orientierungsmodus der Sportausführung und die hiermit verknüpften Konzepte von Geschlecht und Alter eingegangen wird (4.4).

4.1 »Riots not Diets!« Ablehnung reduktionistischer Körperziele

Dass Sobiech feststellt, dass das Körperziel der Reduktion vorrangig von Frauen verfolgt wird (Sobiech 2004, 2006; Degele/Sobiech 2007), ist keineswegs zufällig, sondern Resultat historisch gewachsener, kulturell geformter und vielfach wissenschaftlich beschriebener und analysierter vergeschlechtlichter Körper- und Schönheitskonzepte, die für Frauen eine möglichst schmale Silhouette als schön und attraktiv setzen (Bartky 1988; Bordo 2003b; Orbach 2016; Schmechel 2017a). So ist das Thema der Ablehnung von Schlankheitsnormen und entsprechender Praktiken und Diskurse schon lange ein Kernthema feministischer Körper- und Gesundheitspolitik (Aphramor 2018; kritisch Probyn 2008), gebündelt im populären Slogan »Riots not Diets!«. Eine Ablehnung von Sport zum Zwecke der Fettreduktion und Formung des Körpers nach hegemonialen Schönheitsnormen war und ist daher zentral für feministische Sportkultur und auch für die queere Fitness- und Sportszene. Die Verhandlung nicht »nur« von direkten Geschlechternormen (also überhaupt Mann oder Frau sein zu müssen), sondern auch von Schönheits- und Körperkonzepten (die immer auch vergeschlechtlicht sind) wird von vielen Interviewten als zentrales Charakteristikum queerer (Fitness-)Sportstätten beschrieben⁷¹ und fungiert als häufiges Motiv zur Abgrenzung der beschriebenen Orte zu konventionellen Fitnessstudios und anderen Sporträumen. Eine generelle Fat-Acceptance-Kultur wird mitunter genauso relevant gemacht, wie die Sicht- und Auslebbbarkeit nicht heteronormativer und nicht zweigeschlechtlicher Lebensweisen. So äußert sich beispielsweise Anika:

»Klar find ich's auch schön, dass da queere Personen sind ne. Aber ich muss jetzt mal ehrlich sagen, ich hab mich als Lesbe beim Sportmachen bisher nie diskriminiert gefühlt. Wenn, dann als runde Person oder als chronisch Kranke. Aber nicht

71 An diesem Punkt wird oft eine Abgrenzung zu schwulen Sportkontexten gezogen (siehe Kap. II.3.).

als Lesbe. Also das lesbische Sein ist nicht der Grund für mich da in die Sportgruppe zu gehen.« (Interview Anika)

Anika führt nicht primär Geschlechter- oder Sexualitätsnormen als Grundlage ihrer Diskriminierungserfahrungen im Sport an, sondern Konzepte von gesunder und fitter Körperlichkeit, denen ihr Körper nicht entspricht. Nicht der Umgang mit Geschlecht und Sexualität macht daher für sie den Schutzraum aus, sondern der Umgang mit Körperfett und chronischer Krankheit, beziehungsweise resultierender geminderter Leistungsfähigkeit.⁷² Gerade Diskurse und Praktiken um Körperfett, Körpermitte und Gewichtsreduktion werden vielfach als Abgrenzungsmoment zum Mainstream angeführt: »Dann ist halt so die Zielsetzung: Ich geh da hin, um abzunehmen. Aber ich geh da nicht zum Sport, um abzunehmen, sondern eigentlich, um mich zu bewegen und Spaß zu haben.« (Interview Anika) Auch Alex sagt:

»Ich glaub in dem Fitnesskurs im Fitnessstudio würd ich mich ziemlich deplatziert fühlen. Und auch ...und auch mit meinem Körper nicht mehr wohlfühlen. Also das käme halt auch dazu, wenn ich halt in so einem Fitnesskurs wäre, wo alle abnehmen wollen und über Kalorien reden und alle möglichst schlank sein wollen und sich da vielleicht vergleichen so ›Oh ich hab noch zu viel Bauchspeck‹ oder ›Mein Po ist zu dick‹ oder was auch immer welche Körperrormen da erfüllt werden wollen, das das ist nicht mein Ansatz. Das will ich nicht machen, also das/So will ich nicht sein und bei sowas will ich auch nicht mitmachen.« (Interview Alex)

Fitnessstudios werden als Orte beschrieben, in welchen das Erstreben vorherrschender Schlankheitsnormen als vorwiegende Motivation dominiert, wogegen die Interviewpartner_Innen sich dadurch abgrenzen, dass sie Ziele der Körperperformance ablehnen und Spaß an der Bewegung als Motivation konträr dagegensetzen (vgl. Kap. III.4.3). Auch das Raumempfinden und damit verknüpft die Selbstwahrnehmung wird dadurch beeinflusst (»und auch mit meinem Körper nicht mehr wohlfühlen«). Mehrere Interviewpartner_Innen, die sich als dick, fett oder wie Anika als rund bezeichnen, berichten von Blicken (zur Bedeutung von Blicken im Kap. III.3) und Kommentaren im Fitnessstudio, die sich zu einem Gefühl von Unwohlsein und Scham verdichten:

»[...] bei den einigen wenigen Malen, wo ich im Fitnessstudio war, dass ich sozusagen merke, dass ich Blicke auf mich ziehe, wenn ich da nach dem Training neben der Banane noch drei Schokoriegel verdrücke und ich sozusagen das Gefühl habe, ich muss das heimlich tun.« (Interview Jannis)

72 Interessanterweise unterscheidet sich ihre Erfahrung damit von der von Jannis, worauf im Teilkapitel III.4.3 näher eingegangen wird.

Die queren Fitnessgruppen werden dagegen als explizite Anti-Diät-Räume beschrieben, beispielsweise, wenn Anika ihre Erfahrungen in der Fitnessstudio-Umkleide in direkten Kontrast zu denen in der untersuchten Sportgruppe stellt (Interview Anika, siehe Kap. III.2.2).

Auch Sascha beschreibt die Anti-Diät-Einstellung seiner Fitnessgruppe als positiven Aspekt, in seinem Fall, weil er dies als Unterstützung in seinem Gefühlsmanagement der Unterdrückung beziehungsweise Bekämpfung von Abnehmwünschen erlebt:

»Aber das finde ich zum Beispiel auch ganz cool [...] weil wenn ich dann da immer wieder ankomme mit: ›Oh ich muss auf mein Essen achten‹ oder keine Ahnung was für Sachen, dann sind da halt immer sofort ganz viele Stimmen, die sagen: ›Du sollst aufhören damit! Immer diese Scheiße, diese genau die Kacknorm, die is nich!‹ Und so, das find ich super, das ist echt cool [...]« (Interview Sascha)

Ebenso heißt es an anderer Stelle des Interviews:

»Und ich glaube, dass ich so dass ich sonen Mensch bin, der das ziemlich stark verinnerlich hat und dass ich immer wieder damit anfang, zum Beispiel im Sinne von äh ich will jetzt, ich will jetzt Körperfett reduzieren und keine Ahnung was und dann krieg ich sofort von vielen Leuten was aufn Deckel und werd zurückgewiesen und das find ich total gut.« (Interview Sascha)

Der Wunsch abzunehmen wird also klar sanktioniert. Er ist etwas, was nicht gewollt werden soll, was es abzutrainieren gilt und wird in der anderen, der ›normativen Fitnesswelt‹ verortet. Wenn auch Sascha es begrüßt, »was aufn Deckel« zu bekommen, wenn er Unzufriedenheit mit seinem Körperfettanteil äußert und quasi zur Selbstliebe ermahnt zu werden, so handelt es sich doch eindeutig um soziale Sanktionen, die bestimmte Gefühlslagen und Gedanken als unangemessen für die Gruppe markieren. Wie Sara Ahmed beschreibt (Ahmed 2004), und auch ganz im Sinne von Arlie Russel Hochschilds Konzept von Gefühlsnormen, wird hier ein Wir darüber kreiert, wie Kollektivmitglieder zu ihrem Körperfett stehen (sollen), welche Wünsche und Begehren angemessen sind und welche nicht. Die Gruppe dient hier, das wird an Saschas Ausführungen sehr deutlich, auch als Art Erziehungsinstanz, die ähnlich dem Prinzip der Selbsthilfegruppen (vgl. Illouz 2009), die Arbeit der einzelnen Subjekte an sich selbst, an ihrem eigenen Denken und Fühlen, einfordert und unterstützt (siehe Kap. IV.1 und 2).

Anders als in Sobiechs Untersuchung kann zunächst keine Relevanz von Geschlecht in Bezug auf die hier anvisierten Körperziele ausgemacht werden. Die Ablehnung der Reduktion als Körperziel wird von allen, unabhängig des Geschlechts, geteilt. Das Ziel der Expansion, also des Muskelzuwachses, wird mitunter im Rahmen einer generellen Kritik an Körperoptimierung abgelehnt, aber gleichwohl im-

mer wieder, in Interviews, Trainingssituationen oder gar in Werbetexten explizit und offen verfolgt, allerdings ebenfalls von allen Geschlechtern.

Spielt Geschlecht also gar keine Rolle für die im Feld verfolgten expansiven Körperziele und -praktiken? Soziologisch betrachtet ist dies unwahrscheinlich. Um dieser Frage nachzugehen, wird nun detaillierter beschrieben, wie und mit welchen Semantiken das Körperziel der Expansion im Feld verfolgt wird.

4.2 Muskeln als Männlichkeitsmarker, Schutzpanzer und feministisches Statement

Der Wunsch nach Muskelzuwachs, in Sobiechs Terminologie das Ziel der körperlichen Expansion, ist im Kontrast zum Wunsch nach Fettabbau im Feld generell legitimer – wird doch schon in einem der Werbetexte mit breiteren Schultern, kräftigen Armen und muskulösen Beinen geworben (Kap.III.2). Neben der Abgrenzung vom Fitness-Mainstream über den Topos der Ablehnung von Körperfettverlust als Ziel (da wollen immer alle nur abnehmen), wird ebenfalls häufig auf die Erfahrung verwiesen, als weiblich gelesene Person dort explizit nicht Muskelaufbau betreiben zu dürfen, hier beispielhaft von Kim formuliert:

»[...] und ich find's auch sehr geschlechtsspezifisch in den Fitnessstudios. Also wenn ich da Trainierinnen angesprochen habe und gesagt hab, ich will mehr Armkraft haben, dann hab ich halt oft die Antwort gekriegt: [...] Also da soll man halt irgendwie keine Muskeln an den Armen sehen und auch nicht an den Schultern. Du kannst schon Training machen, aber nur so, dass du halt irgendwie straffe Arme hast, aber du sollst halt keine sichtbaren Muskeln zum Beispiel haben und das fand ich halt irgendwie (...) nervig, dass da halt son super vergeschlechtlichtes Bild mir die ganze Zeit entgegen schwappt. Und mit Gewichten sollst du gleich gar nicht arbeiten.« (Interview Kim)

Kim beschreibt: »[...] was im Fitnessstudio halt das Problem war, halt so gezieltes Krafttraining (.) ja für Arme zum Beispiel zu machen, da hab ich halt voll irgendwie die ganze Zeit son Gegenwind gekriegt, weil das halt deren Weiblichkeitsbild nicht entsprach irgendwie.« (Interview Kim) Auch Sascha berichtet:

»[...] zum Beispiel als ich angefangen habe im Fitnessstudio, da macht man ja diesen Einstellungstest oder so und das war so, dass ich halt als cisweiblich gelesen worden bin und dann wars halt einfach klar irgendwie, [...] dass mich BauchBeine-Po interessiert und dass ich weiß ich nicht. Und ich hab aber gesagt: Ich möchte Muskeln aufbauen, ich möchte dafür weiß ich nicht, weniger Wiederholungen mit viel Gewicht machen und er nur so: ›Jaja, jetzt fangense mal damit an‹ und/Also ich durfte das nicht. Das wurde mir halt völlig verweigert, während andere männ-

liche Personen das von Anfang an – oder die jetzt männlich gelesen wurden – das von Anfang an dis so machen konnten und durften.« (Interview Sascha)

Aufgrund vorherrschender Weiblichkeitsbilder wurde Kim und Sascha im Fitnessstudio die expansionsorientierte Arbeit an ihrem Körper »völlig verweigert« und verboten (»durfte das nicht«). In den beobachteten Gruppen hingegen ist das Verfolgen von Muskelaufbau für alle Geschlechter »erlaubt«, was jedoch nicht bedeutet, dass die geschlechtliche Konnotation ausgeprägter Muskulatur keine Rolle spielen würde, wie im Folgenden dargestellt wird.

Interessanterweise erzählt mir der Trainer der Gruppe, welche explizit mit Muskelaufbau-Orientierung wirbt und gezielt gerade trans* Männer ansprechen möchte, dass entgegen ihrer anvisierten trans*männlichen Zielgruppe, sich vor allem cis Frauen in dem Kurs anmelden und zwischenzeitlich eine Quotenregelung eingeführt wurde, um der eigentlichen Zielgruppe genügend Raum zu lassen. Hier deutet sich womöglich ein bestimmtes subkulturell bestärktes Schönheits- und auch Selbstideal für Frauen der queeren Szene an, welches eine Verkörperung »männlicher« Körperziele beinhaltet, dazu jedoch später mehr.

4.2.1 Wann ist ein Mann ein Mann?

Zunächst ist das Interview mit Ben aufschlussreich in Bezug auf die geschlechtliche Bedeutung von Körperarbeit und ihren Resultaten.

Für Ben ist der Moment, in dem er (zu diesem Zeitpunkt sie) durch die Ausübung einer neuen Sportart muskulöser wurde, auch der Moment, an dem er anfang, sich als trans* Mann zu begreifen:

»Obwohl als Frau konnte ich nicht...oder es war nicht so erlaubt... oder hatte ich zumindest in meinem Kopf oder von der Gesellschaft fühle ich, es war nicht so erlaubt, Muskeln zu haben. Das hat mir auch viel geholfen zu sagen: Das passt nicht. [...] Es war genau in der Zeit, wo ich gemerkt habe: Ich bin trans*. Und ich glaube, dass dieser Teil von Sport – Muskeln aufbauen und so – hat mir viel geholfen zu merken, dass ich trans* bin.« (Interview Ben)

In Bens Narration passen Frau sein und Muskeln haben nicht zusammen und bedeutet Freude am eigenen Muskelaufbau (Trans*)Männlichkeit. Entsprechend wird diese Nicht-Passung von ihm aufgelöst, indem er eine männliche Geschlechtsidentität annimmt, die ihm nun plötzlich »erlaubt« seinen bodybuilderischen Ambitionen nachzugehen. Muskeln bedeuten so sehr Mannsein, wie Mannsein Muskeln haben bedeutet; Signifikant und Signifikat, Symbol und Bedeutung, fallen hier untrennbar zusammen.⁷³ Die Schwierigkeit einem selbst schon reflektierten und

73 Dabei handelt es sich nicht um eine individuell-persönliche, sondern um eine verbreitete starke Codierung von Muskeln als männlich (Rose L. 1997; Wirtz 2008).

dennoch aber verinnerlichten zweigeschlechtlichen Körperbild aufzusitzen, verdeutlicht sich in Bens Schwanken zwischen »Ich konnte nicht« als feste Tatsache, über »es war nicht erlaubt« als äußerliche Regel über die Reduzierung auf eine individuelle Annahme »zumindest in meinem Kopf« zu einem gesellschaftlich vermittelten und dennoch sehr wirkmächtigen Empfinden – »von der Gesellschaft fühle ich«.

