



universität
wien

MASTERARBEIT / MASTER'S THESIS

Titel der Masterarbeit / Title of the Master's Thesis

Weibliche Bodybuilder und deren Sichtweise auf
Femininität und Schönheitsideale

Female bodybuilders and their views of femininity and
ideals of beauty

verfasst von / submitted by

Riem El-Amad, BA

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the degree of
Master of Arts (MA)

Wien, 2017 / Vienna, 2017

Studienkennzahl lt. Studienblatt /
degree programme code as it appears on
the student record sheet:

A 066 810

Studienrichtung lt. Studienblatt /
degree programme as it appears on
the student record sheet:

Masterstudium der Kultur- und Sozialanthropologie

Betreut von / Supervisor

Univ.- Prof. Dr. Peter Schweitzer

Danksagung

An dieser Stelle möchte ich mich herzlich bei Herrn Univ.-Prof. Dr. Peter Schweitzer für seine fachliche Unterstützung und Betreuung im Rahmen meiner Masterarbeit bedanken.

Ein großer Dank gilt meinen InterviewpartnerInnen sowie allen TeilnehmerInnen meiner Umfrage, die mir ihre Hilfsbereitschaft und ihr Vertrauen entgegenbrachten und dazu beigetragen haben, dass die vorliegende Masterarbeit in dieser Form abgeschlossen werden konnte.

Einen besonderen Dank möchte ich meinen Eltern aussprechen, die mir stets helfend zur Seite standen und mich während des Studiums unterstützt haben.

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	3
1.1	Stand der Forschung	5
1.1.1	Herangehensweise	8
1.1.2	Zielgruppe	9
1.2	Narratives Interview	9
1.2.1	Bodybuilding Biographie	10
1.2.2	Privatleben/Freizeit	10
1.2.3	Femininität und Schönheitsideal	11
1.2.4	Muskulösität	11
1.2.5	Einflüsse von außen	11
1.2.6	Wettkämpfe	12
1.2.7	Beobachtung: Bodybuilding Wettkämpfe	12
1.2.8	Umfrage	14
2	Theoretischer Zugang	15
2.1	Die Untersuchung des Körpers	15
2.1.1	Kulturelle Bedeutung des Körpers	17
2.1.2	Körpermodifikationen	18
2.1.3	Der Körper im Sport	20
2.2	Zuschreibungen von „Männlichkeit“ und „Weiblichkeit“	21
2.2.1	Der weibliche Körper	23
2.2.2	Das Konzept der Schönheit	25
2.2.3	Medialer Einfluss	26
2.2.4	Femininität und Sport	29
2.3	Untersuchung des Sports	30
2.3.1	Frauen im Sport	32
2.3.2	Der Weiblichkeitszwang	33
2.3.3	Female Bodybuilding	35
3	Bodybuilding in Österreich	37
3.1	National Amateur Bodybuilders Association (NABBA) / World Fitness Federation (WFF)	37
3.2	International Federation of Bodybuilding and Fitness (IFBB)	38
3.3	Austrian Bodybuilding and Physique Sports Federation / Österreichischer Bodybuilding und Körpersport Verband (ABPF/WBPF)	39
3.4	Wettkämpfe im Bodybuilding	40

4	Bodybuilding: Ein Lebensstil	44
4.1	Beweggründe	46
4.2	Bodybuilding als Subgruppe	49
4.2.1	Normal vs. Abnormal	52
4.3	Gesellschaftliche Sichtweise	54
4.3.1	Bodybuilderinnen als Rebellion	58
4.3.2	Fremd- und Selbstwahrnehmung	62
5	Die Vorstellung von Weiblichkeit	64
5.1	Schönheitsideale der Bodybuilderinnen	66
5.2	„Doing Femininity“	69
5.3	Die Grenze der Muskulösität	75
5.3.1	Steroide.....	78
5.4	Femininität als Wertungskriterium	80
5.4.1	Gleichstellung der Geschlechter	84
5.4.2	Vermarktung von Frauenbodybuilding	88
6	Schlussfolgerung	91
6.1	Die Zukunft des Frauenbodybuildings	96
6.2	Ausblick.....	98
	Quellenverzeichnis	101
	Anhang	108
	Vorstellung der InterviewpartnerInnen	108
	Abstract.....	111

1 Einleitung

Bodybuilding zählt zu einer der Höchstdisziplinen des Kraftsports und ist weltweit eine etablierte Leistungssportart. Das Streben der Menschen, ihren Körper durch Kraftsport zu formen und die Popularität des Fitnesstrends, weckten das Interesse am Bodybuilding und veränderten es von einer Tätigkeit mit begrenzter Anhängerzahl zu einer modernen Sportart (vgl. Stokvis 2006: 463). Zu Beginn des 20. Jahrhunderts begeisterte ein Körperkultboom EuropäerInnen und AmerikanerInnen in einem Maße, der mit der heutigen Fitnessbewegung vergleichbar ist. Die drei Eckpfeiler der Bewegung, „Sport“, „gesunde Ernährung“ und „bewusstes Leben“ begründeten das Fundament für einen ersten Ganzheitlichkeitskult (Wedemeyer 1996: 15). Diese Faktoren führten zu einem neuen sozialen Druck: Selbstkontrolle über seinen Körper und seine Ernährung zu haben, um einen gesunden, schlanken und muskulösen Körper zu bekommen (vgl. Stokvis 2006: 475).

Bodybuilding ist eine Sportart, die durch die Körpergestaltung und Veränderung des eigenen körperlichen Erscheinungsbildes geprägt ist und starke Disziplin, Ausdauer sowie Willensstärke erfordert. Wie der Name schon verrät, liegt das Ziel darin, seinen Körper zu formen und zu verändern, indem Muskeln aufgebaut und die Muskelmasse gesteigert wird. Zweck dieser Sportart ist es, die Skelettmuskulatur des Körpers durch hartes Training und richtige Ernährung ausgewogen zu entwickeln, sodass eine „symmetrische, harmonische, definierte und proportionale Muskelentwicklung bei geringem Körperfettanteil“ entsteht (URL 1). Der Körper wird von den AthletInnen als Baustelle betrachtet, die nach den eigenen Vorstellungen optimiert wird. Für ein Erreichen ihres Wunschkörpers benötigt es jedoch die Einhaltung eines disziplinierten und speziellen Lebensstils.

Fürsprecher dieser Körperkultur und BodybuilderInnen selbst versuchen den Sport als einen gesunden Lebensstil und Weg zum Erreichen seines individuellen Körperideals zu fördern (vgl. URL 2). Initiator des modernen Bodybuildings und offiziell erster berühmter Bodybuilder ist Eugen Sandows, der mit seiner neuerschaffenen Kombination aus Muskelqualität und Kraft zu einer Sensation und Ikone wurde (vgl. *ibid.*). Er war auch derjenige, der das erste Bodybuildingmagazin

(„Physical Culture“) veröffentlichte und organisierte die erste Bodybuilding Show im Jahr 1888 mit dem Titel „The Great Show“ (vgl. *ibid.*). Bodybuilding gewann somit immer mehr an Beachtung und InteressentInnen, die den Sport letztendlich zu einer geförderten und professionellen Wettkampfsportart machten.

Traditionell betrachtet war und ist Bodybuilding eine Männersportart, in der Frauen deutlich unterrepräsentiert sind und nicht gern gesehen werden (vgl. Klein 1985: 72). Frauen, die Sport betreiben und eine sportliche Figur haben, entsprechen nämlich nicht den gewöhnlichen Weiblichkeitsbildern. Nach Guggenberger werden Frauen üblicherweise an den äußeren Körpermerkmalen, wie dem „leichteren Gang, dem zierlichen Körperbau, runden statt ‚eckigen‘ Körperformen, der zarteren Haut und dem feineren Teint gemessen“ (Guggenberger 1995: 118). Models und Frauen in den Medien agieren als Vorbilder und beeinflussen das vorherrschende Schönheitsideal¹ (vgl. Eigenthaler 2007: 5). Sie haben einen starken Einfluss auf die aktuellen Weiblichkeitsvorstellungen und entscheiden diese mit.

Sportliche Frauen werden uns in den Medien nicht als Vorbilder gezeigt, denn sie sind keine Ideale, mit denen sich andere Frauen identifizieren könnten (vgl. Kugelmann 1995: 97). Ihre „körperliche Erscheinung, ihr Bewegungsstil, ihre Motive und Gefühle“ (*ibid.*) sind nämlich eher unweiblich und nicht erstrebenswert. Frauen, die im Sport, vor allem in männerdominierenden Sportarten, aktiv sind, entfernen sich somit vom gesellschaftlich erwünschten Bild einer Frau (vgl. *ibid.*).

„Passivity and weakness are feminine; activity and strength are masculine (...)“ (Bell 2008: 50). Indem eine Frau „typisch männliche“ Merkmale wie Muskulösität, Stärke und Kraft anstrebt und sich diese Körperform als Ziel setzt, stellt sich die Frage, wie ihre Wahrnehmung von Femininität konstruiert ist und welchem Schönheitsideal sie entsprechen will. Meine Untersuchung ist insofern relevant, da Bodybuilderinnen als Personen betrachtet werden, die das dominierende Verständnis von Weiblichkeit innerhalb der akzeptablen geschlechtsspezifischen Ordnung der sozialen Interaktion durchbrechen und sich dem kulturellen Konzept dessen widersetzen (vgl. Schilling/Bunsell 2009: 141). Die Untersuchung von Weiblichkeit innerhalb des

¹ „Brockhaus definiert den Begriff des Ideals als Inbegriff der Vollkommenheit, als Wunschbild, Vorbild, als höchster Wert anerkannten Ziels.“ (Brockhaus 1989, Band 10: 395 in Eigenthaler 2007: 5)

Sports spielt in meiner Arbeit eine wesentliche Rolle, da Sport nach Kugelmann Bestandteil unserer Kultur² ist und durch die Struktur der Zweigeschlechtlichkeit charakterisiert ist (vgl. Kugelmann 1995: 96).

Mit meiner Untersuchung versuche ich den Sport als gesellschaftliches Phänomen und Feld zu erforschen, das die Verhaltensweisen und äußerlichen Erscheinung der Athletinnen beeinflusst. Sport ist ein Erfahrungsfeld „sozialen Lernens unter Aspekt der Geschlechterverhältnisse“ und muss als solches analysiert werden (Kugelmann 1995: 94). Die vorliegende Arbeit befasst sich mit einer Sportart, die Geschlechterunterschiede stark hervorhebt und ein Bild von Weiblichkeit fördert, das sich vom medialen und globalen Weiblichkeitsideal unterscheidet. Bodybuilderinnen sind einer geschlechtlichen und sportlichen Herausforderung ausgesetzt, die ihre ganzheitliche Akzeptanz im Sport erschwert.

Doch zuerst muss ermittelt werden, was „Weiblichkeit“ und „Männlichkeit“ ausmacht und definiert. Vor allem die Definition des „weiblichen“ und von „Weiblichkeit“ sind für meine Forschung von inhaltlicher Bedeutung, da Athletinnen untersucht werden, die in ihrer Geschlechterrolle angezweifelt werden. Ist Weiblichkeit in äußerlichen Merkmalen, körperlicher Konstitution oder Schönheitsmodifikationen begründet? Ist es ihr Make-up, ihre Kleidung oder sind es ihre lackierten Nägel die eine Frau erst zu einer Frau machen und als weiblich erscheinen lassen? Diese Arbeit befasst sich unter anderem mit den Faktoren, die an dem „Herstellungsprozess von Weiblichkeit“ beteiligt sind (Binder 2001: 1). In meiner Erhebung untersuche ich eine männerdominierte Sportart, nämlich Bodybuilding und beleuchte die weibliche Perspektive innerhalb des Sports.

1.1 Stand der Forschung

² In dieser Arbeit wird Kultur als ein System von Bedeutungen beschrieben, die das Verhalten sowie die Gedanken der Menschen bestimmt und von den Mitgliedern einer Gesellschaft gelernt und geteilt wird (vgl. Gatens 1992: 230f. in Price/Shildrick 1999: 2). Des Weiteren wird unter Kultur „längerfristig gewachsene, vorherrschende Weltbilder einer Gesellschaft und die daraus abgeleiteten Praktiken.“ Verstanden (Gingrich 2008: 106).

Schon von Geburt an empfangen Mädchen und Jungen unterschiedliche verbale und nonverbale Botschaften darüber, was es bedeutet, weiblich oder männlich zu sein, die unter anderem durch ihre Bezugspersonen, Spielzeuge, Medien oder ihren Alltagserfahrungen vermittelt werden (vgl. Mogge-Grotjahn 2004: 82; vgl. Binder 2001: 69). Entsprechend dieser Faktoren wird man geschlechtsspezifisch in die Regeln der Geschlechterdichotomien dieser Gesellschaft eingeführt (vgl. Kugelmann 1995: 29). Diese Unterscheidung und Trennung zwischen den zwei Geschlechtern beeinflusst die weitere Entwicklung der Person in ihrer äußerlichen Erscheinung, Verhaltensweise und Körpersprache (vgl. Binder 2011: 69).

Im englischsprachigen Raum gibt es für den Begriff „Geschlecht“ zwei verschiedene Ausdrücke und zwar „Sex“ und „Gender“, die in der deutschen Sprache beide für „Geschlecht“ stehen. Allgemein steht die Definition „Sex“ für das biologische Geschlecht und mit dem Begriff „Gender“ meint man im allgemeinen Sinne das soziale Geschlecht. Um es mit den Worten von Henriette L. Moore zu beschreiben: „Sex, is something which differentiates between bodies, while gender is the set of variable of social constructions placed upon those differentiated bodies.“ (Moore 1994: 14) Der Begriff „Sex“ bezeichnet also eine biologische Eigenschaft und eine körperliche Unterscheidung die dem jeweiligen Geschlecht zugeordnet wird. Gender hingegen ist ein sozialer und erlernter Prozess, der sich aufgrund ihrer Geschlechterunterschiede auf die kulturellen und sozialen Handlungs- und Verhaltensweisen der Person bezieht.

Innerhalb des Sports ist ebenfalls ein System von Zuschreibungen und Bedeutungen erkennbar, das Unterschiede zwischen Männern und Frauen aufzeigt (vgl. Pfister 2010: 234).

„So, wie sich Sport kulturgeschichtlich entwickelt hat, sind Sporttreibende mehr an Verhaltensweisen orientiert, die wir als männlich bezeichnen: Dominanz, Leistungs- und Wettbewerbsstreben, Durchsetzungswille, Kampf, Härte.“ (Kugelmann 1995: 96)

Die Integration von Frauen in sogenannten männlichen Sportarten, wie z.B. Bodybuilding oder Boxen, schuf Vergleichspotenzial zwischen Männern und Frauen und führte so zu Genderdichotomien im Sport (vgl. Pfister 2010: 239).

Mit der Bedeutung von Gender setzt sich vor allem Judith Butler auseinander. Sie betont, dass die „gesamte Wirklichkeit, also auch der menschliche Körper und damit das biologische Geschlecht, nur dadurch Bedeutung erlangt“, indem diese von den Menschen konstruiert wird (Butler 1991 zit. In: Mogge-Grotjahn 2004: 84). „Gender beruht zwar auf biologischen Merkmalen, ist aber nicht nur eine biologische Kategorie“, weil das biologische Geschlecht immer kulturell geformt und sozial gedeutet wird (Mogge-Grotjahn 2004: 8). Gender kann also als eine physische oder biologische Eigenschaft verstanden werden, die von einer Gesellschaft geschaffen wird und Männer und Frauen voneinander unterscheiden soll (vgl. Mascia-Lees/Black 2000: 1).

Der männliche Körper und seine Leistung werden im Sport als „Standard“ festgelegt. Im Vergleich erscheinen Frauen als „Außenseiter“, als das schwächere, dem Mann untergeordnete, Geschlecht (vgl. Pfister 2010: 234ff.). Vor allem in jenen Sportarten, die für Frauen als ungeeignet oder unpassend erachtet werden und als Männersport gelten (vgl. *ibid.*). Es kommt zu einer Geschlechterdifferenz, die nicht nur für den Identitätsprozess eine wichtige Rolle spielt, sondern auch die Sozialisation der Menschen in ihrer jeweiligen Gesellschaft beeinflusst (vgl. Mogge-Grotjahn 2004: 82). Geschlecht und Identität sind unmittelbar miteinander verbunden, da sie die Zugehörigkeit und die Position in einer sozialen Gesellschaft bestimmt und zur Identitätsbildung beiträgt (vgl. Mascia-Lees/Black 2000: 1.). Somit herrscht auch im Sport ein bestimmtes Bild der Frau, welches Athletinnen in ihrem Auftreten als Sportlerin und auch als Frau beeinflusst.

Die Untersuchung von Boyle über weibliche Bodybuilder zeigt, dass diese in einer patriarchalen Institution wie dem Bodybuilding nicht passive Akteure sind, sondern tiefere Investition und Erforschung in der Wiedergabe von normativem Sex, Geschlecht und sexueller Identität erfordern (vgl. Boyle 2005: 136). Es wird argumentiert, dass weibliche Bodybuilder für eine bestimmte Art von Widerstand gegenüber gesellschaftlichen Normen und Stereotypen von Weiblichkeit und die

Bedeutung von „Frau-sein“ stehen (vgl. Scott 2011: 70; Schulze 1990 in Moore 1997: 10). Während meiner Literaturrecherche fiel mir auf, dass sich in vielen Arbeiten unterschiedlichster Disziplinen, die Argumentation, dass weibliche Bodybuilder die Geschlechterdichotomie und –zuschreibung herausfordern, wiederholt. (Richardson 2008: 290; Scott 2011: 70; Gremillion 2005: 22; Schilling/Bunsell 2009: 141; Johnston 1996: 327).

Dabei wird jedoch die subjektive Sichtweise der weiblichen Bodybuilder des Öfteren außer Acht gelassen. Zudem wird die Frage, inwiefern die Sportart selbst Einfluss auf die Bodybuilderinnen und ihr Empfinden als Frau nimmt, nicht untersucht. Mit meiner Untersuchung möchte ich die persönlichen Erfahrungen weiblicher Bodybuilder im Bodybuilding widerspiegeln und unter anderem herausfinden, ob sie sich gegen die gesellschaftlich geprägten Geschlechternormen stellen. Der Fokus wird hierbei auf die Weiblichkeitskonstruktionen innerhalb des Bodybuildings sowie auf die Vorstellung von Femininität der befragten Athletinnen gelegt. Meine tiefgründige Untersuchung zeigt auf, welchen Einfluss der Sport auf die Athletinnen in ihrer Verhaltensweise, äußerlichen Erscheinung, Identität und Weiblichkeitsempfinden als Frau und Athletin einnimmt. Zudem wird ermittelt, inwiefern eine Geschlechterhierarchie innerhalb des Bodybuildings erkennbar ist.

1.1.1 Herangehensweise

Die biografisch-narrativen Interviews wurden herangezogen, um die Persönlichkeiten, Meinungen sowie die Botschaften der befragten Athletinnen zu erhalten und richtig zu interpretieren. Die Interviews hatten das Ziel, den Sport aus ihrer Perspektive zu betrachten. Des Weiteren wurde versucht, ihre Schönheitsideale sowie ihr Weiblichkeitsempfinden näher zu erläutern. Mittels narrativen Interviews sollen die Bodybuilderinnen frei und offen über ihre Erfahrungen im Bodybuilding erzählen (vgl. Mayring 1999: 54). Dies verschafft ein reiches Porträt ihrer persönlichen und sportlichen Werte, Praktiken und Normen.

1.1.2 Zielgruppe

Die Anzahl der österreichischen AthletInnen in den zwei größten Bodybuilding Verbänden in Österreich, der „NABBA“³ und dem „IFBB“⁴, ist mit insgesamt 63 Männern und 29 Frauen sehr gering (siehe URL 1; URL 3; URL 4). In Österreich wird der Leistungssport Bodybuilding als Amateursport betrieben.

Meine Zielgruppe umfasst Frauen, die sich als Bodybuilderinnen oder Fitnessathletinnen identifizieren und an Bodybuilding Wettkämpfen teilnehmen oder teilgenommen haben. Das Finden der Untersuchungspersonen stellte sich als eine Herausforderung dar, da es sich bei meiner Forschungsgruppe um eine spezielle Personengruppe handelt und die Anzahl an Bodybuilderinnen in Österreich gering ist. Zusätzlich erschwerte sich die Suche nach Wettkampfathletinnen, da zu diesem Zeitpunkt kein persönlicher Zugang zur Sportart Bodybuilding bestand. Meine Interviewpartnerinnen unterscheiden sich bezüglich ihres Alters, ihrer Nationalität, ihres Familienumfelds und ihres Bildungsstands. Sie sind sich jedoch in Bezug auf ihre Erfahrungen und Erlebnisse im Bodybuilding ähnlich und beschreiben ihre persönlichen Erfahrungen innerhalb und außerhalb des Sports.

Befragt wurden insgesamt zehn Athletinnen und ein Wettkampfrichter. Die meisten meiner Interviewpartnerinnen sind/waren Athletinnen des IFBB Verbands. Die Hälfte der befragten Athletinnen ist in der Bikini Fitnessklasse eingestuft, während die anderen entweder in der Bodyfitness- oder Figurklasse tätig sind. Ebenfalls konnte ein Wertungsrichter des NABBA Verbands als Experte herangezogen werden.

1.2 Narratives Interview

Mit meiner Forschungsarbeit möchte ich die Sichtweise weiblicher Bodybuilder in Bezug auf Weiblichkeit und Schönheitsideale darstellen. Um herauszufinden, worin eben diese Vorstellungen bestehen, musste eine qualitative Forschungsmethode herangezogen werden. Der methodologische Zugang, der es erlaubt in einer möglichst offenen Erzählweise die subjektive Sichtweise und Lebenserfahrungen der Interviewpartnerinnen wiederzugeben, ist das teilstrukturierte Leitfadenterview. Es

³ National Amateur Bodybuilders Association

⁴ International Federation of Bodybuilding and Fitness

ermöglicht die notwendige Thematisierung der wichtigsten Themenbereiche durch vorbereitete Fragen ebenso wie die „Entdeckung der Innenwelt“ der befragten Athletinnen (Kugelmann 1995: 164). Der große Vorteil dieser Interviewform ist, dass das Ausmaß und die Richtung der Beantwortung ebenfalls von den Interviewpartnerinnen gesteuert werden und offen bleiben (vgl. *ibid.*).

Zuerst entwickelte ich einen Interviewleitfaden, welcher sich nach dem Fragenkatalog von Nina Radaszkiewicz⁵ richtete. Die Befragungen fanden hauptsächlich an öffentlichen Plätzen und nach Vorgaben des Interviewleitfadens statt. Im Durchschnitt dauerten die Interviews ein bis eineinhalb Stunden und wurden mit einem Tonband aufgenommen. Mein Interviewleitfaden bestand aus sechs Schwerpunkten, die sich hauptsächlich auf die Teilnahme der Athletinnen im Bodybuilding fokussierten, um herauszufinden, welche Faktoren für ihr Weiblichkeitsbefinden ausschlaggebend sind. Die Schwerpunkte meines Interviewleitfadens befassten sich mit folgenden Themengebieten:

1.2.1 Bodybuilding Biographie

Zu Beginn interessierten mich der sportliche Werdegang und die Beweggründe für die Ausübung von Bodybuilding. Ebenfalls war mir wichtig zu erkunden wie sie dieser Sportart beigetreten sind und welche Bedeutung Bodybuilding in ihrem Leben einnimmt. Ihre Bodybuilding Biographie diente mir als eine Art „Auflockerung“ des Gesprächs, da sie von ihrer Leidenschaft berichten konnten und ihrerseits großes Interesse bestand, mir mehr Auskunft über den Sport zu geben.

1.2.2 Privatleben/Freizeit

Um einen Einblick in Bereiche außerhalb ihrer sportlichen Aktivität zu gewinnen, befragte ich die Athletinnen nach ihrem Privatleben und ihren Freizeitaktivitäten. Dadurch schaffte ich mir einen Eindruck über die Interviewpartnerinnen als Person. Ebenfalls konnte ich die Einstellung von nahestehenden Familienmitgliedern und

⁵ Radaszkiewicz, Nina (2004): Bodybuilderinnen und Weiblichkeit: eine qualitativ-empirische Analyse über subjektive Sichtweisen und die Akzeptanz von Bodybuilderinnen in der Gesellschaft. Diplomarbeit. Uni Wien

Bekannten zu ihrer Teilnahme im Bodybuilding erfahren sowie deren Einfluss auf die Interviewpartnerinnen in Hinsicht auf ihr Weiblichkeitsempfinden.

1.2.3 Femininität und Schönheitsideal

Hierbei fokussierte ich mich auf den Einfluss des Bodybuildings auf das Weiblichkeitsempfinden, Körperbewusstsein und Schönheitsideal der Athletinnen. Dabei wollte ich herausfinden, ob durch die Teilnahme an der Sportart eine Veränderung ihres Körperbewusstseins oder Weiblichkeitsgefühls entstanden ist. In dieser Kategorie konnte erkundigt werden, welche Faktoren einen Einfluss auf ihr Weiblichkeitsempfinden und Körperbewusstsein haben. Des Weiteren wurde durch ihre Beschreibung eines für sie idealen weiblichen Körpers ihr Schönheitsideal ermittelt.

1.2.4 Muskelösität

Bei der Frage nach der Muskelösität ging es hauptsächlich um ihre Konnotation mit der Eigenschaft Männlichkeit. Es erschien mir relevant zu ermitteln, ob es für Frauen eine Grenze der Muskelösität gibt und inwiefern diese sich in ihrem Empfinden und ihrer Wahrnehmung als Frau bemerkbar macht. Dabei werde ich das Spannungsverhältnis zwischen Männlichkeit und Weiblichkeit im Bodybuilding in Erfahrung bringen und ermitteln, wo die Grenze der Muskelösität einer Bodybuilderin liegt, um sich weiterhin körperlich von männlichen Bodybuildern zu differenzieren.

1.2.5 Einflüsse von außen

Dabei bezog ich mich auf die in meiner Recherche oft erwähnte These, dass die Teilnahme von Frauen eine Rebellion der Geschlechterzuschreibungen sei. Dabei wurde die Meinung der Athletinnen zu dieser These ermittelt sowie die gesellschaftliche Sichtweise über Bodybuilderinnen. Ich versuchte herauszufinden, ob es einen Unterschied in der Fremd- und Eigenwahrnehmung der Interviewpartnerinnen in Bezug auf ihr körperliches Erscheinungsbild gibt. Die Interpretation der Antworten meiner Interviewpartnerinnen soll zeigen, welche Weiblichkeitsvorstellungen innerhalb des Bodybuildings gelten und wie diese konstruiert werden. Zudem wird festgestellt, welchen Einfluss diese Vorstellungen von Femininität und Schönheit auf die Einstellung und Handlungsweise der befragten Bodybuilderinnen einnehmen.

1.2.6 Wettkämpfe

Die Einbeziehung von Wettkämpfen in meine Forschung ist deshalb von großer Bedeutung, da sich die Richtlinien für weibliche und männliche Bodybuilder unterscheiden. Somit stellte sich mir die Frage, welchen Einfluss Wettkämpfe auf die Vorstellung von „Weiblichkeit“ in der Bodybuildingszene einnehmen und inwiefern „Femininität“ beurteilt wird. Ebenfalls wollte ich die Beeinflussung der Wettkämpfe auf das Weiblichkeitsempfinden der Athletinnen, die Beziehung zwischen Körper und Weiblichkeit sowie Schönheitsmodifikationen näher erforschen.

1.2.7 Beobachtung: Bodybuilding Wettkämpfe

In meiner Untersuchung befasste ich mich ausschließlich mit Wettkampfathletinnen. Die Wettkampfregelungen schreiben vor, wie sich Athletinnen an einem Wettkampf zu präsentieren haben. Im Rahmen meiner Forschung besuchte ich zwei Wettkämpfe von unterschiedlichen Bodybuilding Föderationen. Dies bot mir die Gelegenheit, BodybuilderInnen auf der Bühne präsentieren und „performen“ zu sehen und ebenfalls die Reaktion der ZuschauerInnen zu beobachten.

Mein erster Besuch an einem Bodybuilding Wettkampf war die „NABBA/WFF Austrian Open 2014“ am elften Oktober im Haus der Begegnung in Wien. Acht männliche Juroren hatten die Aufgabe, insgesamt 39 Männer und zehn Frauen zu bewerten. Interessanterweise stellte sich bei dem Wettkampf heraus, dass von zehn teilnehmenden Athletinnen sieben aus dem Ausland stammen und insgesamt nur drei Österreicherinnen angetreten sind. Wohingegen die Anzahl an männlichen ausländischen Athleten mit sieben Bodybuildern, weitaus geringer war (siehe URL 5). Aufmerksam auf diesen Wettkampf wurde ich über das soziale Netzwerk „Facebook“. Die NABBA hat auf Facebook eine geschlossene Gemeinschaft gegründet, in der ich Mitglied bin und somit die Vermarktung des Wettkampfes mitverfolgen konnte.

Da sich die Vermarktung des Wettkampfes sehr gedeckt hielt und hauptsächlich Personen innerhalb dieses Kreises anwesend waren, empfand ich die Bodybuildingszene als eine geschlossene und unauffällige Gesellschaft. Die

ZuschauerInnen dieses Wettkampfes waren hauptsächlich Verwandte der auftretenden AthletInnen sowie andere BodybuilderInnen und FitnessathletInnen, wodurch eine familiäre und freudige Atmosphäre herrschte. Während der Auftritte der TeilnehmerInnen waren des Öfteren Motivationsrufe und Beifall der ZuschauerInnen zu hören. Es war eine starke Leidenschaft und Freude zum Sport spürbar – sowohl von den BodybuilderInnen als auch den ZuschauerInnen selbst.

Der zweite von mir besuchte Wettkampf fand am achten November 2014 in der Lugner City Wien statt, organisiert vom ABPF⁶. Hier traten insgesamt 64 AthletInnen an. Davon waren zwölf Frauenathletinnen, überwiegend aus Ungarn stammend. In der Jury gab es sieben internationale WertungsrichterInnen, davon waren drei ehemalige weibliche Wettkampfathletinnen. Dieser Wettkampf fand in einem Einkaufszentrum und am Wochenende statt. Der Wettkampf war, im Vergleich zum ersten, daher für alle Personen zugänglich und offen und dementsprechend war auch die ZuschauerInnenanzahl sehr hoch. Die ZuschauerInnen, die zum Großteil keine BodybuilderInnen waren und auch keinen Bezug zu der Sportart hatten, beobachteten den Wettkampf interessiert. Erkennbar war, dass die Zuschauerzahl sich vermehrte, als die Bikini Fitnessmodels auf die Bühne stiegen und ihren Körper präsentierten. Dieses Spektakel erweckte den Eindruck eines Schönheitswettbewerbes, da hierbei mehr das weibliche Auftreten und der halbnackte Körper der Athletinnen bewundert wurde, als ihre sportliche körperliche Leistung.

Das Highlight beider Bodybuildingveranstaltungen war jedoch die höchste Gewichtsklasse, die aufgrund des Sensationsgehalts alle anderen Klassen übertrifft.

*„Diese manifeste Begeisterung für extrem ‚überproportionale‘ Muskelberge treibt die Athleten auf der Bühne, ebenso wie das Publikum solcher Wettkämpfe, beinahe unaufhaltsam in einen bedenklichen ‚Massenwahn‘.“
(Kläber 2013: 66)*

⁶ Austrian Bodybuilding and Physique Sports Federation / Österreichischer Bodybuilding und Körpersport Verband

Der Beschreibung Kläbers kann ich durch meine Beobachtung nur zustimmen. Erkennbar war dies, indem ein gewisser „Hype“ und eine Spannung aufkam, als die höchste Männer Bodybuildingdisziplin auf die Bühne trat.

1.2.8 Umfrage

Obwohl der Sport als „Mittel zur bewussten Gestaltung von Körper und Person“ (Wedemeyer 1996: 11) an die Gesellschaft versucht wird zu vermitteln, findet Bodybuilding von der Mehrheitsgesellschaft nur geringe Akzeptanz. Aufgrund ihrer muskulösen Körperform und ihres Lebensstils heben sie sich von der Gesellschaft ab, die Bodybuilding als andersartig betrachtet und Bodybuilderinnen nicht als der kulturellen Norm entsprechend empfinden. Mit meiner Umfrage setzte ich an dieser Behauptung an und wollte herausfinden, ob die Gesellschaft, die kein Bodybuilding betreibt, Bodybuilderinnen tatsächlich als unweiblich betrachtet. Ich versuchte die Akzeptanz der Mehrheitsgesellschaft zum Bodybuilding und den Athletinnen zu erkunden.

Beim Fragebogen ging es hauptsächlich um die Meinungen und Vorstellungen der befragten TeilnehmerInnen zu weiblichen Bodybuilderinnen und deren Körperform. Das Ziel dieser Umfrage bestand darin, die Ansichten und Meinungen über weibliche Bodybuilder und Schönheitsideale von Personen zu ermitteln, die kein Bodybuilding betreiben. Mit der Umfrage konnte ermittelt werden, ob die Befragten eine gegensätzliche Sichtweise zu Schönheit und Körpermodifikationen einnehmen als die befragten Bodybuilderinnen. Zielgruppe waren daher Personen die keinen Zugang zu der Bodybuildingszene haben und auch selbst diese Sportart nicht betreiben. Insgesamt wurden 35 Personen unterschiedlicher Altersklassen befragt.

