**Zeitschrift:** Saiten: Ostschweizer Kulturmagazin

Herausgeber: Verein Saiten

**Band:** 22 (2015)

**Heft:** 247

Inhaltsverzeichnis

#### 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:** 09.12.2025

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

Saiten Ostschweizer Kulturmagazin 247. Ausgabe, Juli/August 2015, 22. Jahrgang, erscheint monatlich HERAUSGEBER Verein Saiten, Verlag, Schmiedgasse 15 Postfach 556, 9004 St.Gallen Tel. 071 222 30 66 REDAKTION Corinne Riedener, Peter Surber, Urs-Peter Zwingli, redaktion@saiten.ch VERLAG/ANZEIGEN Marc Jenny, Philip Stuber, verlag@saiten.ch SEKRETARIAT Kristina Hofstetter, sekretariat@saiten.ch KALENDER Michael Felix Grieder kalender@saiten.ch **GESTALTUNG** Samuel Bänziger, Larissa Kasper, Rosario Florio, Arnold Blackcorner grafik@saiten.ch VEREINSVORSTAND Lorenz Bühler, Zora Debrunner, Heidi Eisenhut, Christine Enz, Christoph Schäpper, Peter Olibet Hanspeter Spörri (Präsident), Rubel Vetsch VERTRIEB 8 days a week, Rubel Vetsch DRUCK Niedermann Druck AG, St. Gallen AUFLAGE 6000 Ex. ANZEIGENTARIFE siehe Mediadaten 2014/15 SAITEN BESTELLEN Standardbeitrag Fr. 70.-, Unterstützungsbeitrag Fr. 100.-, Gönnerbeitrag Fr. 280.-Tel. 071 222 30 66, sekretariat@saiten.ch INTERNET www.saiten.ch AN DIESER AUSGABE HABEN MITGEARBEITET Kurt Bracharz, Pascal Büsser, Richard Butz. Tine Edel, Dorothee Elmiger, Dani Fels, Yonas Gebrehiwet, Luca Ghiselli, Anita Grüneis, K., Marco Kamber, Nina Keel, Stefan Keller, Bettina Kugler, Jiří Makovec, Martin Mühlegg, Rolf Müller, Andreas Niedermann, Harry Rosenbaum, Anna Rosenwasser, Kristin Schmidt, Hanspeter Spörri, Michael Zwicker

#### KORREKTUR

Florian Vetsch, Patricia Holder

© 2015: Verein Saiten, St.Gallen. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung. Die Urheberrechte der Beiträge und Anzeigenentwürfe bleiben beim Verlag. Keine Gewähr für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos und Illustrationen.

### 8 Reaktionen

### Positionen

- 9 Blickwinkel von Marco Kamber
- 10 Redeplatz
  mit Michael Buchs
- 11 Einspruch
- 13 Stadtpunkt von Dani Fels
- 13 Dreckquiem
- 15 Requiem II

#### Self

- Die Welt ist ein Gym.
  Da kotzen nur die Guten.
  Über den Wert der Selbstoptimierung
  und die Lust am Verzicht.

  von Andreas Niedermann
- 20 «Mache Gesundheit zu deinem Ziel» Selbstversuch mit einem Activity-Tracker. von Urs-Peter Zwingli
- Die Menschmaschine optimiert sich Der eigene Körper lässt sich einfach und peinlich genau vermessen. Doch zu welchem Preis?

  von Michael Zwicker



26	Auch die HSG zählt Schritte
	Die Uni St.Gallen und eine Krankenkasse
	erforschen, welchen Einfluss Schrittzähler
	auf das Bewegungsverhalten haben.

# 30 Sie wollen kein Training. Sie wollen einen Ablass.

Denunziationen eines Fitnesstrainers. von Andreas Niedermann

# 32 Selftracking? Selbstkultivierung!

Gesundheit zwischen Neurologie und Tai Chi. von Peter Surber

Das Titelthema fotografierte Jiří Makovec.

## Report

## 37 Menschenversuche in der «Irrenanstalt»

Der Kanton Thurgau arbeitet ein düsteres Kapitel auf. von Harry Rosenbaum

## Perspektiven

- Flaschenpost von Richard Butz aus Transnistrien
- 42 Schaffhausen
- 42 Vorarlberg
- 43 Thurgau
- 45 Rapperswil-Jona
- 45 Stimmrecht von Yonas Gebrehiwet

### Kultur

#### 46 Kultursommer

Ausgewähltes aus Musik, Theater, Kino, Kunst & Co. im Juli und August.

# Die Ruinen von St.Gallen von K.

### 59 Kalender

## Abgesang

- 83 Kellers Geschichten
- 85 Bureau Elmiger
- 87 Boulevard

