





(1)



(2)

(1) Antje Prust
(2) Antje Prust, Sarah Horak, Anna Hauner, Peter Rahmani, Enrico Spohn

Female Bodyhorror im Fitnesstempel

von
Dinah Wiedemann

In Verena Keßlers Roman „Gym" wird das Fitnessstudio zum Schauplatz einer Entwicklung, in der körperliche Selbstoptimierung in Selbstzerstörung umschlägt. Der untrainierte Körper der Protagonistin ist im MEGA GYM ein Problem, weswegen sie mit einer erfundenen Schwangerschaft eine gesellschaftlich akzeptierte Erklärung für ihn liefert. Ihr Körper wird also nicht einfach als gegeben hingenommen, sondern muss gegenüber einer normierenden Umwelt legitimiert werden. Die Lüge verdeutlicht, wie stark körperliche Abweichungen begründungsbedürftig werden, während die Verantwortung für ihre Veränderung dem Individuum zugeschrieben wird.

Michel Foucaults Buch „Überwachen und Strafen" (1975) bietet einen theoretischen Zugang zu dieser Dynamik. Foucault beschreibt, wie Disziplinarmacht Körper durch Beobachtung, Übung und Normalisierung formt. Macht wirkt dabei nicht ausschließlich durch Verbote oder äußeren Zwang, sondern auch dadurch, dass Menschen gesellschaftliche Anforderungen übernehmen und sich selbst nach ihnen ausrichten. Das Fitnessstudio lässt sich als Raum einer solchen Disziplinarmacht verstehen: Spiegel, Trainingspläne und Vergleiche mit anderen machen Körper messbar und bewertbar. Die Protagonistin beginnt, sich selbst mit diesem normierenden Blick zu betrachten und wird zur Beobachterin und Antreiberin ihres eigenen Körpers.

Diese Entwicklung verweist auf gegenwärtige Tendenzen der Selbstoptimierung. Fitness, Ernährung und körperliche Leistungsfähigkeit werden häufig als Ausdruck individueller Disziplin und Selbstverantwortung verstanden. Soziale Medien verstärken diese Logik, indem sie optimierte Körperbilder verbreiten und Selbstvergleiche ermöglichen. Auch Fitness-Tracker und andere Formen der Selbstvermessung übersetzen körperliche Aktivität in Kennzahlen, Ziele und Fortschritte. Solche Praktiken können durchaus selbstbestimmt und gesundheitsfördernd sein. Problematisch werden sie dort, wo Verbesserung zur dauerhaften Verpflichtung wird und der eigene Wert von messbarer Leistung abhängt.

An diese Widersprüchlichkeit knüpft „Gym" an: Die Protagonistin will sich nicht nur verbessern, sondern sich von anderen abheben. Aber Überlegenheit ist gekoppelt an den Vergleich mit anderen. Und weil immer neue Vergleichsobjekte zur Verfügung stehen, kann das Ziel der absoluten Perfektion niemals erreicht werden. Eine Endlosspirale entsteht.

Die körperliche Transformation der Protagonistin wird damit zu einem unabschließbaren Prozess. Wo sie durch Selbstdisziplinierung Selbstbestimmung erreichen will, verengt sich mit der zunehmenden Konzentration auf Training, Ernährung und Konkurrenz letztendlich ihr Handlungsspielraum. Ihr Körper wird somit zum Objekt eines immer strenger werdenden Regimes. Mit der Eskalation ihrer Praktiken, darunter extreme Ernährungsweisen und der Einsatz von Steroiden, tritt die zerstörerische Seite dieses Optimierungsstrebens hervor. Die angestrebte Kontrolle schlägt in Kontrollverlust um.

Hier lässt sich Barbara Creeds Konzept des „monstrous-feminine" aus „The Monstrous-Feminine: Film, Feminism, Psychoanalysis" (1993) produktiv ergänzen. Creed untersucht, wie Horrorfilme weibliche Körperlichkeit mit Monstrosität verknüpfen und dabei gesellschaftliche Vorstellungen von Weiblichkeit sichtbar machen. Auf „Gym" übertragen, stellt sich die Frage, welche Körper als normal, attraktiv oder abweichend gelten und wie die Protagonistin mit diesen Erwartungen umgeht. Ihr Streben nach einem muskulösen, leistungsfähigen Körper überschreitet konventionelle Weiblichkeitsideale, bedeutet aber nicht automatisch Emanzipation. Sie entkommt der normierenden Bewertung nicht, sondern orientiert sich an einem anderen Ideal, das ebenfalls Konkurrenz und permanente Steigerung verlangt. Entscheidend ist daher nicht, den muskulösen Frauenkörper selbst als monströs zu bezeichnen, sondern die gesellschaftlichen Bedingungen seiner Bewertung.