2 Theoretischer Zugang

Diese Arbeit befasst sich im Wesentlichen mit drei Themenschwerpunkten, welche die Sportart „Bodybuilding“ aus einer anthropologischen Sichtweise beleuchten, sowie den Geschlechterdiskurs innerhalb dieses Leistungssports thematisieren sollen.

Im Bodybuilding geht es um das Modellieren und Verändern des eigenen Körpers gemäß den eigenen Vorstellungen. Der Körper steht somit im Fokus und wird mit Bedeutung versehen. Im ersten Kapitel soll erläutert werden, welchen kulturellen und gesellschaftlichen Stellenwert dieser in unserer Umwelt innehat. Anschließend soll näher auf die Deskription und Interpretation eines sportlichen Körpers eingegangen werden, indem jener der Bodybuilderinnen analysiert wird.

Das darauffolgende Kapitel verschafft einen Einblick in die anthropologische Herangehensweise zur Schilderung und Festlegung von Weiblichkeit und Männlichkeit. Des Weiteren wird der Begriff Schönheit näher beschrieben und auf die Etikettierung der Frau als das „schönere Geschlecht“ eingegangen. Der mediale Einfluss auf die allgemeine Perzeption von Weiblichkeit und seine Auswirkungen auf das feminine Schönheitsideal werden dabei ebenfalls kurz behandelt.

2.1 Die Untersuchung des Körpers

In der Geschichte der Untersuchung des Körpers lässt sich immer wieder die Dichotomie von Körper und Seele finden, welche auch die Trennung von Natur und Kultur bedeutete. Mit Descartes entstanden erste Annäherungen zur Untersuchung des Körpers indem er behauptete, es existiere eine Trennung von Seele und Körper. Er begründete dies mit seiner Behauptung, dass die Seele im Gegensatz zum Körper nicht trennbar sei (vgl. Richardson/Locks 2014: 5). Der immaterielle Geist und der greifbare Körper sind nach Descartes grundlegend unterschiedlich, machen jedoch gemeinsam die menschliche Existenz aus – diese Theorie wird auch als cartesianischer Dualismus bezeichnet (vgl. Platz 2006: 15).

Die Leib/Seelen-Trennung warf viele Fragen auf und beschäftigte unter anderem auch die Anthropologie. Eine der wichtigsten Erkenntnisse der Körperanthropologie ist, dass der Geist nicht vom Körper getrennt betrachtet werden kann. Die Trennung von Körper und Kultur konnte nicht mehr standhalten, da der menschliche Körper von Kultur beeinflusst und geformt wird (vgl. Blacking 1977: 2). Bedeutendster Vertreter dieser These ist Marcel Mauss mit seiner Theorie der „Körpertechniken“ (Mauss 1989). Er beobachtete die Bewegungen des Alltags in unterschiedlichen Gesellschaften und kam zu der Erkenntnis, dass Bewegungen nichts Naturgegebenes sind, sondern kulturell angeeignet werden (vgl. Pille 2003: 5). Im Konkreten versteht Mauss unter der Bezeichnung „Körpertechniken“ die „Weisen, in denen sich die Menschen in der einen wie der anderen Gesellschaft traditionsgemäß ihres Körpers bedienen“ (Mauss 1989: 199). Menschen identifizieren und unterscheiden sich durch ihre körperlichen Verhaltensmuster, welche von der Kultur geprägt sind (vgl. Wolputte 2004: 253).

Des Weiteren beschäftigte sich Mary Douglas mit dem Körper und seiner symbolischen Bedeutung. Nach Douglas ist der Körper als Ausdrucksmittel und Kommunikationsform zu verstehen, welcher die Gesellschaft in seinem sozialen und kulturellen Konnex symbolisiert (vgl. *ibid.*). Die körperliche Erfahrung eines Körpers wird immer von sozialen Kategorien modifiziert und spielt eine aktive Rolle in der sozialen Welt (vgl. Douglas 1973: 93 in Blacking 1977: 4). Sie beschreibt den Körper als soziales Gebilde, welches die Art und Weise steuert, wie der Körper als physisches Gebilde wahrgenommen wird (vgl. Douglas 1974: 99).

Eines der relevantesten Konzepte innerhalb der Anthropologie ist das des „Embodiments“⁷ welches versucht, die Dualität zwischen Geist/Körper zu durchbrechen, indem diese als Einheit betrachtet und untersucht werden (vgl. Csordas 1990: 7). „The body is the way in which we make sense of the world and our environments.“ (Richardson/Locks 2014: ix) Also eine Einbeziehung des Körpers in alle sozialen und kulturellen Bedeutungen und Ausdrucksformen (Besnier/Brownell 2012: 450). Das Konzept vom Embodiment, nach Thomas Csordas, argumentiert,

⁷ Embodiment ist ein Anglizismus und kann mit deutschen Begriffen, wie „Verkörperung“ oder „Körperlichkeiten“ nur ungenau beschrieben werden. Um somit keine Unklarheiten zu erzeugen, verwende ich den englischen Fachbegriff.

dass der Körper Ausgangspunkt für eine Untersuchung der Kultur und des Selbst ist (vgl. Csordas 1990: 39f.).

2.1.1 Kulturelle Bedeutung des Körpers

Der Körper des Menschen war schon immer Teil der Untersuchung unterschiedlicher Forschungsstränge und gehört zu einem der wichtigsten Untersuchungsobjekten in der Anthropologie. Seine Bedeutung und Relevanz im rituellen, religiösen und kulturellen Kontext wurde in der Anthropologie schon früh erkannt und stets erforscht. Die vorherrschende und wesentlichste Neigung der Anthropologie war die Untersuchung der Kultur (vgl. Turner 1991: 4). Die Kultur ist ein System von Bedeutungen, das von den Mitgliedern einer Gesellschaft gelernt und geteilt wird (vgl. Gatens 1992: 230f. in Price/Shildrick 1999: 2). Bei der Untersuchung der Kultur wurde entdeckt, dass der Körper ein wichtiges Instrument darstellt, um den sozialen Status, Familienstand, die Stammeszugehörigkeit, Religion und das Geschlecht einer Person innerhalb einer Gesellschaft herauszufinden (vgl. Turner 1991: 5f.).

„It is through my body that I understand other people; just as it is through my body that I perceive ‚things‘ (...).“ (Merleau-Ponty 1962: 186 in Blacking 1977: 1) Der menschliche Körper wird von der Kultur beeinflusst und geformt (vgl. Blacking 1977: 2). Darstellungen, Verhaltensweisen, Eigenschaften sowie Fähigkeiten, die als „weiblich“ oder „männlich“ gelten, sind fest in unserer Kultur verwurzelt (vgl. Mascia-Lees/Black 2000: 2; Mogge-Grotjahn 2004: 9). Für ein besseres Verständnis einer Kultur und Gesellschaft erscheint der Körper daher als signifikantes Untersuchungsobjekt. Das verstärkte Interesse am Körper und seiner Bedeutung war Anlass für die Entwicklung einer Anthropologie des Körpers.

Die Anthropologie des Körpers konzentriert sich auf die unterschiedlichen Erfahrungen, Grenzen und Ausdrucksformen des Körpers (Turner 1991; Blacking 1977; Platz 2006; Csordas 1990; Mauss 1989; Douglas 1974). Nach Besnier und Brownell ist der Körper als kulturelles Konstrukt zu verstehen, das über Grenzen des biologischen Paradigmas hinausgeht und aus einem Komplex von Bedeutungen besteht (vgl. Besnier/Brownell 2012: 444). Eine Untersuchung des Bodybuildings ist aus anthropologischer Sichtweise spannend, da der Körper der BodybuilderInnen bestimmte physische und kulturelle Grenzen überschreitet und dies

Neuinterpretationen bezüglich der körperlichen Ausdruckform zulässt, wie zum Beispiel der Körper als Rebellion der Geschlechterzuschreibung, die im Kapitel 4.3.1. näher beleuchtet wird.

Es existieren kulturelle Differenzen innerhalb einer bestimmten Gruppe, die den Anschein haben, eine beschränkte kulturelle Gemeinschaft zu sein (vgl. Gremillion 2005: 16). BodybuilderInnen können nach dieser Beschreibung als eine Subgruppe bezeichnet werden, da innerhalb ihrer Kultur Werte und Ideale verfolgt werden, die sie zu einer geschlossenen Gemeinschaft machen. Die Mitglieder der Bodybuilding Gemeinschaft gehen einem gemeinsamen Interesse nach, nämlich dem Sport. Aufgrund der einheitlichen, sportlichen sowie körperlichen Zielsetzung und den damit verbundenen Werten, fühlen sich die BodybuilderInnen miteinander verbunden, wodurch sie eine Gemeinschaft bilden. In Kapitel 4.2 werden die bestimmten kulturellen Eigenheiten und Eigenschaften, die diese Subgruppe aufweist, genauer untersucht und verschafft einen besseren Einblick in die Verhaltensweisen der Bodybuildingszene.

2.1.2 Körpermodifikationen

Ein wesentliches Element innerhalb der Körperanthropologie ist die Untersuchung von Körpermodifikationen und Körperkunst. Die gesellschaftliche Bedeutung von Körperschmuck, Körpermodifikationen und Körperkunst wurde stets ermittelt und war in vormodernen Gesellschaften ein wichtiges Objekt für öffentliche Symbolik in Form von Tattoos, Schmuck und Skarifizierung (vgl. Turner 1991: 6). Körpermodifikationen und Körperkunst spielen deshalb eine wesentliche Rolle, da der Körper nach bestimmten kulturellen und gesellschaftlichen Vorstellungen modifiziert, verändert oder geformt wird (vgl. *ibid.*). Aus heutiger Sicht haben WissenschaftlerInnen das Interesse an diesem Thema auf Fragen bzgl. der Authentizität und Darstellung gelenkt. Der Körper und die Art der Darstellung und Modifizierung ist die Schnittstelle zwischen dem Individuum und der Gesellschaft geworden (vgl. Schildkrout 2004: 319). Der Körper ist, wie Mary Douglas meint, nicht nur eine „Leinwand“, die in die Kultur eingeschrieben wird, sondern auch Identifikationsmerkmal einer bestimmten Gruppe und Kultur, beeinflusst von sozialen Kategorien (Douglas 1974).

Beim Bodybuilding ist die Grenzerfahrung und Transformation des Körpers zu einer besseren Körperform, die innerhalb ihrer Gesellschaft als "Ideal" betrachtet wird, das Ziel. In diesem Sinne ist Bodybuilding ebenfalls eine Körpermodifikation, da BodybuilderInnen ihren Körper nach den Vorstellungen formen und modellieren, die innerhalb ihrer Gesellschaft Werte wie Disziplin, Ausdauer und Stärke signalisieren. Der Fokus der Transformation ihres Körpers liegt auf der Zunahme der Muskelmasse und Reduzierung des Körperfettes. Für die AthletInnen ist Bodybuilding nämlich nicht nur eine Sportart, die sie zur körperlichen Grenzerfahrung bringt sondern auch eine Selbst-Identifikation und Lebenseinstellung.

Nach Richardson und Lock (2014) sind Körpermodifikationen ebenfalls eine Art von Routinepraktiken, wie z.B. Kosmetik, Kleidung und Haare. Ebenso wird aber auch die Modifikation des Körpers mit Hilfe chirurgischer Eingriffe gemeint (vgl. Richardson/Lock 2014: 73). Eine wichtige Frage, welche die Anthropologie beschäftigt, ist, inwiefern Körperveränderungen bzw. Körpermodifikationen interkulturell bedingt sind und von welchen Faktoren diese beeinflusst werden (vgl. Ruff 2002: 227). Heutige Körperveränderungen und Körpermodifikationen beziehen sich sehr stark auf den weltweiten Fitnesstrend, der durch die Medien und sozialen Netzwerken zu einem globalen und medialen Phänomen wurde. Sowohl Frauen als auch Männer wollen durch regelmäßigen Sport und ausgewogener Ernährung ihren Körper nach ihren eigenen Idealen verändern und optimieren. Diese üben den Sport jedoch aus Hobbygründen aus, wohingegen BodybuilderInnen den Sport als Lebensweg und Mittel zur körperlichen und sportlichen Erreichung ihres Ziels anwenden. Im Bodybuilding ist die körperliche Veränderung und Modifikation Grundvoraussetzung um an das sportliche Körperideal zu gelangen. Meine Untersuchung behandelt die Körperveränderungen und –modifikationen innerhalb des Bodybuildings und zeigt auf, welchen Einfluss der Sport auf ihr Körperbewusstsein hat.

In unserer hypermedialen Gesellschaft sind wir ständig mit Bildern konfrontiert, welche „Ideale“ oder „geeignete“ Körper präsentieren, die in unserer Gesellschaft schon so stark verankert sind, sodass stets versucht wird, diesen zu entsprechen oder auch sich gegen diese zu widersetzen (vgl. Richardson/Locks 2014: x). Der Körper wird von dominanten gesellschaftlichen und kulturellen Idealen von Schönheit

und Körperformen beeinflusst. Es besteht somit ständiger Zweifel am eigenen Körper und um diesen Idealen zu entsprechen, wird der Körper verändert (vgl. Sharp 2000: 313). Der Körper spiegelt kulturelle Bedeutungen und Werte nicht nur wider, sondern hat auch die Kapazität diese herauszufordern (vgl. Reischer/Koo 2004: 315). Bodybuilding stellt hiermit eine interessante Möglichkeit dar, um eine Rebellion gegen die hegemonialen Ideale des Körpers interpretieren zu können (vgl. Richardson/Locks 2014: 72). Durch Schönheitsmodifikationen und Routinepraktiken versuchen vor allem Frauen den dominanten kulturellen Idealen von Schönheit zu entsprechen.

2.1.3 Der Körper im Sport

Die intensive Untersuchung des Körpers führte ebenfalls zu einer Untersuchung des Körpers im Sport und seiner Relevanz in Bezug auf Dynamiken der Globalisierung, des Kolonialismus, Rituale und Transnationalismus (vgl. Besnier/Brownell 2012: 443). Möchte man den Körper im Sport untersuchen, dann dürfen jedoch die Rahmenbedingungen des Sports nicht vergessen werden, wie die ZuschauerInnen, die TrainerInnen oder die Veranstaltung an sich, die einen starken Einfluss auf die Bedeutung des Körpers und seine Performance einnehmen (vgl. ibid.: 444). Ein sportlicher Körper erzeugt ein komplexes Verständnis von Repräsentation und verkörpert nationale und ethnische Charakteristika und soziale Entwicklungen (vgl. ibid.). Von Frauen, die im Sport aktiv sind und professionellen Sport ausüben, wird erwartet leicht, graziös, schwerelos „eben weiblich“ zu erscheinen (vgl. Kugelmann 1995: 108). Reischer argumentiert, dass muskulöse Frauen einer anderen symbolischen Kategorie zugeordnet werden und mit der kulturellen Bedeutung von Männlichkeit versehen werden (vgl. Reischer/Koo 2004: 314). Ein muskulöser Frauenkörper ist qualitativ anders als ein schlanker Körper, da er die Geschlechterunterschiede spaltet (vgl. ibid.).

Aus dieser Perspektive verkörpert ein muskulöser weiblicher Körper ein neues Bild von Weiblichkeit, welches die sozialen und körperlichen Unterschiede von Männern und Frauen herausfordert. Laut Reischer ist der Wunsch nach Muskeln bei Frauen ein Anstreben soziale Werte, wie z.B. Kraft und Disziplin, durch ihre muskulöse Körperform zu verkörpern (vgl. ibid.). Muskulösität spielt somit für die Definition von Weiblichkeit eine wichtige Rolle, da sie über die Grenze des allgemein herrschenden

Weiblichkeitsbilds hinausgeht. Die vorliegende Arbeit behandelt unter anderem die Frage der Muskulösität in Bezug auf das Weiblichkeitsempfinden der Athletinnen und untersucht ebenfalls die Bedeutung der Muskeln innerhalb eines Wettkampfes.

Der Körper im Sport wird durch seine Präsentation und Leistung bewertet und mit Bedeutungen zugeschrieben. Kugelman ist der Ansicht, dass Frauen im Sport einem sogenannten Weiblichkeitszwang unterliegen (vgl. Kugelman 1995: 108). Sportlich aktive Frauen unterliegen demnach dem ständigen Zwang und Druck der Gesellschaft, den Vorstellungen von Femininität und weiblich-sein, die durch die Medien vermittelt werden, zu entsprechen und diese auch nach außen zu präsentieren. Inwiefern sich der Weiblichkeitszwang auf Bodybuilderinnen auswirkt, wird in Kapitel 2.3.2 behandelt. Die sozialen Konstruktionen von Weiblichkeit und Männlichkeit, sowie die strukturellen und symbolischen Geschlechterregelungen in einer bestimmten Gesellschaft führen zur Kennzeichnung sportlicher Aktivitäten als entweder männlich oder weiblich (vgl. Pfister 2010: 236). So werden Frauen, welche sich in männerdominierenden Sportarten bewegen, als maskulin und unfeminin beschrieben. Aus diesem Grund besteht verstärktes Interesse an Frauen, welche an einer Sportart teilnehmen, die das Ziel hat, den Körper so zu verändern, dass es einer weiblichen Vorstellung entspricht, welche sich von der Mehrheitsgesellschaft distanziert.

2.2 Zuschreibungen von „Männlichkeit“ und „Weiblichkeit“

Die Vorstellung von Männlichkeit und Weiblichkeit wird von kulturellen und sozialen Einflüssen verändert und unterliegt stets dem Wandel der Zeit. Die Definition dessen ist daher schwer festzuhalten. Bis heute zeichnen körperliche Merkmale Männlichkeit und Weiblichkeit aus und werden zur deren Beschreibung herangezogen. Die Zuschreibung von „Weiblichkeit“ und „Männlichkeit“ erfolgt durch die allgemeine und gesellschaftliche Vorstellung davon, verankert in unserem Werte- und Deutungsmuster, sowie in der Selbst- und Fremdwahrnehmung (vgl. Mogge-Grotjahn 2004: 82.). So wird in der westlichen Welt das Geschlecht des Kindes deutlich gemacht durch die Sitte einer rosafarbenen oder blauen Babydecke (vgl. Brownmiller 1984: 52). Ebenso die kurz abgeschnittenen Haare, welche zu einem Jungen gehören und lange Haare, die zu einem Mädchen gehören, sind

geschlechtsspezifische Kriterien, in die Personen zugeteilt werden. (vgl. Brownmiller 1984: 52; Freedman 1989: 25 in Binder 2011: 72). Mädchen wurden und werden mit stereotypischen Eigenschaften, wie schön, sanft, hübsch, zart und klein (Freedman 1989: 25f in Binder 2011: 72; Guggenberger 1995: 118) beschrieben. Währenddessen gelten Jungen als „stramm, stark, kräftig, lebhaft und robust“ (ibid.).

Die Anthropologie entwickelte bei der Geschlechterdifferenzierung und Beschreibungen von Weiblichkeit und Männlichkeit zwei wichtige vergleichende Theorien. Die erste Theorie behauptet, dass Frauen aufgrund ihrer reproduktiven Funktion mit der Natur verbunden sind, während Männer der Kultur näher stehen (vgl. Moore 1994: 10). Die zweite vergleichbare Theorie besagt, dass Frauen den Männern unterlegen sind und aufgrund ihrer Rolle als Mutter und ihrer Reproduktionsfähigkeit in die private Sphäre gehören (vgl. ibid.; vgl. Scheich 1996: 195). Männer hingegen werden in die öffentlichen Bereiche des sozialen Lebens zugeordnet, sind souveräner und den Frauen überlegen (vgl. ibid.). In beiden Theorien erkennt man die Unterordnung der Frauen aufgrund ihres biologischen Unterschiedes, welcher ihre Position in der Gesellschaft bestimmt und sie im sozialen Leben einschränkt. So sind Frauen für die privaten Aufgaben der Reproduktion zuständig, während Männer der produktiven Erwerbstätigkeit nachgehen (vgl. Kugelmann 1995: 19). Durch seine Reproduktionsfähigkeit fungierte der weibliche Körper ebenfalls als symbolische Repräsentation des Volkskörpers und wurde zum nationalen Symbol (vgl. Seifert 1996: 22; vgl. Iveković /Mostov 2002: 10).

Diese Einordnung zu Natur/Kultur und Öffentlichkeit/Privatsphäre ist mit einer Machtstruktur verbunden und sollte das hierarchische Verhältnis von Frauen und Männern legitimieren und begründen (vgl. Moore 1994: 11; Kugelmann 1995: 30). Nach Brownmiller lässt sich das männliche Prinzip als „treibende ethische Kraft der Überlegenheit“ erklären (vgl. Brownmiller 1984: 11). Im Gegensatz dazu setzte sich das weibliche Prinzip aus „Verletzlichkeit, Schutzbedürfnis, den Ritualen der Fügsamkeit und der Konfliktvermeidung“ zusammen (vgl. ibid.). Die Geschlechterunterscheidung produziert ein Machtverhältnis im „Geschlechtersystem unserer Kultur“ in dem das Männliche dominiert und das Weibliche an seinen Maßstäben gemessen wird (Kugelmann 1995: 30; vgl. Binder 2011: 74).

Der Kern des Problems bei diesen Untersuchungen ist jedoch, dass die Geschlechterunterscheidung nichts mit den biologischen „Fakten“ zu tun hat, sondern vielmehr mit der Art und Weise, wie die Kultur den Körper markiert und bestimmte Bedingungen schafft, wie dieser interpretiert und verstanden wird (Gatens 1992: 230f. in Price/Shildrick 1999: 230f.). Genderkonstrukte sind in diesem Sinne kulturell bedingte Interpretationen auf der Grundlage körperlicher Unterschiede (vgl. Mascia-Lees/Black 2000: 2). Darstellungen, Verhaltensweisen, Eigenschaften sowie Fähigkeiten, die als „weiblich“ oder „männlich“ gelten, sind daher fest in unserer Kultur verwurzelt (vgl. *ibid.*; Mogge-Grotjahn 2004: 9). Durch die unzähligen Theorien der Geschlechterrollen kommt das weitere Problem auf, dass die uns vermittelten Rollenvorstellungen als „normal“ erklärt und jegliche Abweichung dessen als „unnormale = krankhaft“ betrachtet werden (vgl. Kugelmann 1995: 35). Dies führt zu einem gesellschaftlichen Druck, den Erwartungen der stereotypischen Verhaltensweisen zu entsprechen und sich innerhalb der akzeptierten Geschlechterzuweisungen zu bewegen.

2.2.1 Der weibliche Körper

Während Männer mit Eigenschaften wie Stärke, Macht, Schnelligkeit oder Autorität beschrieben wurden, beschränkte sich die Untersuchung und Darstellung von Frauen hauptsächlich auf ihren Körper sowie ihr äußeres Erscheinungsbild (vgl. Guggenberger 1995: 118; vgl. Richardson/Locks 2014: 9). Der weibliche Körper ist deshalb interessant zu erforschen, da er in unserer Gesellschaft schon immer als unvollkommen und verbesserungsfähig galt (vgl. Posch 1999: 125). Laut Turner entstand ein steigendes Interesse am Körper aufgrund der Veränderung der Beziehungen zwischen den Geschlechtern (vgl. Turner 1991: 20). Zusätzlich zu der Konnotation von Weiblichkeit mit der Natur war das „Weibliche“ von Emotionen geleitet und zeichnete sich durch passives Verhalten aus (vgl. Binder 2011: 74).

„Woman has been portrayed as essentially a bodily being, and this image has been used to deny her full status as a human being wherever and whenever mental activity as over against bodily activity has been thought to be the most human activity of all.“ (Richardson/Locks 2014: 8)

Diese Verschmelzung von Frau und Körper setzt sich aus der Vereinigung von Frauen mit allen „körperlichen Aktivitäten wie Schwangerschaft, Geburt und Stillzeit“ zusammen (Richardson/Locks 2014: 9). Auch hier wird die Dichotomie Frau zur Natur wieder hervorgehoben. Die stereotypischen dichotomen Begriffspaare z.B. „stark vs. schwach, rational vs. emotional, aktiv vs. passiv, hart vs. weich spiegeln die Geschlechterhierarchie wieder und produzieren sie mit“ (Kugelmann 1995: 30). Aufgrund der starken Kritik der untergeordneten Stellung der Frau in der Gesellschaft entstand eine verstärkte Sensibilität für Gender, Sexualität und Biologie. Die Ungleichheit der Geschlechter ist sozial konstruiert. Die Trennung zwischen Frauen und Männern wird mit der Erklärung begründet, dass es zwischen den Geschlechtern Unterschiede in der Persönlichkeit, den Werten, Einstellungen und im Lebensstil gibt (vgl. Turner 1991: 20). Ein grundlegender Unterschied ist jedoch auch ihr unterschiedlicher Körper. Das wiederum erklärt, warum ihr Weltbild und ihre Beziehung zur Welt unterschiedlich und nicht vereinbar sind (vgl. *ibid.*).

Durch die Tradition der Geschlechterdichotomie wird die Differenz zwischen Männlichkeit und Weiblichkeit institutionalisiert und legitimiert (vgl. Kugelmann 1995: 30). Dieses Gefälle beizubehalten, liegt im Interesse derer, die daraus Nutzen ziehen, die Macht haben, zu „Bestimmen“ von Wirklichkeit, von Institutionen und den darin geltenden Spielregeln zu werden (vgl. Berger/Luckmann 1977: 124 in Kugelmann 1995: 51). Bei der Geschlechterunterscheidung geht es also immer um die Frage des Machtgefälles und wer über wen Macht ausüben kann (vgl. Binder 2011: 71).

Frauen müssen sich durch die Zuschreibung mit körperlichen Merkmalen von Natur aus mehr mit ihrem Körper und ihrer äußeren Erscheinung befassen, was jedoch patriarchalen und männlichen „Reglementierungen“ unterworfen ist (vgl. Binder 2011: 78).

„When anthropologists did compare women across cultures, their interest centered on sexual traits – feminine beauty, redness of lips, length and style of hair, size and shape of breasts (...).“ (Schiebinger 1999: 25 in Price/Shildrick 1999: 25)

Frauen erkennt man an ihrem Gang, ihrer Haltung, der Frisur und an der Kleidung (vgl. Kugelmann 1995: 52). Zudem sind Geschmeidigkeit und fließende Bewegungen charakteristisch für Frauen (vgl. Brownmiller 1984: 182). Frauen werden durch ihre körperliche Erscheinung definiert und verkörpern ebenso absolute Schönheit. Frauen stehen somit unter einem stärkeren Druck, ihr äußeres Erscheinungsbild zu wahren als Männer (vgl. *ibid.*: 172). Der Fokus auf den weiblichen Körper in der Untersuchung der Konstruktion und Definition von Femininität führt zu einem verstärkten Interesse an ihrer körperlichen Erscheinung und Verhaltensweise.

2.2.2 Das Konzept der Schönheit

Wie bei der Beschreibung von Weiblichkeit waren auch bei der Definition von Schönheit Männer dafür verantwortlich (vgl. Binder 2011: 79). In seinem Aufsatz „Vom Erhabenen und Schönen“, welcher über das Wesen der Schönheit handelt, beschreibt Edmund Burke das weibliche Geschlecht als Natur gegeben schwach und unvollkommen (vgl. Bell 2008: 43). Diese Eigenschaften werden unter anderem bis dato herangezogen um das weibliche Geschlecht zu beschreiben und in Gegenüberstellung mit den männlichen Attributen gesetzt. Frauen werden und wurden schon immer von vorherrschenden gesellschaftlichen und sozialen Vorstellungen von Weiblichkeit beeinflusst und gemäß diesen Ansichten beurteilt. Das weibliche Aussehen bzw. weiblich-sein per se, ist generell gleichbedeutend mit Schönheit und wird ebenfalls stark vom Körper einer Frau transportiert (vgl. Reischer/Koo 2004: 313). Schönheit wird zu einem verkörperten Konzept und der Körper wird zu einem Ort für soziale Konstruktion und „Gender performance“ (vgl. *ibid.*: 299).

„Um sich in eine Frau zu verwandeln, braucht man einen ganzen Koffer voller Zutaten: eine Perücke, ein Kleid, einen Büstenhalter, einen falschen Busen, Schmuck für Arme, Hals und Ohren, ein Schminkköfferchen mit Lippenstift, Rouge, Lidschatten und falschen Wimpern, (...) und Schuhe mit hohen Absätzen.“ (Brownmiller 1984: 179)

Diese Schönheitsaktionen werden von Frauen durchgeführt um ihre Weiblichkeit zu betonen. Das Tragen von Make-up, High-Heels, lackierten Nägel uvm. strahlen Femininität aus und entsprechen den stereotypischen Klischees von Weiblichkeit.

Frauen unterwerfen sich diesen Schönheitsmodifikationen, um ihrer Geschlechterrolle zugeordnet zu werden und den gesellschaftlichen Vorstellungen von Weiblichkeit zu entsprechen. In Kapitel 5.1. gehe ich näher darauf ein, welche Bedeutung körperliche „Modellierungen“ und Schönheitsaktionen auf das Weiblichkeitsgefühl der befragten Athletinnen haben.

Die Zuschreibung des Weiblichen als Schön und die damit verbundenen Auswirkungen sind nicht auf einen „natürlichen Wesenskern zurückzuführen“ (Binder 2011: 76). „Vielmehr handelt es sich um Konstrukte, die sich durch gesellschaftliche Veränderungen entwickelt haben und sich mit ihnen wandeln.“ (ibid.) Schönheit selbst wurde somit geschlechtsspezifisch und galt traditionell den Frauen, indem die Definition von Schönheit am weiblichen Körper festgelegt wurde und Frauen somit immer das Ziel von Schönheitsmodifikationen waren (vgl. Reischer/Koo 2004: 299). Für Männer ist das Konzept der Schönheit daher nicht im selben Ausmaß relevant wie für Frauen. Es ist also eine gewisse Wahrheit und Bedeutung in der Bezeichnung der Frauen als das „schöne Geschlecht“ enthalten sowie die des Mannes als das „starke Geschlecht“ (vgl. Binder 2011: 72).

2.2.3 Medialer Einfluss

Die Medien tragen maßgeblich dazu bei, welche Vorstellung wir von Weiblichkeit und Männlichkeit einnehmen. Werbung bestimmt nicht nur die Definition von Weiblichkeit und Männlichkeit, sondern „trägt zur Verbreitung von gesellschaftlichen Trends, Klischees und Stereotypen bei“ (Eigenthaler 2007: 40). Werbung spielt „als Transportmedium von Botschaften der Industrie an die Frau als Konsumentin eine der wesentlichsten Rollen“ (Binder 2011: 83). Es ist eines der mächtigsten Medientools, da sie uns mit Bildern in Zeitschriften und im Fernsehen permanent überhäufen (vgl. Eigenthaler 2007: 40). Sie haben ebenso die Macht, bestimmte Ideale (westliche Ideale und Normen) über nationale Grenzen hinweg zu übertragen (vgl. Binder 2001: 88f.). Unsere Vorstellung, Einstellung und Meinung von Weiblichkeit und Schönheit bzw. Schönheitsidealen wird somit durch die Medien vermittelt und beeinflusst.

Die Inhalte in Werbungen der Schönheitsindustrie transportieren körperliche Ideale, die von den KonsumentInnen als erstrebenswert und erreichbar gesehen werden sollen (vgl. Binder 2011: 83). Präsentiert werden junge, schlanke, attraktive Frauen, die aufgrund ihrer Schönheit in allen Lebenslagen glücklich und erfolgreich sind (vgl. ibid: 86; vgl. Eigenthaler 2007: 7). Werbungen schaffen Weltbilder, die unsere Vorstellungen von einem idealen Körper und von Körperästhetik (z.B. schlanke Frauen, muskulöse Männer, unbehaarte Körper) prägen und mitbestimmen. Durch soziale Netzwerke wie z.B. Facebook, Instagram etc., werden Frauen, die den heutigen Vorstellungen von Weiblichkeit entsprechen, zu Idealbildern und Vorbildern gemacht. Diese grenzüberschreitende und mediale Verbreitung von Bildern schöner und fehlerloser Menschen führte zu einer „weltweiten Homogenisierung aller Körperideale“ (Eigenthaler 2007: 36). Die ständige Flut an Bildern von Idealkörpern und Vorbildern schreibt uns automatisch das aktuelle Schönheitsidealbild vor und bestimmt unsere Wahrnehmung von Schönheit und Weiblichkeit.

Die Unterwerfung der Frauen durch die Medien ist ebenfalls an den aktuellen Schönheitsvorstellungen erkennbar, die durch Models und Internetbekanntheiten verbreitet und von Frauen angestrebt werden. „Frauen lernen, dass äußerliche Schönheit und Weiblichkeit unabdingbar zusammengehören.“ (Binder 2011: 73) Models spielen bei der Vorstellung von Weiblichkeit und Schönheitsidealen eine entscheidende Rolle, da sie schon immer „als übermenschliche Wesen, die durch die Präsentation ihres beinahe perfekten Körpers individuelle Schönheiten darstellen“ fungierten (vgl. Eigenthaler 2007: 34). Heutzutage sind Models die wahren Stars moderner Weiblichkeit. Sie präsentieren nicht nur mehr eine Marke oder einen Modetyp, sondern verkörpern einen ganzen Lebensstil (vgl. Posch 1999: 63). Sie werden uns als „Vorbilder“ angeboten, die den gesellschaftlich erwünschten Idealbildern von Männlichkeit und Weiblichkeit entsprechen (vgl. Kugelmann 1995: 52). Topmodels präsentieren eine Art von Schönheit, die für den Großteil der Frauen als unerreichbar gilt (vgl. Eigenthaler 2007: 36).