Geschlecht wird nicht nur – wie mitunter in verkürzter Lesart von sozialkonstruktivistischer Gender-Theorie beschrieben – »von außen« zugewiesen, sondern auch »innerlich« gespürt als zentrales Element des eigenen Selbstbildes. Um ein Geschlecht zu *sein*, bedarf es nicht allein der überzeugenden Wirkung nach außen, sondern auch der inneren Überzeugung, also eines entsprechenden geschlechtlichen Selbstkonzeptes. In diesem Sinne geht es also hier bei der expansiven Körperarbeit nicht (nur) um ein Passing nach außen – also einen Einfluss darauf, welches Geschlecht man für andere darstellt – sondern durchaus auch darum, für sich selbst in diesem Fall männlich zu sein, sich selbst als männlich zu *empfinden* und der eigenen geschlechtlichen Identität zu versichern (Lindemann 2011; Maihofer 1997). Der Aufbau von Muskelmasse nimmt hier auch recht selbstreflektiert kompensatorische Funktionen ein: »Ich glaube Fitness hilft mir viel zu kompensieren, dass ich keinen Penis habe.« (Interview Ben) Das »Fehlen« eines Penis und damit des signifikanten körperlichen Männlichkeitsmarkers (Lindemann 2011; Villa 2011: Kap.4) stellt eine Herausforderung für die männliche Existenzweise (Maihofer 1997) dar – also sowohl für die überzeugende Darstellung von Männlichkeit für andere, um entsprechende Anerkennung als Mann zu finden, als auch beziehungsweise vor allem für das Selbstempfinden.⁷⁴

So dienen Ben seine Muskeln »[...] auch um männlicher zu sein (.) zu fühlen ne, weil sein...? [Stimme hebt sich, wie fragend, »sein« wird tonal in Frage gestellt].« (Interview Ben) Er unterscheidet hier also nicht nur die Wahrnehmung durch andere und das eigene Selbst-Empfinden (»zu fühlen«), sondern zusätzlich eine quasi ontologische Ebene des Seins, welche er trotz »100 % Passing« (Interview Ben) und einem Selbst-Gefühl als männlich, nicht erreichen kann:

»Aber ich bin trotzdem eine trans* Person. Es gibt diese Grenze, nicht nur, weil ich nicht duschen kann [in öffentlichen Einrichtungen, Anm. C.S.], sondern auch weil was es bedeutet, wenn ich das nicht machen kann, weil es fehlt immer etwas. Ich

74 Bemerkenswert – und bei Lindemann dezidiert empirisch herausgearbeitet – ist dabei die Asymmetrie der Signifikanz unterschiedlicher geschlechtlicher Körperteile. So problematisiert Ben, dass er *keinen Penis* hat, nicht dass er eine *Vulva und Vagina* hat. Trans* Frauen wiederum problematisieren in Lindemanns Studie, dass sie einen Penis haben, nicht, dass ihnen eine Vulva oder Vagina fehle. Der Penis (weniger die Hoden) wird als eigenständig und geschlechtlich signifikant definiert, während Vulva oder Vagina lediglich ein Nicht-Penis sind (Lindemann 2011, besonders 202f.).

fühle mich immer trotzdem/Ich bin undercover sozusagen. [...] Aber ich habe jetzt ein super gutes Cover (lacht).« (Interview Ben)

Das »Cover« der Muskeln kompensiert den steten und unüberwindbaren ontologische Mangel am Mann-Sein, welcher sich im »Fehlen« des Penis und einem Mangelempfinden ausdrückt. Letztendlich bleibt für Ben offen, ob er diese Lücke zwischen seiner Wirkung, seiner gefühlten Geschlechtsidentität und dem, was er als »Sein« beschreibt, jemals wird schließen können. »Die Frage ist, ob ich mich irgendwann total wohlfühle, das kompensiere oder ob da immer irgendwas fehlt.« (Interview Ben)

Festzuhalten bleibt, dass ausgeprägte Muskulatur hier nicht nur die Wahrnehmung der bearbeiteten Geschlechts-Körper durch andere beeinflusst, sondern auch das geschlechtliche Selbst-Empfinden. Über Praktiken des Muskelaufbaus und ihre materiell-körperlichen Auswirkungen, wird eine männliche Geschlechtsidentität bestätigt und verfestigt.

4.2.2 Körperpanzer im territorialen Alltagskampf

Ben hatte bereits Jahre zuvor als junge Frau kurzzeitig Erfahrungen im Fitnessstudio gemacht. Damals wurde ihm aber – wie auch andere von mir Interviewte berichten – vom Trainingspersonal stark abgeraten, den anvisierten Muskelaufbau zu betreiben, da dies als nicht adäquat für Frauen gesehen wurde. Als er nun später als männliche Person wieder ein Fitnessstudio betritt, fühlt er sich zunächst unwohl. Er fühlt sich mit seiner geringen Körpergröße eingeschüchtert von anderen dort trainierenden Männern, die ihm wie »vier Meter breit« (Interview Ben) erscheinen. Er erzählt dann, dass seine regelmäßige Trainingspraxis und die damit einhergehende körperliche Entwicklung sein Erleben des Sozialraums Fitnessstudio veränderten:

»Ja es war so, je mehr mein Körper breiter und größer geworden ist, war ich so: Ok ich komme hier her, mache mein Training und brauche nicht zu fragen, ich nehme mir den Platz! So empowernd irgendwie. Und langsam kommt der Respekt von der Haltung her und auch weil du regelmäßig trainierst und weil du Muskulatur aufbaust. Und es kommt zu kleinen Gesprächen. Und das war interessant, am Ende habe ich mich richtig wohl gefühlt. Aber es war eine große Entwicklung nicht nur von »Ich nehme den Platz«, sondern auch von ich persönlich entwickle mich als/Ich genieße Fitness zu trainieren, entwickle meinen Körper, fühle mich besser und so alles zusammen.« (Interview Ben)

Das Raum-nehmen des Körpers durch seine materielle Expansion geht einher mit dem Sich-Raum-nehmen der Person Ben, was vor allem die selbstverständlichere und selbstsicherere Nutzung der Geräte und Flächen des Studios meint (»brauche nicht zu fragen«). Auch beschreibt er, dass er von anderen Mittrainierenden

zunehmenden Respekt erfährt in (für ihn klar kausaler) Korrelation zu seiner körperlichen Veränderung⁷⁵ und der damit einhergehenden Änderung der Haltung – nicht nur als körperliche Haltung im Sinne des ›gerade Stehens‹, sondern auch als Haltung in einem Verständnis von Auftreten als selbstbewusster und legitimer Trainierender. Die körperliche Veränderung und die Entwicklung des eigenen Selbstbewusstseins verlaufen ineinander verwoben. Es geht also auch um eine emotionale Entwicklung, welche jedoch eng an die äußerlich wahrnehmbare körperliche Entwicklung gekoppelt ist.

Ähnlich verhält es sich bei Alma. Auch für sie ist ein muskulöser Körper Mittel, um sich respektiert zu fühlen:

»Dann fand ich das ganz toll, wie ich immer stärker wurde, also jetzt so in meinen Verhältnissen. Und [...] ich hab gemerkt, ich fand das toll mit diesem Körpergefühl und mit diesem, also für ne Frau breitere Schultern, als sonst was man so sieht. Und ich hab – is vielleicht Einbildung – aber ich hab das Gefühl, ich kann mir mehr Respekt auf der Straße verschaffen (lacht).« (Interview Alma)

Ein wesentlicher Antrieb für sie zu trainieren ist, dass sie sich mit breiteren Schultern und Oberarmen mit den »Männern in Unterhemden« an ihrer Straßenkreuzung besser messen können: »Das sind echt viele und die posen und [...] dann denken die immer, die Welt gehört ihnen und ich sag: Nee, die Welt gehört mir (lacht).« (Interview Alma) Sie führt als Alltagserfahrung aus:

»[...] dass man so angerempelt wird mit Absicht. Also dass viele Männer einem auf dem Bürgersteig keinen Platz machen. Das ist jetzt keine Gewalt. Aber das macht mich wahnsinnig. Und da merk ich so: Das find ich schon angenehmer, wenn ich irgendwie so (richtet sich auf) ...ich hab mein T-Shirt mit dem Kurzärmeligen so. Und ich hab das Gefühl, ich krieg automatisch mehr Platz auf dem Bürgersteig und das ist mir auch sehr wichtig (lacht).« (Interview Alma)

Was Alma hier beschreibt, ist die vielfach wissenschaftlich, auch soziologisch, beschriebene (Re-)produktion sozialer, unter anderem vergeschlechtlichter, Hierarchien durch Körpersprache und Raumverhalten (Löw 2005; Meuser 2019: 14, 2005: 282, 2010: 119; Hermann 2011). Geschlecht ist ein wesentlicher Faktor in der Frage, wie Subjekte ihren Körper nutzen, ihn im Verhältnis zum Raum empfinden und im Raum bewegen, durch welche Gesten welche nonverbalen Signale gesendet werden, die stets auch Geschlecht mindestens mitbedeuten, und wieviel Raum

75 Von ähnlichen Erfahrungen des zunehmenden Respekts von Mittrainierenden bei zunehmender Muskulatur berichtet auch Lukas im Interview. Auch Peter Kiep arbeitet in seiner Forschung soziale Hierarchien unter Männern im Fitnessstudio auf Basis von Körpermuskulatur heraus (Kiep 2017).

dadurch beansprucht wird.⁷⁶ Hitzler formuliert mit Bezug auf Studien von Nancy Henley:

»(Geschlechtsspezifische) Körperstrategien dienen [...] dazu, Statusunterschiede deutlich zu machen, Distanz herzustellen, und im weiteren Sinne eben auch dazu, gesellschaftliche Machtstrukturen zu erzeugen und zu verfestigen. Die Art und Weise etwa, wie jemand von Raum Besitz ergreift, deutet dessen relativen Status an [...].« (Hitzler 2002: 74)

Das »Posen« und »keinen Platz machen«, das raumeinnehmende Verhalten der »Männer in Unterhemden«, die nach Almas Aussagen sommers die Straßen ihres Viertels dominieren, ist ein Ausdruck dieser Art territorialer und körperlicher Herstellung und Absicherung von Statusbeziehungen. Alma nun beschreibt, dass breitere Schultern und Oberarme ihr helfen, auch Platz für sich auf dem Gehweg zu beanspruchen. Wie auch in Bens Ausführungen zu seiner Erfahrung im Fitnessstudio, korrelieren hier, durchaus als Kausalität beschrieben, die Expansion des Körpers und die des angeeigneten Raums. Je breiter Ben und Alma werden, desto selbstsicherer können sie sich im öffentlichen und halb-öffentlichen Raum der Straße oder des Fitnessstudios bewegen. Der eigene Körper fungiert als Mittel der Raumaneignung und seine Ausweitung bedeutet die Ausweitung des legitim eingenommenen Raumes.

Daneben kommt dem muskulösen Körper auch eine Art Schutzfunktion zu. Eine häufige Verknüpfung, die sich im Interviewmaterial findet, ist die von Muskulosität und Sicherheit, beziehungsweise einem Sicherheitsgefühl. Der Aufbau sichtbarer Muskulatur dient dabei als Reaktion auf erlebte und als Prävention vor potenzieller physischer Gewalt.

Exemplarisch dafür steht die Erzählung von Sam. Seinen Zugang zu Fitness als explizit körperformenden Sport beschreibt er als Folge eines traumatischen Erlebnisses. Er wurde auf offener Straße angegriffen und schwer verletzt, war über Monate krankgeschrieben, musste mehrfach operiert werden und trägt leichte bleibende Schäden davon. Für Sam bedeutet das einen immensen Bruch mit seinem grundlegenden Sicherheitsgefühl: »And I am a cis white guy, I've always felt relatively safe in most places, not everywhere but lots of places, even kind of at night. I feel like I am kind of a big guy and I'm kind of in good shape and then all of a sudden, I realize that I wasn't safe at all.« (Interview Sam) In den Monaten nach dem Übergriff beginnt er zusätzlich zu seinen vorher praktizierten moderaten Yoga- und Jogging-Einheiten tägliches Krafttraining, teilweise mit diätischer Ernährung kombiniert. Er beschreibt seine stundenlangen Aufenthalte im Fitnessstudio als

76 Ein Beispiel ist das Übereinanderschlagen der Beine im Kontrast zum breitbeinigen Sitzen in öffentlichen Verkehrsmitteln, welches als »Manspreading« diskutiert wird.

eine Art meditative Tätigkeit, welche er oft auch »on the verge of tears« (Interview Sam) praktizierte und die eine Art Therapie gegen seine selbstdiagnostizierte posttraumatische Depression darstellten. Sein Körper verändert sich in dieser Zeit stark, er verliert Körperfett und baut Muskulatur auf. Mittlerweile sind die psychischen Folgen der Attacke stark abgeklungen und er beschreibt seinen Lebensstil als »more balanced out« (Interview Sam), womit er meint, dass er weiterhin viel trainiert und auch dem Fitness- und Krafttraining⁷⁷ treu geblieben ist, aber keine Diät mehr hält und das Training insgesamt weniger Zeit in seinem Alltag einnimmt. Die intensive Beschäftigung mit dem eigenen Körper, speziell die Schaffung eines starken Körpers, sei für ihn wichtig gewesen, um wieder ein Selbstsicherheitsgefühl zu gewinnen. Obwohl er sich auch vor dem Angriff als »big guy« und »kind of in good shape« (s.o.) beschreibt und ihn das nicht geschützt hat, half ihm die weitere »Athletisierung« beim Wieder-Aufbau eines Gefühls von Sicherheit im öffentlichen Raum. Schon vorher war er sich, nicht zuletzt durch Erfahrungen seiner Freund_Innen, im Klaren darüber, dass viele Menschen – rassistisch, sexistisch, transphob Marginalisierte – sich an öffentlichen Orten in permanenter Bedrohung durch Beleidigungen und Angriffe befinden, »but experiencing it for myself in my body is different than knowing it in my head, really different.« (Interview Sam) Entsprechend, so scheint es, musste auch das Sicherheitsgefühl durch den Körper (wieder-)erfahren werden.

Das Motiv der Verarbeitung und/oder Prävention gewalttätiger Angriffe durch den Aufbau von Muskeln findet sich bei mehreren Interviewten, vor allem auch trans* Männern. So erzählt Lukas:

»Also angefangen mit Fitnesssport hab ich tatsächlich nach einer Gewalterfahrung, weil ich mich in dem Moment krass/Also ich wurde da schon als männlich gelesen und wurde da auch tatsächlich nur zusammengeschlagen, weil ich n Typ bin und am falschen Ort war und in ne beschissene Situation gekommen bin ähm und halt einfach jemand Stress gesucht hat und sich halt den nächsten Typen gesucht hat, der ihm unter die Nase gekommen ist. Ähm und hab mich halt in dem Moment sehr zerbrechlich gefühlt, weil ich halt wie gesagt ne schmale Person war und hab mir dann halt gesagt: Gut, ich muss irgendwas tun, damit ich mich nicht mehr so zerbrechlich fühle. Und hab dann angefangen ins Fitnessstudio zu gehen und merke deutlich, dass das auf jeden Fall für mich klar irgendwie mir persönlich Sicherheit gibt. Also in meiner Identität, vor allem in meiner männlichen Identität und halt vor allem in dieser Identität in diesem beschissenen männlichen Wettkampf der halt, egal wo du bist oder egal wo du hinkommst, also ähm ich hab blöd

77 Also sportiven Praxen, welche im Gegensatz zu den von ihm schon vor dem Angriff praktizierten Joggen und Yoga eine deutliche(re) Ausrichtung auf die gezielte Formung und Erhaltung eines starken Körpers haben.

gesagt jetzt halt mehr Schiss, auf der Straße Stress zu bekommen als damals noch als weiblich gelesene Person.« (Interview Lukas)

Als nun männlich »passende« Person muss Lukas eine gewisse Breite an den Tag legen, damit andere Männer ihn »als Gefahr sozusagen wahrnehmen und [mich] nicht anstressen« (Interview Lukas). So bringt der Eintritt in die männliche Lebenswelt für ihn die Notwendigkeit mit sich, auch eine gewisse Form hegemonialer Männlichkeit zu verkörpern. Für Lukas ist der Status als schmaler Mann deutlich gewaltanfälliger als noch als weiblich gelesene Person oder nun als kräftigerer Mann. Um sich also alltagsweltlich als Mann behaupten und auch sicher fühlen zu können, reicht ein Passing durch eine flache Brust, Bartwuchs und tiefe Stimme nicht aus, es kommt vielmehr darauf an, *was für einen Mann* er darstellt. Dabei verfügt Lukas über eine kritische Reflektion auf seine Praktik, sieht aber auch wenig attraktive Alternativen:

»Das ist halt dieser ganze Quark um halt dieses Männliche, sich halt gegenseitig behaupten. Wo ich halt sag, ich hab da keinen Bock drauf, aber in der Form, dass ich das halt/Also mach ich's auch wieder mit. Ich mach's halt auch in der Form mit, weil ich halt meinen Körper irgendwo/Ich könnt ja auch sagen scheiß drauf und werd dann womöglich leichter zum Opfer oder muss halt lernen schnell zu laufen, ich weiß es nicht. Ähm oder hab halt jetzt dieses Ding, auch wenn jetzt jemand einen anstress, ich mich dann halt auch aufpluster und noch breiter erschein und halt dadurch dann auch manchmal Situationen gelöst werden, weil die Personen dann, die Stress gemacht hat, sich gar nicht mehr traut weiter zu stressen. Das ist son permanentes Spiel.« (Interview Lukas)

Zusätzlich zu der symbolischen Funktion schreibt er seiner Muskulatur auch ganz reale Schutzfunktionen zu:

»[...] also ich fühl mich auf jeden Fall besser in meiner Haut, weil ich halt auch weiß, egal, wenn ich jetzt mal eine abkriegen sollte nochmal, so wie es halt vor drei vier Jahren war, kann ich das halt eher wegstecken. Ich fühl mich halt einfach so auch in meinem Körper durch die Muskeln auch mehr geschützt. [...] Wenn ich nochma eine in den Bauch kriegen sollte, weiß ich halt, dass es nicht mehr so dolle wehtun wird, wie halt vorher so.« (Interview Lukas)

Auch bei Lukas also ist das Aufbauen von sichtbarer Muskulatur eine Reaktion auf eine Gewalterfahrung. Er begründet den Gewinn an Sicherheitsgefühl allerdings wesentlich materialistischer als Sam: Keine therapeutische Auf- und Bearbeitung traumatischer Emotionen ist hier das Ziel, sondern ganz pragmatisch ein Schutzpanzer, der vor Schmerzen bewahrt und andere am besten schon im Vorfeld abschreckt.