Im Roman entfaltet die körperliche Eskalation ihre Wirkung durch die satirische Überzeichnung der Fitnesskultur. Das Versprechen, durch Training ein besseres Selbst herzustellen, erscheint zunehmend absurd, sobald die Protagonistin ihre körperliche Integrität diesem Ziel unterordnet. Komik und Groteske entlarven dabei die Widersprüche einer Kultur, die Selbstbestimmung verspricht, zugleich aber immer neue Anforderungen an das Individuum stellt. Die Satire richtet sich somit nicht gegen körperliches Training an sich, sondern gegen eine Logik, in der der Körper zum permanenten Beweis persönlicher Leistungsfähigkeit werden muss. „Gym" zeigt, wie eng Selbstoptimierung und gesellschaftliche Normierung miteinander verbunden sein können. Selbstzerstörung erscheint dabei nicht als bloßer Gegensatz zur Selbstoptimierung, sondern als deren mögliche Konsequenz, wenn Verbesserung keinen Endpunkt mehr kennt.

„No pain, no gain, use it or lose it!"

STADTTHEATER
Spielzeit 26/27
13.11.
Premiere
26
Kleines Haus

Gym

theater.ingolstadt.de 0841 30 54 72 00
INGOLSTADT

Gym

von
Verena Keßler

in einer Bühnenfassung von
Dinah Wiedemann

Uraufführung 13.11. 2026

Sie ist die Protagonistin. Namenlos, denn in ihrem alten Job kannte sie jede*r und im MEGA GYM zählt kein Vorleben, nur der aktuelle Körperstatus. Ihre Vergangenheit ist ein Sammelsurium aus Fehlentscheidungen, ihr Jetzt ein weicher Chips-Bauch. Nach dem Verlust ihres Agenturjobs sucht sie Arbeit dort, wo alles eine Lösung hat: im MEGA GYM, einem Hochglanztempel des Körpers. Um ihren nicht-mega-tauglichen Bauch zu erklären, erfindet sie eine Schwangerschaft. Studiobesitzer Ferhat, Feminist, ist gerührt: Eine alleinerziehende Frau, die „trotz allem" weitermacht. Er stellt sie ein und überreicht ihr einen personalisierten Trainingsplan. Plötzlich scheint alles perfekt: definierte Körper, harmlose Tresenflirts, keine Überstunden. Doch bald wollen alle Babyfotos sehen. Namen hören. Geschichten. Als die Profi-Bodybuilderin Vick auftaucht, wird klar: Das Fake-Kind ist nur das kleinste ihrer Probleme. Aus Bewunderung wird Neid, aus Neid Konkurrenz, aus Selbstoptimierung Fanatismus. Die Arbeit am Körper wird zum Wahn. Sie will nicht mehr nur dazugehören. Sie will besser sein als Vick. Sie will die Beste sein und ihre dunkelste Seite zeigt sich.

Über die Autorin

Verena Keßler wurde 1988 in Hamburg geboren und machte von 2008 bis 2009 eine Ausbildung zur Werbetexterin an der Texterschmiede Hamburg. Anschließend studierte sie deutsche Literatur und germanistische Linguistik an der Humboldt-Universität zu Berlin und von 2016 bis 2020 literarisches Schreiben am Deutschen Literaturinstitut Leipzig. Ihr erster Roman „Die Gespenster von Demmin" erschien 2020 und wurde u. a. für den aspekte-Literaturpreis nominiert und mit dem Kranichsteiner Jugendliteratur-Stipendium ausgezeichnet. 2023 veröffentlichte sie ihren zweiten Roman „Eva", der mit dem Literaturpreis „Der zweite Roman" ausgezeichnet wurde. Ihre Romane werden unter anderem ins Polnische, Griechische, Tschechische, Bulgarische und Französische übersetzt. „Gym" erschien 2025 und kommt nun in Ingolstadt als Bühnenstück zur Uraufführung.

Besetzung

Ich *Antje Prust*
Ferhat *Enrico Spohn*
Milli / Emilia *Anna Hauner*
Swetlana *Renate Knollmann*
Seyda *Sarah Horak*
Thomas / Johannis / Timbo *Peter Rahmani*
Sixpacks *Stephan Dietz*
Julius Hofmann
Jens-Peter Labus
Merlin Stefan

Team

Regie
Jessica Weisskirchen

Bühne und Kostüme
Wanda Traub

Musik / Komposition
Chiara Strickland

Musik / Co-Komposition
Hanno Stick

Choreografie
Hannes-Michael Bronczkowski

Dramaturgie
Dinah Wiedemann

Licht
Esteban Nuñez

Regieassistenz
Despina Rhaue

Bühnenbildassistenz
Kuan-Jung Lai

Kostümassistenz
Malin Schwarzmeier

Inspizienz
Lejla Divanovic

Soufflage
Uta Scheffel

Theatervermittlung
Bernadette Wildegger

Aufführungsrechte
Rowohlt Verlag GmbH – Theater Verlag, Hamburg

Aufführungsdauer
105 Minuten, keine Pause

Verena Keßler, Gym © Hanser Berlin in der Carl Hanser Verlag GmbH & Co. KG, München.