Der Körper einer Frau wird ständig von anderen begutachtet und als Standard begehrenswerter Schönheit betrachtet, auch für einzelne Körperteile (vgl. Brownmiller 1984: 17). In der Untersuchung der Körpergröße war ein zentrales Ziel die Erklärung der „Fettleibigkeit“, die nicht den eurozentrisch-amerikanischen

Standards von einer „normalen“ und „gesunden“ Körpergröße entspricht (vgl. Gremillion 2005: 19). Im Westen ist ein schlanker Körper als Ideal für Schönheit schon so fest in der Gesellschaft verankert, dass es als „natürlich“ erscheint, davon auszugehen, dass ein dünner Körper ästhetisch bevorzugt wird (vgl. Reischer/Koo 2004: 299).

Das Schönheitsideal beschreibt Posch folgendermaßen: „Das gegenwärtige ästhetische Ideal ist definiert durch den extrem schlanken Körper und möglichst lang währende Jugendlichkeit.“ (Posch 1999: 48) Nach wie vor ist schlank und straff sein für das Streben eines idealen Körpers ein beliebtes Thema. Dabei soll die Frau einen flachen Bauch, zarte Arme, eine schmale Taille und einen straffen Hintern haben (vgl. Eigenthaler 2007: 31). Frauen, die dem aktuellen Ideal nicht entsprechen, werden nicht gezeigt bzw. wenn doch, dann hauptsächlich in einem negativen Bedeutungszusammenhang (vgl. Binder 2011: 87). Daher sieht man selten dicke, stark muskulöse oder kleine Frauen in Werbungen. Aufgrund ihrer stark ausgeprägten muskulösen Körperform fallen ebenso Bodybuilderinnen aus dem aktuellen Schönheitsideal aus. Sie entsprechen zwar der Vorstellung eines fitten und straffen weiblichen Körpers, jedoch überschreiten sie aufgrund ihres hohen Muskelanteils die Grenze des Weiblichen.

Zusammengefasst kann man also sagen, dass es in jeder Kultur unterschiedliche Auffassungen von Schönheit gibt und sich die Beschreibung von Schönheit an körperlichen Erscheinungsformen orientiert. Darüber hinaus ist ersichtlich, dass Schönheit und die damit verbundenen Aufforderungen ein geschlechtsspezifisches Merkmal sind und die Zuweisung dieser Merkmale hauptsächlich an Frauen gerichtet ist. Sie unterwerfen sich den aktuell aber immer wandelnden Idealen, die uns die Medien vorschreiben um in ihrer jeweiligen Kultur als weiblich wahrgenommen zu werden. Die Erwartungshaltung, sich der geschlechtsspezifischen Rolle entsprechend zu verhalten und diesen Vorstellungen zu entsprechen, stellt vor allem für Frauen im Sport eine Herausforderung dar, wie das nächste Kapitel aufzeigt.

2.2.4 Femininität und Sport

Mädchen werden indoktriniert, dass weibliche Stärke für Männer unattraktiv ist, stattdessen sind Attraktivität und weibliches Auftreten wichtig. Nach Kugelmann erzeugt unsere Sportkultur Weiblichkeitsstereotype, die Mädchen und Frauen widersprüchlich und diskrepant erscheinen lassen (vgl. Kugelmann 1995: 97).

“We know – good feminist women and girls aren’t supposed to want to be men or be „like men“. We’re supposed to affirm ourselves as women, all equal, and to redefine ‘woman’ and ‘girl’ to encompass value and strength. We’re supposed to be creating ‘alternative femininities,’ but to still see ourselves fundamentally as women. We’re not allowed to do both.“
(Heywood/Dworkin 2003: 73)

Weiblichkeit wird Männlichkeit gegenüber gestellt und im Vergleich dessen ebenfalls als das „Andere, das Mindere, Kleinere, weniger Wertvolle“ beschrieben (Kugelmann 1995: 51). Frau-sein bedeutet also eine Gegensätzlichkeit zu Mann-sein – die Eigenschaften einer Frau sollen sich von denen der Männlichkeit unterscheiden und sich neu definieren. Gleichzeitig soll sie ihre Weiblichkeit beibehalten und sich auch als Frau identifizieren (vgl. Heywood/Dworkin 2003: 73). Ein Feld, in dem Frauen und Männer im direkten Vergleich stehen und die Differenzierung zwischen Männlichkeit und Weiblichkeit am stärksten beobachtbar ist, ist der Sport.

Der Sport und die Sportkultur erzeugen „körperbezogene Leitbilder der Schlankheit, Leichtigkeit und Ästhetik“ besonders in sogenannten typisch weiblichen Sportarten wie z.B. Eislaut, Gymnastik, Tanz etc. (Kugelmann 1995: 136). Männlichkeitsbilder werden durch den Sport vermittelt, da im Sport Kraft und Leistung verlangt wird und diese Eigenschaften Männlichkeit symbolisieren (vgl. *ibid*: 49). Körperliche Idealbilder von Männlichkeit werden in der westlichen Kultur durch den Wettkampfsport konstruiert (vgl. *ibid*.). Das Männlichkeitsbild und die soziale Definition von Männern als Besitzer der Macht werden in Körperbilder übersetzt und als Teil der natürlichen Ordnung und Struktur verstanden (vgl. *ibid*.). Sport ist eine Institution, die „eine gesellschaftlich anerkannte Wirklichkeit und gemeinsame Bilder von dieser Wirklichkeit“ erzeugt (Kugelmann 1995: 94). In ihrem Buch “Feminism and Sporting

Bodies" (1996) schildert Ann M. Hall die anfänglichen feministischen Zugänge und Annäherungen zur Thematik Sport und Sportunterricht. Psychologische Analysen zu Frauen im Sport waren in den anfänglichen Untersuchungen im Jahr 1970 dominierend (vgl. Hall 1996: 5). Auch die Soziologie des Sports führte mehrere Untersuchungen durch und lieferte vielfache Texte zu dieser Thematik, jedoch waren Frauen und Mädchen in der Literatur sehr unterrepräsentiert (vgl. *ibid*: 6). Aufgrund der oben geschilderten Annahmen spricht Ann M. Hall von einer Notwendigkeit der Untersuchung des amerikanischen Sports:

„[I]n particular to explore the conflict relationship between femininity (never masculinity) and sport and to ‘prove’ that female athletic involvement had positive psychological benefits without producing a loss of femininity.“ (Hall 1996: 19)

Mit ihrer Studie weisen sie die Theorie zurück, dass die Teilnahme von Frauen in sogenannten männlichen Sportarten in keinem Konflikt oder Widerspruch zu ihrer Femininität steht (vgl. *ibid*: 22). Auch meine Untersuchung greift den Identitätskonflikt auf und beschreibt, inwiefern Bodybuilding die Identitätsentfaltung und –findung der befragten Athletinnen als Frau mitbestimmt hat. Frauen werden im Sport hingegen mehreren Erwartungshaltungen ausgesetzt. Sowohl ihre sportliche Leistung als auch ihr Auftreten als Frau werden genauestens unter die Lupe genommen. Vor allem in Wettkampfsportarten, in denen sowohl Frauen als auch Männer teilnehmen, ist das sportliche und körperliche Vergleichspotenzial am stärksten ersichtlich. Vor allem im Bodybuilding beeinflusst der Druck, dem sogenannten „männlichen Standard“ standzuhalten, jedoch gleichzeitig ihre Weiblichkeit zu betonen und auch den gesellschaftlichen Vorstellungen von weiblich-sein gerecht zu werden, die Sportlerinnen in ihrem Auftreten. Im Gegensatz dazu liegt der Fokus männlicher Sportler einzig und allein auf ihrer Leistung.

2.3 Untersuchung des Sports

In der Anthropologie wurde erkannt, dass Sport ein wesentliches Element ist, um die kulturellen Verhaltensweisen innerhalb einer Gesellschaft zu erkunden (z.B. Pfister 2010; Klein 1986). Nach Kugelmann ist Sport ein „gesellschaftliches Phänomen, das der subjektiven Wahrnehmung und Bewertung der Personen, die in dieser Kultur

leben, unterliegt“ (Kugelmann 1995: 94). Das bedeutet, dass auch im Sport eine bestimmte kulturell und gesellschaftlich entsprechende Vorstellung gegenüber den AthletInnen vorhanden ist. Der Einfluss des Sports auf die Kultur einer Gesellschaft spielt somit ebenfalls eine wichtige Rolle, da bestimmte Verhaltensweisen und Identitäten innerhalb von Gruppen erkennbar gemacht werden können (vgl. Klein 1986: 113f.). BodybuilderInnen befinden sich fast täglich in einem Fitnessstudio, um ihrer Leidenschaft nachzugehen und ihren körperlichen Wunschvorstellungen näher zu kommen. Sie sind umgeben von Personen, die das gleiche Ziel verfolgen und gleiche Denk- und Verhaltensweisen aufzeigen. Ihre persönliche und sportliche Entwicklung wird durch den Sport und von den in ihrer Subkultur geltenden Werten maßgeblich beeinflusst. Nicht nur kommt es zu einer Veränderung ihres Lebensstils sondern auch zu einer bewussteren Eigenwahrnehmung, siehe Kapitel 4.3.2.

Sport ist eine Männerdomäne und eine Kultur, in der geltende Normen und Werte wie z.B. Kraft, Härte, Erfolg, Kampf von Männern beherrscht wurden bzw. werden (vgl. Kugelmann 1995: 100). Es herrscht eine eindeutige „Dominanz des Männlichen in der Sportwelt, welche das „Weibliche“ wie eine „Sekundärkategorie“ darstellt und Frauen die Teilnahme verwehrt (vgl. *ibid.*). Bodybuilding zum Beispiel lebt nach den soeben erwähnten Werten, die ebenfalls das oberste Ziel dieses Leistungssports darstellen. Dies erklärt die Interpretation des Bodybuildings als Männersportart. Eine Sportart, die bestimmte Grundsätze befolgt, beeinflusst die AthletInnen in ihrer Verhaltens- und Lebensweise. Untersuchungen des Sports in den 1960er Jahren beschäftigten sich hauptsächlich mit den Erwartungen, Stereotypen und der Akzeptanz von weiblichen Athleten (vgl. Hall 1996: 18). Die Forschungen setzten den Fokus auf die Unterschiede und ignorierten die potenziellen Gleichheiten zwischen den Geschlechtern (vgl. *ibid.*: 14). Die Welt des Sports, sowie die Gesellschaft setzen voraus, dass es nur zwei Geschlechter gibt, nämlich männlich und weiblich (vgl. *ibid.*: 16). Unterschiede sind in dem Sinne interessanter und spannender zu untersuchen und werden als absolut betrachtet. Im Bodybuilding ist die Unterscheidung der Geschlechter ausschlaggebend für die Entwicklung des Frauenbodybuildings gewesen, um die Zuordnung zwischen weiblich und männlich zu gewährleisten und zu bewahren.

2.3.1 Frauen im Sport

Sportliche Frauen waren bis zum 20. Jahrhundert mit einer Vielzahl von Behinderungen konfrontiert, die „ihre natürlichen Bewegungen beeinträchtigten“ (Brownmiller 1984: 198). Die frühere Einstellung, Sport sei etwas Männliches und für eine Frau suspekt, führte bei Athletinnen zu der Überzeugung, dass ihr Körper durch die Fortpflanzungsorgane, die von Natur aus sehr empfindlich sind, entkräftend sei (vgl. *ibid.*). Die hormonell bedingte angenommene körperliche Schwäche war ausschlaggebend für die Benachteiligung der Frauen im Sport (vgl. Kugelmann 1995: 32). Die Teilnahme von Frauen im Sport würde zu einem Verlust ihrer Weiblichkeit führen. Athletinnen wurden daher als „Tomboys“ gesehen, also als Frauen die sich männlich verhalten und die Geschlechterrolle des Mannes übernehmen (Hall 1996: 15). Ebenfalls mussten Frauen im Leistungssport, z.B. bei den Olympischen Spielen 1968 mittels eines sogenannten „Gender-Verifizierungs-Tests“⁸ beweisen, dass sie tatsächlich Frauen und keine Männer sind (vgl. *ibid.*: 16). Dies war Folge des Zweifels einer eindeutigen Geschlechtszuordnung aufgrund äußerer Merkmale (vgl. Kugelmann 1995: 46f.).

Frauen wurden erst dann als solche definiert, wenn sie keine männlichen Chromosomen aufwiesen – also kein Mann waren (vgl. *ibid.*: 30). Diese Geschlechterüberprüfung oder „Sex-Tests“ an Frauen (Kugelmann 1995) demonstrieren sehr deutlich das Interesse eines zweigeschlechtlichen Systems innerhalb des Sports (vgl. Hall 1996: 17). Die Hervorhebung der sogenannten „sex differences“ (*ibid.*: 14) legitimiert die Geschlechterhierarchie innerhalb des Sports und betont die Unterschiede zwischen Frauen und Männern, was zu einer negativen Repräsentation der Athletinnen führt. Die Teilnahme von Frauen im Sport wurde aus den soeben genannten Gründen negativ und ambivalent betrachtet. Frauen, die als Athletinnen aktiv waren, wurden als emotional labil und sexuell „gestört“ empfunden (vgl. Hall 1996: 19; vgl. Kugelmann 1995: 103). Es wurde angenommen, dass eine Frau nicht zugleich Athletin sein kann (vgl. *ibid.*). Forscher nagelten sich auf dieses Konzept fest und behaupteten in ihren Studien, dass Sportlerinnen im Vergleich zu Nichtsportlerinnen androgyner, männlicher und weniger weiblich wären (vgl. Hall 1996: 19).

⁸ Die Tests verwendeten Geschlechts-Chromatin Analysen die zur Bestätigung des weiblichen Geschlechts dienen (vgl. Kugelmann 1995 46; vgl. Hall 1996: 17).

Weiblichen Bodybuilderinnen wird ebenfalls dieser Vorwurf entgegengebracht, da ihr Ziel einer muskulösen Körperform abnormal sei und nicht den Weiblichkeitsbildern entspräche.

„[D]ie durchtrainierte Leistungssportlerin liegt in der Anverwandlung der Körperformen an männliche Konturen in der Ablehnung alles Weichen, Runden, Empfindlichen, Gefühlsbetonten, das mit weiblich assoziiert werden könnte.“ (Kugelman 1995: 58)

Untersuchungen über Frauen im Sport haben ergeben, dass Körper- und Schönheitsideale zusammen mit den gesellschaftlich akzeptablen Vorstellungen von Weiblichkeit, radikale Veränderung durchleben, wenn Frauen an traditionell von Männern besetzten Sportarten teilnehmen, wie z.B. Bodybuilding oder Boxen (vgl. Pfister 2010: 239). Die wachsende Zahl und Anteilnahme der Frauen an Bewegung und Sport zeigt einen allgemeinen Wunsch bei Frauen nach einem fitten und starken Aussehen. Dieses Streben der Frauen nach einem fitten Körperbau stieg an, sodass die als männlich konnotierten Eigenschaften von Stärke und Macht das traditionelle Bild einer Frau von Schwäche und Zerbrechlichkeit abgelöst haben (vgl. Muller/Gorow/Schneider 2010: 514). Mit meiner Untersuchung möchte ich näher auf diese These eingehen und herausfinden, welches Weiblichkeitsbild Bodybuilderinnen für die befragten TeilnehmerInnen meiner Umfrage vermitteln.

2.3.2 Der Weiblichkeitszwang

Der Weiblichkeits- und Männlichkeitszwang entsteht durch vielfältige private und gesellschaftliche Einflüsse und wird vor allem in Feldern ersichtlich, wo es um „Bewegungs- und Raumerfahrungen, um gewinnen und verlieren, um psychische und physische Kraft und um Durchsetzungsfähigkeit geht“ (Horstkemper/Zimmermann 1998: 133). Sport als eine gesellschaftliche Institution trägt zur Stabilisierung bestehender gesellschaftlicher Verhältnisse bei und übt einen Identitätszwang aus (vgl. Kugelman 1995: 92). Der sogenannte „gesellschaftliche Identitätszwang“ dient der Aufrechterhaltung bestehender Geschlechteridentitäten und führt zu einem „Weiblichkeitszwang“ bzw. „Männlichkeitszwang“ (vgl. Knapp 1989; Horstkemper/Zimmermann 1998: 133). So gibt es Sportarten, die als typisch weiblich und als Frauensport gesehen werden, wie z.B. Sportgymnastik,

Dressurreiten, Eislaufen etc., und die Athletinnen in ihrem Weiblichkeitsempfinden sowie in ihrer Geschlechterrolle bestärken. Frauen, die jedoch typische Männersportarten ausüben, stehen unter Kritik und müssen ihre Geschlechteridentität unter Beweis stellen.

„[T]he conflict between gender and culture exists only in the realm of the feminine because cultural practices, like sport and leisure, are defined by masculine standards.“ (Hall 1996: 19)

Im Bodybuilding ist die Hervorhebung der Geschlechterunterschiede stark im Fokus und soll die Geschlechterzuweisung aufrechterhalten. Die Verhaltensweise sowie der Körper der Athletinnen sind, in einer patriarchalen Gesellschaft, ständiger Wertung und Bewertung ausgesetzt, welche den Mann als Maßstab heranzieht. Der Sport bietet Frauen ebenfalls die Möglichkeit, anders sein zu können als es im Alltagsleben von ihnen erwartet wird - nämlich „kraftvoller, mutiger und erfolgsorientierter“ (Kugelman 1995: 57). Diese Eigenschaften und Bewegungen werden jedoch von Dritten als männlich betrachtet und abgewertet (vgl. *ibid.*). Somit entstehen für Frauen im Sport belastende Widersprüche, da sie die „Regeln einer Gesellschaft verletzen, in der eindeutig definiert zu sein scheint, was Weiblichkeit ist“ (*ibid.*).

„In Sportarten, wo Frauen und Männer gemeinsam agieren (...) sind die Rollen geschlechtsspezifisch eindeutig festgelegt.“ (Kugelman 1995: 102) Ein Weiblichkeitszwang ist demnach auch im Bodybuilding erkennbar, der Frauen in ihrem sportlichen Potenzial einschränkt und in ihre Geschlechterrolle drängt. So existieren für Frauen und Männer unterschiedliche Wettkampfposen und Wertungskriterien, die geschlechtsspezifisch sind. Bodybuilding hat aber auch das Potenzial, diese Geschlechterhierarchie zu durchbrechen. Frauen, die gegen den Weiblichkeitszwang vorgehen und sich von den gesellschaftlich dominierenden Weiblichkeitsvorstellungen bewusst distanzieren, haben die Fähigkeit die Geschlechterhierarchie abzubauen. Sie realisieren ihr „Frau-sein“ nach ihren individuellen Vorstellungen, soweit und vielfältig wie möglich (vgl. *ibid.*: 92). Dafür braucht es ein starkes Selbstbewusstsein und Mut. Bodybuilderinnen können hierbei als optionales Beispiel herangezogen werden, da sie ihren Körper nach individuellen

Wunschvorstellungen optimieren, die innerhalb ihrer eigenen Kultur und Subgruppe hoch anerkannt und akzeptiert werden.

Dennoch wird von weiblichen Bodybuildern erwartet, sich den sozial und gesellschaftlich bestimmten Geschlechterrollen entsprechend zu verhalten. Die Unterteilung der Geschlechterkategorie ist somit nicht aus biologischen, sondern aus sozialen Gründen entstanden (vgl. Hall 1996: 18). Die Geschlechter dürfen sich hier nicht vermischen und unterliegen somit unterschiedlichen Richtlinien und Kategorien. Durch die Tatsache, dass Bodybuilding ein männerdominierender Sport ist und sogenannte männliche Werte und Normen angestrebt werden, stellt sich die Frage, wie Athletinnen in dieser Domäne weiblich wirken sollen. Es wird die Frage behandelt, ob Bodybuilderinnen einem gesellschaftlichen Druck und Zwang ausgesetzt sind, den gesellschaftlich bestimmten Geschlechterrollen und den Vorstellungen von Femininität zu entsprechen.

2.3.3 Female Bodybuilding

Die Teilnahme von Frauen im Bodybuilding fand zum ersten Mal Ende der 1970er Jahre statt (vgl. Scott 2011: 76). Im Zuge der Popularität des Leistungssports in den USA, fand in Großbritannien durch die National Amateurs Bodybuilding Association (NABBA) der erste Frauenwettkampf „Ms. Universe“ statt (vgl. *ibid.*). Frauenbodybuilding Wettkämpfe haben ihren Ursprung in den amerikanischen Schönheitswettbewerben und waren zu Beginn eine Form von Unterhaltung (vgl. Klein 1985: 73).

„Die meisten Bodybuilderinnen, die Ende der siebziger Jahre auf den Bühnen standen, sahen mit Stöckelschuhen, rotlackierten Fingernägeln und einer fast ausschließlich tänzerisch-akrobatischen und keineswegs muskelorientierten Kür eher aus wie Teilnehmerinnen an einem Schönheitswettbewerb.“ (Wedemeyer 1996: 71)

Viele Frauen hatten zwar einen definierten Bauch und muskulöse Beine, jedoch hatten diese mit Bodybuilding wenig zu tun (vgl. *ibid.*). Dennoch war Frauenbodybuilding ein professionell ausgeübter Kraftsport, in dem Muskulösität und ein stark definierter Körperbau auch bei Frauen sehr angesehen waren. Aufgrund der damals hohen Frauenquote im Bodybuilding, standen jedoch eben diese Athletinnen

im Fokus sämtlicher Diskussionen, vor allem deren Geschlechteridentität und sexuelle Orientierung wurden stark ins Visier genommen. Es wurde angenommen, dass deren Beteiligung in einer Männersportart die Geschlechteridentität in Frage stellt und zu durchbrechen versucht (vgl. Johnston 1996: 336; vgl. Richardson: 2008: 290).

Die Entstehung des Frauenbodybuildings fing schon von Beginn an mit Herausforderungen an, da Bodybuilding durchaus reine Männersache war und Frauen im Studio jenseits der Grenze des Zumutbaren erschienen (vgl. Wedemeyer 1996: 69). Ignorieren konnte man sie jedoch nicht und so wurde beschlossen eine Olympia-Wahl für Frauen einzuführen. Diese wurde aber nicht mit „Mrs. Olympia“ betitelt, sondern mit „Miss Olympia“ (vgl. *ibid.*). Diese Art der Betitelung klang weniger gefährlich und weiblicher, da nichts Männliches miteinfließt und es so zu keiner Verschmelzung kommt (vgl. *ibid.*). Aufgrund der verstärkten Kritik an den Athletinnen und der Gefahr der Vermischung von Weiblichkeit und Männlichkeit wurden verschiedene Wertungskategorien eingeführt und die höheren Frauenklassen runtergestuft. Der Anspruch die „Weiblichkeit“ innerhalb des Bodybuildings zu bewahren, führte zur Abschaffung der höchsten Frauen Bodybuildingklasse. Somit ist Frauenbodybuilding in seiner ursprünglichen Form nicht mehr existent. Stattdessen wird der abgemilderte Begriff „Physique“ für die höchste Wertungskategorie für Frauen im Bodybuilding verwendet.

So wurden Fitnessklassen eingeführt, die im Interessenspunkt der ZuschauerInnen und Bodybuilding Verbände stehen. Diese Athletinnen stellen mit ihrem Auftreten und ihrer äußerlichen Erscheinung keine Gefährdung der Geschlechterverschmelzung dar. Grund ist ihr durchtrainierter Körper, der jedoch dem Weiblichkeitsbild und den Weiblichkeitsvorstellungen entspricht. Welchen Einfluss Bodybuilding Verbände auf das Weiblichkeitsgefühl und die körperliche Erscheinung der befragten Athletinnen einnehmen wird in der Diskussion meiner Ergebnisse näher erläutert. Des Weiteren wird auf die weitere Entwicklung des Frauenbodybuildings in Österreich eingegangen, da der Leistungssport weiterhin im Zwiespalt der Gesellschaft steht und bestimmte Diskrepanzen hervorruft.

Im nächsten Kapitel werden drei Bodybuilding Föderationen vorgestellt, die den Leistungssport fördern und AthletInnen die Plattform ermöglichen, ihre sportliche und körperliche Leistung zu präsentieren. Ebenso sind die aufgelisteten Bodybuilding Verbände in meiner Forschung wichtig zu erwähnen, da meine befragten Athletinnen Teilnehmerinnen des NABBA und IFBB Verbandes sind und die ABPF Föderation für meine Wettkampfbeobachtung herangezogen wurde. Des Weiteren wird die Geschichte des Frauenbodybuildings der jeweiligen Bodybuilding Föderationen kurz erwähnt sowie die Wertungskriterien der Frauenklassen erläutert.

3 Bodybuilding in Österreich

Die bekanntesten und größten Bodybuilding Föderationen in Österreich, und auch weltweit, sind die „National Amateur Bodybuilders Association“ (NABBA)/ „World Fitness Federation“ (WFF) und die „International Federation of Bodybuilding and Fitness“ (IFBB). Ein weiterer nennenswerter und für meine Forschung relevanter Bodybuilding Verband ist der „Austrian Bodybuilding and Physique Sports Federation“/ „Österreichischer Bodybuilding und Körpersport Verband“ (ABPF).

3.1 National Amateur Bodybuilders Association (NABBA) / World Fitness Federation (WFF)

Offiziell gegründet wurde die NABBA im Jahre 1950 und laut eigenen Aussagen ist sie der älteste noch existierende Bodybuilding Verband (vgl. URL 6). Der bedeutendste und älteste Wettkampf der NABBA ist die „Mr. Universe Wahl“, die im Gründungsjahr zum ersten Mal stattfand (vgl. *ibid.*). Mit der Popularität des Fitnessrends führte die NABBA 1990 die „World Fitness Federation“ (WFF) ein (vgl. URL 7). Durch die Einführung einer Fitness Föderation, in der nicht nur Muskelmasse, sondern hauptsächlich ein definierter Körper bewertet wird, entstand auch ein erhöhtes Interesse der ZuschauerInnen sowie eine erhöhte Teilnehmeranzahl der WettkampfathletInnen (vgl. *ibid.*).

Wertungskriterien

Im Jahr 1966 gab es bei der NABBA erstmals auch für Frauen, mit der Entstehung der „Ms. Universe“, die Möglichkeit, in der Physique Klasse ihre durchtrainierten Körper zu präsentieren (vgl. URL 8). 1986 führte die NABAA mit der „Miss Figure“

eine weitere Frauenkategorie ein, die für folgende Zielgruppe gedacht war: „The Figure class was designed for women who had weight training experience but valued the beauty pageant aspects of competition.“ (Scott 2011: 76) Somit führte die NABBA eine Kategorie ein, die den Ursprung des Frauenbodybuildings einbaute und darauf bedacht war Frauen als Schönheitsideal darzustellen.

Folgende Kategorien (1 = niedrigste Disziplin; 4 = höchste Disziplin) sind für Frauen gegeben:

1. Athletic (seit 2015)
2. Figure 2 bis einschließlich 163cm
3. Figure 1 über 163 cm
4. Physique

Bei der NABBA sind die Kriterien für die Frauenklassen eine „feminine Form und Proportion mit Berücksichtigung der Muskelmasse und Definition“ (URL 9). Bei den Wettkämpfen entscheiden vor allem die Präsentation und das Erscheinungsbild als Gesamtes über Sieg und Niederlage (vgl. *ibid.*).

3.2 International Federation of Bodybuilding and Fitness (IFBB)

Die IFBB wurde im Jahr 1946 von den Brüdern Ben und Joe Weider in Kanada gegründet und gehört zu den fünf größten Sportverbänden der Welt (vgl. URL 10). Der Mr. Olympia Wettkampf der IFBB ist weltweit der wichtigste Wettbewerb und sozusagen „1. Bundesliga des Bodybuildings“ (Wedemeyer 1996: 37). Erst im Jahr 1980 wurde die „Ms. Olympia“ eingeführt, gefolgt von „Fitness Olympia“ im Jahr 1995, „Figure Olympia“ in 2003, „Olympia“ in 2008 und „Bikini Olympia“ in 2010 (vgl. URL 11).

Wertungskriterien

Die IFBB hat für Frauen folgende Kategorien aufgenommen, die auch in den Meisterschaften in Österreich angeboten werden:

1. Bikini Fitness
2. Bodyfitness
3. Frauen Physique

In allen Frauenklassen ist das Tragen von dezentem Schmuck gestattet und der Bikini frei wählbar. Sowohl bei der Bikini- als auch bei der Bodyfitnesskategorie, wird bei der Bewertung der Fokus auf eine feminine Ausstrahlung, weibliche Ästhetik sowie auf eine sportlich-athletische Erscheinung gelegt. In der Bikini Fitnessklasse werden sogar das Make-up und die Frisur in der Bewertung berücksichtigt. Muskulösität und ein definierter Körper sind in dieser Klasse keine Wertungskriterien und auch nicht erwünscht. In der Frauen Physiqueklasse werden zwar ebenfalls der Gesamteindruck und die Präsentation bewertet, jedoch unter Berücksichtigung von Muskulösität, Proportion und sportlich-athletischer Erscheinung. Im Gegensatz zu den Bikini- und Bodyfitnessklassen, ist das Tragen von Schuhen in der Physiqueklasse nicht erlaubt (vgl. URL 12).

3.3 Austrian Bodybuilding and Physique Sports Federation / Österreichischer Bodybuilding und Körpersport Verband (ABPF/WBPF)

Die ABPF ist der nationale Mitgliedsverband Österreichs bei der „World Bodybuilding and Physique Sports Federation“ (WBPF). Die ABPF wurde im Jahr 2009 durch Abspaltung von der IFBB von ehemaligen Funktionären der IFBB gegründet und hat ihren Sitz in Dubai (VAE) (vgl. URL 13).

Die ABPF ist Gründungsmitglied der „European Bodybuilding and Physique Sports Federation“ (EBPF) und bezweckt die Förderung des Bodybuildings in Österreich (vgl. *ibid*). Der Verein organisiert und führt nationale und internationale Sportveranstaltungen in dem Bereich des Bodybuildings in Österreich durch (vgl. *ibid*).

Wertungskriterien

Folgende Frauen- und Männerkategorien werden vertreten:

1. Women´s Model Physique
2. Men´s and Women Fitness Physique
3. Men´s and Women Sport Physique
4. Men´s and Women´s Athletic Physique
5. Men´s and Women´s Bodybuilding

Die Women's Model Physiqueklasse stellt bei der ABPF die niedrigste Disziplin dar, bei der ein sportlich trainierter Körper vorausgesetzt wird und auch ein „hübsches Gesicht“ (URL 14) als Wertungskriterium gilt. Die Men's and Women's Fitness Physiquekategorie ist für AthletInnen gedacht, die einen athletisch ausgebildeten Körper haben. Extreme Muskelmasse ist bei dieser Disziplin nicht erwünscht und kann sogar zu einer schlechteren Bewertung führen. Von den AthletInnen dieser Kategorie wird eine Fitnesskür, in der Dauer von 90 Sekunden verlangt, in denen „Elemente von Kraft, Flexibilität, Balance, Gymnastik“ präsentiert werden müssen (vgl. *ibid.*).

Die dritte Kategorie, Men's and Women Sport Physique, ist eine weitere Abstufung und verlangt im Vergleich zu Athletic Physique und Bodybuilding weniger Muskelmasse und bewertet das Gesamtpaket (Styling, Präsentation etc.) der AthletInnen (vgl. *ibid.*)

Die zwei höchsten Kategorien sind bei der ABPF die Athletic Physique und die Bodybuilding Klasse. Während bei der Athletic Klasse noch weniger Muskelmasse als bei der Bodybuildingklasse vorausgesetzt wird, liegt der Fokus trotzdem auch auf einer ausgeprägten Definition und Muskelhärte (vgl. *ibid.*). Im Bodybuilding geht es dann hauptsächlich um eine proportionale Muskelentwicklung bei geringem Körperfettanteil.

3.4 Wettkämpfe im Bodybuilding

Grundsätzlich ist zu erwähnen, dass im Bodybuilding verschiedene Alters- und Gewichtsklassen existieren. In der Altersklasse wird zwischen Junioren, Senioren und Masters unterschieden, während bei der Gewichtsklasse die BewerberInnen in eine bestimmte Klasse eingestuft werden (vgl. *ibid.*). Nach diesen Kriterien werden die AthletInnen in Alters- und Gewichtsklassen eingeteilt (vgl. *ibid.*).

Die Bewertung der AthletInnen durch WertungsrichterInnen, die oftmals ehemalige BodybuilderInnen sind, erfolgt anhand von fünf bis sieben Pflichtposen (je nach Verband unterschiedlich) und einer freien Posingkür (vgl. *ibid.*). Die Wertungsgrundlage im Bodybuilding besteht aus dem System der Platzziffer (vgl. Wedemeyer 1996: 42f.). Dieses Bewertungssystem gewährleistet die

höchstmögliche Objektivität des rein visuellen Sports (vgl. *ibid.*). Die Bewertung der AthletInnen durch WertungsrichterInnen erfolgt anhand von drei Wertungsrunden. In der ersten Runde erhalten die JurorInnen einen Gesamteindruck der AthletInnen indem diese sich unter muskulärer Grundspannung von vorne, links, hinten und rechts präsentieren (vgl. Kläber 2013: 65). Im Fachjargon wird diese Runde auch „Line Up“ genannt. Im Fokus stehen hier „Harmonie, Symmetrie und Proportion“ (Wedemeyer 1996: 44).

