

# INHALT

Vorwort. ....	7
<b>DER UNDERDOG</b> Kindheit und Jugend in ärmlichen Verhältnissen (1883-1901) .....	14
<b>DER BRAUER</b> Schlecht bezahlte Arbeit und zu wenig Zeit für die Körperkultur (1902-1914) .....	26
<b>DER HÄFTLING</b> Im Internierungslager auf der Isle of Man (1914-1919) .....	46
<b>DER BOXER</b> Eine eigene Boxschule und das „Körperübungsgerät“ (1919-1925) .....	70
<b>DER AUSWANDERER</b> Neustart mit Clara (1926-1929) .....	102
<b>DER KÖRPERKENNER</b> „Uncle Joe“ kriegt jede Verletzung wieder hin (1929-1941) .....	118
<b>DER DRILL SERGEANT</b> Joseph Pilates in Jacob's Pillow (1941-1953) .....	156
<b>DER ENTTÄUSCHTE</b> Joseph Pilates scheitert an seinen hochgesteckten Zielen (1955-1967) .....	192
<b>PILATES WELTWEIT</b> Jahrzehnte nach seinem Tod erfüllt sich der Lebenstraum von Joseph Pilates (1967-2001) .....	240

Dank .....	262
Anmerkungen .....	265
Bibliografie .....	290
Personenregister .....	297
Abbildungsverzeichnis .....	301