Daneben kommt für Lukas die Erfahrung zum Tragen, in der schwulen Subkultur, in der er sich bewegt, positive Reaktionen auf seine körperliche Veränderung zu bekommen:

»Und da freu ich mich drüber, wenn ich jetzt seh, der Körper kriegt tatsächlich...nimmt ne Form an, die mir ziemlich gut gefällt, wo ich halt auch...wo man sich auch klar in irgendeiner Form darüber definiert oder auch Feedback bekommt oder grade auch in der schwulen Community, wo man halt dadurch ne ganz andere Form von Anerkennung findet.« (Interview Lukas)

Lukas hat zuvor vielfach die Erfahrung der Zurückweisung in schwulen Räumen gemacht, eine Erfahrung, die sich inzwischen stark verändert hat.

»Ähm und merk auch halt grade so in schwulen Räumen, dass du ne ganz andere Form von Rücklauf bekommst oder beziehungsweise halt ganz andere Leute ne Form von Attraktivität dir dann zusprechen, die mich halt vorher in der Form nicht beachtet hätten.« (Interview Lukas)

Damit verknüpft sich auch für Lukas eine körperliche mit einer sozialräumlichen Expansion, da sein Muskelgewinn ihm erlaubt, sich in schwulen Kontexten anders als früher, wesentlich selbstbewusster und mit zunehmender Anerkennung, zu bewegen.

Neben dieser, auf die *Wirkung auf andere* orientierten, Konstruktion von Muskeln als eine Art Schutzpanzer zur Eroberung und Selbstbehauptung in bedrohlichem Territorium von Straße oder Fitnesscenter, wird auch eine Art innerliche Funktion beschrieben: Es geht darum, sich sicherer zu *fühlen*, selbstsicherer auch im Sinn von selbstbewusster zu werden (das Gefühl, mehr Respekt und Platz zu bekommen, »von der Haltung her«). Ähnlich der geschlechtlichen Identität, die zumindest als männliche, durch Muskelaufbau sowohl für andere als auch für das Selbst gestärkt wird, erscheint auch eine Identität als stark, wehrhaft und selbstbewusst als etwas, was nicht allein von außen zugeschrieben, sondern auch (vor allem?) an und in sich selbst empfunden werden muss. Sich sicher und geschützt zu fühlen, ist etwas, was im Interviewmaterial vielfach mit Bezug auf die queeren Trainingsräume angeführt wird, werden diese doch oftmals – wie schon die feministischen Sporträume der 1980er Jahre – als Schutzräume oder Safe(r) Spaces beschrieben. Hier nun fungiert der eigene Körper selbst als eine Art Schutzraum: Ist er entsprechend gestaltet, also muskelbeladen, ist man *in und mit ihm* sicher, kann sich also ohne Angriffe von außen und mit Wohlbefinden bewegen, auch an Orten, welche keine expliziten Schutzräume sind.

Markus Schroer arbeitet im Kapitel »Körperräume« seines Buches »Räume, Orte, Grenzen. Auf dem Weg zu einer Soziologie des Raums« (2012) das mehrfach wechselseitig konstitutive Verhältnis der Konzepte Körper und Raum heraus. Körper sind einerseits die Voraussetzung zur Wahrnehmung von Raum; gleichzeitig

schaffen Körper und ihre Praktiken spezifische Räume (Löw 2005, 2015; siehe auch Kap. I.2.). Auch wird Raum historisch wie aktuell vielfach in der Metaphorik des Körpers begriffen und der Körper wiederum als Raum (Schroer 2012). Dabei diagnostiziert Schroer aktuelle Grenzverschiebungen und Aufweichungen und stellt die These auf, dass es einerseits zu einer zunehmenden Auflösung und sinkender Relevanz territorialer Grenzen käme und gleichzeitig zum Erstarken von Körpergrenzen, was er aus verbreiteten Praktiken der umfassenden, auch diätischen, Körperpflege und Inszenierung des Körpers als das ›Eigene‹ herausliest.⁷⁸ Der Körper wird hier nach Schroer geschützt und verteidigt, gegen den Grenzverlust nach außen, als »letztes Territorium, auf dem über Einlass und Ausschluss entschieden werden kann« (Schroer 2012: 295; vgl. Bauman 1995: 16f.). Im Material der vorliegenden Studie nun, kann mit dieser Lesart ergänzt werden, dass der eigene Körper hier durch seine Pflege und Bearbeitung auch zum Schutzpanzer in der als feindlich konstruierten Umwelt gesehen wird, der dazu dient, (auch emotionale) Grenzen zu schützen, indem er vor herablassendem, dominantem bis gewalttätigem Verhalten anderer (Männer auf der Straße oder im Fitnessstudio) schützt.

Soziale Ungleichheiten und Hierarchien manifestieren sich nicht zuletzt auch über die Konstruktion von bestimmten Räumen als sicher respektive unsicher für bestimmte Körper und Subjekte (siehe Kap.I.4). Der öffentliche Raum der Straße ist in diesem Sinne kulturell (geprägt durch diskursive Bilder, beispielsweise des Überfalls im dunklen Park) vorrangig ein »Angstraum« (Schmincke 2018a: 72; Becker 2008: 810) für Frauen, wenngleich die Gewalt gegen Frauen statistisch vorrangig in der eigenen Wohnung ausgeübt wird⁷⁹ und – entsprechend auch der Erfahrungen von Sam und Lukas – Männer wesentlich häufiger Opfer von Gewalt im öffentlichen Raum werden (Meuser 2005: 284), wobei die Täter_Innen stets überwiegend männlich sind (Lenz H-J. 2004). Der öffentliche Raum der Straße ist also, auch statistisch gesehen, ein berechtigter Angstraum für Sam und Lukas, welcher eine körperliche Versicherung erfordert. Bemerkenswert ist dennoch, wie schon in Kap. II.2 zur feministischen Sport- und Bewegungskultur ausgeführt, dass das Motiv, sich vor physischer Gewalt (durch Männer) zu schützen, im Feld nur von (trans* wie cis) Männern geäußert wird. War in der feministischen Sportkultur der 1980er Gewalt von Männern *gegenüber Frauen* noch ein zentrales Thema, so findet sich im empirischen Material der vorliegenden Studie sehr wenig dazu, obwohl das Sample der Interviewpartner_Innen etwa zur Hälfte aus cis Frauen und sehr überwiegend

78 Die Reichweite dieser These muss allerdings stark eingeschränkt werden, denn von einer Aufweichung oder gar Auflösung territorialer Grenzen beziehungsweise ihrer Bedeutung kann nur für einen sehr eingeschränkten Teil der Weltbevölkerung gesprochen werden (vgl. Mau 2021).

79 Das kann unter anderem nachgelesen werden auf: <https://www.tagesschau.de/faktenfinder/inland/fakten-gewalt-gegen-frauen-101.html>, zuletzt eingesehen am 21.12.2020.

aus Menschen bestand, die einen Großteil ihrer Lebenszeit als Mädchen und Frauen gelebt haben. Auch in Werbetexten und ähnlichen Selbstauskünften des Feldes, kommt der Aspekt der Verteidigung und körperlichen Versicherung gegen physische Gewalt so gut wie nicht vor. Nur eine Interviewpartnerin erwähnt zwischen den Zeilen Gewalterfahrungen als Grund allerdings weniger für eine allgemeine sportliche Betätigung, sondern explizit für das Aufsuchen geschlechtlich exklusiver Gruppen mit einer sehr sensiblen Trainerin (siehe Kap. III.3.2). Hier scheint eine Gewichtungverschiebung im Diskurs der feministischen und queeren Sportkultur stattgefunden zu haben: Zwar findet sich weiterhin eine Personifizierung der feindlichen Umwelt in der Figur des heterosexuellen cis Mannes (siehe Kapitel III.3.4), doch geht es auf der Ebene der konkreten Handlungen eher um symbolische als um physische Gewalt gegenüber Frauen – eher um »Posen«, Blicke und »keinen Platz machen« als um Schläge und Vergewaltigungen und eher darum, symbolisch mitzuhalten, als darum, sich aktiv physisch wehren zu können.⁸⁰

4.2.3 Strong is the new pretty?

Muskulöse Frauen als queer-feministisches Körperideal

In diesem Sinne dienen bei Alma die breiten Schultern und Oberarme als eine Art symbolisches Kapital im alltäglichen (territorialen) Geschlechterkampf:

»Es geht auch um Dominanz (.) mit diesen simplen Mitteln von breiten Schultern. Die ich gar nicht hab übrigens (lacht). Aber für ne Frau sehr wohl. Ähm (3) um Dominanz, Respekt. Also dass ich nicht das kleine Mädchen bin, das so schwach ist und dem die großen Jungs den Ball wegnehmen im Park.« (Interview Alma)

Für sie stellt der Aufbau von Schulter- und Arm-Muskulatur dabei keine grundsätzliche Nicht-Passung mit ihrem Frausein dar (im Gegensatz zu Ben), sondern eher den Ausdruck eines bestimmten – selbstwussten, starken, emanzipierten – Frauseins. Auffällig ist darin, dass sie ihre breiten Schultern durch ihr Frausein relativiert. Sie hat breite Schultern »für ne Frau« und sagt damit immanent, dass Frauen »eigentlich« nicht so breite Schultern haben, was sie wiederum durch ihre Existenz als breitschultrige Frau aufbricht, gleichzeitig aber auch bestätigt, dass sie nicht so breit ist, wie Männer, sondern eben nur »für eine Frau« aber auch »für ne Frau sehr wohl«.

Darin zeigt sich das ambivalente Verhältnis von Geschlecht und Muskulosität in aktuellen Körperbildern und -idealen. Denn während einerseits, wie bereits erwähnt, mehrere Interviewte davon berichten, dass ihnen als Frauen im Fitnessstudio von allzu ambitioniertem Muskelaufbau abgeraten wurde, da dies weiblich

80 Auf Basis des begrenzten Datenmaterials dieser Studie, kann das hier nur als unprüfbare These formuliert werden, die aber sicher für weitere Forschung zu Kontinuitäten und Brüchen in feministischen und queeren Szenen und Bewegungen interessant ist.

chen Körperidealen widerspräche, so kann gleichzeitig seit den 1980er Jahren die Entwicklung eines sportiven Weiblichkeitsideals beobachtet werden (Rose L. 1997; Haber 1996; Wirtz 2008; Kreisky 2009), welches sich aktuell in Slogans wie »Strong is the new skinny«⁸¹, »Strong is the new beautiful«⁸², »Strong is the new pretty«⁸³ oder auch »Muskeln sind die neuen Kurven«⁸⁴ äußert. Hier werden »klassische« weibliche Körpernormen (skinny, beautiful, pretty oder auch kurvig) durch »strong«, also Starksein, ersetzt. Das wird nicht selten als Bruch mit einengenden und unterdrückenden Schönheits- und Schlankheitsnormen für Frauen und als eine Aufweichung körperbezogener Geschlechtergrenzen gedeutet. So beschreibt auch Alma, dass sie sich in ihrer Kindheit und Jugend mit einer Freundin verglich, deren Körperbau sie als »wirklich zart« beschreibt: »[...] und ich hab mich immer dick gefühlt tatsächlich. (...) Ich hab mich immer dick gefühlt. Das fand ich doof. Ich wollt ne Elfe sein ja. Uuund (.) das hat ziemlich lang gedauert, bis ich das verstanden hab, dass mit mir ne Elfe, das ist einfach nicht drin (lacht).« (Interview Alma) Sie befindet:

»[...] physiognomisch hab ich eher n athletischen Körper und keinen Elfenkörper. Damit hab ich auch lange gehadert. Ah da is übrigens tatsächlich dieser Sport ganz gut für mich dazu auch zu stehen, zu diesem Körper. Weil ich wollt ja immer ne Elfe sein und das ging ja immer nicht. [...] erst wo ich Sport angefangen hab, [hab] ich das gelernt oder mitgekriegt ähm, also dass ich quasi das Elfenideal dann von mir schieben konnte ins athletische Ideal.« (Interview Alma)

Eine Orientierung an einem »athletischen« Körperideal, hilft Alma, ihren nicht-elfengleichen Körper zu akzeptieren und mittlerweile sogar an seiner Expansion zu arbeiten.⁸⁵ Auch sie nimmt eine entsprechende Veränderung in medial verbreiteten Schönheitsidealen wahr, welche sie aber durchaus auch kritisch betrachtet:

»[...] also ich seh das ja, ich bin ja jetzt schon 41, aber dieses sportliche Ideal für Frauen das kommt/Also ich seh jetzt/ Das gabs in meiner Jugend nicht, dass so viele Frauen mit ausgeprägter Muskulatur/Das ist wirklich neu. Das ist auch n Druck,

81 <https://www.fitforfun.de/sport/weitere-sportarten/trendsport/frauen-mit-muskeln-strong-is-the-new-skinny-204535.html>, zuletzt eingesehen am 14.08.2019.

82 <https://www.harpercollins.com/9780062400604/strong-is-the-new-beautiful/>, zuletzt eingesehen am 14.08.2019.

83 <https://www.amazon.de/Strong-New-Pretty-Celebration-Themselves/dp/0761189130>, zuletzt eingesehen am 14.08.2019.

84 <https://www.facebook.com/InJoyBerlin/videos/muskeln-sind-die-neuen-kurven/1340107289336709/>, zuletzt eingesehen am 14.08.2019.

85 Ähnliches findet sich in Kimberly Laus Studio zu Schwarzen Frauen, denen das athletische Körperideal als Alternative zum Weißen Elfenideal und zur Schwarzen Big Mama dient (Lau 2011, siehe Einleitung).

was da passiert. [...] Also, weil ähm das macht Druck, weil wenn man die Muskeln SEHEN möchte, dann muss man ja wirklich abnehmen. Also wenn man diese Wölbung sehen möchte, die siehste nicht, wenn da ne Speckschicht drüber ist so.« (Interview Alma)

Auch an anderer Stelle des Interviews sagt sie: »Also damit man n Sixpack bei ner Frau sieht, da muss die so viel, also dafür musst du echt abnehmen und Diät machen (...) und das find ich ganz schrecklich.« (Interview Alma) Das Ideal eines Frauenkörpers mit ausgeprägter Muskulatur ist also einerseits eine befreiende Alternative zum »Elfenideal«, bringt aber auch neuen Druck mit sich und basiert letztlich ebenso auf einer strikt diätischen Ernährungsweise, welche feldtypisch auch von Alma abgelehnt wird.

