

Zeitschrift: Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin

Band: 98 (1972)

Heft: 50

Artikel: Via Mala oder Fit und Fett

Autor: Knobel, Bruno

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-511450>

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: 25.01.2026

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

Bruno Knobel rezensiert ungeschriebene Bücher:

Via Mala oder Fit und Fett

Unter diesem Titel veröffentlicht Hermann A. Hüpfer, Professor für physiologische Historie und biologische Soziologie seine umfassende Darstellung zum Phänomen der überhandnehmenden Fitness-Parcours. Das Werk ist gegliedert in drei Haupteile. Der erste Teil mit der Ueberschrift

«Zurück zur Natur»

enthält einen Rückblick auf die ersten Anfänge der Fitness-Parcours. Schon die alten Römer hätten hindernisreiche Wege gekannt und deshalb den Begriff «Via mala» (schlechter Weg) geprägt. Mit der Verbesserung dieser Wege habe der Niedergang des Römischen Reiches begonnen. Heute hingegen versuche man, den Niedergang der Zivilisation aufzuhalten mit der bewußten Schaffung schlechter Wege, auf denen der Mensch künstliche Hindernisse zu überwinden hat. Aber nicht nur insofern führe der Fitness-Parcours zurück zur Natur: auch die Tierwelt kenne seit je die Institution des Trampelpfades. Sein Ursprung gründe im Herdentrieb. Immer nämlich habe es eine dumme, gedankenlose Masse geben, eine Herde, die blindlings demjenigen nachfolgte, der voranging. Wo aber eine stumpfe Herde dem Leithammel folge, bildeten sich Pfade. Und weil die Masse als solche phantasielos sei, neige sie, ja dränge sie dazu, immer und überall den selben ausgetretenen Pfaden zu folgen.

Der Autor überträgt diese Erscheinung auf die menschliche Gesellschaft und erläutert, daß unsere

Wälder, so schön sie in ihrem Naturzustand sind, von Menschen relativ wenig begangen worden seien. Erst als man ausgesprochene Herden-Trampelpfade schuf in Form von Fitness-Parcours, sei die Frequenz gestiegen. Der Weg «zurück zur Natur» zeige sich in diesem Sinne besonders schön.

Im zweiten Teil, unter dem Titel

«Zurück in die Kindlichkeit»,

wird untersucht, weshalb der Mensch auf dem Fitness-Parcours ein Gegengewicht gegen seine Bewegungsarmut sucht, anderseits aber gleichzeitig diese Bewegungsarmut weiterpflegt, was eigentlich unlogisch ist. Hüpfer nennt diese Unlogik das Phänomen der «progressiven Infantilität».

Aufgrund zahlreicher Beobachtungen und Interviews stellte er fest, daß der «Fitter» in sein Auto steigt, zum Parcours fährt, sich dort körperlich abhundet, um dann – eigentlich absurd – mittels Auto wieder in seine Bequemlichkeiten zurückzukehren; ferner daß Leute, die sich auf dem Parcours kasteien, anderseits im Alltagsleben z. B. nie auf die Benutzung eines Liftes verzichten und sich sehr beklagen, wenn sie täglich zwischen betrieblichem Parkplatz und Arbeitsstelle noch einige Minuten zu gehen haben.

Dieser Widerspruch – so sagt der Autor – ergebe sich aus dem Wunsch des Menschen nach «Mehrfachlust», was ein Relikt aus der

kindlichen Lebensphase darstelle: Für ein Kleinkind sei es eine Lust, den Mund an der Mutterbrust zu haben; der Lutscher oder der Daumen im Munde vermittelten eine Ersatz-Lust. Untersuchungen hätten nun ergeben, daß das Kind bestrebt sei, die Lust zu erhöhen, indem es versuche, sowohl die Mutterbrust als auch den Lutscher und den Daumen in den Mund zu bekommen («Fünfer-und-Weggli-Syndrom»).

Je infantiler, ja kindischer ein Erwachsener sei, desto deutlicher zeigten sich bei ihm Analogien: Verzicht auf die Unbequemlichkeit (also Lift oder Autofahren; körperliche Müdigkeit vermeiden) vermittele ihm ein Lustgefühl. Ebenso lustvoll sei es für ihn, sich so zu ermüden, wie viele andere es auch freiwillig tun. Also tue er beides, obwohl es widersprüchlich ist. Hüpfer meint, diese Art der als progressiv getarnten Verdummung in Form des angestrebten Mehrfachlustgewinns werde noch zunehmen.

Den dritten Teil unter dem Titel

Zukunftsfit

widmet der Verfasser der künftigen Entwicklung der Fitness-Parcours. Der Kampf gegen das Fett werde sich mehr und mehr auf das Gebiet der Ernährung verlagern. Man werde einsehen, daß anstrengende Körpertätigkeit auf dem Fitness-Parcours zu gesundem Hunger führe, also gerade zu dem, was man vermeiden wolle.

Anderseits werde sich aber auch

die vernünftige Erkenntnis Bahn brechen, daß sich mit dem Einsatz moderner technischer Mittel die Hindernisse eines Fitness-Parcours ohne körperliche Anstrengung überwinden ließen. Hüpfer weist auf erste Beispiele hin, etwa auf jene Parcours, wo Höhendifferenzen schon mit Sessellifts und Rolltreppen überwunden werden können oder wo zur Erleichterung von Klimmzügen handliche Flaschenzüge bereitstehen etc.

Hüpfer hält die Zukunft der Fitness-Parcours und ihre Popularität für gesichert, wenn sie sich nicht gegen die normale Entwicklung stemmen. Er schreibt diesbezüglich u. a.: «Die Popularität des Autofahrens wird zunehmen. Mit Rücksicht darauf hat man – z. B. in den USA – schon vor langer Zeit Auto-Kinos geschaffen und Auto-Banzen. Heute entstehen bereits in großer Zahl Auto-Friedhöfe, nämlich Gottesäcker, wo Automobilisten, ohne den Wagen verlassen zu müssen, bis an ein bestimmtes Grabfahren, dort beten, Blumen abwerfen und wieder wegfahren können. Die Zukunft unserer Fitness-Parcours wird darin liegen, daß vermehrt Anlagen geschaffen werden, wo der Zeitgenosse den Weg zurück zur Natur, aber auch zurück in seine Infantilität, kaloriensparend, aber lustvoll gehen kann ohne zu gehen, nämlich ohne das Auto verlassen zu müssen.»

Die Automobilindustrie sieht denn auch in der Erzeugung hiefür geeigneter geländegängiger Familienwagen eine Mission, deren Erfüllung der Volksgesundheit dient.»

