

Inhaltsverzeichnis

1	Einführung und Problemstellung	11
2	Forschungsstand, Quellenlage und Methoden	15
2.1	„Schwerathletik“ und „Schwerathlet“	17
2.2	Bundesarchiv	18
2.3	BStU	18
2.4	Fachmagazine	20
2.5	Begleithefte von Kulturistik-Wettbewerben	21
2.6	Presseveröffentlichungen	21
2.7	Monografien	22
2.8	Zeitzeuge	22
2.9	Sonstige Quellen	24
3	Ursprünge und Zielsetzungen der Körperfunktistik bzw. des Bodybuildings	25
4	Methoden des Bodybuildings	33
4.1	Das Training im Bodybuilding	33
4.2	Ernährung im Bodybuilding	47
4.3	Doping im Bodybuilding	51
5	Äußere Einflüsse auf die Entwicklung der DDR-Kulturistik	61
5.1	Zur Entwicklung des Bodybuildings in der BRD und den USA und daraus resultierenden Impulsen auf die Entwicklung der Körperfunktistik in der DDR	62
5.1.1	<i>Entstehung erster bundesdeutscher Bodybuildingstudios</i>	62
5.1.2	<i>Verflechtung von Verbands- und Firmenpolitik</i>	63
5.1.3	<i>Der Bodybuilding-Konzern der Gebrüder Weider</i>	66

5.1.4 <i>Bodybuilding- und Branchenmagazine</i>	69
5.1.5 <i>Bodybuilding als körperkulturhistorisches Phänomen</i>	72
5.1.6 <i>Einflüsse aus der Bundesrepublik Deutschland auf die DDR-Kulturistik vor 1990</i>	74
5.1.6.1 <i>Muskelmagazine</i>	74
5.1.6.2 <i>Westfernsehen</i>	82
5.1.6.3 <i>Persönliche Kontakte</i>	85
5.2 <i>Zur Entwicklung der Kulturistik in den Ostblockstaaten und daraus resultierenden Einflüssen auf die Körperfunkulturistik in der DDR</i>	87
5.2.1 <i>Die Kulturistik in der UdSSR</i>	88
5.2.2 <i>Die Kulturistik in der CSSR</i>	91
5.2.3 <i>Die Kulturistik in der Volksrepublik Polen</i>	99
6 <i>Die Entwicklung der Kulturistik in der DDR</i>	105
6.1 <i>Strukturen, Zielsetzungen und materiell-technische Rahmenbedingungen des DDR-Sports</i>	105
6.1.1 <i>Zum Machtmonopol von SED und DTSB im DDR-Sport</i>	106
6.1.2 <i>Politische Ausrichtung des DDR-Sports</i>	109
6.1.2.1 <i>Leistungssport</i>	111
6.1.2.2 <i>Volkssport bzw. Freizeit- und Erholungssport</i>	113
6.2 <i>Die Entwicklung der DDR-Kulturistik von ihren Anfängen bis zum Beginn der Perestroika</i>	123
6.2.1 <i>Utopie und Wirklichkeit: Das Kraftsport-Programm des Deutschen Gewichtheber-Verbandes der DDR von 1966 und seine Umsetzung</i>	125
6.2.2 <i>Trainingsstätten und Trainingsbetrieb</i>	137
6.2.3 <i>Trainingsmethodik</i>	151
6.2.4 <i>Wettkämpfe</i>	156
6.2.5 <i>Doping in der DDR-Kulturistik</i>	206
6.2.6 <i>Leistungssport auf Volkssportebene</i>	221
6.3 <i>Die Entwicklung der DDR-Kulturistik zwischen 1985 und 1989</i>	237
6.4 <i>Die Entwicklung der Kulturistik in der Endphase der DDR 1989 und 1990</i>	273

Inhaltsverzeichnis	9
6.4.1 <i>Das erste Halbjahr 1989</i>	273
6.4.2 <i>Das zweite Halbjahr 1989</i>	279
6.4.3 <i>Von der Kulturistik zum Bodybuilding – das Jahr 1990</i>	286
7 Fazit – Versuch einer abschließenden Analyse	303
7.1 Zur Position der Körperkulturistik im DDR-Sport	303
7.2 Protagonisten	305
7.3 Einflüsse aus dem Ausland	306
7.4 Doping	308
7.5 Körperkulturistik und Sportpolitik	309
7.6 DDR-Kulturistik und BRD-Bodybuilding – ein Vergleich	313
7.7 Körperkulturistik im Spannungsfeld von Repression, Opportunismus und Emanzipation	315
8 Abkürzungsverzeichnis	319
9 Quellenverzeichnis	325
Literatur- und Internetquellen	325
Dokumente aus der Behörde der Bundesbeauftragten für die Unterlagen des Staatssicherheitsdienstes der ehemaligen DDR	348
Dokumente aus der Stiftung Archiv der Parteien und Massenorganisationen der DDR im Bundesarchiv (SAPMO)	349
Dokumente aus Privatarchiven	350
Gesprächsprotokolle	351
Filmdokumente	353
10 Personenverzeichnis	355