Almas Feststellung, dass das athletische Frauenideal ebenso Normierungen (»Druck«) mit sich bringt, wird auch aus wissenschaftlicher Perspektive geteilt. Lotte Rose bezeichnet dies als »Zwang zur ›Vermännlichung« (Rose L. 1997: 130), Frauenkörper würden »nun auch nach den Erfordernissen industrieller Produktion ausgerichtet und reglementiert.« (Ebd.: 131) Auch wenn, gerade mit Terminierung dieses Ideals in den 1980ern bis heute, eher von den Erfordernissen *post-industrieller* Produktion und neoliberaler Subjektivierung gesprochen werden muss, ist Rose zuzustimmen, dass »[d]ie Ästhetisierung von weiblicher Fitness und Sportlichkeit [...] der veränderten sozialen Realität von Frauen [entspricht].« (ebd.: 133) Mit einer Ausweitung sozialer Freiheiten und politischer Einflussnahme von Frauen, mit der Möglichkeit unabhängig von einem Ehemann beruflich und privat auf verschiedene Weisen erfolgreich zu sein, gewinnen Eigenschaften wie Durchsetzungsvermögen, Selbstbewusstsein, Stärke und Erfolgsorientierung – sowie ihre Verkörperung im fitten Körper – auch für Frauen zunehmend an Bedeutung. »[...] die moderne Frau [hat] nun für sich selbst aufzukommen, und sie will und kann es auch – dies sagt ihr gestählter Körper.« (Rose L. 1997: 133)

Veränderte Körperideale

»sind dabei mehr als körpersymbolischer Spiegel der veränderten Geschlechterordnung. Sie sind ästhetische Leitbilder an denen sich die Individuen [...] orientieren. Mit der Übernahme des veränderten Schönheitsgeschmacks werden die gewandelten Verhältnisse einverleibt und individuell wie kollektiv reproduziert.« (Rose L. 1997: 126)

Die Freiheit, über den eigenen Körper verfügen zu können, die nicht zuletzt von der Frauenbewegung erstritten wurde, führt eben auch zur Notwendigkeit und Verantwortung, den eigenen Körper und sein Erscheinungsbild zu legitimieren (vgl. Villa 2008b) und erschafft den Druck, die eigene Emanzipation auch entsprechend der verknüpften Körperbilder zu repräsentieren. So stellt auch Rose im Verweis auf Naomi Wolf fest, dass der »Zwang zu attraktiver Körpererscheinung für Frauen

gerade mit ihrem Eintritt in gesellschaftliche Machträume dramatisch gewachsen« (ebd.: 135) sei.

Auch im bereits zitierten Artikel von Judith Butler heißt es wie gesagt:

»Indeed, women's sports have the power to rearticulate gender ideals such that those very athletic women's bodies that, at one time, are considered outside the norm (too much, too masculine, even monstrous), can come, over time, to constitute a *new ideal* of accomplishment and grace, a *standard* for women's achievement.« (Butler 1998: Internetdokument, Herv.C.S.)

Muskulöse Frauenkörper können also vom Monster zum neuen Ideal werden und tun dies womöglich gerade. Die Begriffe Ideal und Standard verweisen aber bereits auf die stets vorhandene implizite Normativität, die diesem Wandel eingeschrieben ist. Schließlich geht es darum, Geschlechterideale neu zu formulieren, nicht abzuschaffen. So mag der konkrete Inhalt der geschlechtlichen Körperideale sich wandeln, an der Existenz zweigeschlechtlich strukturierter Körperideale ändert das nichts. Schließlich waren auch das sehr dünne Modell Twiggy (Penz 2010: 13) sowie Jane Fonda und Praktiken des Aerobic-Sports einst Brüche mit einem tradierten Frauenbild (Martschukat 2016; Pfister 2017; Woitas 2018, 2019) und damit ein Zugewinn an Orientierungsmustern, Leitbildern und Zugangsweisen zum eigenen Körper und *gleichzeitig* eine Anrufung zu disziplinierter und normierter Körperarbeit nach recht rigiden Zielvorgaben, die aus heutiger Perspektive eher als hegemonial normativ denn subversiv gelesen werden.

So schrieben auch Bischoff/Schmidt bereits 1988:

»Im Kraft- und Fitnesstraining kommen die gesellschaftlichen Normen für Körperbau und -bild von Frauen zur Zeit noch spezieller zum Tragen, als sich die kommerziellen Sportanbieter mit Bodybuilding und Bodystyling gezielt an Frauen wenden und ein bestimmtes Frauen-/Körperideal im wahrsten Sinne des Wortes mitverkaufen: nämlich das der sportlich-durchtrainierten, femininen Frau, die überall ihren ›Mann‹ stehen darf, aber gleichzeitig den männlichen Weiblichkeitsidealen entsprechen soll.« (Bischoff/Schmidt 1988: 66)

In diesem Sinne kann die neue weibliche Stärke auch als »one more thing the woman must have« (Haber 1996: Fn11) betrachtet werden, als Steigerung ambivalenter Schönheitsanforderungen an Frauen, nun eben »nicht nur« schlank, sondern auch durchtrainiert zu sein – schließlich heißt es nicht »fat is the new skinny/beautiful/pretty« – und gilt es auch die Grenze zum »Mannsweib« (Rose L. 1997: 136) nicht zu überschreiten. Denn zwar stellt Rose fest: »Das Schema der kontrastiv unterschiedenen Frauen- und Männerkörper erübrigt sich zunehmend als sozial inadäquat im Zuge der fortschreitenden Auflösung der gesellschaftlich geschlechtsspezifischen Arbeitsteilungen und Rollenzuweisungen.« (Ebd.) Doch: »Wo Polaritäten schwinden, bleiben Dualitäten dennoch erhalten [...]« (Ebd.: 134)

Und so gelten, wie auch Almas permanente Selbst-Relativierung (»für ne Frau«) zeigt, unterschiedliche Maßstäbe dafür, was als (zu) viel Muskulatur gilt und bleibt es bei einer Ausrichtung der Maßstäbe, Werte und Normen an einem weiterhin männlich konnotierten Ideal. So wie Gesa Lindemann feststellt, dass die Vulva fast nur als Nicht-Penis verhandelt wird, der Penis jedoch nie als Nicht-Vulva (Lindemann 2011: 202f.), so wird Muskelmasse bei Frauen im Feld (wie höchstwahrscheinlich auch im gesamtgesellschaftlichen populären Diskurs) vorrangig in Relation zu »männlichen« Muskeln gewertet und nicht an und für sich. Alma hat breite Schultern *für eine Frau*, also nicht für einen Mann (beziehungsweise als Nicht-Mann) und damit auch nicht generell. Auch in Lus Aussage: »[...] also es gibt sonen gewissen Queernessfaktor, wenn einfach alle Frauen stärker sind als die Typen und wirklich auch das performen [...]« (Interview Lu) wird deutlich, dass die Kraft der beschriebenen Frauen ihren Wert dadurch erhält, dass sie *stärker als die Männer* sind – und damit eben weiterhin nur in Relation zu diesen. Hier findet sich also wieder ein Beispiel des Paradoxes (geschlechtlicher) Subjektivierung (Butler 2014b: 39), welches darin liegt, selbst im Widerspruch gegen Normen, im Verstoß gegen diese, doch wieder auf ebendiese Normen verwiesen zu sein und nur durch diese überhaupt als (widerständiges, alternatives, feministisches) Subjekt existieren zu können (siehe Kap. I.1).

Ferner bringt eine Ästhetisierung muskulöser und starker Frauenkörper als Verkörperung feministischer Emanzipation mit sich, dass sich eine gewisse Muskelkraft bei Frauenkörpern zu einer eigenen Norm innerhalb eines politisch-subkulturellen Kreises (und darüber hinaus) entwickelt (Schmechel 2017b, 2019). So erklärt Alma, warum sie es im konventionellen Laufverein nicht lange attraktiv fand: Neben der Tatsache, dass sie sich und ihre Lebensrealität in den Gesprächen mit den anderen Vereinsmitgliedern nicht wiederfinden konnte,⁸⁶ benennt sie konkret die mangelnde Körperkraft der anderen Frauen:

»Alma: Und die Frauen da im Laufverein, also da kann keine eine einzige Liegestütz. Das find ich schade. So.

C.S.: Das wolltest du auch für dich nicht? So sein?

Alma: Ohne Liegestütze zu können? Nee, so will ich auf keinen Fall sein. Also ich

86 Das zeigt sich in Aussagen wie dieser: »Jaaaa und dann erzählen die Frauen immer über ihre KINDER und ihre MÄNNER und was die alles für MÄNNERprobleme haben [...]«. (Interview Alma) Damit passt Almas Aussage zu anderen Studien über die Motivation von Teilnehmenden von lesBischwulen Sportvereinen, wonach weniger eine explizite homofeindliche Diskriminierung als mehr eine implizite Heteronormativität in konventionellen Vereinen als Begründung angegeben wird, explizite queere oder lesBischwule Sportvereine vorzuziehen (Elling/Knop/Knoppers 2003).

finde das toll und ich find das auch wichtig, dass Frauen auch Liegestütze können.«
(Interview Alma)

Liegestütz zu können wird hier rhetorisch zum Pflichtelement eines legitimen weiblichen Subjektentwurfs für Alma. So wie im populären Diskurs um sogenanntes Übergewicht, Dicksein und Körperfett als Ausdruck charakterlicher Schwäche, Genusssucht und Disziplinlosigkeit gewertet wird (vgl. diverse Beiträge in Schmidt-Sämisch/Schorb 2008), stehen Muskeln und Kraft hier als Symbol für einen emanzipierten und starken Frauen-Charakter. Keinen Liegestützen zu können wird zum Symbol der fraglosen Erfüllung heteronormativer sexistischer Rollenerwartungen.

Auch viele (sozial)wissenschaftliche Autor_Innen sehen in der Figur der muskulösen Frau einen Angriff auf hegemoniale Geschlechterbilder und schreiben ihr damit emanzipatives Potential zu (Brabazon 2006: 76; Haber 1997; Lau 2011; diskutiert auch bei Schippert 2007). Allerdings gibt es auch Kritik an einer entkontextualisierenden Bewertung bestimmter Körper, zum Beispiel muskulöser Frauenkörper, als per se emanzipativ, anti-heteronormativ oder gar queer (Schippert 2007). Megan A. Dean formuliert dezidiert Kritik an einer Fokussierung auf das Bild – also die äußerliche Erscheinung – der muskulösen Frau als emanzipativem Image (speziell am Essay »Foucault Pumped« von Honi Fern Haber 1997) und plädiert dagegen für einen Fokus auf das *Erleben* der eigenen sportlichen/physischen Kompetenz als dem emanzipativen Moment des weiblichen Muskelaufbautrainings. Während die Frage nach dem emanzipativen Ideal bestimmter Körperbilder dabei bleibt, Frauen beziehungsweise weibliche Körper auf ihr Aussehen zu reduzieren, geht es Dean darum

»[...] to *experience* one's own body as capacity and to take pleasure in it as such. I propose that the practice of weight lifting may help cultivate an experience of one's own body as a set of capabilities instead of as a visual object, and as such, be a practice of resistance.« (Dean 2011: 80, Herv.i.O.)

Ein freudvolles Erleben des eigenen Körpers als fähig zu etwas, als deutlich mehr als ein Objekt der Blicke und Urteile anderer, ist für Dean der Moment, in dem das Leiden am Scheitern an der vorgegebenen Geschlechtsrolle übertrumpft wird:

»In my own experience, for example, the pleasure of doing full push-ups has far outweighed the pain I experienced over non-conforming arms. Even women like myself, who began weight lifting as a means to conform to normative body ideals, may find that the non-normative pleasure of weightlifting can transform the practice into one of freedom.« (Dean 2011: 81)

Mit ihrem Fokus auf Freude am Sport beziehungsweise seinen Resultaten »as such« und nicht im Dienste eines *Körperbildes*, nutzt Dean damit, wenn auch ohne direk-

ten Bezug, eine emotions- oder affekttheoretische Linse und plädiert im Grunde für eine Fokusverschiebung vom Körper auf den Leib. Betrachtet man als Ziel des Muskelaufbautraining nicht den Körper, den es hervorbringt, sondern den Leib – das freudvolle Erleben der eigenen Kompetenz – dann, so Dean, erscheinen die körperperformenden Praktiken nicht als normunterwerfend, sondern als selbstermächtigend. Ähnliche Diskurse sind im Feld zu finden. Demnach geht es explizit nicht darum, ein bestimmtes Aussehen zu produzieren, sondern um ein bestimmtes Selbst-Erleben, eine Freude an Sport und Bewegung und darum, sich im und mit dem eigenen Körper wohl zu fühlen.

Nichtsdestotrotz, und auch darauf wird im folgenden Unterkapitel eingegangen, ist fraglich, ob ein Fokus auf die Kapazität, das Können, das Funktionieren des Körpers in Abgrenzung zum Aussehen wirklich größeres Emanzipationspotential bietet; schließlich muss man, um Freude über die eigenen Liegestütze zu empfinden, auch erstmal welche können. Ferner ist die Definition »non-conforming arms« wandelbar und kontextabhängig, die Freude am Krafttraining nicht per se non-normativ für Frauen. Vielmehr zeigt sich auch in der Analyse der feldrelevanten Körperideale einmal mehr, dass eine polar binäre Einordnung bestimmter Praktiken oder Bilder, Werte oder Ideale als entweder normunterwerfend *oder* emanzipativ nicht weit trägt, sondern es in der Analyse eher darum gehen muss, die paradoxe Gleichzeitigkeit von beidem zum Ausgangspunkt zu machen (Bradshaw 2002). Wie sich im Folgenden zeigen wird, birgt auch die (selbstbestimmte und befreiende) Freude an der sportiven Körperarbeit etwas zutiefst Normatives.

4.3 Spaßnormen und Spaßbremsen

»Alma: Doch ich finde sportliche Körper schön. Ich finde aber auch wichtig/Neulich irgendwo is mir ne Frau, die war grad am Laufen, is mir entgegengerannt: klassisch Crossfit irgendwie, also woah die hatte echt viele Muskeln. Also wo ich erst so dachte: Oha. Und dann beim näheren Hinsehen: Das waren aber reine Disziplinsmuskeln, so nenn ich das. Ähm, das fand ich gar nicht sexy.«

C.S.: Wie definierst du Disziplinsmuskeln ...im Vergleich zu anderen Muskeln? Gibts Spaß-Muskeln?

Alma: JAHA. Also ich glaube, ich weiß es gar nicht, aber bei der ist mir das so aufgefallen: Also ich hab deren Muskeln gesehen und dann hab ich mir vorgestellt, was man dafür tun muss und wie deren Tagesverlauf aussieht und wie deren Diätplan aussieht und da hab ich gemerkt: Nee ey also mit soner Frau ähm würd ich ähm also nicht mal n Abend verbringen (lacht). Uuuund aha und Spaßmuskeln die sehen/(...) Also bei Spaßmuskeln is immer noch ein bisschen an Fettschicht drüber auf jeden Fall und (...) und die entstehen (.) auch mehr

durch ähm/Also selbst Crossfit, auch die machen/Das ist ja eigentlich Functional Training. Das ist ja schon, die machen ja schon/Aber das ist trotzdem schon sehr gezielt mit: Heute machen wir hier und hier machen wir noch n bisschen mehr den Bizeps und so. Und Spaßmuskeln entstehen find ich noch mehr aus weil man Lust hat, sich zu bewegen, also so stell ich mir das vor.

C.S.: Und das sieht man dann auch?

Alma: Ja, also ich bilde mir ein das zu sehen. Ja.« (Interview Alma)

Dieser Interviewabschnitt zeigt pointiert die Vielschichtigkeit und mitunter Widersprüchlichkeit der (Be-)Deutungen von Körperformen und Körperarbeit im Feld. So hat Alma einerseits vorher ausgeführt, dass sie muskulös trainierte Körper auch, wenn nicht gar besonders, bei Frauen ästhetisch findet. Schließlich arbeitet sie selbst am Erscheinungsbild ihrer Oberarme. Nun kommt es aber zu einer wichtigen Einschränkung: Die Vorstellung eines rigiden Trainings- und Ernährungsplanes und daraus resultierende »Disziplinsmuskeln« sind »gar nicht sexy«. In Abgrenzung zu einer Organisierung des Trainings nach klar definierten Körperzielen (»heute machen wir hier und hier machen wir noch n bisschen mehr Bizeps und so«) setzt sie »Spaßmuskeln« – sie übernimmt den von mir eingeworfenen Begriff –, die entstehen »weil man Lust hat, sich zu bewegen«. Wichtig ist also nicht nur der Körper selbst, sondern auch wie er zustande kommt, seine Form erreicht und behält, und in welche Deutungen dieses Zustandekommen eingebaut ist.

4.3.1 Spaß muss sein

In Übereinstimmung mit anderen Interviewten aus ihrer Gruppe spielt bei Alma Spaß als Wert eine große Rolle.⁸⁷ Im Rahmen der Abgrenzungserzählung zu »normalen« Fitnessstudios wird die Ablehnung von Optimierungsbestrebungen betont und hervorgehoben, dass der Sport nicht betrieben würde, um körperbezogenen Ziele zu erreichen, sondern aus Spaß an der Bewegung und am Zusammensein in der Gruppe: »Ja mir gehts halt nicht ums Abnehmen und mir gehts auch nicht darum, besonders viele Muskeln zu haben, sondern mir gehts halt darum, Spaß zu haben beim Sport und Spaß zu haben an der Bewegung und das mit netten Leuten zu machen.« (Interview Alex) Das gezielte Einwirken auf den Körper, Körperarbeit in Form von forciertem Muskelwachstum oder Fettabbau, wird als konträr zu Spaß konstruiert. Das zeigt sich auch an folgenden Feldnotizen:

87 Das hat sich bereits in Kapitel III.3.1 zur Trainingsgestaltung gezeigt, welche oftmals bewusst viele spielerische Elemente enthält.

