

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport
Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule
Band: 1 (1998-1999)
Heft: 4

Artikel: Von riesigen Muskelpaketen - und dem Preis dafür...
Autor: Sakobielski, Janina / Pedretti, Leo
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-992119>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 06.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Von riesigen Muskelpaketen – und dem Preis dafür...



Auf der Suche nach dem perfekten Körper reizt oft der vermeintlich helfende Griff zu Medikamenten.

«Anabole Steroide sind wie Drogen: sie versprechen viel, geben wenig und nehmen am Schluss alles, aber auch wirklich alles.» Der Bodybuilder Leo Pedretti weiss, wovon er spricht. Er hat diesen Prozess selbst erlebt, und der Preis, den er dafür zahlen musste, ist alles andere als niedrig. Leo Pedretti ist jedoch einer der wenigen, die einen Ausstieg geschafft haben. Und: er kann heute in einer sympathischen, offenen Art darüber sprechen.

Janina Sakobielski

«Laden» nennt sich das Einnehmen von anabolen Steroiden und anderen Medikamenten in der Sprache der Bodybuilder. «Laden» hat Konsequenzen, die verdrängt oder einfach nicht wahrgenommen werden (wollen). Leo Pedretti ist nach seinen eigenen Worten «mit einem blauen Auge davongekommen. Ich war damals der Überzeugung, dass mir sicher nichts passiert – ich hatte alles im Griff.»

Bodybuilder haben kleine Hoden und sind impotent...



Janina Sakobielski ist Mitglied des SVSS-Zentralvorstandes. Sie unterrichtet am Sportgymnasium in Davos. Adresse: Mattastrasse 3, 7270 Davos-Platz

...lautet ein Vorurteil gegenüber Bodybuildern. Tatsächlich kann das Schrumpfen der Hoden, was eine vorübergehende oder permanente Zeugungsunfähigkeit zur Folge haben kann, nach der Einnahme von anabolen Steroiden nachgewiesen werden. Auch Leo Pedretti kann sich dazu äussern: «Meine Hoden waren während dieser Zeit wirklich extrem klein und schmerz-

ten auch stark.» Heute hat er zwar keine Probleme mehr damit, von anderen Spätfolgen ist er jedoch nicht verschont geblieben: Er hat Gelenkschmerzen auf Grund der Überlastung mit Gewichten während der «Kuren» sowie eine bleibende Gynäkomastie, das heisst ein Anwachsen der Brüste wie bei pubertierenden Mädchen.

Ein Rattenschwanz von Konsequenzen

Den Preis bezahlen muss ein Bodybuilder, der anabole Steroide einnimmt, aber nicht nur in physischer Hinsicht, auch der reale Preis in Schweizer Franken ist nicht zu vernachlässigen – ganz zu schweigen von den Mehrkosten für die Unmengen von Essen, die ein Bodybuilder während einer Kur zu verschlingen hat – immerhin 6000-7000 Kalorien pro Tag. Das heisst nichts anderes, als den ganzen Tag essen: Neben überdimensionalen Mahlzeiten wird der Bedarf in Form von Kohlehydraten aus der Büchse, Energieriegel und Bananen gedeckt. Leo Pedretti: «Ich kannte jedoch auch Bodybuilder, die sich von Kraftfutter, das in der Tierzucht verwendet wurde, ernährt haben...»

«Banana-Joe», wie Leo Pedretti während dieser Zeit von seinen Arbeitskollegen genannt wurde, kann aber auch über weniger bekannte Nebenerscheinungen berichten: «Durch die bei weitem überdurchschnittliche Nahrungsaufnahme werden auch an den Verdauungsapparat beinahe unmenschliche Anforderungen gestellt. Diese enorme Leistungsfähigkeit hat ihre Folgen: Wenn ich nicht innert Sekunden ein WC aufsuchen konnte, kam ich in recht problematische Situationen...»

Bekannter ist hingegen, dass die Einnahme von anabolen Steroiden in einer ersten Phase sehr aggressiv macht. «Ich war nicht mehr gesellschaftsfähig, war aggressiv gegen alles und jeden.» Auf diese aggressive Phase folgt dann oft die Depression, die bei Leo Pedretti bis zu Suizidgedanken geführt hat: «Mir war so ziemlich alles egal. Ich wollte mir Luft spritzen, wusste aber nicht, ob meine 5-ml-Spritzen ausreichen...»