In der nächsten Runde absolvieren die AthletInnen die vorgeschriebenen Pflichtposen, die je nach Klasse und Verband unterschiedlich sind. Die Pflichtposen erlauben den WertungsrichterInnen die AthletInnen objektiv zu vergleichen und sind im Wettkampf die wichtigste Disziplin (vgl. URL 8). Unter konstanter Anspannung der entsprechenden Muskelgruppen wird in dieser Runde der Fokus der Bewertung auf Muskelmasse, Muskulösität, Proportion und exakte Ausführung gesetzt (vgl. Wedemeyer 1996: 44).

Die Pflichtposen sind eine Auswahl von Posen, die es ermöglichen, alle Aspekte des modernen Bodybuildings am besten zur Geltung zu bringen. Gemäß den aktuell geltenden Reglement der IFBB und der NABBA kommen folgende Pflichtposen zum Einsatz (siehe URL 9-10; vgl. Kläber 2013: 65ff.):

- Doppelbizeps-Vorderseite:
Bei dieser Pose wird die Symmetrie und Proportion des Doppelbizeps beurteilt sowie die Armentwicklung.

- Latissimus/Latspread (NABBA) von vorne :
Hier wird die V-Form der Athleten beurteilt und der Fokus auf die Entwicklung des breiten Rückenmuskels „Latissimus“, die Schulterbreite und die Beinmuskulatur gesetzt. Latspread entfällt bei den Damen Figure Klassen.

- seitliche Brustpose:
Die Dichte und das Volumen der seitlichen Brust spielen hierbei eine wesentliche Rolle. Auch die Entwicklung der Brust und Arme stehen im Fokus der Beurteilung dieser Pose.

- Doppelbizeps-Rückenseite:
Laut der NABBA ist dies eine der wichtigsten Posen, denn "[s]hows are won from the back!" (URL 9) Hierbei werden Rücken-, Arm- und Schulterentwicklung beurteilt. Die strukturellen Schwächen werden hier schnell sichtbar und auch die Beinentwicklung wird in der Beurteilung berücksichtigt.

- Latissimus-Rückenseite:
Wie bei der Vorderseite wird hier die Schulterweite und –breite der AthletInnen beurteilt, sowie die Entwicklung des Rückens, Gluteus, Beinbizeps und der Waden. Dabei wird auf die Muskelmasse, Definition und Separation der Muskulatur geachtet. Latspread von hinten entfällt bei den Damen Figure Klassen.

- seitliche Trizepspose:
Die seitliche Ausführung dieser Pose erlaubt eine Beurteilung der Trizeps- und Armentwicklung unter Berücksichtigung einer perfekten Präsentation des Beines.

- Bauch und Beine:
Beurteilt wird die Proportion und die Bauchmuskulatur in Verbindung mit der „Präsentation der Oberschenkel in Bezug auf Muskelmasse, Muskelseparation und Definition der Athleten.“ (siehe URL 8)

- Most Muscular (ausschließlich bei NABBA):
Diese ist die Lieblingspose des Publikums und das Highlight im Wettkampf. Präsentiert wird hierbei nämlich möglichst viel Muskelmasse von vorne. Diese Pose entfällt ebenfalls bei allen Damen Klassen.

Die Posingkür, die letzte Runde im Wettkampf, ist von jedem Athlet und jeder Athletin zur frei gewählten Musik, in einer Dauer von ca. 30-60 Sekunden, abzuliefern. Hierbei geht es vor allem um Kreativität, Individualität und einer sauberen und unterhaltsamen Ausführung (vgl. Wedemeyer 1996: 44).

Die Schwierigkeit bei den Wettkämpfen für die AthletInnen liegt in der ständigen Pressatmung um größere Muskelgruppen angespannt zu halten. Im Allgemeinen werden bei den Wettkämpfen Muskelentwicklung, Muskelteilung und die Definition bewertet (vgl. Bednarek 1984: 62ff. in Kläber 2013: 65). Der Körper der AthletInnen wird von seiner vorteilhaftesten und besten Seite präsentiert. Die Darbietung des eigenen Körpers erfolgt in flüssigen, ineinander übergehenden Posen, vorgeschrieben von den JurorInnen.

Weiblichkeit und Schönheit sind wichtige Wertungskriterien im Frauenbodybuilding und führen bei den Athletinnen zu einer permanenten Auseinandersetzung mit ihrer Geschlechteridentität. Indem geschlechtsspezifische körperliche Merkmale in die Bewertung miteinfließen und den Athletinnen die Ausführung mancher Posen verwehrt wird (z.B. Latspread von vorne und hinten, Most Muscular), sind Bodybuilderinnen mehreren Herausforderungen ausgesetzt, die sie in ihrem Auftreten als Frau und Athletin beeinflussen.

Die nächsten Kapitel zeigen die Weiblichkeitsvorstellungen und Erwartungshaltung an Frauen im Bodybuilding auf. Des Weiteren wird veranschaulicht wie der Sport sich auf ihr Empfinden und Verhalten als Frau auswirkt und ihr Schönheitsideal mitbestimmt.

4 Bodybuilding: Ein Lebensstil

In diesem Abschnitt der Arbeit werden die Erfahrungen und Erlebnisse der befragten Athletinnen im Bodybuilding geschildert, sowie der Einfluss des Sports auf ihr Weiblichkeitsempfinden und ihre Identität als Frau untersucht.

Im Bodybuilding geht es nicht nur um die Steigerung und Anhäufung der Muskeln sondern auch um eine gesunde und bewusste Art zu leben. Der Tagesablauf der BodybuilderInnen richtet sich nach geregelten Ess- und Trainingszeiten und lässt somit wenig Flexibilität zu. Bodybuilding ist für die befragten Athletinnen keine Hobbysportart, sondern fester Bestandteil in ihrem Leben:

„Es ist ein Lifestyle (...) weil es geht nicht anders. Ich bin jetzt keine Hobbysportlerin. Ich bin Leistungssportlerin. Ich bin Wettkampfathletin. Ich trete bei Wettbewerben an und es ist eine schöne Belohnung, wenn du auf der Bühne gestanden bist und weißt, die ganze Diät und das ganze harte Training hat sich gelohnt.“ (IP Nr. 2)

Um das gewünschte Muskelwachstum zu erlangen, müssen BodybuilderInnen also strikt auf ihre Ernährungsweise achten, mehrmals am Tag eiweißreiche Mahlzeiten verzehren und genügend Schlaf haben, um ihre Regenerationsprozesse zu optimieren (vgl. Kläber 2013: 34). Interviewpartnerin Nr. 1 ist IFBB Bikini Fitness Athletin, begann 2012 mit ihrem ersten Wettkampf und beschreibt diesen Sport als ihr „Overallziel“:

„Es ist natürlich immer das Ziel MEHR (Anm.: mehr Muskulatur) aufzubauen, ansonsten wäre das ja vergeudete Zeit, weil wir legen unser Leben ja danach aus, musst du rechnen. Wir LEBEN diesen Sport permanent.“ (IP Nr. 1).

Die festgelegten Essens- und Trainingszeiten sowie die erforderliche Disziplin, die der Sport verlangt, führten bei ihr zu einem geregelten Tagesablauf und somit zu einer Struktur in ihrem Leben. Die positive Veränderung durch ihre Teilnahme am Sport und an Wettkämpfen ist für die Majorität der Befragten die Belohnung für ihre

harte Disziplin und Ausdauer, die ihnen der Sport abverlangt. Eine Bikini Fitnessathletin meint hierzu, dass durch den Sport und ihre Teilnahme an Wettkämpfen eine Lebensveränderung stattfand:

„Mein Leben war früher sehr chaotisch und turbulent aber jetzt passt eigentlich alles. Ich bin selbstbewusster geworden und ich habe meine Einstellung zum Leben verändert. Ich bin disziplinierter geworden und Bodybuilding ist auch ein Lifestyle für mich. Ich trinke fast gar nichts – früher war das anders. Du lernst auch ganz andere Menschen kennen. Mir hat es sehr viele positive Dinge gebracht.“ (IP Nr. 3)

Personen, die Bodybuilding betreiben, identifizieren sich mit dem Sport und finden durch ihn ihre Lebensweise und Identität. Sie entfalten durch den Sport ihre Persönlichkeit und bewegen sich innerhalb eines Kreises, der dieselben Interessen teilt. Bodybuilding wird von den Interviewpartnerinnen daher als eigener Lebensstil betrachtet. Eine Sportart, die sie leben und eine Art Wegweiser und Lebensphilosophie (vgl. Kläber 2013: 23).

„Der Sport ist mein Leben.“ (IP Nr. 10)

„Ohne Sport könnte ich nicht leben.“ (IP Nr. 9)

Zwei der befragten Athletinnen empfinden den Sport nicht nur als Bestandteil ihres Lebens sondern auch als ihren Lebensinhalt. Es ist ihre große Passion, ihre Sucht, ohne die sie nicht mehr leben könnten:

„Die meisten Bodybuilderinnen haben diesen Trieb, aber es fängt mit einer Sucht an, dass du hingehst (Anm.: ins Fitnessstudio) und deine Muskeln wachsen und dein Körper verändert sich und du bist erfolgreich und du bist dann einfach drinnen und merkst nicht, ab wann es zu viel ist.“ (IP Nr. 5)

Der Verzicht auf ein Sozialleben, Freunde, bestimmte Lebensmittel, die disziplinierte Lebensweise sowie die permanente Veränderung des Körpers ist nur mit einer Liebe zum Sport zu bewältigen. Das gesamte Lebensumfeld richtet sich nach dem

Bodybuilding und soziale Kontakte außerhalb des Sports lassen sich aus Zeitmangel schwer halten (vgl. Kugelman 1995: 106). Sich mit jedem Tag aufs Neue körperlich durch den Sport herauszufordern und die Disziplin zu bewahren, sich an den personalisierten Trainings- und Diätplan zu halten ist nur mit einer Leidenschaft für das Bodybuilding umsetzbar. Die Belohnung ist der eigene Stolz, sein Ziel erreicht zu haben, den Körper nach seinen eigenen Wunschvorstellungen zu formen und zu verbessern. Als Bonus gilt es, eine gute Platzierung bei einem Wettkampf zu erreichen.

4.1 Beweggründe

Bodybuilding ist eine Leistungssportart, die in Österreich in einem kleinen Rahmen ausgeübt wird und in der Öffentlichkeit wenig Beachtung findet. Zudem ist nur eine geringe Anzahl an Frauen in der höchsten Bodybuildingklasse tätig, die sich tatsächlich als „Frauenbodybuilderinnen“ bezeichnen können. Aufgrund dieser Faktoren und des negativen Images des Frauenbodybuildings bestand meinerseits das Interesse, welche Beweggründe die Interviewpartnerinnen zum Bodybuilding getrieben haben.

Zwei der befragten Interviewpartnerinnen (IP Nr. 1 und IP Nr. 4) sind durch Eigeninitiative in die Sportart hineingeraten. Zufälligerweise teilen beide Athletinnen denselben Werdegang und waren früher stark übergewichtig. Durch eine Mitgliedschaft im Fitnessstudio betrieben sie zwar Sport und nahmen auch ab, fanden jedoch keinen Gefallen an Fitness und Bewegung.

Das von den Medien vermittelte Schönheits- und Weiblichkeitsideal eines schlanken und vermeintlich gesunden Körpers entsprach zu dieser kritischen Zeit dem Wunschkörper der betreffenden Athletinnen. Dicke Frauen stehen in unserem westlichen Werteschema und unserer Denkweise nämlich für eine ungesunde und faule Lebensweise. Durch die negative Konnotation dicker Personen fühlten sich die Interviewpartnerinnen zunehmend unwohl in ihrem Körper und unattraktiv. Ihr Wunsch nach einem schlanken Körper sowie die kritischen Kommentare ihrer Familienmitglieder über ihre mollige Figur führten sie jedoch bis zur Anorexie. Eine Bodyfitnessathletin (IP Nr. 4) schildert ihre Erfahrung und ihren anfänglichen Zugang zum Bodybuilding folgendermaßen:

„Das war eigentlich die Zeit wo ich mir gedacht habe: Ich will weg von dem Dünnen. Ich hab dann 43 kg gewogen und wollt nicht in die Magersucht – ich war schon fast an der Grenze. Ich wollte schon immer dünn sein und nichts essen und immer Size Zero haben.“ (IP Nr. 4)

Bei beiden kam jedoch schnell die Erkenntnis, dass keine Mahlzeiten zu sich zu nehmen und das Streben nach dem Schönheitstrend „Size Zero“⁹ nicht zu einem Wohlbefinden in ihrem Körper führen, sondern ihren Gesundheitszustand verschlechtern:

*„[I]ch hab gemerkt, dass nichts essen nicht die Lösung ist. Es war einfach so, dass ich immer ein Bild von mir im Kopf hatte wie ich ausschauen will.“
(IP Nr. 1)*

Auch Interviewpartnerin Nr. 4 hatte ein bestimmtes Bild von sich, wie sie aussehen möchte. Durch das Sammeln von Informationen über Ernährung und Bodybuilding stellte sie ihre Ernährung und Lebensweise um. Dadurch bemerkte sie rapide positive Veränderungen an ihrer Körperform. Das kontinuierliche Trainieren und die Ernährungsumstellung führten zu einem steigenden Interesse am Bodybuilding.

*„Du willst natürlich wenn du fettfrei bist, nicht ausschauen wie ein Strich in der Landschaft, sondern du willst noch Kurven haben. Und diese Kurven sind auch Muskulatur. Und wie mir das bewusst geworden ist, habe ich natürlich mein ganzes Dasein – sag ich jetzt mal – darauf angepasst.“
(IP Nr. 4)*

Ihre Vorstellung von einem idealen und schönen Frauenkörper richtete sich nach den von den Medien vermittelten weiblichen Schönheitsidealen: schlank und fettfrei. Die Kritik aus ihrem privaten Umfeld führte zu einem zusätzlichen gesellschaftlichen Druck, dem Ideal zu entsprechen. Erst die intensive Auseinandersetzung mit ihrem Körper führte zu einem Interesse am Bodybuilding und gleichzeitig zu einer differenzierten Körperwahrnehmung.

⁹ Size Zero entspricht der Kleidergröße 32. Diese Größe ist für Zwölfjährige gedacht. Modedesigner entwerfen ihre Kollektion in dieser Größe und auch berühmte Persönlichkeiten versuchen diese Modelmaße zu erreichen (vgl. URL 15).

Bei der Majorität der Befragten erfolgte die erste Berührung mit Bodybuilding jedoch durch eine Person, die den Leistungssport selbst ausübt oder im Fitnessbereich tätig ist. Diese Person war oftmals ihr ehemaliger Lebenspartner. Vor der Teilnahme am Bodybuilding betonte eine Interviewpartnerin, dass sie Sport als eine quälende Tätigkeit empfand und ihr keinen Spaß gemacht habe:

„Ich habe nie in meinem Leben Sport gemacht. Sport war für mich immer ein Horror, Katastrophe. Das ist etwas, was ich in meinem Leben überhaupt nicht haben wollte.“ (IP Nr. 4)

Ebenso fand sie trainierte Männer und auch Frauen „ganz grauslich“ und haben sie ästhetisch nicht angesprochen (vgl. IP Nr. 4). Diese Ansicht teilten auch weitere befragte Athletinnen, bevor sie sich mit Bodybuilding auseinandersetzten. Es ist der Einfluss der Medien, der sich unterbewusst auf die Ansichten und Vorstellungen eines Idealkörpers auswirkt. Andere Körperformen werden uns vorenthalten und mit negativen Eigenschaften behaftet. So war auch bei den Interviewpartnerinnen die Vorstellung eines stark muskulösen Körpers an einer Frau als maskulin vorherrschend.

Aufgrund ihrer kritischen Ansicht und der negativ behafteten Vorurteile von Bodybuilderinnen begann die Teilnahme am Bodybuilding für die meisten der Befragten mit einer gewissen Skepsis. Die meistgenannte Aussage in den Interviews war, dass sie trotz des Sports weiterhin wie eine Frau aussehen und wahrgenommen werden möchten (vgl. IP Nr. 1-9). Es bestand die Befürchtung eines extrem muskulösen Frauenkörpers, der sich von Männerkörpern nicht mehr unterscheiden lässt:

„Ich wollte auch nicht so viel trainieren, weil ich mir dachte: Ich will nicht so die extremen Muskeln haben.“ (IP Nr. 7)

„War für mich immer wichtig meine Weiblichkeit zu erhalten.“ (IP Nr. 10)

Wie in Kapitel 2.2.2 beschrieben herrscht eine von der Gesellschaft vorgeschriebene Vorstellung von Weiblichkeit, die sich mit dem Sport nicht vereinen lässt. Aufgrund der Befürchtung, dass Frauen im Sport durch ihre Teilnahme männliche Attribute und Eigenschaften zugeschrieben werden und sie als unweiblich betrachtet werden,

hatten die Interviewpartnerinnen anfängliche Zweifel, am Bodybuilding teilzunehmen. Ausschlaggebend für ihre Teilnahme am Bodybuilding und auch an Wettkämpfen war bei vier der Interviewpartnerinnen die Bewunderung für Bikinifitnessmodels, die die unterste Kategorie im Bodybuilding darstellen. Die hohe Teilnahme von Frauen in der Bikinifitnessklasse, wird als Begründung dafür gesehen, dass auch die Mehrheit der Interviewpartnerinnen in derselben tätig ist. In den Interviews konnte festgestellt werden, dass sie nicht vorhaben, in die nächste höhere Disziplin aufzusteigen. Optisch betrachtet empfinden sie nämlich Bikinifitnessathletinnen am weiblichsten und ästhetischsten. Nachdem erste Erfahrungen mit dem Bodybuilding gesammelt wurden, stellte die Bikinifitnessklasse ihr Schönheitsideal dar, das sie durch den Sport anzustreben versuchen.

4.2 Bodybuilding als Subgruppe

Menschen identifizieren sich mit und unterscheiden sich durch ihre körperlichen Verhaltensmuster, welche von der Kultur geprägt sind (vgl. Wolputte 2004: 253). Die Bodybuildinggemeinschaft wird in meiner Forschungsarbeit deshalb als Subgruppe bezeichnet, da Bodybuilding von einer Minderheit ausgeübt wird, die gleiche sportbezogene Wertvorstellungen und Interessen teilen. Sie legen verstärkt Wert auf ihre Körperform und Gesundheit. Die Beschreibung des Bodybuildings als eine Subgruppe wird durch die Aussage des befragten Wertungsrichters bestätigt, indem er die Bodybuilding Gemeinschaft als eine „Szene, die unter sich bleibt“ beschreibt (IP Nr. 11). Bodybuilding ist eine kleine soziale Szene, eine in sich geschlossene Gruppe zielstrebigere, disziplinierter SportlerInnen, die sich jedoch in der Gesellschaft nicht adaptieren konnten und im Vergleich zu der kommerzialisierten Fitnessszene wenig Akzeptanz gefunden haben (vgl. Kläber 2013: 120). Die Interviewpartnerinnen betrachten sich selbst als eine Gruppe von Personen, die sich von der Masse abhebt.

Zusätzlich zum Bodybuilding studieren oder arbeiten alle befragten Athletinnen, wodurch wenig Zeit für Freizeitaktivitäten zur Verfügung steht. Sozialaktivitäten wie z.B. Geselligkeitessen lassen sich aufgrund ihres festen Diätplans und geregelten Tagesablaufs schwer mit ihrem Sport vereinen. Einige Interviewpartnerinnen berichteten mir, in Bezug auf ihre Teilnahme am Bodybuilding, von einem großen

Unverständnis innerhalb ihres Freundes- und Bekanntenkreises. Zudem meinten sie, dass sie in der Bodybuildingszene neue Freunde dazugewonnen haben. Freundschaften, die kein Verständnis für ihre Sportart mitbringen, sind verloren gegangen.

„Mein Freundeskreis hat sich sehr stark verändert, seitdem ich trainiere. Durch das Trainieren habe ich andere Interessen gehabt und wollte nicht jedes Wochenende feiern und das haben sie nicht alle akzeptiert und so hat sich das auseinander entwickelt.“ (IP Nr. 7)

Bei zwei der interviewten Bodybuilderinnen kam es auch in ihrem Familienkreis zu Kontaktabbrüchen und Streitigkeiten aufgrund ihrer Lebensweise und ihrer muskulösen Körperform. Eine der befragten Athletinnen stellte sich sogar die Frage, ob sie mutig genug sei, einen Lebensstil zu wählen, der sich stark von dem ihrer Familie und ihren Freunden unterscheidet. Wie eine Athletin beschreibt, ist Bodybuilding nämlich ein egozentrischer Sport, bei dem eine „Portion Egoismus“ notwendig ist, um ihn auszuüben:

„Ja, also man hat einfach gemerkt die Leute stören sich daran, dass du etwas für dich selbst tust (...). Im Bodybuilding ist es so – ich komme zuerst. Ich schaue, dass es mir zuerst gut geht und dann die anderen.“ (IP Nr. 2)

Laut dieser Athletin ist die Entstehung einer eigenen Gruppierung aus BodybuilderInnen nicht überraschend, da die AthletInnen von außen auf viel Intoleranz stoßen. Die Konsequenz daraus ist, dass sich die AthletInnen in der Gruppe aufhalten, wo die Akzeptanz ihres Lebensstils und ihrer Leidenschaft vorhanden ist:

„[K]lar, dass man sich in dieser Gruppe aufhält, weil die Akzeptanz da ist, für die Ernährung und Sport. Man erkennt die Sorgen des anderen, weil jeder diese Wettkampfdiät durchgemacht hat und auf der Bühne schon mal gestanden ist.“ (IP Nr. 2)

Während sich einige Athletinnen aufgrund ihrer Teilnahme am Bodybuilding einen neuen Freundeskreis aufbauen mussten, fanden die meisten der Interviewpartnerinnen jedoch Unterstützung von Freunden und Familie. Zwar sind diese der Meinung, dass die Bodybuildinggemeinschaft sehr aufbauend sei und einen motiviere, dennoch gibt es auch einen starken Konkurrenzkampf zu spüren. Zwei Bodyfitnessathletinnen sagten hierzu aus, dass sie den sozialen Kontakt zu den anderen Athletinnen vermeiden und sich von diesem Umkreis distanzieren. Für sie ist Bodybuilding ein Einzelsport und man sei ein Einzelkämpfer:

„Jeder sagt, der Sport verbindet - jeder hat das gemeinsame Ziel. Aber es steht jeder alleine auf der Bühne und will den ersten Platz machen.“ (IP Nr. 4)

Durch den für sie stark zu spürenden Konkurrenzkampf und die Lästereien der anderen Athletinnen besucht sie keine Fitnessstudios, in denen andere Bodybuilderinnen trainieren und vermeidet einen intensiven Kontakt zu ihnen (vgl. IP Nr. 6). Im Bodybuilding herrscht einerseits eine Gemeinschaftskultur, in der sich die AthletInnen unterstützen, andererseits werden die Strukturen des Sports auch von einem Konkurrenzgedanken beherrscht (vgl. Kugelman 1995: 107). Konkurrenz zwingt dazu, besser sein zu wollen als die anderen Mitstreiterinnen. Folglich gilt Bodybuilding als Einzelsport, in dem Rücksichtnahme und Empathie eher kontraproduktiv wirken.

Den Beschreibungen und Aussagen zufolge ist die Entwicklung einer Bodybuilding Gemeinschaft Folge der intoleranten und verständnislosen Haltung der Mehrheitsgesellschaft gegenüber dem Bodybuilding. Ihre Verhaltensmuster, sportlichen Werte und Lebensweise ist interkulturell bedingt und innerhalb der Bodybuildingszene bei allen Mitgliedern gleich. Es entsteht der Eindruck, dass sich BodybuilderInnen durch den Sport isoliert fühlen und eine eigene, kleine Gemeinschaft entwickelt haben. Sie schotten sich, wenn auch ungewollt, von Personen ab, die kein Bodybuilding betreiben und ziehen sich in die Gesellschaft zurück, die die gleiche Lebensweise und dieselben Ziele teilt bzw. verfolgt. Innerhalb der Bodybuildinggemeinschaft finden die befragten Athletinnen Unterstützung und Verständnis.

4.2.1 Normal vs. Abnormal

Ein weiteres Kriterium weshalb die Bodybuildinggesellschaft als eine Subgruppe zu charakterisieren ist, ist die Dichotomie zwischen „normal“ und „nicht-normal“, die in meinen Interviews stark herauskam. Was ist schon normal, sollte man sich hierbei denken. Der Begriff des „Normalen“ ist mit dem „konventionellen Rollenverhalten“ (Kugelman 1995: 35) verbunden und Abweichungen dessen erscheinen als unnormal. Sowohl die körperliche Erscheinung der befragten Athletinnen als auch ihre Art zu leben, stößt auf großes Unverständnis von Personen, die den Sport nicht betreiben.

Während die Interviewpartnerinnen von ihren Erlebnissen berichten, wird immer wieder von den sogenannten „normalen“ Leuten gesprochen. Sie selbst bezeichneten sich als die „abnormalen“, als Personen, die sich von den „normalen“ Leuten differenzieren. Grund dafür ist, dass Bodybuilding sich von der Masse abhebt und einen bestimmten Lebensstil prägt, der sich schwer mit der Lebensweise von Personen, die kein Bodybuilding betreiben, vereinbaren und vergleichen lässt. Durch das Bodybuilding entsteht eine neue Denk- und Verhaltensweise, die hauptsächlich auf den Sport ausgerichtet ist. Eine Bikini Fitnessathletin schildert, dass sich ihre Lebensweise durch den Sport so drastisch verändert habe, dass sie mit sogenannten „normalen“ Personen, also Personen, die den Sport nicht betreiben, keinen Kontakt mehr aufbauen kann: „Ich kann mit normalen Leuten nicht mehr viel anfangen, weil mein Tag voll geplant ist.“ (IP Nr. 1). Auch eine weitere Athletin beschreibt, dass all ihre Freunde aus dem Bodybuildingbereich kommen und alte Freundschaften durch ihre Teilnahme am Sport auseinandergegangen sind (vgl. IP Nr. 9).

Aus diesem Grund pflegen sie den Kontakt zu anderen BodybuilderInnen, die dieselben Interessen teilen und mit ihrer Verhaltensweise auf Verständnis stößt. Einige Athletinnen fühlen sich in der Bodybuildinggemeinde so stark gefestigt, dass sie dem Verlust von alten Freundschaften, vor ihrer Bodybuildingkarriere, nicht nachtrauern. Auch in Bezug auf ihre körperliche Erscheinung beschreiben sich die Interviewpartnerinnen als eine „Sonderform“, die nicht der Norm entspricht und aufgrund dessen eine ausstehende Gruppe darstellt:

„Natürlich sind wir eine ausstehende Gruppe, ja. Wir gehören nicht zu den normalen Frauen, aber es gibt dünne, es gibt dicke, es gibt muskulöse, es gibt normale.“ (IP Nr. 1)

Es entsteht also eine Kategorisierung verschiedener Körperformen. Normal sind diejenigen, die in den Werbungen und Printmedien präsentiert werden und als Norm und Ideal positioniert werden. Bodybuilderinnen werden in den Medien oder Reportagen oftmals als Extrembilder dargestellt, die mit ihrer äußerlichen Erscheinung die Grenze der akzeptablen Weiblichkeitsvorstellungen überschreitet. Obwohl die Bikini Fitnessklasse die unterste und noch weiblichste Bodybuilding Kategorie ist, entspricht auch diese nicht dem Schönheitsideal, wie eine Bikini Fitnessathletin der IFBB dazu aussagt:

„Die Bikiniklasse entspricht sicherlich NICHT diesem Ideal, was die Medien vermitteln. Weil Bikiniklasse ist dann auch schon ‚too much‘.“ (IP Nr. 2)

In Bezug auf ihr Äußeres empfinden zwei der befragten Athletinnen (IP Nr. 2 und IP Nr. 8) sich in ihrer Wettkampfform als „nicht-normal“. So behauptet eine Bikini Fitnessathletin der IFBB im Interview, dass sie am Tag des Wettkampfes so durchtrainiert und „hart¹⁰“ ist, dass ihr Körper nicht der Norm entspricht und von ihrer ganzjährigen Körperform abweicht: „Danach (Anm.: nach dem Wettkampf) schaust du dann wieder normal aus bis zur nächsten Diät und zum nächsten Wettkampf.“ (IP Nr. 2)

„Normal ist nicht das, was alltäglich ist, sondern das, was die Inhaber sozialer Macht als solches definieren.“ (Kugelman 1995: 35) In diesem Sinn sind die Medien immens dafür verantwortlich, welches Weiblichkeitsbild in unserer Alltagswelt herrscht und somit als normal betrachtet wird. Frauen, die dem aktuellen Weiblichkeitsbild nicht entsprechen, werden nicht als Schönheitsideal präsentiert und gelten nicht als Vorzeigebild. Dazu gehören nicht nur „dicke“, sondern auch

¹⁰ Hart ist, wenn der Körper nur einen geringen Prozentanteil von Körperfett hat und die Muskulatur stärker sichtbar ist (vgl. IP Nr. 1)

muskulöse Frauen. Durch ihre Identifikation und Beschreibung als „abnormal“ ist erkennbar, dass sich die befragten Athletinnen ihrer Andersartigkeit bewusst sind und ihr muskulöser, sportlicher Körper sich mit dem dominierenden Weiblichkeitsideal nicht bzw. schwer vereinbaren lässt. Für die befragten Athletinnen symbolisiert ihr Körper Disziplin und Eigenwille. In ihrer Kultur und Gesellschaft ist der Körper Ausdrucksmittel für Stärke und Kraft, sowohl körperlich als auch mental. Außerhalb ihrer Szene wird ihr Körper jedoch mit negativen Bedeutungen zugeschrieben und stößt auf allgemeine Ablehnung. Ihre ausgeprägte, muskulöse Körperform wird mit Bedeutungen zugeschrieben, die sie als eine andersartige und außenstehende Gruppe erscheinen lässt und kulturelle Differenzen hervorruft.

4.3 Gesellschaftliche Sichtweise

Eine bewusste Ernährung und regelmäßiger Sport werden in der westlichen Kultur als erstrebenswert und als ein gesunder Lebensstil betrachtet. Die übertriebene Ausführung und strikte Einhaltung dessen führt jedoch zu einem extremen Verhalten. Ihre strenge Diäteeinhaltung, regelmäßige Trainingseinheiten und disziplinierte Lebensweise werden als extrem und somit als nicht normal erachtet (vgl. Chananie-Hill/McGrath/Stoll 2012: 815). In seiner Ausführung und Repräsentation zählt Bodybuilding daher auch als Extremsport. Außenstehende unterstellen passionierten KraftsportlerInnen einen Mangel an Weiblichkeit/Männlichkeit, homosexuelle Tendenzen, Narzissmus, mangelndes Selbstvertrauen uvm. (vgl. Bednarek 1984: 54f in Kläber 2013: 72). Es herrscht ein großes Unwissen über Bodybuilding welches zu Vorurteilen und Missverständnissen führt.

„Wenig Verständnis – fast gar keines außerhalb unserer Bodybuildinggemeinde.“ (IP Nr. 1)

Mit meinem Fragebogen erforschte ich genau diese Annahme und konnte so herausfinden, ob und welche Vorurteile gegenüber Bodybuilderinnen existieren. Beim Fragebogen ging es hauptsächlich um die Meinung und Vorstellungen der befragten TeilnehmerInnen zu weiblichen Bodybuilderinnen und deren Körperform. Den befragten Personen wurden die unterschiedlichen Klassen im Frauenbodybuilding durch jeweils eine Bodybuilderin der Bikini Fitnessklasse, Bodyfitnessklasse und Bodybuildingklasse der IFBB veranschaulicht. Ziel der

Umfrage war ebenfalls herauszufinden, ob Bodybuilderinnen für die befragten TeilnehmerInnen die Vorstellung von Weiblichkeit überschreiten sowie ihre Definition von Weiblichkeit. Zielgruppe waren Personen, die keinen Zugang zu der Bodybuildingszene haben und auch selbst diese Sportart nicht betreiben.

Die Auswertung meiner Fragebögen zeigt, dass Personen, die kein Bodybuilding betreiben, den Standpunkt vertreten, Bodybuilding sei für eine Frau nicht geeignet. Einige Eigenschaften, die zur Beschreibung weiblicher Bodybuilder herangezogen wurden sind wie folgt: „massiv aufgepumpt, große und viele Muskeln, sehr durchtrainierte Frauen, sehen aus wie Männer etc.“ Ein harter und definierter Körper zählen nicht zu den Attributen von Weiblichkeit, sondern sind ihrer Ansicht nach männliche Merkmale. Vielmehr soll eine Frau, nach den Vorstellungen der befragten Personen, weiche Kurven, schönes langes Haar und eine zierliche, grazile Figur haben. Weiblichkeit ist gleichbedeutend mit Schönheit (vgl. Kapitel 2.2.2.). Das derzeitige Schönheitsideal ist ein fitter und straffer Körper mit Beibehaltung weiblicher Rundungen und stereotypischer weiblicher Merkmale wie zierlich und weich.