Zwischendurch: Alma schickt eine Mail mit einer Fitnessstudiowerbung »Upgrade yourself« an mich und den Trainer: »guckt mal, man macht jetzt auch gar nicht mehr Sport --> sondern upgradet sich selbst *lol*...die sind ja alle bekloppt ...« (Notiz 01.03.2016)

Nach dem Training zeigt Alma die Werbung, die sie mir schonmal per Mail geschickt hat, herum und es entsteht eine rege Diskussion zu Selbstvermessung, Optimierung und Körpernormen, aktuell wie historisch. Die Wissensstände gehen auseinander, in der ablehnenden Haltung sind sich jedoch alle einig (Sport muss Spaß machen). (Beobachtung 09.03.16)

Eine Rahmung von Fitnesssport als Selbstoptimierung (»upgrade yourself«) wird als lächerlich abgetan, zum Teil auch wissenschaftlich informiert dekonstruiert, und die eigenen Trainings dadurch klar von konventionellen und kommerziellen Fitnessangeboten, wie dem in der Anzeige beworbenen, abgegrenzt.

Auch Sascha, der in einer anderen Gruppe trainiert, betont die Fokussierung auf Spaß in den Trainingsgruppen, die er als explizit nicht effizient für gezielte Körperveränderung empfindet. Er grenzt daher den Sport in der queeren Gruppe von »richtigem« – sprich zielorientiertem, effizientem (»wirklich so Fitness«, »um am Körper zu arbeiten«) – Fitnesstraining ab:

»Also sone Sportgruppe würd ich auf jeden Fall aus Spaß machen. Aber so Sachen wie wirklich so Fitness, also da mein eigenes Trainingsprogramm oder ins Fitnessstudio gehen, würde ich wirklich weniger aus Spaß machen, sondern eher, um am Körper zu arbeiten. Weil ich glaube, dass mir andere Sportarten mehr Spaß machen, als Fitness.« (Interview Sascha)

Aber sind Spaß und Körperarbeit so gegensätzlich? Das Interessante an Fitnesssport (und manch anderen Arten der Körperarbeit) ist nicht zuletzt, dass es die scheinbaren Gegensätze von Arbeit und Erholung/Freizeit, Spaß und zielorientiertem Optimierungsstreben vereint. »While gym-goers subject themselves to relatively demanding bodywork, time spent in the gym is typically coded as ›leisure‹« (Sassatelli 2010: 120), stellt auch Sassatelli fest, die ein ganzes Kapitel ihrer Studie »Discipline and Fun« nennt und ebendieser Gleichzeitigkeit widmet.⁸⁸ Auch im Werbetext einer hier untersuchten Trainingsgruppe heißt es: »Unser Ziel des Tages ist immer: ›Leiden mit Spaß!‹« (Seitenwechsel nach dem relaunch, zuletzt eingesehen am 23.10.2020).

Kritisch gegenüber manch »kritischer« Soziologie, die Spaß zumeist ausschließlich als leeres Versprechen in Texten, Filmen und Bildern der Fitnesskultur analysiert, betont Sassatelli:

88 Auch ohne explizit affekt- oder emotionstheoretischen Bezug erweisen sich ihre Ausführungen damit als überaus anschlussfähig an eine emotionstheoretisch geleitete Perspektive.

»Many sociologists have thus interpreted their role as the de-mystification of the leisure, freetime, cheerful quality attributed to fitness (Glassner, 1992; Le Breton, 1990; Maguire and Mansfield, 1998; O'Neill, 1985, Ewen, 1988). In such views, fitness is the example of an allegedly body loving era which is in fact obsessed with the body to the point that inactivity is not an option and work enters the sphere of leisure by the commercialisation of self-discipline.« (Sassatelli 2010: 120)

Dagegen geht es Sassatelli und auch mir darum, die Freude (auch im Leiden) am Fitnesssport als reales Erleben der Teilnehmenden ernst zu nehmen und dabei zu fragen, welche Rolle Spaß als »extremely serious element of fitness« (Sassatelli 2010: 137) in der Praxis spielt. Denn nicht nur in queeren Fitnessgruppen, sondern auch in Sassatellis Untersuchung kommerzieller Studios in Italien und Großbritannien, lässt sich Spaß als zentrales Motiv der Interviewnarrative ausmachen: »Indeed, among the most salient themes in regular clients' narratives are amusement, fun and even playfulness.« (Sassatelli 2010: 123) Auch Michael Meuser hebt hervor:

»Der Körper ist von einer Vorgabe zu einer Aufgabe geworden. Die Arbeit an ihm wird jedoch nicht (nur) als (lästige) Pflicht erfahren, sondern auch als Spaß, in den man Geld und Zeit zu investieren bereit ist (Klein 2010: 460). Wenn Baumann [sic!](1995: 20) die Arbeit am Körper »von einer Angst geplagt [sieht], die sich nie ganz vertreiben lässt« – die Angst, das Ideal des fitten Körpers zu verfehlen –, dann vernachlässigt er den Aspekt der Lust, die diese Arbeit auch zu bereiten vermag. Die Arbeit am eigenen Körper wird zum – zwar niemals vollendeten, aber durchaus geschätzten – Projekt.« (Meuser 2014: 71)

Im Feld äußert sich dies beispielsweise an Aussagen wie dieser: »[...] ich hab jetzt keine Gewichtsvorgabe, die ich erreichen will oder ich hab auch kein Körperbild, das ich erreichen will, aber ich hab halt schon Spaß dran, zu sehen ähm letzte Woche war ich bei zehn Liegestützen, diese Woche gehen halt zwölf auch schon.« (Interview Kim) Ähnlich wie Alma im vorangehenden Kapitel es »ganz toll fand« immer stärker zu werden, so bereitet auch Kim das Erleben einer Verbesserung der eigenen körperlichen Leistungsfähigkeit Freude. (vgl. Dean 2011) Ein Spaßfaktor auch im queeren im Fitnesssport liegt also durchaus in den Resultaten, sowohl auf optischer wie auch auf funktionaler Ebene, die hier allerdings nicht forciert werden dürfen, sondern ohne Ziel und aus der Freude an der Bewegung entstehen sollen. Die Freude an den Ergebnissen der sportiven Körperarbeit definiert Sassatelli als »Satisfaction« oder »second-level pleasure« (die letztlich auch Dean 2011 beschreibt), die sie vom Spaß am Sport selbst, also im Moment seiner Ausübung abgrenzt (Sassatelli 2010: 139). Im Disziplin-vs. Spaßmuskel-Muster stellt sich »first-level-pleasure, also Spaß in der Ausführung des Sports selbst, als Legitimationsnotwendigkeit für second-level-pleasure dar: nur wenn die Resultate Spaß-Ergebnisse und nicht Arbeits-Ergebnisse sind, darf man sich daran erfreu-

en. Auch galt das Erleben von Spaß an der sportlichen Betätigung schon in der feministischen Sportkultur der 1980er als unmittelbar notwendig für die positiv erlebte Transformation des Eigenkörper-Bezugs. Dieser Diskurs findet sich auch im aktuellen Material der vorliegenden Studie.

Ebenso ist eine zentrale Erkenntnis in Sassatellis Arbeit, dass eine Orientierung an hegemonialen Körper- und Schönheitsnormen zwar oftmals die Eingangsmotivation für aktive Fitnesssportler_Innen darstellt, sich aber durch die als freudvoll erlebte sportliche Aktivität der Fokus verschieben kann. So wird es diesen Teilnehmenden möglich, eigene »imperfections« und »inadequacies« zu ignorieren oder gar zu akzeptieren, statt zu bekämpfen, also ein entspannteres Verhältnis zum eigenen Körper zu entwickeln, ohne, dass dieser sich tatsächlich nennenswert verändert hätte (Sassatelli 2010: 134f.). Doch auch für den Spaß in der Ausführung des Sports gilt: »I certainly do not claim that such fun is a spontaneous event. On the contrary, [...] subjective experiences of fun are institutionally organised and socially patterned. Nor do I claim that fun comes easy.« (Ebd.: 121)

Spaß am Sport selbst ist also mitnichten ein spontanes Ereignis oder Empfinden. Im Gegenteil ist Spaß am Fitnesssport Produkt umfassender Arrangements und Bemühungen von Trainer_Innen (siehe Kap. III. 3.3.2) und den Trainierenden selbst und damit auch ein Arbeitsergebnis. Zudem sind die Chancen auf erfolgreiches Spaßbestreben unterschiedlich verteilt. Wie sich im Verlauf dieses Kapitels zeigen wird, ist dies ein elementarer Punkt, an welchem *affect aliens* (Ahmed 2010a, 2010c) entstehen, wenn unterschiedliche materiell-körperliche »Machtbarkeiten« Spaßbremsen produzieren.

Dafür ist wiederum relevant, dass es sich bei (Fitness-)Sport immer auch um eine Technologie des Selbst (Foucault 2012b: 18) handelt: eine Technologie, mit der Subjekte sich selbst als spezifische Subjekte produzieren, sowohl ganz »materiell« körperlich, als auch »charakterlich«, indem Eigenschaften wie Aktivität, Eigenverantwortlichkeit, Zielstrebigkeit und Durchhaltevermögen demonstriert und trainiert werden, aber auch die Kompetenz, auf »gute«, gesellschaftlich akzeptierte und honorierte Weise Spaß zu haben.⁸⁹ (Fitness-)Sport kann niemals losgelöst von gesellschaftlichen Rahmungen, Deutungen, Werten und Normen ausgeführt werden – und sei es, dass eben versucht wird, sich von gesellschaftlich hegemonialen Konzepten abzugrenzen. »Keep-fit exercise is not, in the final analysis, an end in itself: clients' efforts are justified as they produce embodied qualities that appear as external incentives to the activity's progress.« (Sassatelli 2010: 124) Fitness ist demnach nie ein reiner Selbstzweck, sondern eingebunden in gesellschaftliche normative Systeme (vgl. Sobiech 2006; Degele/Sobiech 2007; Graf 2013; Matschukat 2016, 2019). Fitness als körperlicher Zustand, der aus dem Sport resultiert, positioniert

89 Als Gegensatz fungieren beispielsweise Spaß am Drogenkonsum oder einem McDonalds-Besuch (vgl. Schorb 2008; Sassatelli 2013).

Körper und damit auch Subjekte auf hierarchisch strukturierten gesellschaftlichen Positionen. Im Gegensatz zum rein selbstbezogenen Spiel also stellt Sassatelli für den Fitnesssport fest: »Exercise, by contrast, is a domain of *serious playfulness*⁹⁰, a field of serious social action which plays down its own seriousness in order to encourage involvement in the furthering of action.« (Sassatelli 2010: 124)⁹¹

In diesem Sinne können auch Almas Ausführungen interpretiert werden als eine Forderung nach konsequentem Herunterspielen der Ernsthaftigkeit körperformenden Sports. Die Fettschicht, die über den »Spaßmuskeln« liegt, versinnbildlicht den Spaß und die Lust an der Bewegung, die den allzu definierten »Disziplinsmuskeln« fehlt. Die Fettschicht, gemeinhin assoziiert mit Undiszipliniertheit und Genussorientierung, liegt über den Muskeln und verdeckt damit die Arbeit, die in diesen steckt. Die paradoxe Gleichzeitigkeit von Disziplin und Spaß im körperformenden Sport wird hier von Alma in einer binären Zuschreibung (da die Disziplin, hier der Spaß) aufgelöst. Binär wird hier unterteilt in Arbeit (funktionales Training, Diäten), die als äußerlich erzwungen konzipiert wird und deren Vollzug damit eine gewisse charakterliche Schwäche, weil Unterwerfung unter äußerliche Anforderungen, bedeutet. Konträr dazu haftet dem Spaß und der Freude eine Art vor-soziale Authentizität an – was eine aus Spaß macht, macht sie selbstbestimmt und unnormiert. »Coded as fun, engrossment in self-discipline is perceived as personal commitment, realisation and freedom« (Sassatelli 2010: 137), stellt wiederum Sassatelli auch für konventionelle Fitnesskontexte fest.

Durchaus moralisch gefärbt wird in Almas Ausführungen ein sogar sichtbarer Unterschied konstruiert zwischen einem fitten Körper, der sein Glücksversprechen tatsächlich einhält, weil er Spaß an der Bewegung hat, und einem, der dies nur vorgibt, in Wirklichkeit aber auf freudlosen Diätplänen und disziplinierter Arbeit beruht. Damit wird auch deutlich, dass es sich hierbei um eine Selbst-Produktion und -vergewisserung handelt. Die Betonung von Spaß beim Training ist Teil eines idealisierten Subjektentwurfes, welcher eine emotionale Autonomie von gesellschaftlichen Körpernormen beinhaltet (siehe Kapitel IV.1). Eine bewusste und gezielte Arbeit am eigenen Körper zur Erfüllung gesellschaftlicher Normen widerspricht diesem Ideal – einzig Spaß erlaubt es körperformenden Sport zu betreiben und dennoch authentisch die eigene Autonomie zu behaupten. Das ist allerdings

90 Auch wenn Sassatelli nicht darauf verweist, liegt die Assoziation mit Bourdieus »ernsten Spielen des Wettbewerbs« nahe (Bourdieu 1997).

91 Das trifft natürlich nicht nur auf Fitnesssport zu, sondern auf diverse mimetische Spielwelten des modernen Alltags, welche zum einen immer auch »ernst« sind, da in ihnen beispielsweise Geschlechterordnungen verhandelt werden und die stets auch bestimmte Affekte, Emotionen beziehungsweise deren Versprechen sowohl voraussetzen als auch produzieren, um Teilnehmende zu generieren und zu binden (Villa 2002, 2004 und 2006 zum »Argentinischen« Tango, in dem vielleicht weniger »Spaß«, sondern »Leidenschaft« der Code der emotionalen Involviertheit ist).

mitnichten ein spezifisches Phänomen queerer Sportgruppen, wie eben Sassatellis Arbeiten zeigen: »[...] ›fun‹, which is organized as a relevant experience of fitness training, is related to a particular image of self which stresses autonomy, flexibility and ›positive thinking‹ as key elements of wellbeing.« (Sassatelli 2013: 221f.) Darüber, Spaß an (bestimmtem) Sport zu haben, werden also auch konkrete – sportliche, aktive, eben fitte – Selbst produziert.

Dass das Auseinanderhalten von freiwilligem Spaß und normunterwerfener Selbstdisziplin in der kollektiven Praxis durchaus strittig ist, zeigen Tonis Ausführungen. Er berichtet davon, wie seine Gruppe nach dem Training noch gemeinsam essen ging. Toni selbst bestellte Pommes und Cola und registrierte ein Gespräch seiner Tischnachbar_Innen über »richtige«, hier muskelaufbauförderliche, Ernährung nach dem Sport, welche als möglichst eiweißreich und kohlehydratarm beschrieben wird, also das Gegenteil von Tonis Menü aus Pommes und Cola.

