

Sc 7
B 35

Angespitzt
Von Rolf Schneider



Nett ist die kleine Schwester von sch... - ein Satz wie ein Hieb. Da hat man versucht, angesichts von Tochtters neuer Handtasche - Nummer 57 ihrer ganz persönlichen Kollektion - ein halbwegs freudig-erregtes, zumindest aber überrascht-neutrales Gesicht zu machen, und nach einer positiven Bewertung gefahndet, die nicht allzu verlogren klingt („Sieht ganz nett aus“). Und schon hat man den harschen Konter kassiert. „Nett“ steht bei jungen Damen auf dem Index. „Papa, du hast keine Ahnung.“

Hat er nicht, der Papa, weshalb er neuerdings mit Männer-Modemagazinen beschenkt wird. So ein bisschen Zeitgeist sollte doch an den alten Zausel zu bringen sein, und sei es bloß pflegemäßig, weshalb sie ihm ein buntes Blättchen mit der plakativ aufgeschlagenen Seite „Mein Pflegeplan“ auffordernd hinlegt. Bloß duschen mit jenem Gel, das man einst schon im Fußballerheim benutzte, geht einfach nicht mehr. „Nicht stylish, Papa.“ Ein Basis-Shampoo sollte es schon sein plus Vitalizer, ergänzt mit einem Kopfwasser, das erfrischt und den Haarzufall stoppt. All das gilt als Grundausstattung. Seit mein Friseur vor 40 Jahren mit unheil-schwangerer Stimme erodierende Flächen an den Schläfen und kahl werdende Stellen auf dem Hinterkopf diagnostizierte und zur Schadensbegrenzung eine sündhaft teure Tinktur verkaufen wollte, ist man gegen haarokmetische Versuche gefeit. Der bereidete Coiffeur von damals trägt übrigens sein Haupthaar schon seit Jahren ziemlich offen - so viel zu Insider-Tipps. Sind genauso nett wie Investment-Ratschläge diverser Fachleute, die den halben Freundeskreis um Hab und Gut gebracht haben. Das Protein-Fluid (59 Euro für eine klitzekleine Dosis) stößt auf ebenso profundes Misstrauen wie die warm empfohlene Gesichtereinigungsmassage. Der Gattin ist es vor geraumer Zeit gelungen, den Herrn des Hauses zu solch einer Prozedur zu bewegen. Seit den Anwendungen der Dermatitis-Domina habe ich eine Ahnung davon, welche Methoden russische Inkassobüros anwenden, um Schuldner zahlungs-bereit zu machen. Einfach nur „Ist ja ganz nett“ sagen. So lassen sich viele Klippen des Alltags umschiffen.

Nicht alle. Vor zwei Tagen strandete ich im Supermarkt vor einem Regal mit rot eingepackten Süßigkeiten: Lebkuchen, Lebkuchen mit Weihnachtsaufdruck! Ist es jetzt schon wieder soweit, dass rotnasige Rentiere Richtung Christkind galoppieren - während die Menschen noch zum Baden gehen? Es ist soweit. Dazu könnte man vieles sagen. Zumindest aber lautstark „nett“.

beilagen@schwaebische-zeitung.de

Geburtstagskind der Woche

Dieter Hallervorden



Drei Fakten zu D. Hallervorden
Geboren: 5. September 1935
Geburtsort: Dessau
Status: Schlossherr

Wie süß, Dieter Hallervorden nennt seinen Internetauftritt „dididage“. Naja, mit Ernsthaftigkeit hat der Entertainer eh nicht immer viel am Hut. Dabei liegen die Wurzeln des Komikers beim politischen Kabarett, war er doch Mitbegründer der legendären „Wühlmause“ in Berlin. Doch vermutlich lässt sich mit sinnfreier Blödelerei mehr Geld verdienen. Immerhin hat es Hallervorden bis zum Besitzer des Schlosses „Château de Costatères“ in der französischen Bretagne gebracht. Herzlichen Glückwunsch! (sim)

Amerikaner schwitzen mit deutschem Drill

Das Brooklyn Bridge Boot Camp der Fitness-Trainerin Ariane Hundt ist in New York angesagt wie nie

Von Brigitte von Imhof

Das erste Treffen mit der Reporterin musste Ariane Hundt verschieben. Ein Kamerateam des US-Senders NBC hatte kurzfristig um einen Dreh angefragt. Die Deutsche ist nämlich New Yorks am meisten angesagte Fitness-Queen. In ihrem Brooklyn Bridge Boot Camp heizt sie den Großstädtern richtig ein. Ihr Konzept: eine Kombination aus Lauf- und Krafttraining - und das nicht in einem stickigen Workout-Raum, sondern auf der legendären Brooklyn Bridge.

