

Der Verein Street-Workout bietet Krafttraining auf dem Open-Air-Gelände an. Bei vielen, vorwiegend jungen Männern, kommt das erstmalige Angebot gut an.

# Muskelshow zwischen zwei Bier

MARIO TESTA

Instruktor Eric Manser hängt für ein paar Sekunden am Stahlgerüst wie eine Fahne im Starkwind, die Muskeln zum Zerreißen gespannt und doch mit einem Lächeln auf den Lippen. Applaus nach der kurzen Showeinlage von den Umstehenden. Einige versuchen, es ihm gleichzutun – fast alle scheitern. Für sie bleibt es bei Klimmzügen, aber die natürlich präsentiert mit nacktem Oberkörper. Muskeln gibt es viele zu sehen am Stand des St. Galler Vereins Street-Workout. Er bietet den Open-Air-Gängern in Frauenfeld erstmals die Möglichkeit, ihre Körper mitten im Gelände zu stählen und in Szene zu setzen. «Die Organisatoren haben uns angefragt, ob wir nicht mit am Open Air dabei sein wollen», sagt Eric Manser. «Die Anfrage kam überraschend, hat uns aber natürlich sehr gefreut. Es ist für unseren Verein Street-Workout eine einmalige Plattform hier unter den vielen Leuten am Open Air.»

## Training ganz ohne Gewichte

Gewichte, Hanteln oder Trainingsgeräte hat es keine am Stand mitten im neu geschaffenen Stadtpark auf dem Hauptgelände. Zwei grosse Stahlwürfel, fest auf der Holzplattform verankert, reichen für das Training. «Das sind unsere Show-Cubes», sagt Manser. «Sie ermöglichen kreatives Training allein mit dem eigenen Körpergewicht.» Dank der beiden Cubes hält sich auch der Aufwand für den Verein in Grenzen.



Bild: Reto Martin

In den Stahl-Cubes zeigen starke Männer ihr Können.

«Wir können die Anlage gut in unseren Autos transportieren. Und sie ist in wenigen Minuten aufgebaut.»

Bei vielen, vorwiegend jungen Männern, kommt das Workout-Angebot gut an, auch wenn ausnahmsweise eher Bier statt Isostar durch ihre durchtrainierten Körper fließt. «Das ist das Beste, was dem Open Air abseits der Acts geschehen konnte», schwärmt Leon Zeh. Der muskelbepackte 17-Jährige aus Weil am Rhein ist bereits zum zweiten Mal in Frauenfeld mit dabei. «So eine Trainingsmöglichkeit hat letztes Mal noch gefehlt und nun ist es hier möglich und sogar kostenlos.» Zeh ge-

niesst die Aufmerksamkeit der Passanten und deren neidvolle Blicke.

## Starke Frauen am Stahlgerüst

Auch zwei Frauen gehören zum Instruktions-Team des Street-Workout Vereins. Nachdem Vesna Radulovic am Cube ihre starken Figuren zeigt, geht es nicht lange und auch junge Frauen versuchen ihr Glück an den Stahlstangen, machen Klimmzüge oder Poledance an den Stangen. «Wir sind hier um Figuren vorzuzeigen und die Girls anzuspornen», sagt Radulovic. «Es kommen auch einige Frauen, aber leider noch etwas verhalten.»