»Und dann wurde das Gespräch noch weiter ausgeführt, weil sich dann ALLE Leute am Tisch irgendwie darüber unterhalten haben. Find ich grundsätzlich ok, aber ich hab dann halt gesagt: Ey Leute, ich hab das grad bestellt, was ihr grade irgendwie abwertet, könnt ihr das vielleicht n ander Mal besprechen. Und dann waren halt alle...haben halt alle gleich so, haben's halt sofort gecheckt, dass das mega uncool von denen war. Also war jetzt auch nicht super schlimm, aber ich glaube die Reaktion von allen war so: Ah ja stimmt, genau, Feminismus und so, ja genau.« (Interview Toni)

Einerseits gibt es unter Teilnehmer_Innen der Gruppe das Ziel, durch den Sport ihr körperliches Erscheinungsbild zu verändern, konkret mehr sichtbare Muskelmasse aufzubauen. Dazu gilt eine gezielte Ernährung als notwendig, wodurch es ebenso sinnvoll erscheint, sich in der Gruppe über gezielte diätische Ernährungspraxen auszutauschen, auch wenn dies einen Bruch mit der oben beschriebenen (siehe III. 4.1) Ablehnung von diätischen Lebensweisen bedeutet. In dem Moment aber, wo die Diät *nicht der Reduktion, sondern Expansion* des Körpers dient, ist diese klare Ablehnung nicht mehr so definitiver Konsens. Gleichzeitig, wird eben durchaus der Anspruch erhoben, nicht körpernormativ zu sein und insbesondere kein fat shaming, also keine Abwertung und moralische Verurteilung von Körperfett zu vollziehen. Auch scheint die Einstellung generell geteilt zu werden, dass Gespräche über diätische Ernährung als Abwertung nicht figurorientierter Essweisen und damit assoziierter Körperformen empfunden werden können und deshalb in einem Raum mit dem formulierten Anspruch nicht-normativ zu sein, problematisch sind. Niemand habe Toni widersprochen, sondern alle »haben's sofort gecheckt, dass das mega uncool von denen war«. Hierbei beruft er sich auf eine politische Bewegung

– den Feminismus – der als geteilte politische Ausrichtung vorausgesetzt und in Kontrast zu Gesprächen über kohlehydratarme Ernährung gestellt wird.⁹²

Sara Ahmed entwirft das metaphorische Bild des Familien-Tisches, an dem alle ›ihren Platz‹ haben, »having polite conversations, where only certain things can be brought up.« (Ahmed 2010a: Internetdokument) Der Familien-Tisch dient als gesellschaftlich verbreitetes happy object, welches durch tradierte Sitz- und (Nicht-)Gesprächsordnungen Sicherheit und ein friedvolles Miteinander verspricht.

Doch das Idyll in Ahmeds Metapher ist fragil:

»Someone says something you consider problematic. You are becoming tense; it is becoming tense. How hard to tell the difference between what is you and what is it! You respond, carefully, perhaps. You say why you think what they have said is problematic. You might be speaking quietly, but you are beginning to feel »wound up,« recognising with frustration that you are being wound up by someone who is winding you up. In speaking up or speaking out, you upset the situation. That you have described what was said by another as a problem means you have created a problem. You become the problem you create.« (Ahmed 2010a: Internetdokument)

Die Figur des affect alien entsteht, dessen innere Anspannung auch die entspannte Situation stört und ›Probleme macht‹:

»Affect aliens are those who experience alien affects. You are unseated by the table of happiness. If you lose your seat what happens? Activism is often a matter of seats. The word »dissidence« for instance derives from the Latin *dis*—'apart' + *sedere* ›to sit.‹ The dissident is the one who sits apart. Or the dissident is the one who would be unseated by taking up a place at the table: your seat is the site of disagreement. [...] To be unseated by the table of happiness might be to threaten not simply that table, but what gathers around it, what gathers on it. When you are unseated, you can even get in the way of those who are seated, those who want more than anything to keep their seats. To threaten the loss of the seat can be to kill the joy of the seated.« (Ebd.)

Affect aliens (zer-)stören die einträchtige Atmosphäre und können killjoys, also Spaßbremsen oder Spielverderber_Innen⁹³ werden: »A killjoy: the one who gets

92 Damit beruft sich Jannis auf eine lange Tradition der kritischen Betrachtung von Schlankheits- mit Weiblichkeitsnormen und deren Verknüpfung, beispielsweise durch Susie Orbachs als Leitslogan etabliertes »Fat is a Feminist Issue« von 1978 (Orban 2016).

93 In der deutschen Übersetzung von Ahmeds Arbeit wird killjoy etwas alltagsungebräuchlich als »Spaßverderberinnen« übersetzt (Ahmed 2018).

in the way of other people's happiness« (ebd.). Sie widersetzen sich den Gefühlnormen des Tisches und gefährden dadurch auch das Glück aller anderen. Symbolisch steht der Essenstisch für die Mehrheitsgesellschaft und deren Konventionen, inklusive heteronormativer Glücksversprechen.⁹⁴ Doch gibt es auch viele andere gesellige Tische, auch »feminist tables« (Ahmed 2010c: 67, 2010a: Internetdokument), deren killjoys bei Ahmed vor allem Frauen sind, die Rassismus innerhalb der feministischen Bewegung kritisieren beziehungsweise durch ihre pure Anwesenheit an diesen erinnern.

Hier an diesem nicht nur metaphorischen Essenstisch wird Toni zum feminist killjoy, da er die einvernehmlich positive Orientierung auf einen muskulösen Körper und entsprechende Ernährungsoptimierung durchkreuzt. Dabei widerspricht er dem aktuellen Konsens am Tisch mit Bezugnahme auf einen anderen geteilten Grund-Konsens (Anti-Normativität, »Feminismus und so«) und stört mitunter genau dadurch die positive Stimmung der Restgruppe, dass er so die Widersprüchlichkeit der eigenen Praxis-/Diskurs-Formationen deutlich macht. Im Grunde tut Toni hier genau das, was in anderen Momenten die Gruppe mit Sascha tut (siehe Kap.III.4.1): quasi erzieherisch gegen die Sogwirkung gesellschaftlich hegemonialer Körper- und Schönheitskonzepte anzuarbeiten. Interessant ist daher, dass der Moment, in dem eine einzelne Person (Sascha) für eine Orientierung an Mainstream-Normen »auf den Deckel bekommt«, als ein einvernehmlich positiver beschrieben wird: Sascha findet es »echt cool« und »total gut« von der Gruppe mit seinem Wunsch nach normativer Körperveränderung zurückgewiesen zu werden. Er empfindet also zwar auch zunächst »falsch« (in Bezug auf seinen Körper), bricht also mit gegebenen Gefühlsnormen, die entsprechende Zurechtweisung empfindet er jedoch als unterstützend und bestärkend, nimmt sie dankbar an und so entsteht ein Moment der Einigkeit von Gruppe und Individuum, ein »happy moment« im Selbsthilfe-Setting. In der zweiten Situation nun ist es die Gruppe, die von einer einzelnen Person »auf den Deckel bekommt«. Das scheint eher eine Distanz zwischen Toni und der Gruppe zu kreieren und ihn zum killjoy zu machen, der den gemeinsamen »happy moment« zerstört. Eine kurz darauf folgende Interview-Sequenz deutet an, dass es ähnliche Situationen mehrmals gegeben hat:

»Ja, aber, wenn ich dann einen Satz gesagt habe, war's immer so: Dedemm, geschickter Themawechsel und jajaja und so. Aber es ist ganz klar in den Menschen, die da immer kommen ... bei den Menschen, die da immer kommen, in dem Kreis, ist das krass Thema. Den meisten geht's anscheinend wirklich um ›Ok, wie kann ich Muskelmasse irgendwie vergrößern, optimieren?« (Interview Toni)

94 Der »Platz am Tisch« wird nicht nur von Ahmed metaphorisch genutzt, sondern auch von Bruce Bawer, mit dessen Forderung nach einem »place at the table« der »Normalgesellschaft« für LGBTI* Ahmed sich kritisch auseinandersetzt. (Ahmed 2006: 567f.)

Er scheint seinen Mittrainierenden ihre beipflichtenden Äußerungen nicht recht abzunehmen (»jajaja und so«). Die Feststellung, dass es »denen anscheinend wirklich« um die Vergrößerung und Optimierung der eigenen Muskelmasse geht, stellt durch die ungläubige Formulierung (»anscheinend wirklich«) die Absicht des Muskelaufbaus als etwas hin, was nicht unbedingt zu erwarten und generell fragwürdig sei.

Wie Villa Braslavsky mit Bezug auf die globale Tango-Szene feststellt (Villa 2006), ist ein konstitutives Element subkultureller Szenen eine Dauerreflexion, darüber wer, was und wie diese Szene jeweils ist und sein darf. Äußern tun sich solche Reflexionen zum Beispiel in Auseinandersetzungen dazu, wer wirklich authentisch Tango tanzen kann und wie das dann konkret aussieht; oder eben welche geschlechtlichen und sexuellen Identitäten bei einer queeren Fitnessgruppe mitmachen können (siehe Kap. III. 3.3.3) und ob, oder unter welchen Bedingungen, mit welchem Ziel, es legitim ist, eine Diät zu verfolgen und ob überhaupt irgendwelche Ziele verfolgt werden »dürfen«. Die implizite Trennlinie zwischen Toni und dem Rest der Gruppe liegt in seinen Ausführungen darin, dass er den Anspruch der Ablehnung von hegemonialen Körperidealen konsequent verfolgt und auch verteidigt, während »die« immer wieder hinter diesen Anspruch zurückfallen und daran erinnert werden müssen (»Ach ja stimmt, Feminismus und so, ja genau«), weil es ihnen »wirklich«, quasi eigentlich, darum ginge, ihre Muskelmasse zu vergrößern und zu optimieren. Hier findet sich das Ideal der authentischen – wirklich und ehrlich empfundenen – Lossagung von hegemonialen Konzepten von Schönheit und Fitness (siehe Kap. IV.1.2), dessen Nicht-Erfüllung Toni den anderen mehr oder weniger implizit vorhält.

4.3.2 Behinderung und Krankheit als Spaßbremse?

Doch während Toni hier womöglich eine gewisse Freude oder Selbstbestätigung, ein »joy of the killjoy« (Ahmed 2010a: Internetdokument; 2010b: 38; vgl. Faust/Kösters 2016), ein vielleicht sogar stolzes Einnehmen des Widerspruch-Platzes (»site of disagreement«, Ahmed 2010a: Internetdokument) unterstellt werden kann – schließlich entscheidet er sich regelmäßig bewusst dazu, etwas zu sagen, wenn das Verhalten seiner Mittrainierenden seinen Vorstellungen eines antinormativen queer-feministischen Raumes widerspricht –, gibt es andere Interviewpassagen, die eine unfreiwillige Nicht-Partizipation am »table of happiness« (Ahmed 2010a: Internetdokument) beschreiben:

»Ja also ich muss ganz ehrlich sagen, dass diese Gruppe mir auch nochma gezeigt hat, wie behindert ich eigentlich bin, weil ich einfach krass an meine Grenzen gekommen bin, an meine körperlichen Grenzen. Das hat mich teilweise traurig gemacht. Und es gab auch gar keinen Raum, darüber zu reden, weil das einfach...weil Behinderung und Sport einfach nochma son Thema für sich ist, [...]. Und da bin ich

auch an die Grenze gekommen zu sagen, zu fordern, das Training soll dann auch leichter gestaltet werden. Is n schwieriges Thema für sich.« (Interview Jannis)

Jannis' sportliche Leistungsfähigkeit wird durch mehrere chronischen Krankheiten eingeschränkt und er beschreibt sich selbst als behindert.⁹⁵ Das ist optisch nicht erkennbar, Jannis ›passt‹ also durchaus als ›normal‹, was ihm die Freiheit aber auch Bürde zukommen lässt, regelmäßig zu entscheiden, wie offen er damit umgehen möchte.⁹⁶

Jannis macht das Training in vielen Momenten keinen Spaß, sondern es macht ihn traurig. »You can be affectively alien because you are affected in the wrong way by the right things.«, sagt Sara Ahmed (Ahmed 2010c: 67) und so ergeht es Jannis, denn er empfindet nicht den erwarteten Spaß, den das Training in der queeren Gruppe bringen soll, sondern wird schmerzhaft an seine körperlichen Einschränkungen erinnert. Während die Partizipation an einer queeren Fitnessgruppe anderen Teilnehmenden dabei hilft, gesellschaftliche Zuschreibungen des Geschlechts oder solche in Bezug auf Körperfett von sich zu weisen, sich von diesen zu ›befreien‹, drängt sich die soziale Kategorie behindert für Jannis stattdessen besonders auf.

95 Der Begriff der Behinderung ist sowohl im alltäglichen wie wissenschaftlichen Diskurs äußerst unpräzise. »Bei der Differenzkategorie Behinderung handelt es sich nicht um eine einfache biomedizinische oder psychologische Tatsache, sondern um ein spannungsreiches Wechselverhältnis zwischen ›Normalität‹ und einem spezifischen Typus von ›Anderssein‹.« (Karim/Waldschmidt 2019: 270), schreiben Sarah Karim und Anne Waldschmidt und verweisen darauf, dass stets in einem kulturellen, sozialen und politischen Kontext definiert wird, was als Behinderung gewertet wird und was nicht. Wissenschaftlich existieren entsprechend verschiedene Definitionsmodelle, die sich im Wesentlichen um die Frage herum positionieren, welche Fähigkeiten und Kompetenzen als ›normal‹ beziehungsweise als Beeinträchtigung zu betrachten sind und welche Rolle die jeweilige Gesellschaft dabei spielt, aus körperlicher Diversität ›Normalität‹ und ›Behinderung‹ herzustellen (Waldschmidt 2005). In diesem Sinne grenzen sich auch Ansätze ab, die das Konzept der Dis_ability (auch Dis/ability) beziehungsweise des Ableism verwenden, welches deutlich macht, dass es sich bei den Konzepten eines ›gesunden‹ oder ›normal funktionierenden‹, also abled, Körpers, stets um eine soziale, politische und kulturelle Klassifikationsleistung handelt, deren Definitionen und Angrenzungen fluide sind. Diskriminierung beginnt demnach nicht erst dort, wo eine mehr oder weniger offene Behindertenfeindlichkeit stattfindet, sondern bereits im Prozess der Setzung bestimmter Kompetenzen als ›normal‹ und positiv beziehungsweise ›behindert‹ und problematisch (Karim/Waldschmidt 2019). Hier muss konkret unterschieden werden zwischen Jannis' Erkrankungen, den Auswirkungen, die diese mit sich bringen und seiner Kategorisierung als ›behindert‹, die für ihn – nicht aber unbedingt für die anderen Teilnehmenden – in diesem bestimmten multifaktoriellen Setting daraus erwächst.

96 Dies ist bei allen Behinderungen und chronischen Krankheiten im Feld der Fall. Es gibt keine Teilnehmenden, die beispielsweise einen Rollstuhl nutzen.

Marie-Teres Modes (2015, 2016, 2018) arbeitet in ihrer ethnografischen Studie in einem Hotel, welches in einer Kooperation mit einer Werkstatt für behinderte Menschen Arbeitsplätze für diese bereitstellt, heraus, wie Raum und Behinderung wechselseitig konstituiert werden, beispielsweise wenn eine Einrichtung für Behinderte, die dort Arbeitenden zu ebensolchen macht, ebenso wie diese wiederum die Werkstatt erst zu einer ›Behinderten-Werkstatt‹ machen – Räume machen Körper und Körper machen Räume (Strüver 2010). Modes fokussiert in ihrer Arbeit auf die Rolle, die Atmosphären für die Wahrnehmung und Deutung, hier konkret für die Bedeutung von Behinderung, spielen: »Wenn nun davon auszugehen ist, dass die Wahrnehmung und Herstellung von Raum, Körper und Differenz respektive Behinderung als ko-konstruktive und wechselseitig aufeinander bezogene Prozesse erfolgen, ist auch die räumliche Atmosphäre und ihr Einfluss als Teil dieses Prozesses mitzudenken.« (Modes 2018: 193)

So kann auch in Jannis' Fall argumentiert werden, dass es die Trainingspraktiken sind, die Jannis' Behinderung produzieren sowie die Atmosphäre, die ihn hindert, über seine Bedürfnisse zu sprechen und das Training daran anzupassen. Deutlich wird auch hier einmal mehr, dass es nicht *die* Atmosphäre der Trainingsstätten oder der Trainings als solche gibt (siehe Kap. III.2), sondern das Empfinden und damit auch das transformative Potential der Trainings für das Körpergefühl der jeweiligen Teilnehmenden stark variieren kann beziehungsweise variiert.