Die Bodybuildingklasse, die noch ein akzeptables Weiblichkeitsbild und Schönheitsideal darstellt und der Vorstellung von Femininität entspricht, ist die Bikini Fitnessklasse. Der Körper bleibt nämlich innerhalb der Fitnessszene noch „schön im Rahmen“ (vgl. Wedemeyer 1996: 12). Im Rahmen der gesellschaftlich akzeptablen Weiblichkeitsvorstellungen. Die Mehrheit der befragten TeilnehmerInnen beschreibt die von mir gezeigte Bikini Fitnessathletin als fit und sportlich. Zudem wurden weitere äußerliche Merkmale wie z.B. ihre langen Haare, ihr Gesicht und leicht durchtrainierter Bauch, erwähnt, die dazu führen, dass diese Athletin den Weiblichkeitsvorstellungen noch entsprechen. Trotz ihrer sportlichen Körperform sei die Bikini Fitnessathletin noch als eine Frau erkennbar und habe eine feminine Erscheinung.

„The body is a marker of identification“ (Aas 2006 in Schilling/Bunsell 2009: 150). Der Körper ist das erste Identifikationsmerkmal einer Person und das Medium seiner Geschlechteridentität. Weiblichkeit wird stark an körperlichen Eigenschaften und Merkmalen festgemacht. Athletinnen, die Schwierigkeiten haben, die Anforderungen

der Weiblichkeit zu erfüllen und sich den Weiblichkeitsvorstellungen widersetzen, wird ein Mangel an Weiblichkeit vorgeworfen – dies ist gleichbedeutend mit dem Vorwurf, wie ein Mann oder geschlechtslos zu sein (vgl. Brownmiller 1984: 241).

Die Körperform der dargestellten Bodyfitnessathletin und Bodybuilderin überschreitet für die befragten Personen die Grenze der Muskulösität für Frauen und entspricht somit nicht mehr dem Schönheits- und Weiblichkeitsideal. Die im Fragebogen gezeigte Bodybuilderin wurde in Bezug auf Weiblichkeit und Schönheit von allen befragten Personen ausschließlich negativ und sogar als eine „Beleidigung der echten Frauen“ beschrieben. Das einzige äußerliche Merkmal, das an der Athletin als weiblich bezeichnet wurde sind ihre langen Haare. Ohne dieses typisch weibliche Merkmal, nämlich lange offene Haare, wäre die gezeigte Bodybuilderin mit einem Mann vergleichbar und hätte keine körperlichen Anhaltspunkte, die sie als Frau identifizieren lässt.

Die Auswertung der Fragebögen bestätigt, dass durch die Teilnahme der Frauen an einer männerdominierten Sportart und das Erstreben von Körpermerkmalen, die Männlichkeit evozieren, der Körper einer Bodybuilderin nicht als weiblicher Körper akzeptiert wird. Zudem konnte erkannt werden, dass Körper- und Schönheitsmodifikationen eine entscheidende Rolle dafür spielen, ob und wie eine Bodybuilderin als Frau wahrgenommen wird. Bodybuilderinnen stellen mit ihrer Körperform eine Abweichung der stereotypischen Klischees von Weiblichkeit dar, die fest in unserer Kultur verankert ist. Dadurch unterliegen sie einer verstärkten Zuschreibung von stereotypischen Verhaltensweisen und einer stärkeren Erwartungshaltung sich ihrer Geschlechteridentität entsprechend zu verhalten. Dies führt zu einem großen Desinteresse und Ablehnung der Gesellschaft gegenüber den Athletinnen. Eine distanzierte Haltung der Gesellschaft zum Frauenbodybuilding konnte auch bei den von mir besuchten Wettkämpfen beobachtet werden, indem die ZuschauerInnenzahl sich verringerte, je höher die Kategorie der Frauen wurde. Die Gesellschaft steht dem Leistungssport somit sehr kritisch und negativ gegenüber, was bei vielen der befragten Bodybuilderinnen zu einer Unsicherheit bezüglich ihres Weiblichkeitsempfindens und ihrer Wahrnehmung als Frau führte.

Die Ablehnung der Gesellschaft auf Bodybuilder begründet Kugelmann folgendermaßen:

„Eine Frau, die sich dem (Anm.: Struktur der Zweigeschlechtlichkeit) entziehen will, gefährdet potentiell die institutionalisierte Geschlechterordnung, genauer das geschlechtsspezifische Machtgefälle und muss deshalb mit Sanktionen wie Zurückweisung, Ausgrenzung, Lächerlichgemachtwerden, rechnen.“ (Kugelmann 1995: 109)

Die Ablehnung der Gesellschaft führt bei den Athletinnen zu einer differenzierten Selbstwahrnehmung, da sie sich trotz muskulöser Körperform als weiblich betrachten, ihre Femininität jedoch angezweifelt wird.

„Also die Gesellschaft sieht es nicht gern, wenn eine Frau sich eher in Richtung maskulin entwickelt – also das kriegen wir schon sehr stark zu spüren.“ (IP Nr. 1)

Auf optische Störungen wird dann zumeist mit Abwehr und Ablehnung reagiert. Das „Andersartige, das Fremde, wird abgelehnt oder nicht wahrgenommen, Kugelmann spricht hierbei von einer „Nihilierung“ (Kugelmann 1995: 53). Dabei wird versucht die Personen so zu verändern, bis es in unser Weltbild passt. Dieser Vorgang wird von Kugelmann als „Therapie“ bezeichnet (vgl. ibid.). Im Bodybuilding ist eine sehr starke Nihilierung ersichtlich, indem die Bodybuilding Verbände versuchen den Sport für die Gesellschaft zugänglicher zu machen. Auch bei den Interviewpartnerinnen veranlasste die Nihilierung der Gesellschaft zu ihrem muskulösen Körper zu einer Anpassung und Veränderung ihrer äußerlichen Merkmale. Die Nihilierung führte also bei meinen Interviewpartnerinnen zu einer Therapie, die in Kapitel 5.1 thematisiert wird.

Die Auswertung der Fragebögen sowie meine Wettkampfbeobachtungen verdeutlicht die immer noch in unserer Kultur herrschende Denkweise, dass Frauen, die in einem Männersport tätig sind, sich ihrer Geschlechteridentität entsprechend verhalten sollen. Frauen, die aus dem Rahmen ihrer Geschlechterzuordnung fallen, werden als „andersartig“ und somit als Widerstand gegen die normative Weiblichkeitsvorstellung wahrgenommen. Dieses Bild der Bedrohung ist unter anderem der hysterischen

medialen Berichterstattung zu verdanken, welche Frauen als „Scary Monster“ oder „im Krieg“ mit der Gesellschaft und ihrem eigenen Körper darstellt (vgl. Schilling/Bunsell 2009: 142). Die Akzeptanz und kulturelle Toleranz der Gesellschaft ist unter anderem aufgrund der Darstellung von Bodybuilderinnen in den Medien zurückzuführen.

Das vorliegende Kapitel thematisiert die Behauptung, dass Frauenbodybuilding eine Gefährdung der weiblichen Geschlechteridentität darstelle und die Athletinnen mit ihrer Teilnahme bewusst gegen die Geschlechterzuschreibungen agieren. Um den Standpunkt der Athletinnen herauszufinden, stellte ich zur Diskussion, ob ihre Teilnahme die gesellschaftlichen Normen und Stereotypen von Weiblichkeit und die Bedeutung von „Frau-sein“ herausfordere bzw. zu durchbrechen versuche.

4.3.1 Bodybuilderinnen als Rebellion

Die sozialen Konstruktionen von Weiblichkeit und Männlichkeit, sowie die strukturellen und symbolischen Geschlechterregelungen in einer bestimmten Gesellschaft führen zur Kennzeichnung sportlicher Aktivitäten als entweder männlich oder weiblich (vgl. Pfister 2010: 236). Bodybuilding wird als Männersport betrachtet und ist auch ein männerdominierender Leistungssport. Männliche Bodybuilder haben einen extrem starken muskulösen Körper, der über die Grenzen des dominanten Männlichkeitsbildes hinausgeht. Dennoch ist ihre äußerliche Erscheinung innerhalb der Vorstellung von Männlichkeit und ihrer Geschlechterrolle. Bei weiblichen Bodybuilderinnen kommt jedoch die Genderkomponente hinzu, indem ihnen ein Verlust ihrer Weiblichkeit unterstellt wird, welches bei Männerbodybuildern nicht behauptet wird (vgl. Chananie-Hill/McGrath/Stoll 2012: 816). Es wird angenommen, dass Frauen, die Bodybuilding betreiben, durch den Sport männliche Verhaltensweisen annehmen und optisch zu einem Männerkörper mutieren.

In Leslie Heywoods Buch „Building Otherwise: Bodybuilding as Immersive Practice“ untersucht die Autorin weibliche Bodybuilder und beschreibt diese als eine Art von Feminismus, welche die Fähigkeit haben, den Sport als Widerstand gegen kulturelle Zuschreibung von Frauen als „schwach“ zu nutzen und den Opferstatus der Frau zu überwinden (Heywood 1998). Ebenfalls meint sie, dass Bodybuilding die Entscheidung derer widerspiegelt, die den Sport nutzen, um sich eine Identität zu schaffen und diese neu zu gestalten (vgl. Heywood 1998 in Wesely 2011: 178).

Für einige der befragten Athletinnen ist Bodybuilding eine Erweiterung ihrer bisherigen sportlichen Vergangenheit während für andere das Interesse daran durch ein bestimmtes Ereignis oder eine bestimmte Person ausgelöst wurde. Aus persönlicher Sicht betrachtet empfindet z.B. Interviewpartnerin Nr. 2 daher nicht, dass sie durch ihre Leidenschaft für Bodybuilding die gesellschaftlichen Normen von Weiblichkeit und die Weiblichkeitsvorstellungen herausfordere. Sie teilt die Mehrheitsansicht der befragten Athletinnen, indem sie meint, dass die Intention des Betreibens von Bodybuilding aus persönlichen Vorlieben erfolgt. Manche von ihnen treiben den Sport bis an die Spitze, um Anerkennung zu bekommen und ihre körperlichen Veränderungen mitzuerleben.

„Ich glaube nicht, dass ich, selbst wenn ich viele Muskeln aufbauen und nachhelfen würde, mir denke, ich müsste jetzt Widerstand gegenüber der Gesellschaft leisten, bzw. den Medien, die ein bestimmtes Schönheitsideal vermitteln. Weil es ist halt einfach mein persönlicher Geschmack, mir gefällt das, also mach ich das auch. Es ist ein Weg sich selbst zu realisieren – einfach das aus sich zu machen was man sich vorstellt.“ (IP Nr. 2)

Eine weitere Athletin der Bodyfitnessklasse meint hierzu:

„Ich provoziere niemanden. Ich mache das aus Leidenschaft und kenne meine Grenzen – alles, was natürlich machbar ist.“ (IP Nr. 6)

Ihrer Ansicht nach befindet sich ihre Klasse, die Bodyfitnessklasse, noch im Rahmen der Vorstellung von Weiblichkeit und stelle daher keine Rebellion oder Gefährdung des Weiblichkeitsbilds dar. Auch wenn sie nicht versuchen die dominanten weiblichen Vorstellungen mit ihrem Körper herauszufordern, zeigt die Umfrage sehr deutlich, dass die Figur der befragten Athletinnen in Richtung einer männlichen Körperform geht. Es kann also interpretiert werden, dass sie von fremden Personen als Widerstand und Bedrohung der weiblichen Geschlechteridentität gesehen werden.

So musste sich eine der interviewten Bodyfitnessathletinnen von Freunden Kommentare anhören, dass sie durch den Sport „aufgehen und männlich“ werden würde (vgl. IP Nr. 8). Auch die Athletinnen der Bikini Fitnessklasse erhielten mit Kommentaren wie: „Das ist zu maskulin und zu viel Muskulatur usw.“ (IP Nr. 1) negative Kritik zu ihrem äußerlichen Erscheinungsbild. Hier ist die Ablehnung der Gesellschaft sogar gegenüber einer Bodybuildingklasse zu spüren, die sich an die heutigen Fitnessvorstellungen anlehnt und im Vergleich zu den höheren Klassen noch innerhalb der akzeptablen Weiblichkeitsvorstellungen betrachtet wird.

Die Tatsache, dass das Erscheinungsbild, ihre Handlungen sowie die Vorstellung weiblicher Bodybuilder die institutionellen als auch die geschlechtsspezifischen Normen zu bedrohen scheinen, macht sie zu einer abweichenden Gruppe (vgl. Downes and Rock 2007 in Schilling/Bunsell 2009: 142). Drei der Teilnehmerinnen vertreten diesen Standpunkt und meinen, dass sie eine „Sonderform“ und einer außenstehenden Gruppe zugehörig sind. Aus diesem Grund besteht, wenn auch nicht gewollt und sich dessen bewusst, eine Herausforderung der dominierenden Weiblichkeitsvorstellungen.

„Ja, ja natürlich. Wir sind schon eine Sonderform, würde ich sagen. Es ist nichts was man leichtfertig entscheidet und wo auch viele sagen würden, man ist nicht mehr Frau, aber das ist Ansichtssache.“ (IP Nr. 1)

Bodybuilding als Sonderform zu bezeichnen verdeutlicht, dass der Leistungssport noch keine Akzeptanz in unserer Gesellschaft eingenommen hat. Die befragten Athletinnen sind sich der Tatsache bewusst, dass ihr Auftreten als Bodybuilderin zu Kritik und negativen Reaktionen führt. Sport ist einerseits ein Feld, in dem die Geschlechterrollen stark ersichtlich sind, andererseits auch ein Feld in dem Frauen durch die Erfahrungen im Sport den dominierenden Erwartungen und Vorstellungen von Weiblichkeit entkommen können. Für Bodybuilderinnen hingegen ist der Sport kein Entkommen ihrer Weiblichkeit, sondern eine permanente Auseinandersetzung und Bewusstmachung ihrer Weiblichkeit und daher einem Weiblichkeitszwang (siehe Kapitel 2.3.2) ausgesetzt. Sie müssen sich den dominierenden Weiblichkeitsvorstellungen und der patriarchalen Struktur des Bodybuildings unterordnen.

Bodybuilderinnen werden nicht selten aufgrund ihrer äußeren Erscheinung und der muskulösen Körperform als unattraktiv gesehen und wegen ihrer angeblichen „Unweiblichkeit“ bloßgestellt (vgl. Kugelman 1995: 109). Für eine befragte Athletin stellt ihre Performance auf der Bühne eine Genugtuung dar, indem sie den kritischen ZuschauerInnen beweisen möchte, dass sie trotz einer hart definierten und sichtbar muskulösen Körperform weiblich und weiterhin als eine Frau erkennbar ist.

„Es ist schon so, wenn du auf die Bühne gehst dir denkst: Ja schau her, ich kann weiblich ausschauen, aber genauso Muskeln haben; (...) Bei mir ist es sicher auch unbewusst so, ich kann muskulös sein, bin aber immer noch Mädchen und genauso weiblich wie vorher und es hat sich nichts geändert.“ (IP Nr. 8)

Auch eine weitere Bodybuilderin beschreibt im Allgemeinen, dass manche Frauen die Teilnahme am Bodybuilding dafür nutzen um zu beweisen, dass sie dieselbe sportliche Leistung erzielen können wie Männer.

„Es ist sicher ein Trieb bei den Frauen, dass sie Bodybuilding machen um zu zeigen und zu beweisen, dass sie es ebenfalls wie ein Mann kann.“ (IP Nr. 5)

Dies war zum Beispiel für eine Bikini Fitnessathletin der IFBB einer der Hauptgründe mit dem Bodybuilding zu beginnen: „Ein Freund sagte mir, dass ich dies sowieso nie schaffen würde und das wollte ich beweisen.“ (IP Nr. 9) Frauen im Bodybuilding werden weiterhin belächelt, da der Sport eine Männerdomäne ist und das weibliche Geschlecht immer noch mit Schwäche und Passivität konnotiert wird. Erkennbar ist ebenso, dass das Männliche als das Maß aller Dinge dargestellt wird. Folglich wird verdeutlicht, dass Bodybuilding eine Sportart ist, in der Frauen stets in ihrer Leistung den Männern untergeordnet und gebremst werden.

Laut einer Bikini Fitnessathletin der IFBB gehören negative Reaktionen von außenstehenden Personen zum Bodybuilding dazu. Diese abfälligen Kommentare von Fremden führen jedoch dazu, dass ihr biologisches Geschlecht ständig unter

Beweis gestellt werden muss. Außerdem kommt es zu einer zwanghaften und bewussteren Auseinandersetzung mit ihrer Identität und Erscheinung als Frau. Im Sport lässt sich der Identitätskonflikt von Frauen in der Gesellschaft besonders deutlich zeigen. Die Entscheidung, den Sport zu betreiben, wurde bei der Majorität der Befragten mit anfänglichen Zweifeln getroffen. Dies zeigt, dass auch die Athletinnen selbst Bodybuilding als eine Gefährdung ihrer Geschlechteridentität gesehen haben. Die Kritik der Gesellschaft führt zur Annahme, dass Bodybuilding und Weiblichkeit nicht miteinander vereinbar sind. Bodybuilding ist für die befragten Athletinnen keine Rebellion der Geschlechterzuordnung, jedoch eine konstante Verteidigung und unter Beweisstellung ihrer Femininität.

4.3.2 Fremd- und Selbstwahrnehmung

Durch die stetige Selbstdarstellung in sozialen Netzwerken arbeiten die befragten Athletinnen stets aktiv an ihrem eigenen Selbstbild mit (vgl. Mummendey 2006: 171). Die Person verhält sich so, wie sie glaubt, dass andere Personen es von ihr erwarten. Somit wird das Selbstbild durch das vermutete Fremdbild (das Bild das andere Personen von einem haben) mitbestimmt (vgl. *ibid.*). Bei Bodybuilderinnen ist jedoch der Unterschied, dass sie mit ihrer Selbstdarstellung den Erwartungen und dem Schönheitsideal innerhalb der Bodybuildingszene entsprechen möchten. Gleichzeitig aber versuchen sie, sich so zu präsentieren, dass „andere“ Personen, also Personen, die kein Bodybuilding betreiben, sie weiterhin als weiblich sowie als Frau betrachten. Somit werden weibliche Bodybuilder von mehreren äußeren Faktoren beeinflusst, die ihr Verhalten als Frau und Athletin, sowie ihr äußeres Erscheinungsbild mitbestimmen.

„Der Begriff des Selbstkonzepts beschreibt alle selbstbezogenen Einschätzungen.“ (Mummendey 2006: 25) Das Selbst ist eine Einschätzung im Sinne einer Beurteilung, die eine Person von sich selbst hat (vgl. *ibid.*). Durch das intensive Krafttraining bekommen Frauen, die Bodybuilding ausüben, starke Muskelansätze. Ihr Körperfett ist an Wettkampftagen so gering wie möglich, sodass alle Muskeln definiert und stark sichtbar sind. Ein definierter muskulöser Frauenkörper wird ungern gesehen, was die Mehrheit der Interviewpartnerinnen ebenfalls von fremden Personen mit abfälligen Kommentaren und Blicken zu spüren bekommt.

„Man fällt in so ein Loch – da stürzen sich richtig die Leute auf einen und da weiß man im ersten Moment nicht (..) – man muss sich zuerst sammeln und sich dann denken ,wie geht man damit um.“ (IP Nr. 2)

Solch abschätzig kommentare hinsichtlich ihrer äußerlichen Erscheinung und ihrer Körperform war für die Athletinnen zu Beginn ihrer Bodybuildingkarriere eine unerwartete und überraschende Erfahrung. Diese wirkte sich demnach auch negativ auf ihre Psyche und ihr körperliches Wohlbefinden aus, da ihre Identität als Frau vor ihrer Teilnahme am Bodybuilding nie in Frage gestellt wurde. Es entstand somit eine gezwungene Auseinandersetzung und Konfrontation mit ihrer Selbstwahrnehmung als Frau. Die Theorie der Selbstwahrnehmung geht davon aus, dass Menschen durch die Beobachtung ihres eigenen Verhaltens Schlussfolgerungen ziehen und dadurch ihre Einstellungen und Gefühle erkennen (vgl. Mummendey 2006: 114). Bodybuilderinnen sind sich bewusst, dass ihr Körper muskulöser und sportlicher ist als der Körper anderer Frauen. Die differenzierte Fremdwahrnehmung gegenüber ihrer äußerlichen Erscheinung war und ist für die befragten Athletinnen jedoch nicht nachvollziehbar und führte zu einem Identitätskonflikt. Bei zwei der befragten Athletinnen aus der Bodyfitnesskategorie führten diese Erfahrungen zu einer Unsicherheit ihrer eigenen Wahrnehmung als Frau und ihrem Selbstbild.

„Am Anfang, wo man ein bisschen was gesehen hat (Anm.: an Muskeln) habe ich oft abfällige Blicke oder Kommentare bekommen. Da habe ich mir echt gedacht: Schau ich echt schon so schlimm aus, dass man das so negativ erleben muss? (...) Ist mein Selbstbild so falsch – sehe ich jetzt echt schon aus wie ein Mann.“ (IP Nr. 4)

Auch wenn sie sich selbst nicht als stark muskulös oder männlich empfand, suchte sie dennoch Bestätigung für ihr weibliches Erscheinungsbild in ihrem Familien- und Freundeskreis. Die schädliche Beeinflussung fremder Personen auf ihre Selbstwahrnehmung und Femininität erweckt den Eindruck von einer unsicheren Persönlichkeit der befragten Athletinnen. Erst die Bestätigung ihrer Familie und die eigene Akzeptanz ihres Körpers ermöglichten bei den Bodybuilderinnen eine Distanz zu negativer Kritik von Außenstehenden.

Interviewpartnerinnen, die in der Bikini Fitnessklasse tätig sind und keinen stark muskulösen Körper haben, mussten ebenfalls schlechte Erfahrungen aufgrund ihrer Körperform sammeln. Ihnen wurde des Öfteren vorgeworfen wie ein Mann auszusehen. Ebenso, dass ihre Muskelmasse zu viel und extrem sei: „So viele Muskeln, das geht ja mal gar nicht.“ (IP Nr. 2)

Nur wenige Athletinnen berichteten mir von ausnahmslos positiven Kommentaren und Rückmeldungen in Bezug auf ihre Körperform und sportlichen Leistungen. Aus jetzigem Standpunkt betrachtet distanzieren sich jedoch alle betroffenen Athletinnen von negativen Kommentaren und Bemerkungen. Grund ist ihr eigenes Wohlbefinden in ihrem Körper sowie die Erkenntnis, dass diese Aussagen nicht ihrem Selbstbild entsprechen. Stärkung in ihrem Selbstbewusstsein finden sie ebenfalls durch den Zuspruch von Freunden und Familie sowie von Personen, die ihre sportliche Leistung bewundern.

5 Die Vorstellung von Weiblichkeit

Das Gefühl und Empfinden, weiblich und eine Frau zu sein, ist schwer in Worte zu fassen, da es für die Athletinnen selbst nicht im Zweifel steht und als Selbstverständlichkeit betrachtet wird. Erst die Veränderung ihres Körpers und ihrer äußerlichen Erscheinung, die durch den Sport entstand, führte zu einer bewussten Auseinandersetzung mit ihrem Weiblichkeitsempfinden und ihrer Selbstwahrnehmung als Frau. „Identität kann nicht mehr das fertige Ergebnis eines gezielten Erziehungsprozesses sein, sondern muss als lebenslanger Entwicklungsprozess gesehen werden.“ (Kugelman 1995: 55) Sich als Frau zu fühlen und sich dementsprechend weiblich zu verhalten geht einher mit einer Identitätsentfaltung und ist ein Entwicklungsprozess, der von mehreren Faktoren, wie Erziehung, Medien, Gesellschaft etc. beeinflusst wird. Die Thematisierung und Diskussion ihrer Identität als Frau erfordert daher Sensibilität und Empathie.

Bodybuilderinnen waren mit ihrer weiblichen Identität in Konflikt, durch die in der Gesellschaft und ihrem Freundes- und Familienkreis herrschende „Struktur der Zweigeschlechtlichkeit, die Frauen ‚weibliches‘ Verhalten abverlangt“ (Kugelman 1995: 109). Es existieren konkrete und eindeutige Definitionen und Vorstellungen wie eine Frau zu sein hat. Für die Athletinnen bedeutet diese Struktur des

Geschlechterunterschieds eine Hervorhebung ihrer Geschlechteridentität. Folglich führt dies für die Bodybuilderinnen zu belastenden Widersprüchen, da sie durch ihre Körperform die Weiblichkeitsdefinition verletzen.

Den befragten Athletinnen ist es nicht leicht gefallen, ihr Empfinden in Worte zu fassen und Weiblichkeit zu definieren. Oft wurde daher ein bestimmtes Bodybuildingvorbild wie z.B. Dana Linn Bailey¹¹, die in den Interviews des Öfteren erwähnt wurde, oder ein bestimmtes Körpermerkmal für die Beschreibung von Weiblichkeit herangezogen. Dana Linn Bailey ist für einige Athletinnen das Vorzeigebild einer weiblichen Bodybuilderin. Trotz ihrer Teilnahme in der Bodyfitnessklasse hat sie dennoch ein weibliches Gesicht und Auftreten. Mit „weibliches Gesicht“ wird gemeint, dass sie keine harten Gesichtszüge bekommen hat, was ein typisch männliches Merkmal ist. Ihr Gesicht hat laut den befragten Athletinnen noch stereotypisch weibliche Rundungen, die für die Kennzeichnung von Weiblichkeit stehen. So meint eine befragte Bikini Fitnessathletin (IP Nr. 2), dass Dana L. B. eine Frau sei:

„die sehr feminin geblieben ist, OBWOHL sie in der Physiqueklasse ist – sie war z.B. eine, die sich immer geweigert hat, Implantate machen zu lassen und sie schaut ohne Implantate genauso feminin aus.“ (IP Nr. 1)

In der Weiblichkeitsdefinition beschreibt auch Interviewpartnerin Nr. 4 Dana L. B. als Ideal einer weiblichen Bodybuilderin, da sie mit ihren stark merkbaren Muskeln noch ein weibliches Gesicht behalten hat und in einem Kleid „trotzdem noch wie eine Frau aussieht und nicht wie ein Mann, der im falschen Gewand steckt.“ (IP Nr. 4) Nach einer Bikini Fitnessathletin ist Dana Linn Bailey eine der wenigen Bodybuilderinnen im professionellen Bereich, die die Gradwanderung zwischen Bodybuilderin und Weiblichkeit geschafft hat (vgl. IP Nr. 1).

Weitere Begriffe die von den Athletinnen für die Beschreibung von Weiblichkeit herangezogen wurden sind „kurvig und rund“. Für die Bodybuilderinnen bedeutet weiblich und kurvig sein folgendes: Sobald man harte Züge annimmt, die durch die

¹¹ Dana Linn Bailey ist eine amerikanische Bodybuilderin in der Physiqueklasse der IFBB (siehe Abbildung. Nr. 1).

Wettkampfvorbereitung und den Muskelaufbau entstehen, ist eine Tendenz zum Männlichen merkbar. Gesichtszüge und das Tragen von Kleidern ist bei zwei befragten Athletinnen ein Merkmal, das Weiblichkeit für sie ausmacht und auch für ihre Identifizierung als Frau entscheidend ist. Aus diesem Grund ist es den befragten Athletinnen „extrem wichtig“, dass das Gesicht weiblich bleibt und sich ihre Gesichtszüge durch den Sport nicht verändern (vgl. IP Nr. 1). Eine Veränderung der Gesichtszüge geschieht jedoch nur, wenn Hilfsmittel im Spiel sind. Auch für die befragten Personen, die kein Bodybuilding betreiben, war das Gesicht ausschlaggebend dafür, ob die im Fragebogen gezeigten Athletinnen noch als weiblich erscheinen. Die muskulöse Körperform der dargestellten Bodybuilderinnen führt zu einer verstärkten Aufmerksamkeit auf das Gesicht, da es das einzige weibliche Merkmal ist, das sich durch den Sport nicht verändern sollte. Sobald also die typisch weiblichen Gesichtszüge an einer Bodybuilderin nicht erkennbar sind, werden den Athletinnen ein männliches Auftreten und eine männliche Erscheinung vorgeworfen. Das Gesicht spielt daher für eine weibliche Erscheinung und für die Identität als Frau eine zentrale Rolle.

Kleidung, Schminke, Accessoires etc. dienen dazu, den Unterschied zwischen den Geschlechtern zu verstärken und nach außen hin kenntlich zu machen (vgl. Binder 2011: 73). Das Tragen von Kleidern ist ein geschlechtsspezifisches äußerliches Merkmal, das Weiblichkeit symbolisiert. Das Tragen von Kleidern an einer Frau, die mit ihrer Muskelmasse Männlichkeit verkörpert, wirkt daher nicht zu ihrer Geschlechtsidentität passend. Es besteht ein gewisser Widerspruch zwischen Bodybuilding und Weiblichkeit, der sich in den Aussagen der Interviewpartnerinnen erkennbar macht. Eine Bodybuilderin ist nur dann noch weiblich, wenn ihr Gesicht feminin wirkt und weibliche Körpermodifikationen nicht als störend wirken.

5.1 Schönheitsideale der Bodybuilderinnen

Die Vorstellung von Weiblichkeit und einer weiblichen Bodybuilderin richten sich beim Großteil der befragten Athletinnen an ihrem eigenen Schönheitsideal. Ihre Beschreibung eines schönen, weiblichen Körpers wird von den Wertungskriterien der Bodybuilding Verbände mitbestimmt. Wie bereits beschrieben unterscheidet sich das Ideal eines Frauenkörpers vom männlichen, indem Weiblichkeit verstärkt auf bestimmte Körpermerkmale, wie dem Busen, Gesäß etc. festgemacht wird. Frauen

sind dem Druck ausgesetzt sich bewusster mit ihrem Körper und ihrer äußerlichen Erscheinung zu befassen, aufgrund der Zuschreibung des Schönheitsideals mit körperlichen stereotypischen Merkmalen.

Trotz der unterschiedlichen natürlichen Varianten des Körperbaus (dick, dünn, groß, klein etc.) orientiert sich die Vorstellung „körperlicher Vollkommenheit“ einer Zeit nur an einem Ideal (vgl. Brownmiller 1084: 15). Auch wenn sich das Weiblichkeitsideal schlagartig ändern kann, ist seit einigen Jahrzehnten ein dünner, schlanker Körper mit weiblichen Rundungen das Ideal eines vollkommenen und idealen Frauenkörpers (vgl. Kapitel 2.2.2). Durch den heutigen Fitnesstrend wird vermehrt auf einen gesunden und fitten Körper geachtet und versucht, diesen als Ideal anzupreisen. Dennoch soll hierbei für Frauen die Weiblichkeit nicht außer Acht gelassen werden.

Auf die Frage hin, ob sich ihr Schönheitsideal seit ihrer Teilnahme am Bodybuilding verändert habe, schilderten mir die meisten befragten Athletinnen, dass Models, die in den Werbungen präsentiert werden, das Vorbild für Weiblichkeit und ihr Schönheitsideal waren. Seit Beginn ihrer Bodybuildinglaufbahn hat sich jedoch sowohl ihr Schönheitsideal als auch ihr Körperbewusstsein verändert. Eine Interviewteilnehmerin beschrieb solche Models als „Skinny Fat“, als „Gerippe mit Fett drauf“ (IP Nr. 1). Eine weitere Befragte bezeichnete Laufstegmodels als „schwabbelig“ und nicht ihrem Schönheitsideal entsprechend: „Mir gefallen keine Models.“ (IP Nr. 2) Eine weitere Bikini Fitnessathletin äußerte sich folgendermaßen:

„Mir gefallen keine Models, sie sind meistens zu schwabbelig. Das habe ich davor nie gesehen, ich hatte immer nur im Auge das sie schlank sind. Jetzt finde ich das richtig schlimm.“ (IP Nr. 9)

Die Auseinandersetzung mit Bodybuilding befähigte die Athletinnen dazu den Unterschied zwischen Fett und Muskulatur zu kennenzulernen. Die befragten Interviewpartnerinnen besitzen alle das Wissen, um erkennen zu können, dass der Körper eines Models aus kleineren Muskeln besteht und sie somit keinen straffen und fitten Körper besitzen. Die Erkenntnis, dass ein schlanker Körper nicht unbedingt auch fit und straff ist, hat ihr Schönheitsideal verschoben. Seitdem richtet sich ihr Schönheitsideal auf muskulöse und sportliche Frauen, die ebenfalls im Bodybuilding tätig sind. Ihr primäres Ziel ist ein möglichst fettfreier Körper, mit weiblichen

Rundungen und einer femininen „sanduhrförmigen“ Körperform. Die Bodybuilderinnen teilen ein Schönheitsideal, welches innerhalb der jeweiligen Klasse angestrebt wird. Es existiert das gemeinsame Ziel, dieses Ideal zu erreichen, welches außerhalb ihrer Gemeinschaft wenig Akzeptanz findet:

„Ich bin in einem Kreis drinnen, wo dasselbe Bild da ist – dasselbe Schönheitsideal.“ (IP Nr. 7)

Innerhalb ihrer Gemeinschaft existieren nicht nur gemeinsame Werte sondern auch eigene Ideale, die von den Athletinnen angestrebt werden. So ist das Schönheitsideal der Interviewpartnerinnen eine bekannte Athletin aus ihrer jeweiligen Bodybuildingklasse. Befragte Athletinnen, die sich in der Bodyfitness oder Figurklasse präsentieren, zeigen in Bezug auf ihr Schönheitsideal, eine Flexibilität. Diese ändert sich je länger die Athletinnen den Sport betreiben und sich mit ihrem Körper auseinandersetzen. Der Körper einer schönen weiblichen Frau richtet sich bei allen Interviewpartnerinnen an ihrer jeweiligen Bodybuildingklasse oder an einer Klasse über ihr:

„Schönheitsmodels waren schon immer mein Schönheitsideal – jetzt ist es aber Bodyfitness eher.“ (IP Nr. 8)

So, meint eine Bikini Fitnessathletin (IP Nr. 8), dass ihr ein schlanker, dünner Körper ohne Muskeln sehr gefallen hat. Seitdem sie jedoch mit dem Bodybuilding angefangen hat, betrachtete sie Bikini Fitnessmodels als ihr Schönheitsideal und ist auch dieser Klasse zugeordnet. Durch den immer größer werdenden Gefallen an ihrer körperlichen Veränderung, ist sie nicht davon abgeneigt in die Bodyfitnessklasse überzugehen. Frauen in dieser Klasse würden noch ihren Weiblichkeitsvorstellungen und auch ihrem Schönheitsideal entsprechen.