Wir machen darauf aufmerksam, dass Ton- und / oder Bildaufnahmen unserer Aufführungen durch jede Art elektronischer Geräte strikt untersagt sind. Zuwiderhandlungen sind nach dem Urheberrechtsgesetz strafbar.



(1)



(2)

(1) Sarah Horak, Antje Prust
(2) Renate Knollmann, Anna Hauner, Antje Prust, Peter Rahmani, Sarah Horak

Theater

Leiter Technik Paul Strugalla

Mitarbeiterinnen Technisches Büro
Michaela Heinle, Katharina König

Bühnenmeister Jamil El-Jolani, Werner Zeitlmair

Vorarbeiter Bühnentechnik
Herbert Herrler, Andreas Loew, Norbert Zeller

Bühnentechnik Werner Baumgartner, Anton Dorner, Peter Glaßmann, Robert Haag,Ivan Ivanov, Marco Kreuter,Peter Leidl, Roland Leitmeyr, Bernhard Meier, Thomas Meyer, Tom Parthum, Dagobert Rabensteiner, Mario Schneider, Martin Tratz

Leiter Beleuchtungsabteilung
Julian Zell

Vorarbeiter Beleuchtung
Marco Ottilinger

Beleuchtung Roman Beyer, Andreas Groth, Ludwig Hacker, Joseph Lipperer, Christian Müller, Esteban Nuñez

Videotechnik Cengizhan Ayyildiz, Lukas Graf, Stefan Kern

Vorarbeiter Tonabteilung Martin Funk

Ton Irmak Akan, Christian Echter, Alexandru Ene, Michael Hutter

Vorarbeiterin Requisite
Heidi Pfeiffer

Requisite Stefanie Aigner, Patrick Christoph, Christine Geist, Markus Jordan

Leiterinnen Maske Laura Eckenigk, Julia Gottlöber

Maske Magdalena Bauer, Julia John, Katharina Pöder, Jennifer Staudner, Janine Wildgrube

Malersaal Jan Christian Ender, Denise Mörsberger, Hanna Weitmüller

Leiter Werkstätten
Eduard Fuss

Werkstätten Christian Augenthaller, Helmut Breyer, Ottmar Haußner, Armin Paul, Bohuslav Plevka

Künstlerisch-technische Produktionsleitung
Adrian Retzer

Leiterin Kostümabteilung
Martina Janzen

Gewandmeisterinnen
Edel Braunreuther, Anja Gast, Martina Janzen

Schneiderei Maria Bott, Barbara Gschwendtner, Lara Helbling, Inka Hofmann-Karypidou, Lina Klöckner,Jessica Maus, Gertrude Nachbar, Franziska Nuber

Vorarbeiter Haustechnik N.N.

Haustechnik Stephan Glotz, Jürgen Ostermeier, Kajetan Irrenhauser (Hauselektrik), Egzon Avdilji (Hauselektrik)

Kasse Rita Miedaner, Luis Mühlbauer, Gisela Ruhfaß, Gabi Vanetta

Leiterin Einlass / Garderobe
Daniela Ortenreiter

Einlass / Garderobe
Renate Artner, Marioara Deli, Heidi Fisch, Hildegard Henger, Olga Holz, Erika Kellner, Barbara Kempf, Regina Märkl, Petra Maul, Elke Mayer, Josef Metzger, Antonia Müller, Katharina Russ, Iris Schimpel, Susanne Schmitt, Elfriede Schwarz, Brigitte Strobl, Doris Sydow, Susanne Tomberg, Silvia Walcher, Herta Zimmermann

Vorstellungsbetreuung

Bühneneinrichtung Jamil El-Jolani, Werner Zeitlmair (im Wechsel)

Beleuchtung Marco Ottilinger

Ton Alexandru Ene

Requisite Christine Geist

Maske Julia Gottlöber

Ankleiderin Birgit Kolb, Janine Aull

IMPRESSUM

Herausgeber
Intendant Oliver Brunner

Verwaltungsdirektor
Hans Meyer

Chefdramaturgin
Sonja Walter

Leiterin Junges Theater
Julia Mayr

Redaktion
Dinah Wiedemann

Fotos
Pedro Malinowski

Visuelles Konzept & Design
Eps51

Satz
Ines Gaensslen

Druck
Druckerei Hermann Ingolstadt

Das Stadttheater Ingolstadt wird vom Freistaat Bayern gefördert.



(1)



(2)

(1) Renate Knollmann, Sarah Horak, Antje Prust, Peter Rahmani
(2) Julius Hofmann, Merlin Stefan, Anna Hauner, Peter Rahmani, Stephan Dietz, Antje Prust