Auch Sassatelli findet in ihrem Sample dafür Belege, dass manche »embodied identities« (Sassatelli 2010: 134), in ihrem Fall vor allem dicke und ältere Menschen, nicht den Zugang zum first-level-pleasure, also dem Spaß an der Fitnesssportausführung, finden:

»Concentrating on their imperfections, quitters are effectively unable to become engrossed in bodywork. Keep-fit training may appear as an occasion where defects are ultimately and intimately ascribed to the subject, rather than an opportunity to govern defects and take distance from them by either shifting one's own body ideals or stressing one's own powers of pleasure.« (Sassatelli 2010: 135)

Denn während »regulars« und »enthusiasts«⁹⁷ mitunter gerade beschreiben, dass sie auch ihre körperlichen ›Fehler‹ und Unperfektheiten akzeptieren und gar mögen gelernt haben durch freudvolles Körpererleben im Sport (vgl. Dean 2011: 81), so funktioniert dieser Mechanismus für andere gerade nicht:

»Not everyone, however, feels this way. Iconic body ideals may be a particularly obsessive reference for those (the overweight, the aged) whose physical characteris-

97 Sassatelli kategorisiert die Teilnehmenden ihres Feldes je nach Involviertheit in den Sport in Enthusiasts, Regulars, Irregulars und Quitters, also Enthusiast_Innen, regelmäßig und unregelmäßig Teilnehmende, sowie Aufhörer_Innen.

tics differ greatly from culturally privileged specifications (Dittmar, 2008; Grogan, 1999). [...] Even when attracted by the image of the »fit body« people belonging to these categories are arguably less prone to take up the keep-fit emotional structure. Strenuousness may be too much, its joyfulness may not appear credible, informality may give way to quite embarrassing exchanges, self-challenge may be difficult when formal equality with others requires a lot of imaginative abstraction, or a willingness to conform that conflicts with one's own social embodiment.« (Sassatelli 2010: 134)

Bei aller proklamierten und angestrebten Offenheit des Trainings für alle Leistungslevel⁹⁸, trotz oftmals angebotener gestaffelter Aufgabenstellungen (siehe III.3.1), gibt es doch eine unausgesprochene aber von Jannis empfundene Grenze, wie weit diese Forderung nach angepasstem, »leichterem« Training tatsächlich gehen kann. Diese Grenze liegt nicht zuletzt auch in der Sorge um mögliche soziale Konsequenzen:

»[...] also ich hab das Gefühl, dass ich dann oft rausfalle, wenns sozusagen um den Spaß geht. Wenn Leute denken: Jetzt is aber mal vorbei mit dieser... mit sozusagen der Kritik und jetzt wollen wir Räume haben, wo wir sozusagen das weiterlaufen lassen, wie immer. Das mach ich an anderen Stellen auch, demnach kann ich das verstehen. Das is nur immer Teil der Überlegung von jetzt krass da was zu machen und krass Forderungen zu stellen oder nicht.« (Interview Jannis)

Das Benennen seiner Schwierigkeiten mit der Trainingsgestaltung macht Jannis, so seine Befürchtung, zum Spielverderber, zur Spaßbremse, die auch anderen die Freude am Sport nimmt. Das wiederum verweigert ihm einen Platz am metaphorischen Späßtisch, er »fällt raus, wenn es um den Spaß geht«, wird assoziiert mit seiner Kritik, mit der es »aber auch mal vorbei« sein muss und damit, so die Befürchtung, dann auch mit Jannis' Willkommen-Sein im sozialen Miteinander. Jannis schluckt also seinen Frust und seine Traurigkeit mitunter herunter, um die allgemeine Atmosphäre nicht zu zerstören. Er übernimmt damit Verantwortung für die Gefühle, die seine Einschränkungen bei anderen auslösen oder auslösen könnten und betreibt »mood work« (Ahmed 2014b), Gefühlsarbeit im Dienste einer umfassenden Stimmung, wie sie behinderte Menschen nach Kremser und Proyer öfter leisten müssen, um ihrem sozialen Ausschluss entgegenzuwirken (Kremser/Proyer 2018).

Auch das Potential, sich geschlechtlicher Zuschreibungen zu entziehen, beziehungsweise diese selbst zu gestalten, wird durch Jannis' gesundheitliche Situati-

98 So hat Jannis beispielsweise eine Änderung des Werbetextes der Gruppe bewirkt, hin zu einer Formulierung, die einladender auch für weniger sportlich leistungsfähige Menschen sein sollte (siehe Kap. III.2).

on eingeschränkt. So ist die Praxis des Binderns/Brust-Abbindens, die von vielen trans* Männer vor oder ohne Mastektomie genutzt wird, um ihren Busen zu verstecken, nicht anwendbar:

»Ich kann zum Beispiel wegen meinem Asthma halt – was manchmal auch Neid in mir hervorruft – gar nicht meine Brüste abbinden und auch im Alltag gar nicht so sehr, weil ich halt meinen Brustkorb nicht abbinden soll, weil sich meine Lunge sonst noch weniger ausdehnen kann. Und dann ist das schon manchmal, dass ich neidisch bin, weil ich denke: Wow, die Person kann beim Sport sozusagen sich die ganze als weiblich geltende Brust abbinden, krass.« (Interview Jannis)

Die Möglichkeiten der auch nur temporären und äußerlichen Körpermanipulation sind in Jannis' Fall eingeschränkt, das Repertoire mit der eigenen Geschlechtsperformance zu experimentieren, ist begrenzt.⁹⁹ Doch während es von anderen als besonderes Merkmal ihres queeren Fitnessstrainings herausgestellt wird, dass über Körper geredet wird, explizit auch über Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper (zum Beispiel mit Bezug auf Körperfett oder die eigene geschlechtliche Verortung), so findet Jannis »keinen Raum darüber zu reden« (Jannis, s.o.).

Das worüber nicht geredet wird, ist die unterschiedliche Erreichbarkeit der eigenen »Körperutopie« (siehe Einleitung) oder auch des Glücksversprechens des fitten Körpers, egal wie kritisch dieses gleichzeitig betrachtet wird. Jannis' Körper erscheint weit mehr als andere eher »gnadenlose Topie« (Foucault 2014: 25) als »gelebter Ort der Möglichkeiten« (Butler 2014b: 11, siehe Einleitung). Denn während die einen kognitiv damit zu kämpfen haben, nicht in die »Falle« (Interview Alex, siehe Kap.I.5) der Orientierung am Ideal-Körper zu tappen, der dabei aber eben stets grundsätzlich erreichbar erscheint, führt eine Behinderung oder chronische Krankheit mitunter zu anderen Kämpfen und (Un-)Möglichkeiten:

»Und es kann halt sein, dass ich in zwei Jahren so starke rheumatische Beschwerden habe, wie meine Schwester in dem Alter und ja, die konnte halt keine Sachen mehr greifen. Das macht mir natürlich auch Angst [...]. Und ja jetzt mit dem Wissen, dass mit dem Nierenproblem und mit dem Rheuma sich das wahrscheinlich verstärken wird bei mir, ist das natürlich auch kein cooles Gefühl und demotiviert mich manchmal weiterzumachen.« (Interview Jannis)

Der eigene Körper erscheint hier wesentlich weniger verfügbar als bei nicht-kranken beziehungsweise nicht-behinderten Teilnehmenden. Das muss wiederum nicht immer rein negativ gedeutet werden, sondern kann mitunter auch gerade als ermöglichend erscheinen, denn es erleichtert zumindest die Distanzierung von Leistungs- und Optimierungsgedanken – eine Distanzierung, um die im Feld von

99 Hier tun sich empirisch Formen der Intersektion von Geschlecht und Behinderung auf. (vgl. Waldschmidt 2010)

vielen Teilnehmenden ja mit sich selbst gerungen wird. Entsprechende Aussagen finden sich bei Anika:

»Ich glaube, dass mein, also das Erkranktsein an Diabetes da viel dazu beigetragen hat, dass ich von bestimmten Leistungsgedanken Abstand genommen hab. [...] durch das Krankheitsmanagement und den Aufwand, den ich extra habe/Ich leiste immer mehr, als der gesunde Mensch, immer. Aber es wird nie anerkannt. (4) Weißte so. Und deswegen is für mich so, dass ich ähm mit solchen Leistungsansprüchen bin ich sehr kritisch und sehr vorsichtig und ich versuch für mich eher das Ziel zu stecken: Was tut mir gut? Was macht mir Spaß? Und dann mach ich die Dinge so.« (Interview Anika)

Für Anika dient der Aufwand des Krankheitsmanagements, eine zusätzliche alltägliche Körperarbeit, zu der sie gezwungen ist, ohne dass diese Arbeit als solche anerkannt wird oder sichtbare anerkannte Resultate erzielt, als Legitimation, weitere Körperarbeit von sich zu weisen. Auch Jannis berichtet davon, dass das eingeschränkte Erfolgspotential durch seine chronischen Erkrankungen, ihm dabei hilft, »runterzuchillen«, wenn er dazu neigt, sich mit anderen vergleichen zu wollen:

»Und da ich nur das Privileg habe so wenig in Anführungsstrichen eingeschränkt zu sein derzeit, dass ich da noch mich schon sehe weitermitzumachen, aber ja gleichzeitig mit der Erkenntnis niemals wahrscheinlich so gut zu werden, wie viele andere. Was wiederum mich dann runterchillt, wenn ich das Gefühl hab, die sind alle viel besser als ich, dann denk ich mir so: Ja, die sind wahrscheinlich nicht behindert. Ja, dann bin ich halt die beste behinderte Person, [...]« (Interview Jannis).

In Jannis' Ausführungen wird allerdings durchaus deutlich, dass die Distanzierung von einem leistungsorientierten Körperbild (»runterchillen«) nicht leicht ist, funktioniert es doch nur über den Verweis die »beste behinderte Person« – also im Rahmen der eigenen Möglichkeiten dennoch »gut« zu sein – und auch Anika versucht sich das Ziel zu stecken, sich einzig nach ihrem Wohlbefinden und Spaß zu richten. Durchaus aber werden die chronischen Erkrankungen bei beiden als eine Unterstützung beim »Herunterspielen« des Ernstes im Fitnesssport beschrieben, eine Unterstützung in der Arbeit am eigenen normkritischen Denken und Fühlen und damit eine Unterstützung auf dem Weg zur authentischen Verkörperung der Autonomie und des selbstbestimmten, weil nicht von äußeren Ansprüchen geleiteten, Körperhabens.

Dabei sind die Aussagen der beiden durchaus unterschiedlich. Erinnern wir uns an Anikas Zitat aus Kapitel III.4.1, in welchem sie gerade deutlich macht, dass die Attraktivität der queeren Fitnessgruppe für sie nicht in dem Umgang mit Ge-

schlecht und Sexualität liegt, sondern explizit im Umgang mit ihrem runden¹⁰⁰ und chronisch kranken Körper, dann wirken Jannis' Ausführungen dazu recht kontrastiv. Hier ist festzuhalten, dass beide in verschiedenen Gruppen trainieren, welche durchaus unterschiedlich aufgestellt und ausgerichtet sind. Während Jannis in einer Gruppe trainiert, deren Altersdurchschnitt bei Mitte 20 liegt und die explizit trans* Männer ansprechen und durch Muskelzuwachs beim Passing unterstützen soll, liegt der Altersdurchschnitt in Anikas Trainingsgruppe bei Ende 30 und die öffentlich erklärten Trainingsziele sind neben einer »Verbesserung der Kondition« und »Kennenlernen der eigenen Stärke« vor allem »Stressabbau« und »Balance« (Queerfriends). Auch Jannis und Anika selbst trennt ein Altersunterschied von elf Jahren, sie sind zum Zeitpunkt der Interviews 26 und 37 Jahre alt. Es wird deutlich, dass sich neben der geteilten Erfahrung der chronischen Erkrankung die Faktoren Alter und Geschlecht (hier cis Weiblichkeit gegenüber trans* Männlichkeit) sich intersektional zu spezifischen Erfahrungen und Empfindungen verknüpfen. Sassatellis Aussage: »We may now start to consider how social embodiment – as manifested in some externally relevant embodied identities and *habitus* – intersects and couples with fun and commitment in fitness.« (Sassatelli 2010: 134) muss daher weiter spezifiziert und um die Warnung vor linearen Schlüssen (zum Beispiel Ältere oder Behinderte haben weniger Spaß) ergänzt werden. Aus dem Material der vorliegenden Studie lässt sich aber durchaus festhalten, dass es an je intersektional verknüpften Elementen verkörperter Subjektivitäten liegt, wer wie – also in welchem Kontext mit welcher Art von Training – Spaß und Leidenschaft im und zum Sport entwickeln kann.

4.4 Gesundheit als vergeschlechtlicht und ›veraltert‹

Alter und Geschlecht sind zudem Faktoren, die die Relevanz des Topos Gesundheit im Feld strukturieren. Gesundheit ist generell neben Spaß und optischen Zielen eine zentrale Legitimationsfigur für die sportive Arbeit am eigenen Körper. Element des Glücksversprechens des fitten Körpers ist neben der Optik und Funktionalität, beziehungsweise in enger Verknüpfung damit auch seine Gesundheit (Graf 2013; Pfütsch 2018).¹⁰¹ Gesundheit ist essenzieller Teil des Ideals der Fitness, welche eben explizit nicht nur Schönheit und auch nicht nur Funktionalität bezeichnet, sondern – mitunter in Abgrenzung zu anderem körperformenden Sport wie Bodybuilding – über die Gesundheit eine Verbindung zwischen beidem zieht. Fitnesssport wird dabei als Krankheits-/Beschwerde-Prävention und Therapie verhandelt, hilft also sowohl bestehende Beschwerden und als krankhaft definierte

100 Anika nutzt den Begriff rund, um ihren Körper zu beschreiben.

101 So auch bei The Queer Gym. Auch hier findet sich die populäre Verknüpfung von Gesundheit, Glück und Fitness im Slogan »We Make Happy Healthy Homos« (thequeergym).

Körperzustände zu lindern oder gar zu beenden (allen voran die »Volkskrankheit Adipositas« und ihre Folgeerscheinungen, vgl. Helmert 2008 sowie Schorb 2008), als auch schon im Vorfeld vor diesen zu schützen (Duttweiler 2008). Generell erscheint Gesundheit in der Fitnesskultur, wie der Körper generell, nicht (mehr) als Schicksal, sondern eigenverantwortliche Aufgabe (Graf 2013; Meuser 2014).

In den empirischen Daten der vorliegenden Studie ist Gesundheit ein zwiespältiges Thema und wird nicht selten kritisch verhandelt, was mit subkulturellen und politischen Verortungen der Gruppen zu erklären ist: Durch die Nähe oder Überschneidung zu Fat-Acceptance und Trans*-Szene, zu denen eine politische Problematisierung eigener Pathologisierungserfahrungen gehört, herrscht eine generell kritische bis ablehnende Haltung gegenüber hegemonialen Gesundheits- und Krankheitskonzepten vor.¹⁰² Konkret wird oft die – in der Fitnesskultur generell sehr verbreitete – Verknüpfung von Gesundheit und Schlankheit respektive Dicksein und Ungesundheit (vgl. diverse Beiträge in Schmidt-Semisch/Schorb 2008) abgelehnt, verbunden mit der generellen Ablehnung von Sport zum Zweck der Fettreduktion (siehe Kap. III. 4.1). So legt auch Anika dar, wie sie zunächst »immer dachte: Oje Rundsein hat auf jeden Fall nur Nachteile für den Körper und [...]: Oje, noch bin ich jung, aber was ist, wenn ich älter werde: Wird das dann schlimm für mich, wenn ich halt irgendwie rund bin?« (Interview Anika) Anika befürchtet die vielfach medial verhandelten Folgeerscheinungen ihres hohen Körperfettanteils. Dann aber erklärt ihr ein Arzt, dass »jeder Körper quasi bestimmte Risiken mit sich bringt und dass aber komischer Weise immer die, die dicke Menschen haben, die werden so in den Vordergrund gestellt so.« (Interview Anika) Anika erhält also sogar eine ärztliche Legitimation dafür, Diskurse, die ihr Körpergewicht als Gesundheitsproblem definieren und Sport daher als notwendige Abnehmmaßnahme vorschreiben, von sich zu weisen.

Vereinzelte werden konkrete körperliche Beschwerden oder Krankheiten als Ansporn zu Sport genannt: »Ganz generell, warum ich Sport machen muss oder soll, is weil ich hab zwei chronische Stoffwechselerkrankungen und die führen halt dazu, dass ich Probleme auch mit dem Herzkreislaufsystem hab und ich soll eigentlich irgendwie trainieren.« (Interview Lu) Lu beschreibt ferner, wie sie von einem Arzt

102 Interessanterweise werden (Fitness-)Sport und Gesundheit vereinzelte gar als widersprüchlich thematisiert, also auf gesundheitliche Gefahren des Fitnesssports verwiesen, wenn Alma von ihrer Überlastungsverletzung erzählt (Interview Alma) oder Aaron ausführt: »Aber es gibt ja zum Beispiel sowas wie ne Lausucht ne oder auch ich glaub im Fitnesstudio findste auch ganz viele Leute, die ähm ne Sucht diesbezüglich auch haben.« (Interview Aaron) Die Problematisierungsweise der Suchterkrankung basiert wiederum auf demselben Ideal des autonomen Selbst (Schmechel 2017a,b) wie die Spaßnorm und stellt sozusagen die extreme Kontrastfolie zu Sport aus Spaß dar: nicht mal »nur« als Arbeitsergebnis, sondern quasi gar als Sucht-Symptom erscheinen in diesem Licht die Disziplinsmuskeln.

mit der Anweisung aus gesundheitlichen Gründen zwanzig Kilogramm abzunehmen zum Sport geschickt wurde. Nach einem Wechsel der ärztlichen Betreuung jedoch, bekommt sie die Zweitdiagnose, nach der eine Gewichtsabnahme nicht nötig sei.

