
Vorwort.....	7
1. Einleitung	8
1.1 Warum das alles? – Jugend und Fitness	8
1.2 Sportpädagogische Fokussierungen	15
1.3 Methodisch-methodologische Vor- und Nachentscheidung	16
1.4 Aufbau der Arbeit	18
2. Unerforschtes Gebiet qualitativ erschließen	20
2.1 Der Forschungsprozess im Überblick	20
2.1.1 Das Forschungsdesign	23
2.1.2 Gütekriterien qualitativer Forschung	25
2.1.3 Der Forscher als Subjekt	33
2.1.4 Forschungsethik	38
2.2 Ethnographische Konzepte: Erste Feldkontakte und Fokussierungen.....	43
2.2.1 Ein explorativ-qualitativer Ansatz.....	44
2.2.2 Feldforschung und Forschungsfeld im Fitnesssport	45
2.2.3 Ethnographie und ethnographische Prozesse	49
2.2.4 Sportpädagogische Ethnographie	52
2.2.5 Ethnographische Vorerfahrungen in den Kontexten Jugend und Fitness	56
2.2.6 Feldeinstieg, erste Kontakte und Erkenntnisse	62
2.2.7 Unstrukturierte teilnehmende Beobachtungen	66
2.2.8 Rückblick: Entwicklung kulturbeschreibender Interessen	70
2.3 Interviews mit Jugendlichen: Das große Ganze und etwas Spezielles	72
2.3.1 Interviews mit Jugendlichen.....	73
2.3.2 Halbstandardisierte Interviews.....	77
2.4 Die Datenerhebung	79
2.4.1 Teilnehmende Beobachtungen	79

2.4.2 Interviewdurchführung	89
2.5 Begründete Theorie: Datenauswertung nach der grounded theory	92
3. Jugend – Fitness – Lifestyle: Einblicke in eine Jugendkultur	95
3.1 Fitness als Jugendkultur und Lifestyle	95
3.2 Kontakt zum Fitnesssport.....	99
3.2.1 Das erste Training im Fitnessstudio	99
3.2.2 Fitness(sport) im Sportunterricht	103
3.3 Die Wahl des Fitnessstudios	106
3.4 Motive und Anreize zum Fitnesssport	114
3.4.1 Produktorientierte Motive	115
3.4.1.1 Körperästhetik / körperliche Veränderungen.....	116
3.4.1.2 Gesundheit und Wohlbefinden.....	122
3.4.1.3 Metasportive Effekte	129
3.4.1.4 Erlebte Potenziale	134
3.4.1.5 Leistungsfähigkeit in anderen Sportarten.....	137
3.4.2 Prozessorientierte Motive	138
3.4.2.1 Spaß und Freude am Prozess	138
3.4.2.2 Sporttreiben in eigener Verantwortung	140
3.4.3 Fitnesskulturelle Vorbilder	142
3.4.4 Zusammenfassung: Motive und Anreize zum Fitnesssport	144
3.5 Sozialbeziehungen in jugendlicher Fitnesskultur	145
3.5.1 Kulturinterne Sozialbeziehungen	145
3.5.1.1 Trainingspartner und Peer Group	146
3.5.1.2 Kontakte knüpfen und Freunde finden	148
3.5.2 Kulturexterne Sozialbeziehungen	150
3.6 #Fitness – Social Media in fitnesssportiver Jugendkultur.....	152
3.6.1 Jugendliche als Konsumenten von Fitnessinhalten in Social Media ..	153
3.6.1.1 Attraktivität von Fitnessinhalten in Social Media	154

3.6.1.2 Ablehnung von Fitnessinhalten in Social Media.....	156
3.6.1.3 Fitness-Blogger als kulturelle Identifikationsfiguren	159
3.6.2 Jugendliche als Produzenten von Fitnessinhalten in Social Media	163
3.6.2.1 Beweggründe für Aktivität als Produzent von Fitnessinhalten in Social Media	163
3.6.2.2 Beweggründe für Inaktivität als Produzent von Fitnessinhalten in Social Media	166
3.6.2.3 Perspektiven der Peer Group auf jugendliche Produzenten von Fitnessinhalten in Social Media.....	167
3.7 Zusammenfassung: Eine konservative Jugendkultur	169
4. Wissenskulturen von Jugendlichen im Kontext Fitness	172
4.1 Wissenskulturen im Feld	172
4.2 Wissenskulturen und Wissen	182
4.3 Wissensinhalte und deren Relevanz im jugendlichen Fitnesssport	183
4.3.1 Wissensinhalte – Was gibt es zu wissen?	184
4.3.2 Relevanz – Warum muss ich das wissen?	187
4.4 Fitnessspezifische Wissensquellen Jugendlicher	191
4.4.1 Abbildungen an Geräten	192
4.4.2 Trainer	195
4.4.3 Digitale Medien	199
4.4.3.1 Allgemeine Perspektiven.....	200
4.4.3.2 Social Media.....	204
4.4.3.3 Videoplattformen	208
4.4.3.4 Webseiten	210
4.4.4 Peer Group	211
4.4.5 Fitnessprogramme	215
4.4.6 Sportunterricht	220
4.4.7 Printmedien.....	222

4.5 Qualitäten der Wissensquellen.....	226
4.6 Legitimation der Wahl der Wissensquelle	229
4.7 Jugendliche Fitnesssportler als Wissensquelle	236
4.8 Zusammenfassung: Fitnesssport setzt Wissen voraus	240
5. Abschließende Bemerkungen	242
6. Literaturverzeichnis	248
7. Anhang.....	265