

# Inhalt

Vorwort.....	9
Einleitung .....	11
<i>Methodisches Vorgehen. Eine diskursanalytische Körpergeschichte 20 – Der natürliche Körper als normaler Körper. Theoretische Vorüberlegungen 26 – Forschungsüberblick 34 – Orte des Diskurses. Die FKK-Organisationen und ihre Publikationsorgane 38 – Überblick über die Kapitel 48</i>	

## TEIL I: NACKTGymNASTIK.

### DIE ERARBEITUNG EINES NATÜRLICHEN KÖRPERS

1. Nacktkultur als Körperkultur .....	55
1.1. Nacktgymnastik und Nacktsport .....	58
1.2. Die neuen Gymnastiksysteme .....	61
<i>Heimgymnastik statt Vereinsturnen 63 – Die einzelnen Systeme der Heimgymnastik 64 – Hygienisch-funktionelle und rhythmisch-tänzerische Gymnastik 74</i>	
1.3. Gymnastiksystem und Systemkritik .....	77
1.4. Selbstdisziplin statt Dressur .....	79
2. »Freiheit und Selbstdisziplin«. Nacktgymnastik als selbstnormalisierende Körperpraktik.....	88
2.1. Tableau. Ordnung und Rangordnung in der Nacktgymnastik .....	89
<i>Schönheitswettbewerbe in der Nacktkultur 91 – Der individuelle Körper als analytischer Raum 94</i>	
2.2. Manöver. Die Kontrolle der Bewegung in der Nacktgymnastik .....	95
<i>Die Rhythmisierung der Bewegung 97 – Die Verzahnung von Körper und Objekt 100 – Nacktgymnastik und Taylorisierung 102</i>	
2.3. Übung. Leistungssteigerung in der Nacktgymnastik .....	106
<i>Die nacktgymnastischen Übungsreihen 106 – Leistung und ihre Steigerung 109</i>	
2.4. Taktik. Einzelkörper und Gruppenkörper in der Nacktgymnastik..	116
2.5. Der normalisierende Blick .....	120
<i>Nacktheit als Sichtbarmachung 122 – Sehen lernen 127</i>	
2.6. Die nacktgymnastische Arbeit am Körper .....	129
<i>Die Schulung des Willens 130</i>	

3. Geschlechtsdifferente Normalisierung in der Nacktgymnastik .....	134
3.1. Männliches Individuum und weiblicher Gattungskörper in der Körpererziehung des 19. Jahrhunderts.....	135
<i>Die Annäherung der geschlechtsspezifischen Normalisierungen     seit 1900</i>	139
3.2. Die geschlechtsspezifische Differenzierung der nacktgymnastischen Übungen .....	141
<i>Die Stärkung der männlichen »Wehr- und Zeugungskraft« 144 –     »Vermännlichung« als Grenzüberschreitung 146 – Die Stärkung der weib-     lichen »Gebärkraft« 149 – Die Reduktion der Kraftübungen für Frauen 152 –     Die Aufstellung geschlechtsexklusiver Übungen für Frauen 156</i>	
3.3. Multiple Normalisierungen .....	163

## TEIL II: DER NATURKÖRPER ALS GRIECHISCHE STATUE. DER ÄSTHETISCHE DISKURS DER NACKTKULTUR

4. Die Nachahmung antiker Statuen .....	169
4.1. Die antike Statue als Vorbild in Nacktgymnastik, Nackttanz und <i>tableau vivant</i> .....	174
4.2. Das Sagbare, das Sichtbare und das Mimetische. Zur Medialität der Statuennachahmung .....	178
<i>Menschenkörper und Statuenkörper 178 – Die Analogie von     Körperbildung und Bildhauerei 184</i>	
4.3. Historische Mimesis. Antikerezeption über Winckelmann und Nietzsche.....	188
5. Apoll und Venus. Die Vergeschlechtlichung des Idealkörpers.....	194
5.1. Der weibliche »Schönheitstypus« .....	195
5.2. Der männliche »Schönheitstypus« .....	198
<i>Herkules 199 – Apoll 202</i>	
5.3. Der normalisierende Vergleich von Menschen- und Statuenkörper .....	206
5.4. Der Große'sche Katalog der »Schönheitszeichen« .....	209
<i>Die geschlechtsspezifischen »Schönheitszeichen« 210 – Die allgemeinen     »Schönheitszeichen« 213</i>	
5.5. Formenschlankheit und Körperbesitz.....	219