»Und danach, das war echt so: Hach cool, jetzt kann ich machen, was ich will, jetzt muss ich nicht unter diesem Druck, dass mir irgendson Arzt sagen kann: Nehmen Sie doch mal zwanzig Kilo ab! Genau und das war/Das hat wirklich ganz viel verändert im Bezug auf Sport und was ich machen möchte.« (Interview Lu)

Lu bleibt also bei ihrem regelmäßigen sportlichen Training, intensiviert dies gar, aber explizit befreit von der ärztlichen Anrufung zur Gewichtsreduktion. Auch Alex beschreibt, dass er früher Sport nicht aus Spaß betrieb, »[...] sondern ich dachte halt immer so, ich muss das halt so wegen der Gesundheit machen oder auch wegen Abnehmen oder so [...] und das war aber auch nicht so richtig toll.« (Interview Alex)

Gesundheit als Motivation für sportliche Aktivität, sowohl als Prävention als auch als Therapie, wird generell im Modus des Müssens und Sollens und sehr explizit konträr zu Freiwilligkeit oder gar Spaß beschrieben. Auch die häufige Selbstverortung im links-alternativen Milieu führt zusätzlich zu einer politischen Ablehnung von Sport als eigenverantwortlicher Gesundheitsfürsorge, wie in folgender Aussage begründet wird:

»[...] dass halt ganz ganz viel so darauf abzielt, halt trotzdem noch die Menschen zu optimieren und leistungsfähiger zu machen. Es geht ja da auch um dann Gesundheit und auch deine Krankenkasse, die zahlt dir dann Geld, wenn du ins Fitnessstudio gehst und dich bei irgendwelchen Kursen anmeldest oder sowas und das ist halt super sone gesellschaftliche kapitalistische Erwartung, dass du leistungsfähig und gesund bist, bis ins hohe Alter, damit du ganz viel produzieren kannst und viel Geld ranschaffen kannst und keine Ahnung was.« (Interview Sascha)

Gesundheit als Motivation für sportive Körperarbeit wird also tendenziell abgelehnt und nur in Einzelfällen in Verbindung mit Krankheiten oder Schmerzen angeführt. Generell aber steht es im Kontrast zur Betonung von Spaß als prioritärer Legitimationssemantik.

Gesundheit spielt allerdings eine Rolle in der Verhandlung des Modus der Sportausführung. *Gesundheit als Orientierungsmodus der Sportausführung* wird durchaus in den Interviews thematisiert und dient der Abgrenzung verschiedener Trainingskonzepte voneinander, einer vergeschlechtlichten und vor allem ›veralteten‹ Abgrenzung.

Inga, deren Trainingsgruppe im Altersdurchschnitt Ende 40 ist und die sehr überwiegend aus cis Frauen besteht, begründet ihren ›soften‹ Trainingsstil (siehe Kap. III.3.3) explizit mit Verweis auf Alter und Gesundheit:

»Ich hab Sport und Gesundheit studiert und deshalb hab ich nie den Ansatz gehabt, auch nicht als ich selber noch jünger war und meine Teilnehmer_Innen auch zum Teil noch jünger waren, son super mega Auspower-Programm da zu machen. Weil wir im Studium uns viel damit auseinandergesetzt haben, was so der alltagsgeprüfte Mensch an Bewegung braucht, um gesund und aufrecht durchs Leben zu gehen. Und dazu gehört für mich immer Dehnen und Entspannung im ausreichenden Maße. Und dieses Man-kriecht-aus-der-Halle, weil man total fertig ist und an die Grenzen seiner Fähigkeiten gegangen ist, da seh ich keinen gesundheitsfördernden Aspekt. Das ist gut für die Psyche, aber der Körper mag das eigentlich nicht. Der mag das in jungen Jahren, so bis 25, aber danach mag der das eigentlich nicht mehr so.« (Interview Inga)

Alter dient auch Teilnehmenden als eine Legitimation keinen allzu intensiven Sportmodus zu wählen, zum Beispiel bei Nadine:

»Jetzt bin ich so 41 und [...] also ich kann mir halt zukucken, wie ich weniger leistungsfähig werde, was einfach glaub ich grade altersmäßig/Ich bin in sonem Alterungsknick glaub ich grade. Keine Ahnung, also weißte, und da zu kucken: ›Wo is mein maximales Limit?‹, das würd mir überhaupt nicht guttun. Ich kuck eher so, dass nix kaputtgeht.« (Interview Nadine)

Von der ›anderen‹ Seite, dient Gesundheitsorientierung ebenso als Abgrenzungslinie. So begründet Kim ihren Wechsel von Ingas zu Bens Trainingsgruppe:

»Also dieses so viele Liegestützen zu machen, bis ich halt nicht mehr kann, find ich halt schon cool, um mich halt steigern zu können. Um meine Grenzen rauszufinden, um die halt...um da beim nächsten Mal halt drüber zu kommen und zu sehen: Geil da passiert was. Das is halt nicht so der Gesundheitsaspekt, den so Inga halt macht. Also es is jetzt nicht so GEGEN Gesundheit bei [Ben], aber es ist halt nicht so hauptsächlich fokussiert auf diesen Gesundheits-Sportbereich. Das/Also weil bei Inga war's halt viel: Ok, wenn's jetzt anstrengend is, dann hör auf!« (Interview Kim)

Auch Ben formuliert klar: »[D]as Fitness, was Inga macht, ist mehr Gesundheit und Prävention [...].« (Interview Ben) Als weiteren Unterschied der Gruppen sieht er: »plus eine jüngere Zielgruppe oder es kommen zumindest Jüngere. Weil [...] bei Inga kommen Leute ab 40, 50 ungefähr aufwärts und bei [FLTT*Fitness] kommen Leute von 20 bis 40 ungefähr.« (Interview Ben) Zudem stellt auch Ben den, durchaus auch gewünschten, höheren Anteil von trans* Männern in seiner Gruppe fest, den Inga andersherum ebenso als nahezu ausschließlich weibliche Selbstverortung unter ihren Teilnehmenden herausstellt (siehe Kap. III.3). Interessant ist in diesem Zusammenhang die vermutete Begründung von Inga für diesen Umstand:

»[...] weil die Ziele [ihres Trainings] sind halt Gesundheitssport. [...] Man muss dazu sagen, dass Gesundheitssport prinzipiell auch in anderen Vereinen/Das ist die ganze/Man kann in Fitnessstudios gehen, da sind drei Männer zwischen vierzig Frauen. Das ist/Die machen n anderen Fitnesssport. Männer, die sich als MÄNNER zum Beispiel identifizieren, die machen ja oft Hantelbank und irgendwie son Sport.« (Interview Inga)

In diesem Sinne reproduziert sich auch hier im FLTI*-Sportverein das Bild, welches Inga generell für den gesamten Fitnesssport-Bereich sieht: Der Modus der Sportausübung wird vergeschlechtlicht und ›veraltert‹: auf der einen Seite steht ein Modus der Sportausübung, welcher als *grenzüberschreitung*sorientiert und auf Muskelaufbau ausgerichtet beschrieben wird. Dieser wird als passend für jüngere Menschen und als tendenziell männlich konnotiert betrachtet, während der andere Modus als ›gesundheitsorientiert‹ beschrieben wird, was mit nicht-anstrengend und explizit *grenzwährend* synonym gesetzt wird. Gesundheitsorientierung wird hier zum einen implizit verweiblicht, beziehungsweise als nicht-männlich gesetzt (Scheele 2010) und mit höherem Alter verknüpft. Das mag auch eine Rolle spielen in den unterschiedlichen Empfindungen, die von Anika und Jannis beschrieben werden: Jannis' Frust über die immer noch zu hohen Trainingsanforderungen machen ihm womöglich nicht nur seine chronischen Erkrankungen stets schmerzlich bewusst, sondern stellen damit auch Hürden zur ›altersgerechten‹ Gestaltung und Ausübung seiner (trans*)männlichen Geschlechtsidentität.

4.5 Zusammenfassung

Die Diskurse um Körperformen und Körperarbeit im Feld lassen sich also wie folgt zusammenfassen:

Zum Teil in expliziter Anlehnung an feministischer Körpernormkritik wird eine Orientierung an reduktionistischen Körperzielen (Sobiech 2006), also am Ziel des Fettabbaus, stark abgelehnt. Allerdings zeichnet sich auch diese Ablehnung durch die Zerrissenheit aus, die im Feld essenziell für den Großteil der internen und selbstkonstituierenden Diskurse ist. So sagt Sascha:

»[...] dass ich auch glaube, dass es in manchen Sachen, wie grade da auch mit dem Abnehmen, so ist, dass wir noch gar nicht so weit sind, uns wirklich davon befreit zu haben, sondern zu sagen: Alle Leute reproduzieren halt diese tollen Ideen, dass man sich davon befreien sollte, aber so wirklich im Inneren, möchte trotzdem jeder noch abnehmen, weil es so in uns drin steckt.« (Interview Sascha)

Es wird also ein Widerspruch wahrgenommen zwischen dem politischen Anspruch und einem dennoch vorhandenen (ästhetischen) Empfinden, welches als schwer vereinbar mit den ›eigentlichen‹ politisch-moralischen Überzeugungen erlebt und

daher oftmals schambehaftet und im Modus des Geständnisses erzählt wird. So auch bei Toni, der oftmals gegenüber seiner Trainingsgruppe eine konsequente Ablehnung jeglicher körpernormierenden Einstellungen einfordert:

»Ja und ich glaube ganz unterschwellig gehts auch bei mir so darum, obwohl ich sehr sehr anti-ähm anti-Diät bin und anti-abnehmen, ähm natürlich auch um ne Form von Gewichtskontrolle über Sport...kann ich nicht leugnen. Nicht vordergründig, aber es ist da...auf jeden Fall.« (Interview Toni)

Wie im von Foucault beschriebenen christlichen Geständnis (1987: 249f.) geht es darum, eine Art innere Wahrheit über das Selbst ans Licht zu bringen, um sie dann, mitunter mithilfe der Gemeinschaft zu bearbeiten, ja zu bekämpfen. Im konkreten Untersuchungsfeld der vorliegenden Arbeit ist das zu bekämpfende Übel eine Orientierung an vorherrschenden Schlankkeitsnormen. Ziel ist die Bearbeitung dieses ›inneren Übels‹, um den anti-normativen Selbstanspruch authentisch zu vertreten, geäußerte Meinung und inneres Empfinden in Einklang zu bringen.

Etwas komplexer zeigt sich die Verhandlung des Körperziels der Expansion (vgl. Sobiech 2006) in Form des Muskelaufbaus. Einerseits handelt es sich gerade für die (trans*)männlichen Teilnehmer, um eine Form der normunterworfenen Orientierung an hegemonialen Männlichkeits- und Körpernormen, beziehungsweise wird als solche problematisiert, als »dieser ganze Quark um halt dieses Männliche« (Interview Lukas). Gleichzeitig, zumindest für trans* Männer (und das sind bis auf Sam alle Männer im Feld während des Untersuchungszeitraums), wird es ebenso als ermächtigende und gar widerständige Form der Körperaneignung erlebt, wird doch die bei Geburt zugewiesene Geschlechtsrolle damit auch materiell-körperlich demonstrativ abgelehnt. Auch verspricht Muskulatur ein Gefühl der Sicherheit im und durch den eigenen Körper in einer tendenziell unsicheren, weil diskriminierenden und gewaltvollen Umwelt. In eine ähnliche Richtung geht auch die Verhandlung der expansiven Körperziele weiblicher Teilnehmer_Innen. Diese werden als Ablehnung hegemonialer Frauenkörperbilder und feministische Selbstaneignung des Körpers gedeutet und empfunden. Nichtsdestotrotz entfalten auch die widerständigen Körperbilder der muskulösen Frau, wie alle subkulturellen ›Gegennormen‹, eine ebenso normative Funktion im Rahmen ihres subkulturellen Kontextes (Schmechel 2019b, 2017a). Darüber hinaus erscheint die muskulöse Frau im Rahmen der konstant erstarkenden Fitnesskultur zunehmend auch außerhalb queerer Szenen als Schönheitsideal (Haber 1996; Rose L. 1997) und kann auch als androzentrisch kritisiert werden, da eine Ästhetisierung und Idealisierung männlich konnotierter Eigenschaften und Körperbilder vorliegt (Rose L. 1997; Richards 2018; Wirtz 2008).

Als ›Lösungsstrategie‹ dieser widersprüchlichen Gleichzeitigkeit der (Selbst-)Ansprüche – das emotionale ermächtigende Moment der Eigenkörperperformance im Sinne des fitten Körpers als happy object zu empfinden respektive zu begehren

und dieses Begehren gleichzeitig als Verstoß gegen die eigene politisch-moralische Überzeugung zu erleben – erscheinen feldinterne Diskurse über den *Modus* der Körperarbeit. Durch die Aktivierung des Topos ›Spaß am Sport‹ als Motivation für die sportive Körperarbeit, erscheinen die ›Arbeitsprodukte‹ als versehentliche Nebenerscheinungen (›Spaßmuskeln‹) und nicht als Resultate einer Selbstunterwerfung (›Disziplinsmuskeln‹). Das Selbstbild als autonom und gar widerspenstig gegenüber gesellschaftlichen Anforderungen und externen Normen wird dadurch aufrechterhalten. Damit erfüllt Spaß hier dieselbe Funktion, die Sassatelli ihm für konventionelle Fitnesskultur zuschreibt, nämlich die ernsthafte gesellschaftliche Relevanz der praktizierten Körperarbeit im wahrsten Sinne des Wortes herunterzuspielen.

Es zeigt sich dabei auch, dass die Möglichkeit Spaß am Sport zu empfinden an Elemente materiell verkörperter Subjektivität, hier im Feld speziell chronische Krankheit/Behinderung, gekoppelt ist. Verschiedene Körperlichkeiten bringen daher affect aliens und killjoys (Ahmed 2010a) hervor. Das Potential der emotionalen Transformation des eigenen Körpergefühls erscheint ungleich verteilt.

Gesundheit, als in der Fitnesskultur an sich essenzieller Topos, spielt eine gespaltene Rolle was nicht zuletzt in einer politisch motivierten Ablehnung hegemonialer Gesundheits- und Krankheitskonzepte begründet ist. Nichtsdestotrotz dient der Topos der Gesundheitsorientierung als Beschreibung des Modus der konkreten Sportausübung im Feld dazu, um vor allem Alters- aber auch Geschlechtszugehörigkeit zu markieren. Diese Markierungen erweisen sich dabei, ähnlich der Körperbilder und -ideale im Feld, als recht kompatibel mit konventionellen und hegemonialen Konzepten von Geschlecht und Alter.¹⁰³

103 In diesem Sinne sei noch einmal auf die zwei bemerkenswerten Werbekampagnen #DerWilleinDir und #MachDichWahr aus den Jahren 2012 und 2013 der Fitnessstudiokette McFit verwiesen. Schwerpunkt der Kampagne #DerWilleinDir ist die Betonung der Anstrengung und gar des Leidens bei der Arbeit am Körper in ebenso expliziter Abgrenzung zu ›Spaß‹: »Wir haben unsere gesamte Bildsprache optimiert. Die Models schauen nicht mehr so plakativ glücklich wie in der Vergangenheit. Sie gucken authentisch und wirken dadurch motivierender als zuvor.« (<http://blog.mcf.it.com/mcfit-im-neuen-design-2150>, zuletzt eingesehen am 25.03.2013, Herv. C.S.)

Die Kampagne ›#MachDichWahr‹ zeigt explizit ältere und behinderte Trainierende, die mit Slogans wie »Die beste Zeit, um schwach zu sein: nie«, »Kein Hindernis ist stärker als du« und »No Excuse« versehen sind. Hier werden gängige Körperideale der Fitnesskultur aufgebrochen und gleichzeitig bestärkt, da die werbedienliche Provokation nur durch eine Berufung auf das scheinbar Aufgebrochene funktioniert – letztlich dient die Demonstration sportlich leistungsfähiger und enthusiastischer älterer und behinderter Menschen, in Verbindung mit Slogans wie »No Excuse«, vor allem als Ansprache an nicht-behinderte und nicht-alte Menschen. Zudem stehen Werte wie Authentizität und Aufopferungsbereitschaft im Dienste einer Selbstverwirklichung (Mach dich wahr!) und radikale Eigenverantwortlichkeit im Zentrum (vgl. Schmechel 2014).