Bevor die 36-jährige Hundt als Fitness-Trainerin im Big Apple anfang, hatte sie sich einige Jahre recht und schlecht in New York durchgeschlagen. Ihr Psychologiestudium schloss sie mit Erfolg ab. Doch ohne Green Card - die begehrte Arbeits- und Aufenthaltserlaubnis für die USA - fand sie lange keine Anstellung in der Stadt ihrer Träume. Schließlich klappte es bei einer Pharma-Firma; Ariane verdiente gut, doch widersprach es ihrer Lebenseinstellung, gegen jedes Zipperlein eine Pille einzuwerfen. Sie schwor vielmehr auf Bewegung und die richtige Ernährung. Daher ließ Hundt sich zur Fitness-Trainerin und Ernährungsberaterin ausbilden, kündigte bei ihrer Firma - das Abenteuer Selbstständigkeit konnte beginnen. Dass sie während ihrer Ausbildung super fit und überschüssige Pfunde spielend leicht los wurde, gab ihr die Zuversicht, es in New York schaffen zu können. Ihr Konzept ist angelehnt an die Trimm-Dich-Pfade aus ihrer Kin-



Ariane Hundt kann sich durchaus auch selbst quälen.

FOTO: SRT

Ausgesorgt? Darüber kann ich nur lachen.

Ariane Hundt, Fitness-Trainerin

der- und Jugendzeit in Bayern, wo die gebürtige Dortmunderin aufgewachsen ist.

Das Brooklyn Bridge Boot Camp fand ungeheures Echo. Auch wenn sich zur ersten Stunde niemand blicken ließ, zeigten die Flyer-Aktionen (etwa in Taxen) bald Wirkung. Und nach ersten Zeitungsberichten und einer TV-Reportage liefen ihr die New Yorker scharenweise zu. „Die Leute hier sind tough. Im Umgang mit anderen, aber auch mit sich selbst. Sie lieben es, sich zu schinden, und da sind sie bei mir gerade richtig“, lacht Ariane. Auch die typisch deutschen Tugenden - Pünktlichkeit und Disziplin - kommen vor allem im amerikanischen Business gut an. Doch Ariane Hundt ruht sich nicht auf ihren Lorbeeren aus. Sie muss sich ihren Platz ganz oben jeden Tag aufs Neue erarbeiten. Und



Statt in den Fitnessraum geht es bei den Kursen von Ariane Hundt auf die Brooklyn Bridge in New York.

dieser Tag beginnt mit Aufstehen um fünf Uhr früh, ihre erste Stunde gibt sie um 6.30 Uhr, und es geht bis mindestens 20 Uhr. Längst hat Ariane Hundt ihr Kursangebot erweitert, mehrere Trainer arbeiten für sie. Besonders erfolgreich ist das „Slim & Strong“-Programm, bei dem die Teil-

In New York will jeder feste Oberarme, einen knackigen Po, fit und schlank sein.

Ariane Hundt, Fitness-Trainerin

nehmer für 350 Dollar einen Monat lang drei Mal wöchentlich hart trainieren und jeweils mindestens 800 Kalorien verbrennen. Zusätzlich erhalten sie einen individuell ausgearbeiteten Ernährungsplan. „In New York will jeder feste Oberarme, einen knackigen Po, fit und schlank sein, und das möglichst schnell“, weiß Ariane. Sie arbeitet mindestens 80 Stunden pro Woche, damit kommt auch sie an ihr eigenes Limit. Auch als Personal-Trainerin ist sie mittlerweile gefragt.

Unzählige Magazine preisen Arianes Brooklyn-Bridge-Kurse als heißgehandeltes Tipp. Pro 7 und Spiegel TV haben sie porträtiert, und RTL 2 strahlte in der Reihe „Ausgewandert - Ausgesorgt“ eine Reportage über Ariane Hundt aus. „Ausgesorgt? Darüber kann ich nur lachen“, meint die Fitness-Lehrerin. „Ich verabsage mich jeden Tag, um das Niveau halten zu können. New York ist ein so teures Pflaster.“ Sie besetzt ihr Trainingsangebot ständig nach, um ihre anspruchsvollen Kunden bei der Stange zu halten. Denn die Konkurrenz ist riesig. Schnell ist ein neuer Fitness-Trend geboren, und schon zieht die Karawane weiter.

