

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 107 (1981)  
**Heft:** 20  
  
**Rubrik:** Apropos Sport

### **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:** 24.04.2026

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

## Apropos Sport



## Narzisstische Verliebtheit

Da sassen sie und bestaunten die vorspringenden Muskelberge des Herrn Universum. Sie vernahmen, welch ernstzunehmender Sport das Bodybuilding sei. Der in den dreissiger Jahren in den USA aufgekommene Sport habe in der Zwischenzeit bei uns in Europa ebenfalls Fuss gefasst und begeistere auch die Frauen; die Bewunderung beschränkt sich nicht aufs Zuschauen, sondern drückt sich im Mitmachen aus. Als die ehrfürchtig lauschenden Zuschauer vernahmen, für was Bodybuilding alles gut sei, mussten sie zum Schluss kommen, die Muskelbauerei sei ein Allweltsheilmittel.

Es dient nicht nur, so wurde betont, als Ausgleichssport zum Alltags-Stress, hilft nicht nur, die eigene Fitness und die Gewichtsregulation zu verbessern, erhält nicht nur die Gesundheit und das Wohlbefinden, es stärkt vor allem den Körper, beispielsweise nach Operationen. Von vielen wird es aus purer Freude an der Herausforderung und der körperlichen Anstrengung betrieben.

Dass dabei gleichzeitig der Wunsch nach einem «schönen», gesunden Körper, nach vermehrtem Selbstvertrauen und Ausstrahlung und dadurch automatisch auch erhöhter Kontaktfähigkeit mitspiele, dürfe nicht unerwähnt bleiben. Es brauche zum Bodybuilding vor allem einen eisernen, unbeugsamen Willen, Körperbeherrschung, Ausdauer und Charakterstärke, dazu eine ausgeglichene Ernährung und Lebensführung, alles Attribute, die einen zielstrebigem Amateur zum Meister machen können.

Die prospekthaften Anpreisungen der Muskelbauer haben den Bi-, Tri- und Quadrizeps-Anbetern mächtig imponiert, man sah es ihren staunend-ehrfürchts-

vollen Augen an... Beim Betrachten der protzigen Muskelberge des Herrn Universum hatte ich allerdings mehr den Eindruck, es habe sich hier ein stümperhafter Schüler Michelangelos erstmals mit Hammer und Meissel versucht. Von harmonischer Ausgeglichenheit keine Spur. Was einem da als Wunschfigur männlicher Kraft und Schönheit vorgestellt wurde, war in seinen Disproportionen alles andere als die vom Italiener Anfang des 16. Jahrhunderts geschaffene Figur David.

Vollends stutzig musste man aber spätestens beim Lesen des Passus von der «ausgeglichenen Ernährung» werden, konnte man doch anderntags der Zeitung entnehmen, Herr Universum verschlinge neben mageren Fleisch- und Milchprodukten pro Tag 36 Eier... Mir wird schon schlecht, wenn ich mir diesen Eierberg nur vorstelle, ganz abgesehen vom Hunger in dieser Welt... Da macht einer mit Akribie täglich seine ausgeklügelten isometrischen Exerzitien, modelliert Tag für Tag während Stunden an seinen Muskeln und Muskelchen,

GUTE FORM  
AUS EDEM HOLZ



**MÖBEL NÜESCH AG**  
INNENARCHITEKTUR  
9442 BERNECK

Telefon  
071/7113 92

- Individueller Möbel- und Innenausbau
  - Planung und Projektierung ● Stilmöbel
  - Moderne Einrichtungen ● Mobile Trennwände
  - Hotel- u. Restaurant-Einrichtungen ● Ladenbau
  - Handwerkliche Einzelanfertigungen
  - Antiquitäten-Restaurierung
- Ausführung sämtlicher Schreinerarbeiten  
in eigenen Werkstätten

schaufelt pfundweise Eiweissstoffe in sich hinein, um mit seinen Muskelbergen in Selbstgefälligkeit vor einem staunenden Publikum zu kokettieren.

Apropos: Wurde da nicht etwas von erhöhter Kontaktfähigkeit gesagt? Als ob narzisstisch Verliebte in ihrer Selbstgenügsamkeit noch Zeit für andere hätten...

*Speer*

## PUIG ROSADO

