

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 107 (1981)  
**Heft:** 35  
  
**Artikel:** Aus der Bewegung  
**Autor:** Heisch, Peter  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-610960>

### **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:** 13.01.2026

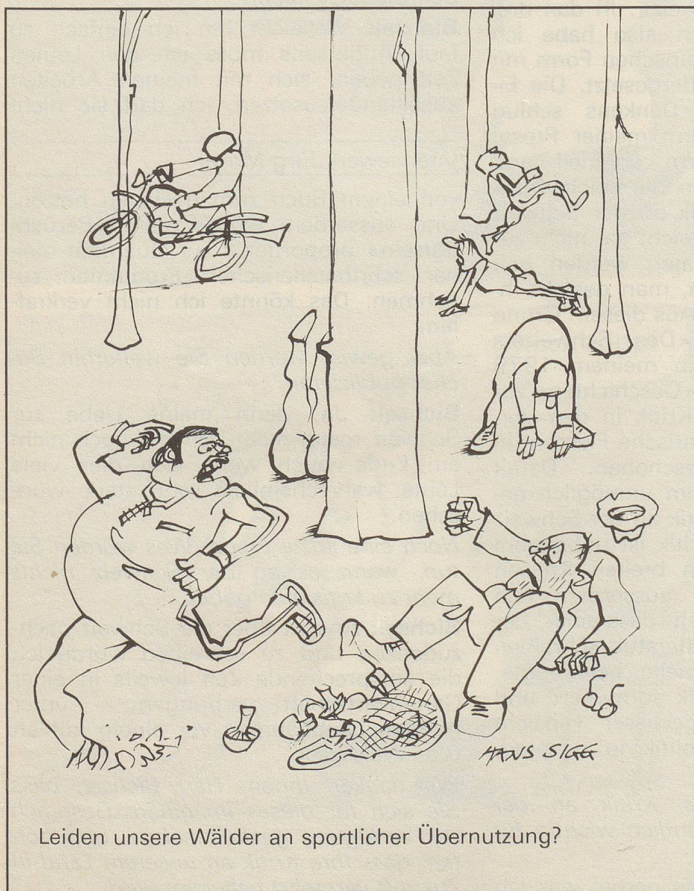
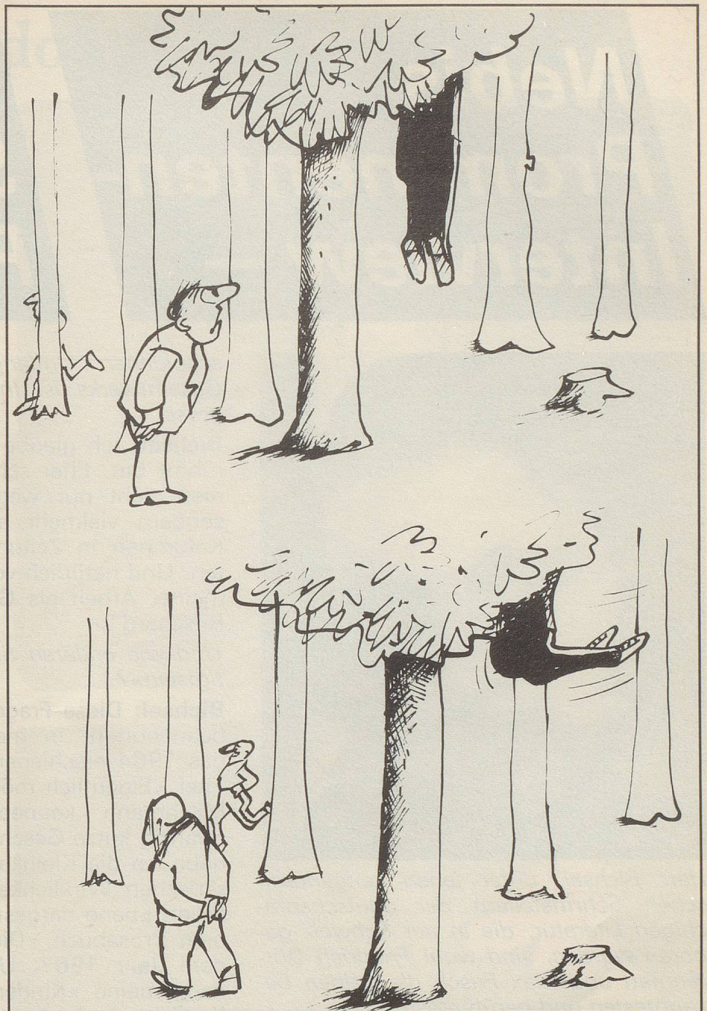
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Peter Heisch

## Aus der Bewegung

Als der Sport, erst kürzlich, die Unschuld verlor, brachten die Musen ein Monstrum, die Fitness, hervor; denn wie du als Bildungsbürger sehr wohl weisst, wohnt in einem satten Körper oft ein übersättigter Geist. Allein, die Bewegung verleiht uns zügig neue Kraft, ist man auch sonst geistig ziemlich abgeschlafft. Fürs mentale Training, zuweilen, genügen uns schon die Herzblattpresse und die Television. Doch wir üben Askese, sind anspruchslos schlicht, mehr als dem Selbsterhaltungstrieb dienen wollen wir nicht. Nach Feierabend dürfen wir endlich Muskel und Zähne zeigen, indem wir aus der Tretmühle des Alltags auf den Hometrainer umsteigen.

Freudig und freiwillig unterwirft man sich jeder Tortur, ob auf Finnenbahn, Sprossenwand oder Vita-Parcours, sei's in der Sauna, im Dressingroom oder im Wald, wo's vom Keuchen der Gesundstrampler asthmatisch widerhallt, die vor lauter Angst, einem drohenden Infarkt zu erliegen, tapfer die Schwerkraft der inneren Trägheit besiegen. Feld und Flur durchtrabt schweisstreibend die Hypochondrie, nach ewigem Ruhm allerdings strebt sie bescheiden nie. Auf Goldmedaille, Erfolgsmeldung oder Trophy, da pfeift ein eingefleischter Fitness-Profi. Es bleibt beim frustbetonten, leibesertüchtigenden Inzest. Das Resultat davon heisst schlankweg: *fitgestress!*



Leiden unsere Wälder an sportlicher Übernutzung?