Dauernde Suche nach neuen Produkten

«Als Ben Johnson seinerzeit mit Methyltestosteron erwischt wurde, haben wir uns sofort auf die Suche nach diesem Medikament gemacht.» Informationen, die heute im Internet zu finden sind, haben Leo Pedretti und seine drei «Trainingskollegen» entweder auf dem Schwarzmarkt oder in einschlägiger Literatur gefunden. Der Kauf der Medikamente in italienischen Apotheken hatte einerseits finanzielle Vorteile, das Material war aber auch hygienisch verpackt und entsprach humanmedizinischen Kriterien – was auf dem Schwarzmarkt oft kaum der Fall war. «Todesfälle, die auf die Einnahme von anabolen Steroiden zurückzuführen waren, haben uns eigentlich kaum abgeschreckt – wie gesagt, wir hatten ja alles im Griff.»

Ein neues Leben

Leo Pedretti meint, dass der Medikamentenmissbrauch bei ihm eindeutig auf Minderwertigkeitskomplexe in Bezug auf den eigenen Körper und eine gewisse Unreife zurückzuführen sei. Eine Person, wie beispielsweise seine damalige Partnerin, seine Familie oder Freunde

hätten, so Pedretti, ihn deshalb auch kaum von der Einnahme von anabolen Steroiden abhalten können. «Beziehungen, in denen der oder die eine diese Medikamente einnimmt, zerbrechen mit höchster Wahrscheinlichkeit an dieser Belastung – man lässt sich nicht helfen und ist zu sehr Egoist.»

Was ihn schliesslich gerettet hat, ist die Gnade Gottes. «Diese Erkenntnis ist von einem Tag auf den anderen gekommen und ohne äussere Einflüsse.» Ein Wunder! Leo Pedretti meint: «Der einzige Weg, um zum wahren Leben zu finden.» Jedenfalls ist er diesen Weg gegangen, und der heutige Bezug zum Sport, zum Körper und zum Leben ist gesund. Er trainiert heute immer noch, wobei sich das Sportspektrum bedeutend erweitert

«Sportlerinnen und Sportler, die das nicht nötig haben und nicht laden, gehen aus einem Wettkampf immer als Sieger hervor, auch wenn sie nur Zweite werden.»

hat. Neben Bodybuilding schwingt er sich aufs Mountainbike oder bewegt sich in der Natur. Seine Bilanz: «Es ist wichtig, Kindern und Jugendlichen eine gesunde Lebensweise vorzuleben und nicht nur davon zu sprechen oder gar das Gegenteil noch zu fördern – und ich versuche dies tagtäglich.» **m**

Leo Pedretti...

...ist in Chur aufgewachsen, dort zur Schule gegangen und hat anschliessend eine Lehre bei der Rhätischen Bahn absolviert. Sport interessierte ihn während dieser Zeit kaum. Erst in der Rekrutenschule entdeckte er seine Fähigkeiten im Kraftbereich und begann mit sichtlichem Erfolg mit Krafttraining. Innerhalb kurzer Zeit avancierte er zum «Aushängeschild» in sämtlichen lokalen Fitnesszentren, was ihn weiter anspornte, ohne dass er jemals an Wettkämpfen teilnahm. Drei Jahre lang trainierte er ohne Medikamente. Danach hat er weitere drei Jahre «geladen wie ein Weltmeister», bis er schliesslich «wie durch ein Wunder befreit» wurde. Der Preis, den er dafür zahlen muss, sind Schmerzen in Knien, Schultern und Rücken sowie eine Gynäkomastie.

Heute betrachtet er diese Erfahrungen als wertvoll. Nicht, dass er stolz darauf wäre, jedoch hat er seine Lehren daraus gezogen und es sich zur Aufgabe gemacht, seine Erfahrungen zur aktiven Prävention einzusetzen.

Leo Pedretti blickt heute mit der nötigen Distanz auf seine «Karriere» als Bodybuilder zurück.