Bodybuilding hält das Versprechen für Frauen, eine andere Beziehung zu ihrem Körper, sich selbst und ihrer sozialen Umgebung zu entwickeln (vgl. St. Martin und Gavey 1996: 54 in Schilling/Bunsell 2009: 157). Die Liebe zum Sport und zu der körperlichen Veränderung führte zu einer Verschiebung ihres Schönheitsideals und auch der Grenze ihrer Muskulösität. Wie ersichtlich ist, bestimmt der Sport und die

Repräsentation des weiblichen Körpers innerhalb des Bodybuildings ihr Schönheitsideal mit. Durch die Bewertung ihrer Körperform sowohl von Außenstehenden als auch von WertungsrichterInnen entsteht eine bewusste Auseinandersetzung mit ihrem körperlichen Erscheinungsbild und ihrer Identität als Frau. Die Rahmenbedingungen des Sports dürfen daher nicht vergessen werden, da sie einen integralen Bestandteil auf die Vorstellung eines Idealen Frauenkörpers der befragten Athletinnen einnehmen.

Frauen versuchen, den sportlich geforderten Kriterien gerecht zu werden und gleichzeitig ihre Weiblichkeit durch Schönheitspraktiken zu betonen. Grogan S. spricht in diesem Sinne von einem Balanceakt zwischen Weiblichkeit und Muskulösität, dem Frauen ausgesetzt sind und versuchen, zu kombinieren (vgl. Schilling/Bunsell 2009: 152). In Anlehnung an Butler's Theorie „Doing Gender“, in der das Geschlecht als ein performativer Akt und etwas Gemachtes gesehen wird und dem „balancing act“ von Grogan S., führe ich in diesem Sinne den Ansatz „Doing Femininity“ ein. Wie bereits in Kapitel 2.2.2 erörtert, wird die Weiblichkeit durch bestimmte Schönheits- und Körpermodifikationen betont. Im nächsten Kapitel wird der Wirkung solcher Aktionen auf das Weiblichkeitsempfinden der befragten Athletinnen behandelt.

5.2 „Doing Femininity“

Ein Großteil der Literatur über weibliche Bodybuilder ist charakterisiert durch die dichotome Präsentation von Einhaltung und Befolgung aber auch von Widerstand von Weiblichkeit (vgl. Gremillion 2005: 22; Schilling/Bunsell 2009: 141). Aufgrund ihrer Körperform, die mit männlichen Attributen wie Stärke und Härte konnotiert werden, orientieren sich Bodybuilderinnen stärker an kulturellen Bedeutungen und weiblichen Geschlechternormen, indem sie ihre Femininität durch typisch weibliche Körpermodifikationen und Erscheinungsmerkmale, wie z.B. Make-up, High-Heels oder Schmuck, betonen.

Für eine Bodyfitnessathletin der NABBA (IP Nr. 4) sind Schönheitsmodifikationen etwas das sie schon immer gerne zur Betonung ihrer Weiblichkeit angewendet hat. Ihr Weiblichkeitsgefühl hat sich durch den Sport nicht verändert, da sie „trotzdem noch die Tussi ist und es soll auch so bleiben“ (IP Nr. 4). Ihre Teilnahme im

Bodybuilding soll keinesfalls einen negativen Einfluss auf ihre „stereotypische“ Verhaltensweise als Frau einnehmen. Auch eine ehemalige Bodyfitnessathletin der IFBB schildert, dass der Sport in keiner Weise ihr Weiblichkeitsempfinden und Auftreten als Frau beeinflusst hat und Schönheitsmodifikationen benutzt um sich selbst zu verwöhnen und schöner zu finden, aber nicht um ihre Weiblichkeit zu betonen: „Ich war in jedem Augenblick meines Lebens eine Frau und mir dessen bewusst.“ (IP NR. 10)

Das Tragen von Make-up, High-Heels nimmt für die Majorität der befragten Athletinnen einen starken Einfluss auf ihre weibliche Erscheinung und folglich auf ihr Weiblichkeitsgefühl ein. Eine Bodybuilderin schildert, dass das Tragen von Make-up und High Heels nur in ihrer Wettkampfform passend sei. In ihrer Wettkampfform fühlt sich die befragte Athletin nämlich am weiblichsten, da sie dem Ideal ihrer jeweiligen Bodybuildingklasse entspricht.

„Ich mag es eigentlich schon (Anm.: Tragen von High Heels und Make-up). Ich würde es aber nur in meiner Wettkampfform tragen. Ich habe das Gefühl, dass wenn ich da so massig bin, ich fühl mich auf High Heels auch nicht wohl.“ (IP Nr. 1)

Mit den Schönheitsmodifikationen geht eine Identitätsintensivierung ihrer Femininität einher. Diese hängt jedoch stark davon ab, in welcher körperlichen Verfassung sie sich befindet. Die Wettkampfform ist für die befragte Athletin sowohl ihr Schönheits- als auch Weiblichkeitsideal. Entspricht sie in der „Offseason“ nicht diesem Ideal, fühlt sie sich auch nicht weiblich und somit nicht wohl genug, um diese Schönheitsaktivitäten durchzuführen. Sie empfindet diese sogar als nicht angemessen und unpassend.

Durch das Anstreben ihres eigenen Körperideals, welches sie selbst als Perfektion und Schönheitsideal betrachten, empfinden die Interviewpartnerinnen dieses als ihre Norm. Durch die differenzierte Fremdwahrnehmung erkennen sie jedoch schnell, dass die von ihnen erwünschte Körperform nur ihrem eigenen Ideal entspricht und außerhalb der Bodybuildinggesellschaft wenig Zuspruch findet.

„Vielleicht ist das zu viel, was ich mache. Weil ich hab gedacht, dass das nicht mehr so weiblich ist und ich wollte das bleiben.“ (IP Nr. 5)

Wir leben in einer Gesellschaft, in der das Auge künstliche und äußere Anhaltspunkte braucht, um Personen in ihre jeweilige Geschlechterzugehörigkeit zuweisen zu können (vgl. Brownmiller 1984: 79). Fehlen oder widersprechen diese sichtbaren Anhaltspunkte dem Geschlecht, kann das bei den BetrachterInnen Widersprüche auslösen – „Rock und Hose stehen in der westlichen Welt als Symbole des kleinen Unterschieds nebeneinander.“ (Brownmiller 1984: 79) Die Kritik fremder Personen zu ihrem Äußeren und die Unterstellung, sie wären durch ihre muskulöse Körperform „männlich“ und nicht mehr feminin, führte bei einer Bikini Fitnessathletin der IFBB zu einer bewussten Betonung ihrer Weiblichkeit:

„Ich bin immer in Jeanshose und Jacke rumgelaufen und dann habe ich selber an mir gemerkt, dass ich dann mehr Röcke und Kleider angezogen habe, High Heels usw. und auf diese Art versucht habe, es zu kompensieren.“ (IP Nr. 2)

Kleider sind ein wichtiges und erkennendes Merkmal für die Geschlechterzuordnung und halten die „Geschlechter-Zuweisung“, die ein sozialer Prozess ist, in unserer Alltagswelt aufrecht (vgl. Kugelmann 1995: 46). Sie dienen als Tarnung, für diejenigen, die fürchten, dass ihre Weiblichkeit in Frage gestellt werden könnte (vgl. Brownmiller 1984: 77). Den Interviewpartnerinnen ist es wichtig, dass sowohl sie als auch andere sie als Frau wahrnehmen. Sobald ein Widerspruch zu ihrer Eigen- und Fremdwahrnehmung entsteht, wird versucht durch stereotypische äußerliche Kriterien dem entgegenzusteuern. Ihre Muskulösität soll keine widersprüchlichen Signale nach außen hin senden. Zusätzlich zu Kleidern und Röcken, sind auch lange Haare ein geschlechtsspezifisches Kriterium die einer Person zugeteilt werden. Sowohl für die befragten Personen meiner Umfrage, als auch für die Athletinnen sind lange Haare ein entscheidendes äußerliches Kriterium, das Frauen weiblich erscheinen lässt. Für eine der Bikini Fitnessathletin bestärken ihre langen Haare sogar ihr Weiblichkeitsempfinden:

„Es sind auch die langen Haare – also ich würde sie mir jetzt niemals kurz schneiden lassen, weil ich weiß, das wäre ein SCHRITT zu viel. Oder das Make-up würde ich mir nicht nehmen lassen.“ (IP Nr. 3)

Ihre muskulöse Körperform ist bereits ein gewagter Schritt, der dazu führt, dass sie als weniger weiblich betrachtet wird. Sich zusätzlich noch die Haare kurz zu schneiden, also ein weiteres typisch männliches Merkmal, würde ihrer Ansicht nach schon zu einer Vermännlichung führen. Dieser Schritt wäre eine Überschreitung der Grenze ihrer Weiblichkeitsvorstellung und führe ihr gegenüber zu einer stärkeren Abneigung von fremden Personen. Die Bedeutung von Weiblichkeit und Schönheit definiert eine Bikini Fitnessathletin nicht nur an den langen Haaren, sondern auch an den Brüsten, die ebenfalls ein signifikantes weibliches Merkmal sind: „Schön finde ich auch lange Haare und einen vollen Busen, auch wenn er nicht groß ist.“ (IP Nr. 9)

In meiner Auswertung werden die Brüste der Interviewpartnerinnen des Öfteren erwähnt, da sie auf ihr Weiblichkeitsgefühl einen zentralen Einfluss nehmen. Drei der interviewten Athletinnen haben sich einer Schönheitsoperation unterzogen und ihre Brüste vergrößern lassen. Durch das harte Trainieren und der starken Fettreduzierung kommt es bei den Bodybuilderinnen zu einem „Verlust“ ihrer Brust. Durch die Veränderung ihrer Brüste entstanden bei den befragten Athletinnen ein Unwohlsein mit ihrem Körper und ein Verlust ihres Weiblichkeitsgefühls.

„Für mich persönlich war das wichtig, weil ich einfach meinen Busen vermisst habe und auf der Bühne war das auch ein Nachteil, das ich keine großen Brüste hatte. Es wird so stark darauf geachtet. Die meisten Athletinnen haben eine Brust-OP, weil es ohne nicht geht.“ (IP Nr. 5)

Für ein weibliches Aussehen sind Brüste ein hervorstechendes Teil der weiblichen Anatomie und spielen auch für ein feminines Auftreten der Athletinnen in einem Wettkampf eine zentrale Rolle (vgl. Brownmiller 1984: 35). Eine weitere Interviewpartnerin sagte ebenfalls aus, dass der Busen einer Frau im Wettkampf ein positives und bedeutsames äußerliches Erscheinungsmerkmal ist, das dem Körper der Athletinnen ein symmetrisches und weibliches Aussehen verleiht:

„Ohne Implantate würde ich mich nicht so wohl fühlen! Das trägt dann auch zur Symmetrie bei, weißt du diese Sanduhrform – eine Brust muss auch da sein, weil das ein sehr feminines Merkmal ist.“ (IP Nr. 1)

Eine „flache“ Oberweite stehe im Widerspruch zu ihrem Weiblichkeitsgefühl und dem Weiblichkeitsbild. Ebenfalls sind erkennbare Brüste wichtig, um den Körper einer weiblichen Bodybuilderin von einem männlichen Bodybuilder unterscheiden zu können (vgl. IP Nr. 5). Brüste zeichnen Weiblichkeit aus und sind eine „Quelle weiblichen Stolzes und sexueller Identifikation, aber sie sind auch eine Quelle von Konkurrenzkampf, Verwirrung, Unsicherheit und Scham“ (Brownmiller 1984: 35). In Wettkampfsituationen ist der Konkurrenzdruck unter den weiblichen Athletinnen stark zu spüren, da ihre sportliche Leistung subjektiver Bewertung unterliegt. Der verstärkte Fokus der WertungsrichterInnen auf eine „sanduhrförmige“ und symmetrische Körperform führt bei den weiblichen Athletinnen zu einer intensiveren Auseinandersetzung von Körpermerkmalen die Weiblichkeit auszeichnen.

„Wenn du z.B. wenig Busen hast und es steht neben dir ein Mädchen mit derselben Form, hat aber mehr Busen oder einen falschen Busen, dann gewinnt sie. Es ist schon ein Wertungskriterium – es wird halt die Weiblichkeit gesucht und die Weiblichkeit so wie man sie im Alltag kennt ist halt immer der Busen und der Hintern.“ (IP Nr. 8)

Brüste führen zu einer positiven Bewertung und kennzeichnen die weibliche Performance. Für Bodybuilderinnen sind Brüste nicht nur für ihre Identität als Frau und ihr Weiblichkeitsgefühl ein entscheidendes Merkmal, sondern auch für ihr Auftreten als Wettkampfathletin. In keiner anderen Sportart, außer im Bodybuilding ist Weiblichkeit und weibliches Auftreten als Wertungskriterium festgelegt. Aktivitäten wie Haarverlängerung, Brustvergrößerung, Make-up und feminines Verhalten sind somit positive Bewertungsgrundlagen für weibliche Bodybuilder. Einerseits müssen sich Bodybuilderinnen physisch und psychisch dem männlichen Vorbild anpassen, um erfolgreich zu sein. Sie müssen „kraftvoll, durchsetzungswillig, dominant“ (Kugelman 1995: 109) auftreten, andererseits jedoch weibliche Körperformen haben und weiblich verspielte Kleidung tragen, welche in dieser Sportart störend wirkt und ausschließlich dem Weiblichkeitszwang dient. Bodybuilderinnen stehen im

Zwiespalt zwischen muskulöser Körperform, die Männlichkeit signalisiert, und die gesellschaftliche Erwartung eines weiblichen Auftretens.

Dies wiederum führt uns zum Interesse einer Aufrechterhaltung des Geschlechterunterschieds und der Geschlechterordnung innerhalb des Sports und dem Bodybuilding. „Männer schätzen Weiblichkeit, denn durch den Gegensatz wirken sie männlicher.“ (Brownmiller 1984: 11) Der Mann wird als Maßstab gesehen und die Frau als gegensätzliches Wesen, das sich den männlich dominierenden Strukturen anzupassen hat (vgl. Binder 2011: 13). Bodybuilderinnen schwanken daher sehr stark zwischen Anpassung und Widersetzlichkeit des existierenden Weiblichkeitszwangs.

Einerseits spürt die Bikini Fitnessathletin der IFBB den Zwang der Gesellschaft sich innerhalb der Geschlechteridentität bewegen zu müssen und versucht mit Schönheitsmodifikationen und stereotypischen weiblichen Merkmalen die Grenze nicht zu überschreiten. Andererseits meint sie, dass der Druck von außen sich „gendermäßig“ verhalten zu müssen durch ihre Akzeptanz innerhalb der Bodybuildinggesellschaft abgefallen sei:

„Ich habe nicht mehr diesen Druck von außen, dass ich mich jetzt extra weiblich verhalten muss. Dass ich mich gendermäßig verhalten muss. Dieses Gefühl habe ich nicht mehr, weil in meiner Bodybuildinggemeinde ist es akzeptiert, dass sich eine Frau männlich verhält.“ (IP Nr. 1)

Im Sport wiederholt sich die Widersprüchlichkeit, die die Weiblichkeitsklischees unserer Kultur im Allgemeinen kennzeichnet (vgl. Kugelmann 1995: 92). Die befragten Athletinnen sind dem gesellschaftlichen Druck ausgesetzt, sich in bestimmter Art und Weise „weiblich“ zu präsentieren und sind sich dessen bewusst. Sie sind sich ebenfalls im Klaren, dass Frauen im Bodybuilding aufgrund ihrer Körperform ein männlicheres Auftreten haben als Frauen, die kein Bodybuilding betreiben. Aus diesem Grund ist die Betonung ihrer Weiblichkeit innerhalb ihrer Subgruppe nicht ausschlaggebend für ihr Empfinden als Frau. Die durchgeführten Schönheitsmodifikationen werden daher nur am Tag des Wettkampfes durchgeführt, um Akzeptanz außerhalb ihrer Gemeinde zu finden.

Während der Wettkampfvorbereitung berichten mir zwei Athletinnen jedoch auch von einem großen Unwohlsein in ihrem Körper. Die Abbauphase um möglichst viel Fett abzubauen, die Muskelmasse jedoch beizubehalten, verlangt eine strenge Diäteinhaltung und regelmäßigen Sport. Zwar ist die Belohnung dessen die Erreichung der von ihnen gewünschten Körperform, dennoch ist sie für die Interviewpartnerin keine Befriedigung: „Bei einem Wettkampf fühle ich mich überhaupt nicht wohl. Du bist einfach nur erledigt.“ (IP Nr. 4) Durch die „Härte“ und „Definition“ ihrer Muskeln fühlt sie sich nicht weiblich und somit auch in ihrer Haut unwohl. Am weiblichsten fühlt sie sich dann, wenn wieder etwas mehr Fett an ihrem Körper ist und „wieder alles ein bisschen rundlicher ist und das ist weiblich“ (IP Nr. 4). Fühlen sich die befragten Athletinnen in ihrem Körper unwohl, empfinden sie sich ebenfalls nicht als weiblich und schön.

Für die befragten Athletinnen existiert das Klischee mit ihrer Muskelösität einem Tomboy zu gleichen. Eine Vermischung von Weiblichkeit und Muskelösität soll jedoch vermieden werden um die Femininität im Bodybuilding beizubehalten. Es soll den ZuschauernInnen ein Bild verschaffen, das sie als attraktiv interpretieren (vgl. Heywood/Dworkin 2003: 88). Somit gibt es im Frauenbodybuilding eine Grenze der Muskelösität, die von den befragten Athletinnen bewusst gezogen und nicht überschritten wird.

5.3 Die Grenze der Muskelösität

Muskeln waren und sind ein natürliches Merkmal für Männlichkeit und kennzeichnen den Unterschied zu Weiblichkeit (vgl. Bordo 1993: in Moore 1997: 57). Muskelösität strahlt Dominanz aus und untermauert die aktuellen Ideale von Männlichkeit (vgl. Schilling/Bunsell 2009: 146). Besitzt eine Frau dasselbe Ausmaß an Muskelösität und verfügt aufgrund ihres Körpers über dieselben Eigenschaften wie ein Mann, wirkt es sich negativ auf die Sichtweise anderer Personen hinsichtlich ihrer Normalität in Bezug auf Gender und Sexualität aus (vgl. *ibid.*). Die starke Muskelösität an Frauen wird also kritischer bewertet, wie auch die Auswertung der Fragebögen gezeigt hat.

Um die Grenze der Muskulösität greifbar und sichtbar darzustellen, zeigte ich den Athletinnen ein Bild von Iris Kyle¹², der erfolgreichsten und zehnfachen „Ms. Olympia“ Siegerin in der „Women’s Bodybuilding“ Disziplin. Mit dem Bild konnte herausgefunden werden, wo die Grenze der Muskulösität meiner Interviewpartnerinnen besteht. Alle befragten Bodybilderinnen waren sich einig, dass solch eine muskulöse Körperform nicht mehr weiblich ist. Ebenfalls waren sie der Meinung, dass der Körper von Iris Kyle sich von einem Männerkörper nicht mehr unterscheidet.

„Das ist schon extrem. Ich könnte das nicht machen. Das ist schon von den Gesichtszügen – da schaut sie schon sehr arg aus.“ (IP Nr. 4)

Ab wann die Grenze der Muskulösität erreicht ist, wird bei drei der Befragten an einem bestimmten Körperteil festgemacht, wie z.B. den Beinen oder dem Gesicht. Für sie ist, wie auch bei der Beschreibung von Weiblichkeit ein feminines Gesicht rundlich und weich. Sobald das Gesicht einer Athletin kantig und hart wirkt, sollte die Muskelmasse ihrer Meinung nach nicht stärker ausgebaut werden. Interviewpartnerin Nr. 1 stellte fest, dass die ausgeprägte Beinmuskulatur von Iris Kyle der eines männlichen Bodybuilders gleicht. Ihrer Ansicht nach ist die Beinmuskulatur ausschlaggebend für die Grenze der Muskulösität, welche im Falle von Iris Kyle überschritten wurde.

„Ich will eine Frau bleiben und mich nicht auf eine Stufe mit den Männern stellen. Ich finde diese Frauen stellen sich wirklich schon auf eine Stufe mit den Männern.“ (IP Nr. 1)

Trotz ihrer Teilnahme am Bodybuilding teilt der Großteil der befragten Athletinnen die Ansicht, dass „zu viel“ Muskelmasse bei einer Frau unweiblich ist und als männlich betrachtet wird: „Viel zu viel (lacht). Nein, absolut nicht mein Fall aber Respekt vor der Leistung.“ (IP Nr. 2) Mit dem Ausdruck „zu viel“ oder „extrem“ wird gemeint, dass der Körper einer Frau aufgrund der starken Muskelmasse mit einem Männerkörper vergleichbar ist. Auch für die Interviewpartnerinnen wird eine übertriebene Muskulösität mit Männlichkeit assoziiert und entspricht nicht mehr ihren

¹² Siehe Abbildung Nr. 2

Weiblichkeitsvorstellungen. Die Geschlechterunterscheidung im Sport ist also auch für die Interviewpartnerinnen in ihrem eigenen Interesse. Die muskulöse Körperform der zehnfachen Ms. Olympia Siegerin entspricht aus der Sicht aller befragten Bodybuilderinnen nicht ihrem Schönheitsideal und ist daher nicht erstrebenswert. Bewunderung für Iris Kyle finden sie nur in Bezug auf ihre harte Disziplin und Leistung.

Für diejenigen Athletinnen, die in der Bikinifitnessklasse sind, ist die Grenze der Muskulösität dann erreicht, wenn sie in die nächsthöhere Bodybuildingklasse eingestuft werden müssten. Ihre Grenze befindet sich also innerhalb ihrer eigenen Disziplin, die auch gleichzeitig ihr Schönheitsideal darstellt. Die Grenze der Muskulösität ist jedoch nicht statisch und verschiebt sich bei den Interviewpartnerinnen, je länger sie sich in der Bodybuildingszene bewegen. Die Ausprägung ihrer Muskelmasse wird an ihrem Schönheitsbild festgehalten, das sich ebenfalls stetig ändert. Die Grenze der Muskulösität einer Bodybuilderin wird hauptsächlich von den Wettkampfregeln und Jurymitgliedern entschieden. Je nach Bodybuildingkategorie gibt es eine bestimmte Ansicht, wie stark ausgeprägt und definiert die Muskeln der Athletinnen sein sollen. Relevant ist jedoch, dass das Gesamtbild (Posen, Schönheitsmodifikationen) weiblich ist und die Athletinnen sich von den männlichen Bodybuildern optisch unterscheiden.

Seit dem ersten "Women's World Bodybuilding Championship" in Los Angeles 1979, stellt die Wechselbeziehung zwischen Femininität und Muskulösität ein zentrales Problem im Sport dar. „Während der 1980er und 90er Jahre war das weibliche Bodybuilding in seiner Blütezeit, ebenso wie die Größe der Athleten.“ (Boyle 2005: 134) Je muskulöser die Athletinnen jedoch wurden, umso mehr stand ihre Geschlechtsidentität als Frau im Zentrum und wurde in Frage gestellt. Die immer muskulöseren Frauen stellten eine Gefährdung der Entwicklung des Frauenbodybuildings dar. Daher führten zu Beginn des Jahres 2000 die IFBB ein Kriterium ein, das die Symmetrie und Muskulösität betont und ebenfalls das Gesicht beurteilt. Anschließend wechselte der Verband zu dem Kriterium der Gewichtsklassen, sodass kleine Frauen nicht versuchen, so muskulös wie die größeren Frauen zu werden (vgl. Sandwich 2011: 12 in Boyle 200: 134).

Ein muskulöser Frauenkörper wird nur dann gezeigt, wenn er noch den dominanten und medialen Weiblichkeitsvorstellungen entspricht. Bodybuilderinnen im Profibereich überschreiten diese Vorstellungen und das zeitgenössische Schönheitsideal. Durch die Fitnesstrends und Teilnahme von Frauen in Männersportarten sind Muskeln jedoch auch an Frauen immer üblicher geworden und können durch Krafttraining aufgebaut werden. Die Frage, die sich hierbei jedoch stellt ist, wie natürlich ein muskulöser Frauenkörper wirkt: „Wenn du dir Iris Kyle anschaust, dann ist alles zu unnatürlich.“ (IP Nr. 6) Frauenbodybuildern, die als zu extrem gelten oder die Grenzen der natürlichen Muskulösität überschreiten, wird ein Steroidkonsum unterstellt (vgl. Boyle 2005: 138). Es wird angenommen, dass Frauen ohne Hilfsmittel nicht dieselbe Muskelmasse erreichen können, wie ihre männlichen Mitstreiter. Inwiefern diese Annahme berechtigt ist und welchen Einfluss Steroide auf die Weiblichkeitsvorstellung der Athletinnen haben, wird im nächsten Kapitel aufgeklärt.

5.3.1 Steroide

Anabole Steroide sind chemische Hilfsmittel, die durch die übergroße Zufuhr an Eiweiß, ein schnelleres Muskelwachstum unterstützen und zu einem härteren Training führen (vgl. Wedemeyer 1996: 48). Zu den Nebenwirkungen zählen jedoch Hodenschrumpfung, Impotenz, Vergrößerung der inneren Organe und eine Gehirnaufweichung in Verbindung mit Wahnvorstellungen (vgl. *ibid.* 49). Grund für die Einnahme von Steroiden ist eine schnellere Regenerierung der Muskeln und dadurch ein besserer und schnellerer Muskelaufbau. Für Frauen sind die Nebenwirkungen der Zufuhr männlicher Hormone jedoch fataler, da unter anderem eine Vertiefung der Stimme, verstärkte Körperbehaarung, kantigere Gesichtszüge und das Ausbleiben der Menstruation entstehen können. Nach Aussagen aller befragten Teilnehmerinnen führt die Einnahme von Steroiden zu einer Vermännlichung und dem Verlust ihrer Femininität, da typisch weibliche Merkmale verloren gehen. Die Gefahr und Angst des Verlusts ihrer weiblichen Attribute und Eigenschaften ist bei den Befragten so stark, dass das Zuführen von Steroiden für sie nicht in Frage komme. Interviewpartnerin Nr. 5 berichtete mir von Todesfällen in ihrem Bodybuilding Freundeskreis aufgrund der unterschätzten Nebenwirkungen (z.B. Vergrößerung der Organe) von Steroiden und Anabolika. Eine weitere Bodybuilderin schilderte mir ihre eigenen Erfahrungen mit diesen Hilfsmitteln. Sie

erzählte mir offen, dass sie auf Empfehlung ihres damaligen Trainers ebenfalls Steroide eingenommen habe. Dadurch ist bei ihr eine Vertiefung der Stimme entstanden, was zu Beginn ihrer Bodybuildingkarriere passierte. Zurückzuführen lässt sich die Einnahme von Hilfsmitteln auf das Vertrauen in ihren damaligen Trainer und ihre Unerfahrenheit mit und im Bodybuilding.

Zudem sind sie der Ansicht, dass der Sport es nicht wert ist, ihre Weiblichkeit durch die Einnahme von Steroiden zu „verlieren“ und das Risiko einer Vermännlichung einzugehen (vgl. IP Nr. 2). Bodybuilding sei für sie ein Hobbysport und bleibt in Österreich im Amateurbereich. Die Zufuhr von Steroiden führe zu keiner sportlichen Karriere oder Gewinnbringung, sondern hätte nur körperlich negative Auswirkungen zur Folge. Die Grenze der Muskulösität ist also dann erreicht, wenn illegale Hilfsmittel im Spiel sind und ihre Gesundheit und Weiblichkeit gefährden könnte: „(Bei) mir steht der gesundheitliche Aspekt und die Weiblichkeit im Vordergrund und das wird weiterhin so bleiben.“ (IP Nr. 4) Die Verwendung von leistungssteigernden Ergänzungsmitteln ist sowohl unter männlichen als auch unter weiblichen Athleten weit verbreitet und gehört unmittelbar zum Sport dazu (vgl. Muller/Gorow/Schneider 2010: 513). Doping und Steroide spielen im Bodybuilding eine sehr ambivalente Rolle, da sie einerseits für die gewünschte Muskelmasse und Körperform benötigt werden und andererseits verboten sind, um das Image des Bodybuildings als „Naturalsport“ zu wahren. Zwar gibt es offiziell Doping Kontrollen, die einzuhalten versucht werden. Dennoch sagten alle befragten Personen aus, dass der Sport ohne Steroide nicht existieren würde und könnte. Nach Aussagen der Athletinnen sind nur die untersten zwei Klassen, bei der Männer- und Frauenklasse ohne Hilfsmittel machbar, wie der von mir befragte Wertungsrichter und eine Bikini Fitnessathletin mit folgenden Aussagen bestätigen:

„Der Erhalt der Muskelmasse ist sehr schwer ohne Doping erreichbar. Ab der Bodyfitness fängt es an, interessant zu werden und alles drüber geht nicht ohne.“ (IP Nr. 11)

„Es ist in unserem Sport einfach Gang und Gebe! Dieser Sport funktioniert ohne nicht.“ (IP Nr. 1)

Trotz des heiklen und sensiblen Themas machten die befragten Athletinnen kein Geheimnis draus, dass innerhalb der Bodybuildinggesellschaft das Einnehmen von Steroiden oder anderen Hilfsmitteln sehr geläufig ist. Zusätzlich sagten alle Interviewteilnehmerinnen aus, dass die Erreichung der Körperform einer Profibodybuilderin ohne Hilfsmittel, wie Steroide, nicht möglich ist. Die Fortführung und Entwicklung des Bodybuildings ist durch die Einnahme von solchen leistungssteigernden Drogen begründet (vgl. Kugelmann 1995: 102). Der Leistungssport Bodybuilding ist also hauptsächlich durch den Konsum dieser Mittel noch am Leben.

5.4 Femininität als Wertungskriterium

In Wettkampfform soll der Körper eines Bodybuilders/einer Bodybuilderin nur einen minimalen Prozentsatz an Fett haben und möglichst trocken und definiert sein, „um die Muskeln, Venen und Striche gut sichtbar werden zu lassen“ (Wedemeyer 1996: 51). Unmittelbar vor einem Wettkampf wird die Lebensweise der AthletInnen daher weiter intensiviert, indem sie sich verstärkt auf ihre Körperform fokussieren, die sich durch die ohnehin schon enorme Verzichtsbereitschaft manifestiert (vgl. Kläber 2013: 24). Der Körper der Bodybuilderinnen wird von der Jury nach den vier Hauptwertungskriterien Masse, Harmonie, Definition und Symmetrie beurteilt (vgl. Kläber 2013: 63). In der Bikini Fitnessklasse der IFBB wird verstärkt auf Symmetrie und Femininität geachtet und deshalb als „Schönheitswettbewerb“ im Bodybuilding gesehen. Sixpacks und Muskelteilungen spielen hierbei keine Rolle, sondern es gelten „schmale Schultern, schmales Becken, eine enge Taille und einen durchtrainierten Hintern“ (IP Nr. 1).

Im Bodybuilding wird bei Männern die Männlichkeit wegen ihres natürlichen Muskelverhältnisses nicht als Wertungskriterium festgelegt (vgl. Boyle 2005: 143). Weibliche Bodybuilder hingegen werden ihrer Weiblichkeit bewusst gemacht und diese wird von ihnen als Wertungskriterium auch gefordert (vgl. Boyle 2005: 143). Weibliche Athleten werden nach unterschiedlichen geschlechtsspezifischen Erwartungen beurteilt. Nach Aussagen der Athletinnen spielen für die IFBB Weiblichkeit und Schönheitsmodifikationen bis zur Physique- und Bodybuildingklasse eine entscheidende Rolle für eine positive Bewertung. Indem ein „weibliches Auftreten“ und ein „hübsches Gesicht“ (vgl. Kapitel 7.3.1) als Wertungskriterium

gelten, werden Athletinnen in ihre Geschlechterzuordnung zurechtgewiesen. Mit ihrem Auftreten sollen sie den dominanten Vorstellungen von Weiblichkeit entsprechen.

