

Inhaltsverzeichnis

Seite

1	Einleitung	1
2	Der Begriff „Fitness“	3
2.1	Definitionen von Fitness	3
2.2	Geschichtlicher Hintergrund des Fitnesssports	4
2.3	Der Begriff Fitness in dieser Arbeit	5
3	Gesellschaftliche Hintergründe	6
3.1	Erlebnisgesellschaft	6
3.2	Sozialisation und Rollenverteilung	10
3.3	Geschlecht	12
3.4	„doing gender“	13
3.5	Habitus	15
3.6	Bildung	18
4	Motivationsgründe für fitnesstreibende Frauen	23
4.1	Gesundheit und Wohlbefinden	23
4.2	Spaß	27
4.3	Individualität	28
4.4	Zeit	29
4.5	Alter – Jugendlichkeit	30
5	Frau-Sein und Fitness	34
5.1	Körper	34
5.2	Körperkult	37
5.3	Schönheit / Schönheitszwang	39
5.4	Weiblichkeitszwang – der Weibliche Körper als Mangelware	43
6	Empirische Untersuchung	49
6.1	Methoden und Vorgehensweisen	49
6.1.1	Der Leitfaden	51
6.1.2	Zur Auswahl der Befragten	55
6.1.3	Zum Ablauf der Interviews	55
6.1.4	Auswertung der Interviews	55
6.2	Kurzcharakterisierungen der Interviewten und zusammenfassende Inhaltsanalyse der einzelnen Interviews	57
6.2.1	Kurzcharakterisierung von Interviewpartnerin A	57
6.2.2	Kurzcharakterisierung von Interviewpartnerin B	59
6.2.3	Kurzcharakterisierung von Interviewpartnerin C	63
6.2.4	Kurzcharakterisierung von Interviewpartnerin D	65
6.2.5	Kurzcharakterisierung von Interviewpartnerin E	67
6.3	Verbindung von Mikro- und Makroebene – Vergleichende Interpretation anhand der vorliegende Theoriegrundlage	69
6.3.1	1. Kategorie: Sportgeschichte	70
6.3.2	2. Kategorie: Vorteile und Nachteile des Fitnesssports	71

6.3.3	3. Kategorie: Rahmenbedingungen	74
6.3.4	4. Kategorie: Freizeitgestaltung	75
6.3.5	5. Kategorie: Frauenbild	76
6.3.6	6. Kategorie: Selbsteinschätzung	79
6.3.7	7. Kategorie: Einflüsse auf Lebenszusammenhänge	84
6.3.8	Rückblick der Befragten auf das Interview	88
7	Zusammenfassung der wichtigsten Ergebnisse und Schlusswort	90
7.1	Ergebnisse der Untersuchung	90
7.2	Schlusswort	91
	Literaturangabe	93
	Anhang	97