6. Griechische Germanen – Germanische Griechen. Die Rassifizierung des Idealkörpers.....	226
6.1. Deutschland und das andere Griechenland.....	230
<i>Nietzsches Antike</i> 231	
6.2. Der arische Sonnenmythos.....	237
6.3. Germanisches Hellenentum .....	243
<i>Die Abwertung Ägyptens 247 – Christentum und Antike</i> 251	
6.4. Die sonnengebräunte Haut.....	254

### TEIL III: DER NATURKÖRPER ALS ORGANISCHE MASCHINE. DER MEDIZINISCH-HYGIENISCHE DISKURS DER NACKTKULTUR

7. Nacktkulturelle Diätetik .....	261
7.1. Der Nacktkulturdiskurs als widersprüchliche Intervention in die Ver(natur)wissenschaftlichung des Körpers .....	262
<i>Die Leitdifferenz von Normalem und Pathologischem</i> 266 – <i>Naturheilkunde versus Schulmedizin</i> 267	
7.2. Der Katechismus der Nacktkultur und die Pflicht zur Gesundheit .....	269
<i>Selbstsorge und biopolitische Normalisierung</i> 273	
7.3. Eine moderne antike Diätetik .....	276
<i>Antikes Gleichgewicht und moderne Normalität</i> 278 – <i>Das Naturgesetz         als Gebot</i> 280 – <i>Selbsterkenntnis</i> 281	
8. Thermodynamik und Körperökonomie. Das Lichtluftbad als energetisierende Praktik.....	284
8.1. Das physiologische Körpermodell der thermodynamischen Maschine.....	286
<i>Der Körper als Dampfmaschine</i> 289 – <i>Die Vergeschlechtlichung der         thermodynamischen Maschine</i> 294	
8.2. Der energetische Imperativ: »Vergeude keine Energie; verwerte sie!«.....	297
<i>Die sexuelle Ökonomie</i> 299 – <i>Lebenskraft. Individuelle Spannkraft und         »Volkskraft«</i> 303	
8.3. Erschöpfung und energetisierende Gegenmaßnahmen .....	305
<i>Vegetarische Ernährung als Sonnennahrung</i> 308	

8.4. Das Lichtluftbad.....	312
<i>Sonnenstrahlen als Sonnennahrung 317 – »Krieg der Badehose!« 319 –</i>	
<i>Das »Ausputzen« der Körpermaschine im Lichtluftbad 322</i>	
9. Hautpflege. Arbeit an der Körpergrenze.....	332
9.1. Die Haut als Grenze und die Binnenstruktur des Organismus .....	332
<i>Der Organismus als arbeitsteiliger »Zellenstaat« 335</i>	
9.2. Frottieren, Einölen und Rasieren. Die Bearbeitung der Körpergrenze.....	339
<i>Körperpanzer – Maschinenkörper 344 – Der moderne Körper als Produkt einer permanenten Häutung 348</i>	
9.3. Entgrenzung und Revitalisierung im Lichtluftbad .....	350
10. Das Lesen des nackten Körpers .....	358
10.1. Der ärztliche und der künstlerische Blick in und auf den Körper.....	358
10.2. Die nackte Gattenwahl. Eine biopolitische Lesart der Nacktheit.....	364
10.3. Die nackte Wahrheit .....	372
Schluss.....	379
<i>Ästhetisch-anatomische und physiologisch-funktionelle Normalität 383 –</i>	
<i>Normale Körper, moderne Körper 385</i>	
Abbildungsverzeichnis .....	391
Bibliographie .....	392
Quellen.....	392
<i>Unveröffentlichte Quellen 392 – Zeitschriften 392 – Monographien, Aufsätze 393</i>	
Literatur .....	413
Namenregister .....	459