„In der Bikinifitness zählt das Gesicht, da zählen die Haare, das Make-up und da zählt sogar die Auswahl vom Bikini. Das wird alles miteingerechnet und das ist quasi der Schönheitswettbewerb des Bodybuildings. Diese Frauen werden auch von außenstehenden als SCHÖN empfunden.“ (IP Nr. 1)

In ihrer Wettkampfform fühlt sich eine Bikini Fitnessathletin (IP Nr. 2) am weiblichsten und schönsten, da ihr Körper in dieser Zeit fettfrei ist und ihre Muskeln stark definiert sind. Hinzu kommt, dass beim Wettkampf bestimmte Schönheitsmodifikationen, wie z.B. Schminke, Bikini, High-Heels etc. von den Athletinnen verlangt wird, um ihre Femininität zu präsentieren. In dieser Phase entspricht sie ihrem Schönheitsideal, welches auch auf ihr Weiblichkeitsempfinden reflektiert. Unter weiblicher Präsentation werden die gemachten Haare, das Make-up und der ausgefallene, individuelle Bikini verstanden. Schönheitsmodifikationen, die zu einer Betonung der stereotypischen weiblichen äußerlichen Kriterien führen, sind im Bodybuilding ein festes Ritual, das Athletinnen durchzuführen haben. Diese Aktionen spielen für die Femininität und das weibliche Auftreten der Athletinnen eine bedeutende Rolle. Sie fühlen sich dadurch nicht nur dementsprechend weiblicher, sondern auch ihre Bewertung fällt dadurch besser aus.

„Du hast diese Ausstrahlung und ziehst die Männer an. Du fühlst dich als Frau und diese Feinheiten machen es aus. Beim Wettkampf musst du die Haare und die Nägel machen und das schaut dann ganz anders aus.“ (IP Nr. 5)

Wie Weiblichkeit auszusehen hat, geht oftmals über ein gepflegtes Aussehen hinaus und umfasst Schönheitspraktiken und Verschönerungstechniken (vgl. Binder 2011: 73). Ihre Femininität wird zu einer Performance und zu etwas Gemachtem indem bestimmte Verhaltensweisen erwartet werden. Boyle spricht hier auch von

„performing normative femininity“ und die Erwartung ihre Heterosexualität und Femininität zu präsentieren in Wettkämpfen (Boyle 2005: 135-136).

„Wenn man sich präsentiert, dann finde ich das schön. Ich finde es auch schön, wenn man einen Bikini hat, der glitzert und die Haare macht. Es macht alles schöner. Man fühlt sich an dem Tag auch wirklich wunderschön.“ (IP Nr. 7)

Für die meisten Bikini Fitnessathletinnen ist die beabsichtigte Betonung ihrer Weiblichkeit ein Prozess, der zum Bodybuilding dazugehört und an dem sie auch Gefallen haben, da sie sich dadurch selbst auch als schöner und attraktiver empfinden. Aus diesem Grund empfinden sie die Bewertung auf ihre äußerliche weibliche Erscheinung nicht als Benachteiligung ihrer sportlichen Leistung, sondern als ein zusätzliches Wertungskriterium ihres Gesamtauftritts. Eine der Athletinnen meinte jedoch, dass eben diese Schönheitsmodifikationen übertrieben seien und sie sich dadurch als „fake“, also nicht „echt“ empfindet. Zwar fühle sie sich in ihrer Wettkampfform am attraktivsten, die übertriebene Darbietung und Präsentation entspricht aber nicht der Realität und diene nur zur Unterhaltung.

In der Physique- und Bodybuildingklasse spielen Schönheitsmodifikationen keine Rolle mehr, da hier die Muskelmasse und Muskelteilung im Vordergrund stehen: „Da spielt das (Anm.: Schönheitsmodifikationen) keine Rolle mehr, da braucht man keine Implantate mehr, weil die werden nicht gewertet.“ (IP Nr. 1) Dennoch meint eine befragte Athletin (IP Nr. 5), dass auch Frauen in den Bodybuildingklassen falsche Wimpern, lackierte Nägel haben und Make-up auftragen um sich auch weiblich zu fühlen. Es erweckt den Eindruck, dass Bodybuilderinnen durch die Schönheitsaktionen zu Frauen werden, da sie dann auch als solche wahrgenommen werden. Sie beeinflussen das Weiblichkeitsgefühl der Athletinnen mit, indem sie sich den gesellschaftlichen Weiblichkeitsvorstellungen anzupassen versuchen. Auch für die JurorInnen ist ein weibliches Auftreten der höheren Bodybuildingklassen wünschenswert und führt zu einer besseren Gesamtbewertung:

„Grundsätzlich ist es schon so, dass man sich von den Wertungskriterien ein feminines Posing wünscht. (...) Trotz der Muskulösität wird auf eine weibliche Präsentation wertgelegt.“ (IP Nr. 11)

Zwar werden Schönheitsmodifikationen nicht stark in der Bewertung ihrer sportlichen Leistung berücksichtigt, für die weibliche Erscheinung und das Gesamtbild spielen sie aber sehr wohl eine Rolle, wie der befragte Wertungsrichter beschreibt. Zurückzuführen lässt sich das auf den Weiblichkeitszwang, der in unserer Gesellschaft noch stark zu spüren ist und die Interviewpartnerinnen in ihrem Auftreten als Bodybuilderinnen beeinflusst. In den Interviews wurde des Öfteren erwähnt, dass das Gesamtpaket in jeder Kategorie stimmen muss. So werden in der Bikini Fitnessklasse die Schönheitsmodifikationen, die Performance, die Ausstrahlung, die Kleidung bewertet, in der Hoffnung, dass all dies den subjektiven Vorstellungen und Vorlieben der JurorInnen entspricht. Für eine Bikini Fitnessathletin führen diese Schönheitsmodifikationen zu einer übertriebenen Darstellung und Betonung ihrer Weiblichkeit. Dennoch fühlt sie sich dadurch deutlich weiblicher und attraktiver:

„Ich war im Wettkampftag ziemlich aufgebrezelt – normalerweise laufe ich eher gemütlicher rum. Man fühlt sich deutlich attraktiver, wenn man so aufgebrezelt auf der Bühne steht.“ (IP Nr. 2)

Eine weitere Athletin empfindet in ihrer Wettkampfform und durch die verlangte Betonung ihrer weiblichen Merkmale ein intensiveres Weiblichkeitsempfinden:

„Ja du hast Stöckelschuhe an, wirst geschminkt und hast kein Fett und die Nägel und Haare sind gemacht und dein Hintern ist so knackig: das ist weiblich – ich finde das schön.“ (IP Nr. 6)

Für eine NABBA Fitnessathletin führen die gemachten Haare, und das Make-up, sowie die restlichen Aktionen zu einem stärkeren Selbstbewusstsein, da sie sich in dem Zustand als „vollkommen“ betrachtet:

„Ja es macht dich schon auch selbstbewusster, wenn du rauf gehst und dir denkst, ja ich schau gut aus und es passt alles.“ (IP Nr. 8)

Für sie spiegelt ihre Wettkampfform auch ihr Schönheitsideal wider. Sie entspricht in dieser Zeit ihren eigenen Vorstellungen als Frau und auch dem idealen Frauenbild im Bodybuilding. Auch eine weitere Athletin berichtet, dass alle körperlich weiblichen Merkmale notwendig sind um dem Schönheitsideal näher zu kommen: „Du brauchst Brust, Hintern, schmale Taille und dann entsprichst du dem Ideal-Bikinibild und den Idealmaßen 90-60-90.“ (IP Nr. 7)

Die geforderten Schönheitsmodifikationen führen zu einer gezwungenen Maßnahme, die durchgeführt werden muss um die Anforderungen der Wettkampfrichtlinien zu erfüllen. Einerseits sind sie dem Weiblichkeitszwang, der im Bodybuilding stark zu beobachten ist, unterworfen, andererseits führt dieser Zwang und die Präsentation ihrer Weiblichkeit zu einem intensiveren Empfinden als Frau. Durch das Bodybuilding entsteht für die Interviewpartnerinnen eine gewissenhafte Auseinandersetzung mit ihrem Körper und der körperlichen Grenzerfahrungen. Erst durch ihre Teilnahme am Bodybuilding, entstand ein richtiges Bewusstsein ihres Körpers. Durch den Sport fühlen sich alle Athletinnen gesünder, fitter und deshalb auch wohler in ihrem Körper. Mit dem Wohlfühlen in ihrem Körper und die körperliche Akzeptanz ihrer selbst ist auch ihr Empfinden als Frau bewusster und stärker geworden. Interessanterweise hängt jedoch bei der Mehrheit der Interviewpartnerinnen ihr Wohlbefinden von ihrer körperlichen Wettkampfverfassung ab.

5.4.1 Gleichstellung der Geschlechter

Bodybuilding besteht aus mehreren interagierenden Parteien: Leitungsgremien, AthletInnen, Medien und dem Publikum (vgl. Boyle 2005: 136). Bodybuilding ist ein Wettkampfsport der durch Bodybuilding Verbände organisiert und strukturiert ist. Bei Bodybuilding Wettkämpfen ist das Ziel, die Transformation und Grenzerfahrung des Körpers zu einer besseren Körperform, die innerhalb der Bodybuilding Gesellschaft als „Ideal“ betrachtet wird.

Um im Wettkampf erfolgreich zu sein, müssen Athletinnen ihr Geschlecht zur Zufriedenheit der Mehrheit von heterosexuellen, mittelklassigen, männlichen

JurymitgliederInnen präsentieren und ihren Vorstellungen gerecht werden (vgl. Boyle 2005: 143). Meine Untersuchung und Beobachtungen an Wettkämpfen zeigen auf, dass die Bewertung der hauptsächlich männlichen Wertungsrichter subjektiv ist. Die WertungsrichterInnen beurteilen je nach ihren eigenen Vorlieben bei weiblichen Athletinnen und achten besonders auf Femininität und die Proportionen einer Frau. Männer entscheiden ebenfalls über die Regelungen und tragen daher maßgeblich zur Definition von Weiblichkeit und weiblich-sein innerhalb des Bodybuildings bei.

„The instability of judging standards supports the perspective that gender is not inherent or natural but rather is contingent on the social location of whoever is defining it.” (ibid.)

Durch die subjektive Bewertung und die unterschiedlichen Vorlieben der Jurymitglieder ist für die Athletinnen eine Beurteilung ihrer sportlichen Leistung schwer abzugeben. Hinzu kommt, dass auch die Beziehungen zu den JurymitgliederInnen ein Vorteil für eine gute Bewertung bringt. Dies macht den Wettkampf eher zu einem Freundschaftsspektakel. „Wenn Favoriten der Juroren auftreten, dann werden sie erste.“ (IP Nr. 1). Eine Bikini Fitnessathletin meint, dass zwar Regelungen und Kriterien vorgegeben seien, diese sich jedoch nicht auf die Muskulösität beziehen. Vor allem in der Bikini Fitnessklasse hängt eine gute Bewertung von den eigenen Präferenzen der einzelnen JurymitgliederInnen ab. Erst ab der Bodyfitnessklasse (2. Klasse) wird die Muskulösität bewertet und führt daher zu einer stärkeren objektiven Bewertung (vgl. IP Nr. 1). Eine weitere Athletin der IFBB fühlt sich durch die subjektive Bewertung der JurorInnen ungerecht behandelt und bewertet. In ihrer Klasse steht die sportliche Leistung im Hintergrund, für die sie jedoch hart trainiert hat. Muskulösität wird in ihrer Klasse abwertend bewertet und führt zu einer schlechten Platzierung. Für sie führt diese Art der Beurteilung zu einer Unsicherheit und Demotivation:

„Ja du weißt im Prinzip nicht, was gefordert ist, weil gerade in der Bikiniklasse ist es rein subjektiv. Du reißt dir den Hintern auf und im Prinzip werden dann doch keine Frauen mit Sixpack gewünscht und es gewinnen die, die deutlich WEICHER aussehen, aber halt weiblicher.“ (IP Nr. 2)

Auch eine weitere Athletin schildert mir von den stetig ändernden Wertungsregelungen und -kriterien in Bezug auf die Bewertung der Frauenklassen:

„Bei der Fitnessklasse ist es schwieriger - einmal war die Linie: Muskulös und scharf; dann nächstes Jahr war die Weiblichkeit wichtiger. Einmal bist du auf der Bühne sehr weiblich, sehr süß – die Haare sind gemacht und alles und alle anderen schauen muskulös aus und du denkst dir: Du bist zu wenig. Das nächste Jahr baust du dann mehr Muskeln auf und alle anderen sind dann sehr weiblich.“ (IP Nr. 7)

Durch die subjektive Bewertung der JurorInnen ist ein Widerspruch zwischen den Regelungen und der Realität innerhalb des Sports ersichtlich. Zudem ist die Bewertung von Femininität und einer weiblichen Erscheinung nicht klar definiert und führt zu ungleichen Wertungsrichtlinien. Für eine weitere befragte Interviewpartnerin führte die starke Rücksichtnahme auf ihr feminines Auftreten bei ihrem ersten Wettkampf zu Verwirrungen, da sie sich dessen nicht bewusst war und auch nicht stark auf ihre Bühnenpräsenz achtete:

„Ich wusste nicht, dass so stark darauf geachtet wird – dachte Symmetrie und Muskulösität spielen eine größere Rolle, weil es eine Sportart ist.“ (IP Nr. 4)

Für sie war der Fokus ihrer Weiblichkeit in der Bewertung eine Unvereinbarkeit mit den vermeintlichen Zielen des Sports. Dies zeigt, dass die sportliche Leistung der Frauen im Bodybuilding nicht denselben Stellenwert hat, wie die Leistung der Männerbodybuilder.

„Du musst alles haben. Du musst feminin sein, du musst sportlich sein, du musst Haare haben – du musst alles haben.“ (IP Nr. 7)

Von den befragten Athletinnen wird also verlangt, ihre Identität als Frau und auch als Athletin zu präsentieren und dabei den Vorstellungen der Gesellschaft und der Bodybuilding Verbände zu entsprechen. Es reicht also nicht, als Bodybuilderin die sportliche Leistung zu bieten, sondern sie müssen sich auch in eine Frau verwandeln. Dafür brauchen sie die bereits erwähnten Schönheits- und

Körpermodifikationen. Somit ist Schönheit für Frauen nichts Natürliches, sondern etwas Gemachtes. Die Entscheidung der IFBB "Weiblichkeit" als offizielles Beurteilungskriterium einzuführen, während Männlichkeit implizit mit Muskelkraft beim Bodybuilding Wettkampf der Männer bestehen bleibt, spiegelt die konservative Ideologie der Geschlechtervorstellungen wider (Boyle 2005: 135). Ebenfalls hebt es „den Unterschied zwischen Männern und Frauen nachdrücklich hervor und stützt damit die gesellschaftlich erwünschten Geschlechterverhältnisse“ (Kugelmann 1995: 104).

Das Kapitel 3.4. zeigte bereits auf, dass Frauen von manchen Wettkampfposen ausgeschlossen sind. Da sich die Richtlinien für weibliche und männliche Bodybuilder unterscheiden, ist eine Gleichstellung der Geschlechter nicht existent. Im Interview erklärt ein Wertungsrichter, weshalb die „Most Muscular“ Pose der NABBA nicht für Frauen durchzuführen ist:

„Eine Frau macht nicht ‚Most Muscular‘. Es passt nicht zu den weiblichen Attributen – ganz einfach. Ich finde, es schaut auch optisch schöner aus und besser aus, weil eine Frau, auch wenn sie so extrem massiv ist, einen grazileren und anderen Körperbau hat als ein Mann.“ (IP Nr. 11)

Während die Stereotypen und Definition über Männlichkeit in eine einheitliche und klare Richtung zielen, gibt es Widersprüche bei dem, was als typisch weiblich gilt (vgl. Kugelmann 1995: 57). Eine Frau ist also von manchen Posen ausgeschlossen, da es sich für sie nicht gehört und nicht dem Weiblichkeitsbild entspricht. Bestimmte Posen verkörpern Männlichkeit und sollen daher von Frauen nicht ausgeführt werden. Ihr muskulöser Körper soll ihrer Geschlechteridentität gerecht bleiben. Eine Aufrechterhaltung der Geschlechterrollen, sowie die Bewertung von Femininität sind für zwei der Interviewpartnerinnen jedoch wichtig um eine Vermischung von Weiblichkeit und Männlichkeit zu vermeiden:

„Lass die Männer Männer sein und die Frauen Frauen sein. Du musst nicht beweisen, dass du so stark bist wie ein Mann.“ (IP Nr. 5)

Von Frauen wird auch nicht dieselbe sportliche Leistung erwartet wie bei den Männern, da dies auf natürlichem Wege auch nicht möglich sei.

*„Also Gleichstellung würde ich jetzt nicht sagen, weil es wird jetzt auch nicht von den Frauen erwartet, dass sie so viel Muskulösität präsentieren. Wir haben es ja schwer, ja wir haben kein natürliches Testosteron. Das können sie nicht verlangen und deswegen sage ich: Natürlich können sie uns nicht gleichstellen. Deswegen ist es nur gerechtfertigt so wie es ist.“
(IP Nr. 1)*

Ihrer Meinung nach würde eine Gleichbehandlung der Geschlechter im Bodybuilding zu höheren Risiken für Frauen führen, indem die Athletinnen unnatürliche Hilfsmittel einnehmen würden, um die gleiche Körperform wie ihre männlichen Konkurrenten zu erzielen. Dies würde wiederum zu einer Vermännlichung führen und zu einem Verlust ihrer Femininität. „Die Richtlinien für körperliche Schönheit, Bewegung und Fitness“ richten und ändern sich nach den Gesetzen, die die Politik oder der Markt bestimmen (Kugelman 1995: 133). Nach Interpretation Kugelmanns kann davon ausgegangen werden, dass Bodybuilding Verbände die „Bestimmer“ von Bodybuilding sind und die geltenden Spielregeln festlegen. Die unterschiedlichen Bewertungskriterien für Frauen und Männern, sowie die Kleidungs Vorschriften für Frauenbodybuilder halten die Geschlechterrollen im Bodybuilding aufrecht. Die Richtlinien der weiblichen Erscheinung und die Vorstellung von Femininität innerhalb des Sports passen sich an den normativen Idealen von Weiblichkeit an. Dabei geht es im Bodybuilding um die Strategie, den Sport als Leistungssport möglichst erfolgreich zu vermarkten. Hierbei lässt sich Frauenbodybuilding aufgrund der negativ behafteten Vorurteile schwer vermarkten.

5.4.2 Vermarktung von Frauenbodybuilding

Der Andrang des Publikums zum Spektakel der höchsten Bodybuildingklasse, nämlich dem Bodybuilding, war beim NABBA Wettkampf äußerst interessant zu beobachten. Vor dem Auftritt der Höchstdisziplin des Bodybuildingwettkampfs fanden die weiblichen Bodybuildingklassen statt, die jedoch nur eine geringe Anzahl an Personen mitverfolgten. Viele haben ab den Auftritten der zweithöchsten Frauenklasse nämlich ihre Plätze verlassen und sind erst wieder zu der Männerdisziplin zurückgekehrt. Auffallend bei meinen Beobachtungen waren die unterschiedliche Vermarktung der Bodybuildingklassen und die Relevanz der Bikifitnessklasse im Bodybuilding. Auf die Frage hin, welche Bodybuildingklasse die

Masse am meisten anziehe und mit welcher Begründung, antwortete mir eine Bikini Fitnessathletin folgendermaßen:

„Die Bikini Fitness und die großen Männerklassen. Die Bikini Fitness entspricht noch dem Schönheitsideal der perfekten Frau und das wird auch gerne von außen angenommen. Also die Bikini Fitness die erfreuen sich einer großen Beliebtheit und sind große Publikumsmagnete. Dann natürlich auch die großen Männerklassen, weil sie diesen extremen männlichen Merkmalen entspricht. Die Bikinimädchen sind extrem schön, extrem schlank und extrem aufgehübscht.“ (IP Nr. 1)

Frauen, die femininer wirken, also trotz Muskeln noch als Frau gesehen werden, wie z.B. Dana Linn Bailey, haben Vermarktungspotenzial und werden von SponsorInnen gefördert. Boxerinnen oder Ringerinnen werden als Show und nicht als Sport gezeigt, da die Rolle der „wilden, angriffswütigen, schlagkräftigen“ Athletin in leichter Kleidung und mit starken Muskeln als „Show-Mieze“ dargestellt wird (Kugelmann 1995: 95). Vergleichbar ist dies mit Bikini Fitnessathletinnen, welche auch innerhalb des Bodybuildingkreises als die Models der Bodybuildingszene betrachtet werden. Sie repräsentieren nicht den Sport, sondern sollen für Unterhaltung sorgen und möglichst viele ZuschauerInnen anlocken.

Aus diesem Grund lässt sich diese Bodybuildingkategorie auch am besten vermarkten. Der weibliche Körper wird in dieser Hinsicht auch erotisiert, indem bei der Vermarktung verstärkt stereotypischen Weiblichkeitsmerkmalen, wie dem Busen, das Tragen von High-Heels und Make-up, Aufmerksamkeit geschenkt wird. Ihre sportliche Leistung steht im Hintergrund und ist nicht im Interesse der Bodybuilding Verbände. Dies begründet, weshalb diese Klasse auch als der Schönheitswettbewerb im Bodybuilding betitelt wird.

Es gibt zwischen den Bodybuilding Verbänden unterschiedliche Interpretationen und Meinungen zur Sportart selbst. Während Bodybuilding für den IFBB-Verband auch Fitness sein kann und FitnesssportlerInnen eine Plattform für ihre sportliche und körperliche Leistung bietet, ist die NABBA der Ansicht, dass diese AthletInnen keine Bodybuildingvoraussetzungen mitbringen und Fitness mit Bodybuilding nicht

vergleichbar sei. Eine Athletin, die selbst in der Bikini Fitnessklasse tätig ist, meint, dass ihre Klasse die „Schönheitsklasse“ der IFBB sei und nur aus Geldgründen gefördert wird. Alle höheren Klassen, die leistungsorientierter sind und in denen Muskulösität relevant ist, werden immer weiter weggedrängt (vgl. IP Nr. 2). Der Grund dafür, dass die höheren Frauenklassen nicht gefördert und vermarktet werden, lässt sich in der Geschlechterhierarchie begründen. Die Machtverteilung zwischen Frauen und Männer soll nicht in Gefahr gebracht werden. Vor allem die Bikinifitnessklasse der Frauen und die Men's Physique Klasse der IFBB bringen einen wirtschaftlichen Gewinn und ziehen das Publikum an. Sie kommen dem Ideal von Männlichkeit und Weiblichkeit sehr nahe und vermarkten den heutigen Fitnesstrend.

Nach Aussagen einiger Athletinnen hängt die Vermarktung einzelner Bodybuilderinnen, die in der Bikini Fitnessklasse antreten, von ihrer Femininität und nicht von ihrer Leistung ab. So ist eine zehnfache Ms. Olympia Athletin Iris Kyle aufgrund ihrer unweiblichen Attribute und extremen Muskulösität nicht kommerziell. Laut der Meinung des Wertungsrichters habe Frauenbodybuilding nämlich zu viel „Freakshow-Charakter“:

„Es ist nicht vermarktbar – es ist schwer vermarktbar. Es ist etwas, was keiner sehen will und etwas das die Menschen nicht schön oder irgendwie erstrebenswert finden. Das heißt, du hast keine mediale Plattform für diese Art und Weise des Sports – was ich absolut schade finde, weil man ihnen den Boden unter den Füßen wegzieht. Der Sport soll nicht immer nur dann ausgetragen werden, wenn ein finanzieller Profit davon getragen wird, sondern Sport soll Sport bleiben.“ (IP Nr. 11)

Laut seiner Aussage ist die Vermarktbarkeit des Bodybuildings also nicht mehr vorhanden, da die Gesellschaft dem Sport, und vor allem den Bodybuilderinnen, sehr kritisch gegenüber steht. Es sind keine Ideale, die von der Gesellschaft angestrebt werden. Zudem sind auch viele Frauen nicht bereit, über die zweite Klasse der unterschiedlichen Bodybuilding Verbände anzutreten, da es nicht ihrem Schönheits- und Weiblichkeitsbild entspricht.

6 Schlussfolgerung

Wir leben in einer Zeit, in der sehr viel Wert auf eine gesunde Ernährung und Fitness gelegt wird. Fitness ist in den letzten Jahrzehnten zu einem Kult geworden und auch Kraftsport stößt auf große Beliebtheit. Bodybuilding, als Höchstdisziplin des Kraftsports, ist ein Körperkult der durch Eugene Sandows zu einer modernen und populären Sportart wurde. Der Sport sollte zu einer bewussteren und gesünderen Lebensweise führen und Menschen dazu motivieren ihren Körper zu optimieren und zu pflegen. Bodybuilding ist ein individualistischer Sport, in dem es hauptsächlich um die eigene Person und die körperliche und geistige Entwicklung geht. Es ist ein Leistungssport, der zielgerichtet auf den Körper fokussiert ist und diesen nach eigenen Wunschvorstellungen formt und verändert. Disziplin und Selbstbeherrschung, sowie Konsequenz im Hinblick auf das Ernährungsverhalten, sind Grundvoraussetzungen für das Erreichen des gewünschten Zielkörpers.

Die befragten Athletinnen gaben an, Bodybuilding als „Lebenswegweiser“ zu sehen und richten ihr Leben nach dem Sport aus. Dies führt zu einem bewussten Umgang mit dem Körper und damit verbunden zu einer gesunden Lebensweise und zu einem positiven Körpergefühl. Meine Untersuchung zeigt, dass Bodybuilding sowohl von Medien und Nicht-AthletInnen, als auch von BodybuilderInnen selbst, als ein Extremsport angesehen wird, der häufig mit negativen Vorurteilen behaftet ist. Dies ist zum einen in der strikten Lebensführung der SportlerInnen begründet, zum anderen in ihrer stark muskulösen Körperform, welche sich sichtlich von jener der Nicht-BodybuilderInnen unterscheidet.

Bodybuilding ist jedoch vorwiegend eine Männerdomäne, da ein muskulöser, starker und kräftiger Körper angestrebt wird. Diese Eigenschaften werden mit Männlichkeit assoziiert und unterscheiden sich erheblich von jenen, die nach allgemeinem Verständnis dem „Frau-sein“ zugeordnet werden. In meiner Arbeit wird die Behauptung thematisiert, dass weibliche Bodybuilder eine Art Widerstand gegenüber gesellschaftlichen Normen und Stereotypen von Weiblichkeit leisten. Zudem wird ihnen vorgeworfen mit ihrer Teilnahme am Bodybuilding gegen die allgemeine Vorstellung und Bedeutung von „Frau-sein“ zu rebellieren. Meine Forschung behandelt diese Argumentation und deckt auf, dass die Athletinnen aus

persönlichen Vorlieben und Gründen den Sport betreiben. Für sie ist Bodybuilding zu einer Leidenschaft und Art Obsession geworden, die eine Erreichung ihrer körperlichen Wunschvorstellung ermöglicht und durch welche sie einen bewussteren Umgang mit ihren Körpern und ihrer Femininität erzielen. Aus meinen Interviews ist ebenfalls erkennbar, dass die Athletinnen den Sport ausüben, um eine weitere Art von Femininität, nämlich der sportlichen und kraftvollen Frau, zu vertreten. Zudem versuchen sie das traditionelle Frauenbild, das durch Models repräsentiert wird, zu ersetzen. Die befragten Athletinnen sind der Ansicht, dass solche Models nicht als schön empfunden werden sollten, da sie keinen gesunden und sportlichen Lebensstil pflegen. Die These des Widerstands gegenüber den allgemein gültigen Weiblichkeitsvorstellungen wird in meiner Forschung vom Standpunkt der Mehrheitsgesellschaft betrachtet, jedoch nicht von den befragten Athletinnen. Die Auswertung der Fragebögen, sowie die Aussagen der InterviewpartnerInnen zeigen nämlich auf, dass Bodybuilderinnen als Personen betrachtet werden, die sich aufgrund ihrer muskulösen und sportlichen Körperform vom allgemeinen Verständnis von Femininität abheben. Sie sind Frauen, die mit ihrem Auftreten den gesellschaftlichen Vorstellungen von Weiblichkeit nicht entsprechen und mitunter von Personen, welche selbst kein Bodybuilding betreiben, abgelehnt werden.

Die Auffassung von „Weiblichkeit“ hat sich durch kulturelle und gesellschaftliche Wandlungsprozesse im Laufe der Zeit verändert und wird stets neu interpretiert. Dennoch steht Weiblichkeit im Kontrast zur Männlichkeit und wird unter anderem durch Schwäche und Unterordnung definiert. Frauen werden vorwiegend über ihren Körper definiert und verkörpern ebenso das „schöne“ Geschlecht. Heutzutage sind zwar auch Männer dem körperlichen Druck ausgesetzt den männlichen Schönheitsidealen zu entsprechen, dennoch ist Schönheit überwiegend den Frauen zugeschrieben und führt zu einer permanenten Auseinandersetzung mit ihrer körperlichen Erscheinung, sowie ihrem weiblichen Auftreten. Ihr Erscheinungsbild ist somit kennzeichnend für ihre Identität als Frau. Der Fokus auf den weiblichen Körper zur Definition von Femininität und Konstruktion von Schönheit, zwingt Frauen auf ihre körperliche Erscheinung und Verhaltensweise zu achten, um sie in ihre Geschlechterrolle zu zuweisen. Frauen im Sport unterliegen einer verstärkten Zuschreibung von Bedeutungen, da ihr Körper der Öffentlichkeit präsentiert und ihre sportliche Leistung bewertet wird. Meine Forschung behandelt den

Weiblichkeitszwang, dem Frauen im Sport nach Kugelmann (1995) unterliegen, um den gesellschaftlichen Vorstellungen von Femininität und der Bedeutung von „weiblich-sein“ zu entsprechen. Meine Arbeit untersucht den Weiblichkeitszwang im Sport und verdeutlicht, dass vor allem Bodybuilderinnen sehr stark unter diesem Zwang leiden und versuchen sich dem anzupassen.

Die starke Ablehnung des Frauenbodybuildings durch die Gesellschaft, sowie das Einfließen von „Femininität“ in die Bewertung sollen die Athletinnen in ihre Geschlechteridentität verweisen. Es besteht also ein gesellschaftliches Interesse an der Aufrechterhaltung der Geschlechterunterschiede, das sich massiv auf das Frauenbodybuilding ausgewirkt hat. Im Bodybuilding herrscht daher ein zweigeschlechtliches System, in dem Frauen dem Weiblichkeitszwang unterworfen sind. So werden ihnen manche Posen verweigert, die gemeinhin als „Männerposen“ gelten und für weibliche Athletinnen als nicht geeignet angesehen werden. Bei männlichen Bodybuildern gilt ein „männliches Auftreten“ als selbstverständlich und natürlich, da schon allein ihr Körper Männlichkeit ausstrahlt. Gleichzeitig werden weiblichen Bodybuildern ein weibliches Auftreten und eine feminine Ausstrahlung abverlangt. Es ist ein Machtgefälle im Bodybuilding erkennbar, welches das Weibliche vom Männlichen differenziert. Eine Gleichstellung der Geschlechter ist somit nicht existent, obwohl die Muskelmasse als das zentrale Element dieser Leistungssportart gilt.

Diese Erkenntnis verdeutlicht, dass das „Frau-sein“ und Bewegungen, welchen Weiblichkeit zugeschrieben wird, nicht der natürlichen Physiologie entsprechen. Vielmehr wird Femininität zu etwas Gemachtem, ein Konstrukt, welches nach außen ausgestrahlt werden muss, möchte man als Frau identifiziert werden. Mit Make-up, ihrer Kleidung und Haltung versuchen sie einen Kompromiss mit den konventionellen Vorstellungen von Weiblichkeit einzugehen, jedoch auch den sportlichen Erwartungen im Bodybuilding gerecht zu werden. Schönheitsmodifikationen, wie etwa Make-Up und Schmuck, spielen nicht nur in der Wettkampfbewertung eine entscheidende Rolle, sondern bestimmen auch das Weiblichkeitsempfinden und Selbstbewusstsein der Bodybuilderinnen mit. So fühlen sich die Athletinnen in ihrer Wettkampfform am weiblichsten. Ihr fettfreier Körper sowie die verpflichtenden Schönheitsmodifikationen, betonen und heben ihre Weiblichkeit hervor. Die bewusste Repräsentation der Femininität führt zu einem verstärkten

Weiblichkeitsgefühl und Wohlbefinden im eigenen Körper. Ihre Vorstellungen von Schönheit und Weiblichkeit richten sich hauptsächlich nach den Wettkampf- und Wertungskriterien der jeweiligen Bodybuildingklasse.

Auch wird durch diese Forschungsarbeit aufgezeigt, dass das Weiblichkeitsempfinden der Bodybuilderinnen und deren Vorstellung, was als feminin angesehen wird, stark durch Bodybuilding Verbände beeinflusst und mitbestimmt wird. Durch die Teilnahme an Wettkämpfen wird das äußere Erscheinungsbild der Bodybuilderinnen als Frauen, wie auch ihre sportliche Leistung entsprechend bestimmten Wertungskriterien beurteilt. Sie stehen unter konstanter Beobachtung der ZuschauerInnen, sowie der WertungsrichterInnen. Die Präsenz der Bodybuilderinnen in der Öffentlichkeit und die Beurteilung durch Außenstehende führen zu einem bewussten Umgang und einer intensiven Auseinandersetzung mit ihrem Körper und ihrer Femininität. Durch das Bodybuilding entsteht daher ein ausgeprägter Fokus auf die eigene Darstellung und Wahrnehmung als Frau.

