

Editorial

Autor(en): **Zwingli, Urs-Peter**

Objektyp: **Preface**

Zeitschrift: **Saiten : Ostschweizer Kulturmagazin**

Band (Jahr): **22 (2015)**

Heft 247

PDF erstellt am: **21.07.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

<http://www.e-periodica.ch>

Haben Sie gut geschlafen? Wie war das Mittagessen? Und sind Sie danach ein paar Schritte gegangen? Solche Fragen, die man gern im Smalltalk mit den Nachbarn herunterbetet, haben seit einiger Zeit ein ganz anderes Gewicht bekommen. Man kann sie nämlich dank erschwinglichen, tragbaren Messgeräten (genannt Activity oder Fitness Tracker) plötzlich objektiv beantworten. Im Sommer 2015 plaudern wir am Gartenhag über Schlafphasen, Kalorien- oder Vitaminaufnahme und Schrittzahlen – und vergleichen unsere Werte über Apps und soziale Netzwerke mit jenen des Nachbarn. Jeden Tag entstehen so neue Exemplare des Quantified Self, also des in Zahlen erfassenden Ichs, auf der virtuellen Landkarte. Das Ziel der grossen Vermessungsaktion heisst vielleicht Selbsterkenntnis, sicher Selbstoptimierung. Parallel dazu boomen Fitnesstrend und Körperkult. Gerade haben sich im Juni SRF 1 und 3 eine Woche lang täglich mit Nachrichten von der «grössten Bewegungsaktion der Schweiz» überboten: 90'000 Personen machten mit, spulten innert fünf Tagen insgesamt 1'111'616 Kilometer ab, St.Gallen gewann das City-Duell.

Die Reaktionen sind unterschiedlich. Sind Menschen, die in Extremfällen sogar ihr Sexleben quantifizieren, nicht eher Maschinen?, fragen die einen. Freuen wir uns doch einfach, dass das eigene (un-)gesunde Verhalten endlich ohne den verführerischen Selbstbetrug erfasst wird, entgegnen die anderen.

Die Debatte in diesem Sommerheft eröffnet der bekennende Selbstoptimierer Andreas Niedermann. Der in Wien lebende Autor und Ex-Trainer erzählt eine ziemlich böse Geschichte über ebendiesen Selbstbetrug, der jeden Januar in den Fitnesszentren Hoch-

konjunktur hat. «Bewegungsenthusiast» Niedermann jedenfalls misstraut der Kategorisierung von Gesundheit als neue Religion, er sieht sie eher als Mittel zum Zweck: «Genuss braucht einen genussfähigen Körper.» Auch damit als Antrieb im Hinterkopf haben wir in einem Selbstversuch drei Wochen mit einem Activity-Tracker gelebt. Nennen wir das Resultat einmal vorsichtig zwiespältig. Ausserdem hat sich die Redaktion ein Forschungsprojekt angeschaut, in dem eine Krankenkasse ihre Mitglieder Schritte zählen lässt – auf der Suche nach Antworten auf explodierende Gesundheitskosten. Und Gastautor Michael Zwicker stellt Aussagen von klugen Köpfen unserer Zeit zur Quantified Self-Bewegung vor. Die Bilder zum Thema kommen aus einem New Yorker Boxkeller. Sie stammen vom Fotografen Jiří Makovec, der in St.Gallen und New York lebt und eben einen Werkbeitrag des Kantons St.Gallen erhalten hat.

Nebst dem Gewichtestemmen, Bahnenschwimmen und Datenhuben haben wir die Lockerheit nicht vergessen: Der traditionelle Sommerführer bringt Tipps für Kultur an bekannten, aber auch abseitigen Orten. Für manche muss man ein paar Schritte auf sich nehmen – 10'000, wie es der Activity Tracker empfiehlt, müssen es ja nicht unbedingt sein.

In diesem Sinne: Auf einen bewegten, faulen, aber vor allem schönen Sommer!

Urs-Peter Zwingli