Doch Arianes Stern ist im Steigflug. Eine Workout-DVD ist ein neuer Schritt, um die Marke Ariane Hundt weiter zu etablieren und eine Art Selbstläufer zu schaffen. Vielleicht klappt's dann doch mit dem „Ausgesorgt“. Immerhin hat sie sich auf dem Land ein Häuschen gekauft, in dem sie am Wochenende mit ihrem Hund Remy entspannen kann. Eine Rückkehr nach Deutschland schließt sie aus, vorerst zumindest. Ihr liegt die lockere, aufgeschlossene und unvoreingenommene Art der Amerikaner. Ariane Hundts Mutter und ihr Bruder leben in Deutschland. Wenn dann doch manchmal Sehnsucht nach Zuhause aufkeimt, schaut sie im Restaurant „Zum Schneider“ vorbei, nur wenige Gehminuten von ihrem Apartment in Manhattans East Village entfernt. Schmankerln wie Reiberdatschi, Schnitzel oder Kaiserschmarrn lässt sie sich hier ohne Reue schmecken.

Die Vorleserin

Odalys Lara ist eine von 100 „lectores“ in den Tabakfabriken Kubas

Von Isaac Risco (dpa)

In der Halle ist es schwül, an den Wänden rattern alte Industrieventilatoren, der Geruch von frischem Tabak liegt in der Luft. Langsam bereiten sich die Arbeiter auf ihre Schicht vor. Odalys Lara steht bereits parat. Die 47-Jährige ist Vorleserin in der Tabakfabrik „La Corona“ in Havanna. Ihr Arbeitsmaterial - die Bücher - trägt sie unter dem Arm, ihr Arbeitsplatz ist ein Pult im Vorraum der Halle. „Den Job mache ich seit 18 Jahren“, erzählt sie. In sozialistischen Kuba sind die „lectores de tabaqueria“ ein richtiger Beruf. Seit Dezember 2012 ist er sogar als nationales Kulturerbe anerkannt. Alles begann 1865, so ist es überliefert, als ein engagierter Fabrikarbeiter es sich zur Gewohnheit machte, seinen Kollegen während der Arbeit aus einer neuen proletarischen Zeitung vorzulesen. Inzwischen gibt es mehr als 100 „lectores“ auf der Karibikinsel. Shakespeares „Romeo und Julia“, Romane des kolumbianischen No-

belpreisträgers Gabriel Garcia Márquez oder ausgewählte Artikel aus der sozialistischen Parteizeitung „Granma“ werden den Arbeitern vorgetragen. Pro Acht-Stunden-Schicht gibt es drei Lesungen von etwa 30 Minuten. Die Lektüre soll zur Bildung der Arbeiterklasse beitragen. „Es ist ein Mittel, um das kulturelle Niveau der Tabakarbeiter zu verbessern“, heißt es in der kubanischen alternativen Online-Enzyklopädie EcuRed.

Krimis sind beliebt

Die Idee scheint zu funktionieren. „Es ist etwas Notwendiges für uns Tabakarbeiter“, sagt die 40-jährige Yamilé Piz. Seit 20 Jahren ist sie „torcedora“, wie in Kuba die Arbeiter genannt werden, die die heiß begehrten Havanna-Zigarren in mühseliger, stundenlangender Handarbeit drehen. „Wenn es die lectora nicht gäbe, wären wir nicht informiert.“

Odalys Lara liest die Zeitung ebenso wie einfache Lebensweisheiten vor, sie erteilt auch gerne Rat-schläge für private Probleme. Sie sei

eine Art Seelsorger, erzählt sie. Bevor sie am Vormittag mit der Lektüre beginnt, liest sie kurz Anweisungen von der Betriebsleitung vor. Lara sitzt vor einem Mikrofon auf einem etwas höher gelegenen Podium, vor ihr das laute Stimmengewirr der rund 360 Arbeiter. Zurzeit liest Lara aus dem Roman eines kubanischen Autors mit dem Titel „Stadt in Panik“. Der Betrieb kümmert sich immer um die Bücherauswahl. So wird vermutlich sichergestellt, dass keine sozialismuskritischen Autoren ihren Weg zum Publikum finden.

Eine spezielle Ausbildung ist nicht Voraussetzung für den Job als Vorleser. Lara ist eigentlich studierte Diplomentechnikerin. In der Fabrik sind gerade Krimis besonders beliebt, erzählt sie. Aber auch lange, anspruchsvolle Werke würden dankbare Zuhörer finden. Sie habe zum Beispiel schon „Paradiso“, das Meisterwerk von Nationaldichter José Lezama Lima, vorgelesen. Der Schmöker habe mehr als 600 Seiten, erinnere sie sich. „Das dauerte fast fünf Monate.“



Odalys Lara sitzt auf einem Podest und liest den Arbeitern in der Zigarrenfabrik La Corona in Havanna vor.

FOTO: DPA