Indem die Muskulösität und der sportlich, athletische Körper der Wettkampfathletinnen bewertet wird, steht ihre Femininität und weibliche Darstellung unter Kritik. Meine Beobachtungen bei zwei Bodybuilding Wettkämpfen zeigen, dass sowohl ZuschauerInnen, als auch die Bodybuilding Vereine eine Abneigung gegenüber allzu muskulösen Frauen zeigen. Zudem verdeutlicht die Auswertung meiner Umfrage, dass Personen, die kein Bodybuilding betreiben, Frauenbodybuilderinnen häufig als nicht feminin und attraktiv ansehen. Der Grund hierfür scheint die „Verschmelzung“ von männlichen und weiblichen Attributen zu sein. Bodybuilding Verbände und deren Wettkampffregelungen definieren somit die Geschlechternormen innerhalb des Sports und setzen fest, wann die Grenze von Femininität zu Männlichkeit überschritten ist. Die in unserer Kultur stark verankerte Sichtweise der Frau als das „schöne Geschlecht“ hindert die Athletinnen daran, ihr sportliches Potential zur Gänze auszuschöpfen.

Die Ungleichheit der Geschlechter ist eine soziale Konstruktion, die auf körperliche Unterschiede beruht und begründet ist. Meine Untersuchung beleuchtet die ungleiche Bewertung innerhalb des Bodybuildings, die dazu führt, dass der Erfolg der Athletinnen im Wettkampf unter anderem von den subjektiven Vorlieben der WertungsrichterInnen abhängt. Indem Femininität und die Proportionen einer Frau in

die Bewertung miteinfließen muss ihr Geschlecht und ihre Identität als Frau ebenfalls präsentiert und hervorgehoben werden. Ihr Auftreten als Frau sowie als Athletin sollen dabei nicht nur den Weiblichkeitsvorstellungen der JurymitgliederInnen gerecht werden, sondern auch die ZuschauerInnen zufriedenstellen. Bringt eine Athletin diese Voraussetzungen mit, bestehen für sie gute Chancen einen Sponsor zu finden und in Österreich mäßige Berühmtheit zu erlangen. Den befragten Athletinnen ist das zweigeschlechtliche System innerhalb des Bodybuildings allerdings bewusst und befürworten zum Teil die Geschlechtertrennung im Sport, jedoch nicht die subjektive Bewertung der WertungsrichterInnen. Die Differenzierung der Geschlechteridentitäten sorgt nämlich dafür, dass Bodybuilderinnen nicht die gleiche Körperform erreichen, wie ihre männlichen Mitstreiter. Dies wäre bekanntermaßen nur mit Hilfsmitteln möglich, die gesundheitsschädlich sind und aufgrund der Nebenwirkungen zu einem Verlust ihrer Weiblichkeit führen würde.

Einerseits hat Bodybuilding das Potenzial die Geschlechterhierarchie zu durchbrechen indem ihre Körper nach ihren eigenen Wunschvorstellungen modelliert werden, andererseits sind sie nichtsdestotrotz dem Geschlechterunterschied und den Regelungen der Bodybuilder Verbände unterworfen. Die befragten Athletinnen sehen sich somit im Konflikt zwischen ihrer sportlichen und muskulösen Körperform, die ihren eigenen Vorstellungen von Weiblichkeit entspricht, aber Maskulinität signalisiert und den gesellschaftlichen Erwartungen eines weiblichen Auftretens entgegenwirkt. Frauenbodybuilder stehen vor der Herausforderung, einen Balanceakt zwischen Muskulösität, einem Attribut, das im Allgemeinen dem Mann zugeschrieben wird, und Weiblichkeit zu vollziehen. Die Schwierigkeit besteht vorwiegend darin, ein gewisses Maß an Muskulösität nicht zu überschreiten, um weiterhin als feminin betrachtet zu werden. Während Bodybuilderinnen sich gemäß eigenem Empfinden noch innerhalb der für sie akzeptablen Grenzen an Muskulösität befinden, betrachten Personen, die keinen Bezug zu Bodybuilding haben, diese als unweiblich und zu maskulin.

Die Fremd- und Selbstwahrnehmung von Bodybuilderinnen stehen somit sehr stark im Kontrast zueinander. Die kritische Beurteilung durch fremde Personen führt häufig zu anfänglichen Selbstzweifeln und Einschränkungen in der eigenen Weiblichkeitswahrnehmung und beeinträchtigt das körperliche Wohlbefinden. Die bewusste Auseinandersetzung mit den individuellen Weiblichkeitsvorstellungen,

sowie die Formung des Körpers nach dem eigenen Schönheitsideal verhelfen Bodybuilderinnen zu einer Stärkung des Selbstbewusstseins und einer positiveren Selbstwahrnehmung. Bekräftigt wird dies zusätzlich durch die Unterstützung des Familien- und Freundeskreises. Ihre Teilnahme am Bodybuilding hat bei den befragten Athletinnen somit zu einer Identitätsentfaltung und -findung geführt, sowie zu der Erkenntnis, dass sie gleichzeitig Frau und Athletin sein können.

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass Bodybuilderinnen sich trotz ihrer Teilnahme an einer männerdominierten Sportart, und der allgemeinen Abneigung der Gesellschaft gegenüber ihrer muskulösen Körperform, als weiblich empfinden. Bodybuilding definiert und bestimmt die Vorstellungen von Femininität der Athletinnen, sowie ihr Schönheitsideal. Zudem nimmt ihre Teilhabe an Wettkämpfen starken Einfluss auf ihr Weiblichkeitsempfinden und ihr körperliches Wohlbefinden ein. In ihrer Selbstwahrnehmung sehen sie sich als willensstarke und ehrgeizige Frauen, die ihren sportlichen Zielen nachgehen. Für sie ist Bodybuilding nicht nur eine Sportart, sondern ein Lebensstil, der einen bewussten und gesunden Umgang mit ihrem Körper und ihrem Weiblichkeitsempfinden mit sich bringt.

6.1 Die Zukunft des Frauenbodybuildings

Früher war Frauenbodybuilding etwas außergewöhnliches, schockierendes, jedoch nie etwas Weibliches. In den Medien und im Fernsehen wurden Extrembilder von Bodybuilder Frauen gezeigt, die zu einer abschreckenden Wirkung bei Frauen führten, welche sich für die Sportart interessierten (vgl. Wedemeyer 1996: 68f.).

Nach Angaben einer befragten Bodyfitnessathletin wurde Frauenbodybuilding nicht in dem Ausmaß ausgeübt, dass „Frauen ausgeschaut haben wie Männer“ (vgl. IP Nr. 5). Sie selbst hat die Entwicklung des Frauenbodybuildings mitbekommen und vor 16 Jahren mit der Sportart angefangen und einen sehr erfolgreichen Werdegang erleben dürfen. Gemäß ihren Aussagen hat es zu Beginn des Frauenbodybuildings noch keine Wachstumshormone gegeben bzw. so starke Hilfsmittel, die lebensgefährliche Auswirkungen haben könnten.

„Bodybuilderinnen waren nicht so extrem (...). Es musste immer größer sein und es gab keine Grenze mehr. Wenn du gewinnen möchtest, musst du mehr haben als das Jahr davor.“ (IP Nr. 6)

Die extreme Körperform, die Frauen durch den Sport bekommen haben und die Gefahr einer Verschmelzung der Geschlechter führten zu einer negativen Entwicklung des Frauenbodybuildings sowie zu einer geringeren Anteilnahme von Frauen im Bodybuilding. Dies ist der Grund weshalb Frauenbodybuilding in seiner Ursprungsform zurückgegangen ist und auch nur sehr selten Frauen in den obersten Kategorien teilnehmen.

In den Interviews ist mehrfach ausgesagt worden, dass Frauenbodybuilding im professionellen Bereich aussterben wird. Die Abneigung der Gesellschaft gegenüber den Bodybuilderinnen sei immer stärker zu spüren und führe zu der Konsequenz, dass keine Frauen diese Klasse vertreten wollen.

“Frauenbodybuilding wird aussterben – deswegen ist die Fitnessklasse da und da werden hübsche Frauen sein und starke Männer. Damit eben Bodybuilding nicht ausstirbt. Starke Männer, hübsche Frauen – so muss das sein. Das ist das was die Leute wollen. Starke Männer und weibliche Frauen.“ (IP Nr. 5)

Meine Beobachtungen und Untersuchung zeigen einen Einblick hinter die Kulissen der Wettkämpfe und heben die institutionelle Marketingpolitik der Wettbewerbe hervor. Es wird versucht den muskulösen Frauenkörper an die dominierenden hegemonialen Normen von Weiblichkeit anzupassen, indem bestimmte stereotypische Weiblichkeitsaktivitäten von ihnen verlangt werden. Der muskulöse Frauenkörper wird nur auf sein Geschlecht reduziert und soll den vorherrschenden Weiblichkeitsvorstellungen entsprechen. Dies begründet weshalb Frauenbodybuilding am Aussterben ist und es für Frauen keine bestimmten Regelungen gibt.

Weibliche Bodybuilder können aufgrund ihres Körpers nicht dieselbe sportliche Leistung erbringen und werden durch bestimmte Richtlinien und Regelungen in ihre

Geschlechterrolle verwiesen. Somit wird bei Bodybuilderinnen nicht nur auf ihre sportliche Leistung geachtet sondern auch darauf, ob sie den gesellschaftlichen Vorstellungen von Weiblichkeit gerecht werden und sie ihrer Geschlechterrolle zugeordnet werden können. Zurück also zu den stereotypischen Klischees der Geschlechterrolle. Frauen sollen Schönheit repräsentieren und das schöne Geschlecht darstellen, während Männer das starke Geschlecht sind und mit ihrem Körper Kraft und Stärke symbolisieren. Bodybuilding ist und bleibt somit eine Sportart, in der Frauen stets in ihrer Leistung den Männern untergeordnet sind und gebremst werden.

6.2 Ausblick

Das Geschlecht des Bodybuildings ist klar und deutlich maskulin. Frauen haben zwar immer mehr Zugang zu sogenannten männerdominierten Sportarten, dennoch bleibt Bodybuilding eine frauenuntypische Sportart und wird daher für Frauen als ein nicht erstrebenswerter Sport betrachtet. Frauenbodybuilderinnen werden weiterhin belächelt und als nicht ernstzunehmende Athletinnen gesehen. Sie waren von Beginn an das „andere“ und „schwächere“ Geschlecht, das hauptsächlich zur Anlockung der ZuschauerInnen diente. Wie meine Untersuchung und Beobachtungen verdeutlichen, sind Frauenbodybuilder, die über die Bikini Fitnessklasse hinausgehen, weiterhin Außenseiterinnen dieser Sportart.

Das Image der sportlichen Frau hat sich nur minimal zum Positiven verändert. Ihr Körper und die Geschlechterunterschiede stehen weiterhin im Mittelpunkt des Sports und werden hervorgehoben. Ziel ist das System der Geschlechterordnung und das Machtgefälle im Sport beizubehalten. Sport ist ein System, das auf einer Geschlechtertrennung basiert und eine Gleichstellung der Geschlechter schwer zulässt. Es ist eine sexistische und patriarchale Haltung im Sport erkennbar, die sich negativ auf die sportliche Leistung der Athletinnen auswirkt. Im Sport sollte eine Gleichberechtigung gegeben sein, die das sportliche und körperliche Potenzial der Athletinnen ausschöpft und eine gleichwertige Plattform aller AthletInnen ermöglicht.

Bodybuilderinnen haben die Fähigkeit den Sport als Widerstand gegen die kulturelle Zuschreibung von Frauen als das schwache und dem Mann untergeordnete Geschlecht zu überwinden. Es muss daher näher erforscht werden, weshalb Frauen

einer Sportart nachgehen die mit Männlichkeit assoziiert wird, um ein besseres Verständnis für ihre Teilnahme zu erhalten. Bodybuilding fordert die Denkweise über Weiblichkeit und das Bild der Frau heraus. Die muskulöse Körperform der Bodybuilderinnen könnte zu einer neuen Betrachtungsweise von Femininität führen und somit das Weiblichkeitsbild erweitern. Ihre Teilnahme an einer typischen „Männersportart“ könnte eine Veränderung der vorherrschenden Vorstellungen von Weiblichkeit hervorrufen. Bodybuilding könnte den Anstoß dazu geben, über starre Geschlechtergrenzen hinauszugehen und Geschlechterordnungen im Sport neu zu schaffen. In den Medien sollte daher ebenfalls ein Frauenkörper präsentiert werden, der sowohl Stärke als auch Kraft ausstrahlt. Zudem soll ein sportliches Frauenbild geschaffen werden, das einen gesunden und fitten Lebensstil fördert. Die ästhetischen Ideale müssen verändert werden um Frauenbodybuilder akzeptieren zu können. Ideale, wie Kontrolle, Selbstdisziplin, Kompetenz und Stärke und Kraft sollen als Eigenschaften der Frau herangezogen werden und das Bild der Frau in ein anderes Licht rücken.

Sport ist ein Feld das die kulturellen Verhaltensmuster und Werte innerhalb einer Gesellschaft aufzeigt. Die Untersuchung auf die Weiblichkeitskonstruktionen sowie auf die Vorstellung von Femininität innerhalb des Sport bzw. des Bodybuildings veranschaulicht den starken Einfluss des Sports auf die Athletinnen in ihrer Verhaltensweise, äußerlichen Erscheinung, Identität und Weiblichkeitsempfinden als Frau. Sport muss daher intensiver aus der Perspektive der AthletInnen beleuchtet und erforscht werden.

Der Fokus der bereits durchgeführten Untersuchungen und Interviews über weibliche Bodybuilder liegt verstärkt auf der Grenzüberschreitung der Gendervorstellung als auch auf der Beeinflussung des Frauenbodybuildings in Bezug auf die Genderfrage. Die Sportart „Bodybuilding“ als Untersuchungsfeld muss jedoch näher analysiert werden, da der Ursprung der Geschlechterfrage durch die Verbände begründet wurde. Der Sport beeinflusst nämlich die Vorstellung von Weiblichkeit und gibt Richtlinien vor, wie das Frauenbild auszusehen hat. Dies hindert die Athletinnen daran gleichwertig bewertet und behandelt zu werden. Geschlechterzuschreibungen des Sports als entweder männlich oder weiblich müssen abfallen, um den Athletinnen sportlichen Freiraum zu lassen und nicht in ihre Geschlechterrolle zu

drängen. Es sollten keine unterschiedlichen Geschlechterregelungen geben, sondern den Athletinnen frei wählbar sein, ob bestimmte Ausführungen ausgeübt werden sollen oder nicht, z.B. die „Most Muscular“ Pose im Bodybuilding. Die Konstruktion des weiblichen Geschlechts innerhalb des Sports bedarf intensiverer Forschung und Untersuchungen, um das traditionelle Bild und Frauenkörperideal zu erweitern.

Quellenverzeichnis

BESNIER, Niko/BROWNELL, Susan (2012): Sport, Modernity, and the Body. Annual Review of Anthropology 41: 443-459.

BELL, C. Melina (2008): Strength in Muscle and Beauty in Integrity. Building a body for her. Journal of the Philosophy of Sport 35 (1): 43-62.

BINDER, Susanna (2001): Die Konstruktion von Schönheit und Weiblichkeit in der Werbung. Ein medienwissenschaftlicher Beitrag zur feministischen Repräsentationskritik. Diplomarbeit. Uni Wien.

BLACKING, John (1997): The Anthropology of the Body. Department of Social Anthropology. Academic Press: London.

BOYLE, Lex (2005): Flexing the Tensions of Female Muscularity. How Female Bodybuilders Negotiate Normative Femininity in Competitive Bodybuilding. Women's Studies Quarterly 33 (1/2): 134-149.

BUTLER, Judith (1991): Das Unbehagen der Geschlechter. Suhrkamp: Frankfurt am Main.

BROWNMILLER, Susan (1984): Weiblichkeit. Die Frau in der Gesellschaft. Fischer: Frankfurt am Main.

CSORDAS, Thomas J. (1990): Embodiment as a Paradigm for Anthropology. Ethos 18 (1): 5-47.

DOUGLAS, Mary (1974): Ritual, Tabu und Körpersymbolik. Sozialanthropologische Studien in Industriegesellschaft und Stammeskultur. Fischer: Frankfurt am Main.

EIGENTHALER, Astrid (2007): Schönheitswahn in den Medien. Eine Untersuchung des Frauenbildes am Beginn des 21. Jahrhunderts. Publizistik- und Kommunikationswissenschaft. Diplomarbeit. Uni Wien.

GATENS, Moira (1992): Power, Bodies and Difference from Destabilising Theory. IN: SHILDRICK, Margit/PRICE, Janet (1988): Feminist Theory and the Body: A Reader. Routledge: Edinburgh University Press: 227-234.

GINGRICH, Andre (2008): Ethnizität für die Praxis: Drei Bereiche, Sieben Thesen und ein Beispiel. IN: WERNHART, Karl R./ ZIPS, Werner (Hg.): Ethnohistorie. Rekonstruktion und Kulturkritik: Eine Einführung. Promedia: Wien: 99-112.

GREMILLION, Helen (2005): The Cultural Politics of Body Size. Annual Review of Anthropology 34: 13-32.

GROGAN, Sarah (2004): Femininity and Muscularity. Accounts of seven women bodybuilders. Journal of Gender Studies 13 (1): 49-61.

GUGGENBERGER, Bernd (1995): Einfach schön. Schönheit als soziale Macht. Rotbuch Verlag: Berlin.

DWORKIN, Shari L./HEYWOOD, Leslie (Hg.) (2003): Built to Win. The female athlete as cultural icon. University of Minnesota Press: Minneapolis.

HALL, Ann M. (1996): Feminism and the Sporting Bodies. Essays on the theory and practice. Human Kinetics: Champaign, Illinois.

HEYWOOD, Leslie (1998): Bodymakers. A cultural anatomy of women's bodybuilding. Rutgers University Press: New Brunswick. New Jersey.

HORSTKEMPER, Marianne/ZIMMERMANN, Peter (Hg.) (1998): Zwischen Dramatisierung und Individualisierung. Geschlechtstypische Sozialisation im Kindesalter. Leske + Budrich: Opladen.

IVEKOVIĆ, Rada/MOSTOV, Julie (Hg.) (2002): From Gender to Nation. Longo: Ravenna.

JOHNSTON, Lynda (1996): Flexing Femininity. Female body-builders refiguring 'the body'. Gender, Place & Culture. A Journal of Feminist Geography 3 (3): 327-340.

KLÄBER, Mischa (2013): Moderner Muskelkult. Zur Sozialgeschichte des Bodybuildings. Transcript Verlag: Bielefeld.

KLEIN, Alan M. (1985): Pumping Iron. Society 22 (6): 68-75.

KLEIN, Alan M. (1986): Pumping Irony. Crisis and contradiction in Bodybuilding. Sociology of Sport Journal 3 (2): 112-133.

KUGELMANN, Claudia (1996): Starke Mädchen – schöne Frauen?. Weiblichkeitszwang und Sport im Alltag. AFRAG-Verlag: Butzbach-Griedel.

MAUSS, Marcell (1989): Gabentausch, Soziologie und Psychologie, Todesvorstellungen, Körpertechniken, Begriff der Person. Fischer: Frankfurt am Main.

MASCIA-LEES, Frances E./BLACK, Nancy Johnson (2000): Gender and Anthropology. Waveland Press: Prospect Heights, Illinois.

MAYRING, Philipp (1999): Einführung in die qualitative Sozialforschung. Eine Anleitung zu qualitativen Denken. Psychologie Verlags Union: München.

McGRATH, Shelly A./CHANANIE-HILL, Ruth A. (2009): „Big Freaky-Looking Women“. Normalizing gender transgression through bodybuilding. Sociology of Sport Journal 26 (2): 235-254.

MOGGE-GROTJAHN, Hildegard (2004): Gender, Sex und Gender Studies. Eine Einführung. Lambertus: Freiburg im Breisgau.

MOORE, Henrietta L. (1994): A Passion for Difference. Essays in Anthropology and Gender. Indiana Univ. Press: Bloomington.

MULLER, SUSAN M. (Hg.)/GORROW, Teena R./SCHNEIDER, Sidney (2010): Enhancing Appearance and Sports Performance. Are female collegiate athletes behaving more like males?. *Journal of American College Health* 57 (5): 513-520.

MUMMENDEY, Hans D. (2006): *Psychologie des "Selbst". Theorien, Methoden und Ergebnisse der Selbstkonzeptforschung*. Hogrefe: Göttingen.

PFISTER, Gertrud (2010): Women in Sport. Gender relations and future perspectives. *Sport in Society: Cultures, Commerce, Media, Politics* 13 (2): 234-248.

PILLE, Thomas (2003): *Die Inkorporierung gesellschaftlicher Normen. Habitusirritationen als Beweggründe für das Tanzen in freien Formen*. Bachelorarbeit . Carl von Ossietzky Universität Oldenburg.

PLATZ, Teresa (2006): *Anthropologie des Körpers. Vom Körper als Objekt zum Leib als Subjekt von Kultur*. Weißensee Verlag: Berlin.

POSCH, Waltraud (1999): *Körper machen Leute. Der Kult um die Schönheit*. Campus Verlag: Frankfurt/Main.

PROBERT, Anne/PALMER, Farah/LEBERMAN, Sarah (2007): The Fine Line. An insight into 'risky' practices of male and female competitive bodybuilders. *Annals of Leisure Research* 10 (3-4): 272-290.

REISCHER, Erica/KOO, Kathryn S. (2004): The Body Beautiful. Symbolism and agency in the social world. *Annual Review of Anthropology* 33: 297-317.

RICHARDSON, N. (2008): Flex-rated! Female Bodybuilding. Feminist resistance or erotic spectacle?. *Journal of Gender Studies* 17 (4): 289-301.

RICHARDSON, Naill/LOCKS, Adam (2014): *Body Studies. The Basics*. Routledge: London.

RUFF, Christopher (2002): Variation in Human Body Size and Shape. *Annual Review of Anthropology* 31: 211-232.

SCHEICH, Elvira (Hg.) (1996): *Vermittelte Weiblichkeit. Feministische Wissenschafts- und Gesellschaftstheorie*. Hamburger Edition: Hamburg.

SCHILDKROUT, Enid (2004): Inscribing the Body. *Annual Review of Anthropology* 33: 319-344.

SCHILLING, Chris/ BUNSELL, Tanya (2009): The Female Bodybuilder as a Gender Outlaw. *Qualitative Research in Sport and Exercise* 1 (2): 141-159.

SCHULZE, L. (1990): On the Muscle. IN: MOORE, P. (Hg.): *Building Bodies*. Rutgers University Press: New Brunswick. New Jersey: 9-29.

SCOTT, Amy (2011): Pumping the Pomp. An exploration of femininity and female bodybuilding. *Explorations in Anthropology* 11 (1): 70-88.

SEIFERT, Ruth (1996): Der weibliche Körper als Symbol und Zeichen. Geschlechtsspezifische Gewalt und die kulturelle Konstruktion des Krieges. In: Gestrich, Andreas (Hg.): Gewalt im Krieg. Lit-Verlag: Münster: 13-33.

SHARP, Lesley A. (2000): The Commodification of the Body and its Parts. Annual Review of Anthropology 29: 287-328.

SHILDRICK, Margit/ PRICE, Janet (1988): Feminist Theory and the Body: A Reader. Edinburgh University Press: Edinburgh.

STOKVIS, Ruud (2006): The Emancipation of Bodybuilding. Sport in Society: Cultures, Commerce, Media, Politics 9 (3): 463-479.

TURNER, Bryan S. (1991): Recent Developments in the Theory of the Body. IN: FEATHERSTONE, Mike (Hg.): The Body – Social Process and Cultural Theory. Sage: London: 1-24.

WEDEMEYER, Bernd (1996): Starke Männer starke Frauen: Eine Kulturgeschichte des Bodybuildings. Verlag C.H. Beck: München.

WESELY, Jennifer K. (2011): Negotiating Gender. Bodybuilding and the natural/unnatural continuum. Sociology of Sport Journal 18 (2): 162-180.

WOLPUTTE, Steven Van (2004): Hang on to Your Self. Of bodies, embodiment, and selves. Annual Review of Anthropology 33: 251-264.

Internetverzeichnis

URL 1:

<http://www.wbpf.at/index.php/disziplinen>

URL 2:

<http://www.bodybuilding.com/fun/drobson61.htm>

URL 3:

<http://www.ifbb-austria.at/ifbb-athleten.html>

URL 4:

<http://www.nabba.at/home/nabba/athleten/>

URL 5:

http://www.nabba.at/extras/ergebnisse/?tx_ttnews%5Btt_news%5D=179&cHash=26c40866a61381ee233500e107c57c14

URL 6:

<http://www.nabba.at/home/nabba/history/>

URL 7:

<http://www.nabba.at/home/wff/history/>

URL 8:

<http://www.gmv.com.au/default.asp?pageid=contestResults&template=content&sid=3>

URL 9:

<http://www.nabba.at/home/nabba/reglement/>

URL 10:

<http://www.ifbb-austria.at/ueber-uns/item/1110-die-geschichte-der-ifbb-1946-bis-heute.html>

URL 11:

<http://www.ifbbpro.com/about-us/>

URL 12:

http://www.ifbb-austria.at/images/stories/Regeln/Regeln_ABFF_Bikini_Fitness_Feb-2015.pdf

URL 13:

<http://www.wbpf.at/index.php>

URL 14:

<http://wbpf.at/index.php/disziplinen>

URL 15:

<http://eatsmarter.de/gesund-leben/news/size-zero-folgen>

Abbildungsverzeichnis:

Abbildung Nr. 1:

<http://www.bodybuilding.com/fun/2014-womens-physique-olympia-preview.html>

Abbildung Nr. 2:

http://www.sfd.pl/Women_s_Bodybuilding_%2F_Kobieca_kulturystyka-t1002730-s11.html



Abbildung Nr. 1: Dana Linn Bailey



Abbildung Nr. 2: Iris Kyle

Anhang

Vorstellung der InterviewpartnerInnen

IP Nr. 1: Seit 2012 Bikini Fitnessathletin der IFBB und bereits vier Teilnahmen an Wettkämpfen der IFBB.

Beruf: Studentin

Ort und Datum: Das Interview fand am 20.10.2014 im Institut für Geographie und Regionalforschung statt.

Dauer: 1 Std. 50 min.

IP Nr. 2: Seit Anfang 2014 Bikini Fitnessathletin der IFBB und bereits zwei Teilnahmen an Wettkämpfen der IFBB.

Beruf: 24 Jahre; Studentin

Ort und Datum: Das Interview fand am eig. (17.10) 24.10.2014 im Institut für Publizistik statt.

Dauer: 1 Std. 20 min.

IP Nr. 3: Seit 2013 Bikini Fitnessathletin der IFBB; vier Teilnahmen an Wettkämpfen der IFBB.

Beruf: über 30 Jahre; Geschäftsinhaberin

Ort und Datum: Das Interview fand am 23.10.2014 in ihrem Geschäft statt.

Dauer: 1 Std. 00 min.

IP Nr. 4: Seit 2014 Bodyfitnessathletin der NABBA; zwei Teilnahmen an Wettkämpfen der NABBA

Alter und Beruf: über 30 Jahre; Geschäftsinhaberin

Ort und Datum: Das Interview fand am 24.11.2014 in einem Kaffeehaus statt.

Dauer: 1 Std. 15 min.

IP Nr. 5: Seit 1998 im Fitnessbereich und Bodybuilding tätig. Beginn zu Beginn ihrer Karriere bei der NABBA und wechselte dann zur IFBB. Vor 10 Jahren mit dem Bodybuilding aufgehört und ist derzeit als Mitglieder der WBPF tätig.

Beruf: Personaltrainerin

Ort und Datum: Das Interview fand am 15.11.2014 in einem Kaffeehaus statt.

Dauer: 2 Std. 10 min.

IP Nr. 6: Seit 2014 Bodyfitnessathletin der IFBB; drei Teilnahmen an Wettkämpfen der IFBB

Beruf: Selbstständig

Ort und Datum: Das Interview fand am 08.01.2015 in einem Kaffeehaus statt.

Dauer: 1 Std. 20 min.

IP Nr. 7: Seit 2013 Bikini Fitnessathletin der IFBB; zwei Teilnahmen an Wettkämpfen der IFBB

Beruf: Studentin

Ort und Datum: Das Interview fand am 09.01.2015 in einem Fitnessstudio statt.

Dauer: 1 Std.

IP Nr. 8: Seit 2013 Fitnessathletin der NABBA; zwei Teilnahmen an Wettkämpfen der NABBA

Beruf: Studentin und Fitnesstrainerin

Ort und Datum: Das Interview fand am 20.03.2016 in einem Kaffeehaus statt.

Dauer: 1 Std 35 min.

IP Nr. 9: Seit 2013 Bikini Fitnessathletin der IFBB; drei Teilnahmen an Wettkämpfen der IFBB

Beruf: Studentin

Ort und Datum: Das Interview fand am 29.01.2015 in einem Kaffeehaus statt.

Dauer: 1 Std.

IP Nr. 10: Ehemalige Physiqueathletin der IFBB; Teilnahme an Wettkämpfen der IFBB von 1995 – 2008

Beruf: Fitnesscoach

Ort und Datum: Das Interview fand am 15.12.2014 in einem Kaffeehaus statt.

Dauer: 1 Std.

IP Nr. 11: War selbst Bodybuilder der NABBA und ist seit 2013 NABBA Wertungsrichter

Beruf: Geschäftsinhaber

Ort und Datum: Das Interview fand am 03.11.2014 in seiner Arbeitsstelle statt.

Dauer: 1 Std 25 min.

Zugang und Eindruck der Interviews:

Die Kontaktaufnahme zu den befragten InterviewpartnerInnen fand mittels „Facebook“ statt. Da meinerseits kein persönlicher Zugang zu Bodybuilding vorhanden war, stellte sich die öffentliche Präsenz und Darstellung der Athletinnen auf sozialen Netzwerken für meine Forschung als großer Vorteil dar. Nichtsdestotrotz gab es ein starkes Desinteresse der Bodybuildingathletinnen, da von insgesamt 38 ehemaligen und derzeit teilnehmenden Athletinnen, elf Personen einem Interview mit mir zustimmten.

Die befragten Personen freuten sich über mein Interesse am Bodybuilding, da der Sport im Allgemeinen negativ betrachtet wird. Meine persönliche Distanz sowie der anthropologische Zugang zum Bodybuilding führten zu detaillierten Schilderungen ihrer Werdegänge und ihrer Erfahrungen im Bodybuilding. Die InterviewpartnerInnen waren mir gegenüber offen, da kritische Themen, wie z.B. Steroide, dennoch angesprochen und ich ihre Meinungen dazu ermittelt werden konnten.

Wie bereits in meiner Arbeit beschrieben, ist die österreichische Bodybuildingszene eine kleine und geschlossene Gemeinschaft. Aufgrund dessen ist die Ausführlichkeit der Beschreibung der InterviewpartnerInnen oberflächlich gehalten, um die Anonymität der befragten Athletinnen zu bewahren.

Abstract

Bodybuilding ist ein individualistischer Sport, in dem es um die körperliche und geistige Entwicklung geht. Es ist ein Leistungssport, der zielgerichtet auf den Körper fokussiert ist und ihn nach eigenen Wunschvorstellungen formt und verändert. Bodybuilding wird als ein Männersport gesehen, da ein muskulöser, starker und kräftiger Körper das Ziel ist. Diese Eigenschaften werden mit Männlichkeit assoziiert und kontrastieren mit dem Begriff „Weiblichkeit“ und dem Verständnis des „Frauseins“ als weich, zierlich oder verletzlich. Indem Frauen sich das Ziel setzen die gleichen körperlichen Eigenschaften wie die eines Mannes zu haben, stellt sich die Frage, wie ihr Empfinden und Vorstellung von Femininität konstruiert ist und welches Schönheitsideal sie anstreben.

Meine qualitative Untersuchung in Form von narrativen Interviews mit zehn österreichischen Bodybuilderinnen aus unterschiedlichen Verbänden und Klassen und einem Wertungsrichter zeigt, dass ihr Weiblichkeitsempfinden sowie ihr Schönheitsideal stark von mehreren integrierenden Faktoren beeinflusst und mitbestimmt werden. Das Bodybuilding und ihre Teilnahme an öffentlichen Wettkämpfen führen zu einem verstärkten Fokus ihrer eigenen Darstellung und Wahrnehmung als Frau. Ihre Vorstellungen von Schönheit und Weiblichkeit richten sich hauptsächlich nach den Wettkampf- und Wertungskriterien ihrer jeweiligen Bodybuildingklasse im Bodybuilding. Bodybuilding ist für die Athletinnen nicht nur eine Sportart, sondern auch ein Lebensstil der einen bewussten und gesunden Umgang mit ihrem Körper und Weiblichkeitsempfinden mitbringt.

Abstract

Bodybuilding is an individualistic sport focusing on the physical and mental development of the person involved. It is a performance sport aiming to shape and change the body according to one's own vision and ideal. Bodybuilding is understood to be a men's sport since a muscular, strong and powerful body is the goal of the sport. These characteristics are associated with masculinity and stand in contrast with traditional concepts of "femininity" and the perception that "being a woman" means being soft, graceful or vulnerable. Women who are trying to achieve masculine physical qualities draw attention on how their views and idea of femininity as well as their ideals of beauty are composed.

My qualitative and thorough examination in the form of narrative interviews with ten female Austrian bodybuilders from different bodybuilding federations and competitive classes and one professional judge shows that athletes' femininity and beauty ideals are strongly influenced and determined by several crucial factors. Female bodybuilding and their participation in competitions lead to an intensified focus on the meaning of womanhood and their perception of femininity. The athletes' ideals of beauty and femininity are mainly based on the competition and assessment criteria of the respective bodybuilding classes. For the athletes, bodybuilding is not only a sport but also a lifestyle leading to a conscious and healthy approach to their body and awareness of femininity.