

1	Einleitung	1
2	Einführung in Begrifflichkeiten und Konzepte	7
2.1	Alter(n) aus sozialwissenschaftlicher Perspektive	7
2.1.1	Alter(n)sforschung und Alter(n)skonzepte	7
2.1.2	Körper und Alter(n) als soziale Konstruktionen	10
2.2	Geschlecht(erverhältnisse) und Intersektionalitätsforschung	14
2.2.1	Geschlecht als soziale Konstruktion und intersektionale Kategorie	14
2.2.2	Hierarchische Geschlechterverhältnisse im Lebenslauf	17
2.3	Sportliche Aktivität und Gesundheit	19
2.3.1	Sportliche Aktivität im Lebenslauf im Spiegel sozialer Ungleichheit	19
2.3.2	Ungleiche Gesundheitschancen im Kontext sportlicher Aktivitäten	23
2.3.3	Ungleiche Gesundheitschancen im deutschen und US-amerikanischen Gesundheitssystem: ein Vergleich	27
2.4	Fitnesskulturen und Fitnesspraktiken	30
2.4.1	Entwicklung der Fitnesskultur in Deutschland und den USA	30
2.4.2	Fitness als Selbsttechnik im Kontext neoliberaler Gesellschaften	32
2.4.3	Fitnessstudios unter Berücksichtigung von Geschlecht und Alter(n)	35
2.5	Zusammenfassung und Forschungsfragen	41

3	Forschungsdesign: Darstellung der Projektidee, methodologische Fundierung und methodisches Vorgehen	45
3.1	Erkenntnisinteresse, sensibilisierende Konzepte und Darstellung der Untersuchungsebenen	45
3.2	Darstellung der Teilprojekte	49
3.2.1	Subjektebene: Ebene der Identitätspraktiken und -konstruktionen	49
3.2.2	Ebene der symbolischen Repräsentationen: Untersuchung der Internetplattformen Freiburger Fitnessstudios und Expert*inneninterviews	50
3.3	Methodik der Teilprojekte	51
3.3.1	Interviewstudie	51
3.3.1.1	Rekrutierung der Interviewpartnerinnen und Sampling	51
3.3.1.2	Datenerhebung	52
3.3.1.3	Datenauswertung	52
3.3.2	Diskursanalyse	54
3.3.2.1	Datenerhebung	55
3.3.2.2	Datenauswertung	55
3.3.2.3	Quantitative Bildanalyse	55
3.3.3	Expert*inneninterviews	56
3.3.3.1	Rekrutierung der Interviewpartnerinnen und Sampling	57
3.3.3.2	Datenerhebung	57
3.3.3.3	Datenauswertung	57
4	Ergebnisse der Interviewstudie mit 60–80jährigen Frauen im Vergleich Deutschland (Kirchzarten/Freiburg) – USA (Ostküste, Amherst)	59
4.1	Ausübung sportlicher Aktivitäten in Kindheit und Jugend	60
4.1.1	Deutsches und amerikanisches Sample im Vergleich: Soziale Positionierung durch den Erwerb von ökonomischem und kulturellem Kapital	60
4.1.2	Sportliche Aktivitäten in Kindheit und Jugend: deutsches Sample	71
4.1.3	Sportliche Aktivität in Kindheit und Jugend: amerikanisches Sample	74
4.1.4	Zusammenfassung	77

4.2	Arbeit am Körper im Fitnessstudio zwischen Selbstermächtigung und Unterwerfung	78
4.2.1	Einstieg in die Fitnesskultur	78
4.2.2	Selbstermächtigungsgewinne durch die Körperarbeit im Fitnessstudio	82
4.2.3	Sozialer Druck durch den Trend zur Altersaktivierung?	88
4.2.4	Zusammenfassung	97
4.3	Soziale Positionierung zu produktivem und erfolgreichem Alter(n)	99
4.3.1	Übergang vom Erwerbsleben ins aktive Alter(n) des 'Ruhestands'	100
4.3.2	Positionierung zu produktivem Alter(n)	107
4.3.3	Positionierung zu erfolgreichem Alter(n)	113
4.3.3.1	Gesundheitschancen im Kontext erfolgreichen Alter(n)s auf Basis der Gesundheitssysteme in Deutschland und in den USA	114
4.3.3.2	Erfolgreiches Alter(n) aus Sicht der Befragten beider Samples	122
4.3.4	Zusammenfassung	128
4.4	Soziale Netzwerke im Alter	130
4.4.1	Primäres Netzwerk: Heterosexuelle Paarbeziehungen	132
4.4.2	Sekundäres Netzwerk: Freundschaftliche Beziehungen	141
4.4.3	Tertiäres Netzwerk: Tra ner*innen im Fitnessstudio	149
4.4.4	Zusammenfassender Vergleich der Netzwerke des dS und aS unter Berücksichtigung der Intersektionen von Alter(n), Geschlecht und Klasse	156
5	Fitnessstudios und demografischer Wandel	163
5.1	Diskursanalyse von Alter(n)s-, Geschlechterbildern und Fitnessdiskursen	163
5.1.1	Quantitative/Qualitative Inhaltsanalyse	164
5.1.2	Ergebnisse der Bildanalyse	170
5.2	Analyse der Trainer*innenexpertise	171

5.2.1	Berufliche Qualifikationen und Kompetenzen im Umgang mit Älteren in fitnessorientierten Kursangeboten	171
5.2.2	Altersbilder und Vorstellungen über erfolgreiches Alter(n)	174
5.2.3	Geschlechterbilder und geschlechterdifferenzierte Trainingsgestaltung	179
5.2.4	Fitnessstraining aus Sicht der Expert*innen und aus Sicht der Interviewpartner*innen – ein Vergleich	182
5.3	Zusammenfassung und Fazit	185
6	Typenbildung durch die Analyse der Habitusformen	189
6.1	Beschreibung der Typenbildung in der vorliegenden Interviewstudie	189
6.1.1	Prozess der Typenbildung	190
6.1.2	Charakterisierung der gebildeten Typen	193
6.1.2.1	Struktur- und haltorientierte Habitusformen ...	193
6.1.2.2	Leistungsorientierte Habitusformen	202
6.1.2.3	Autonomieorientierte Habitusformen	213
6.1.2.4	Widerständige, gesundheitsorientierte Habitusformen	228
6.2	Zusammenfassung der Ergebnisse der Typenbildung	236
7	Wechselbeziehungen zwischen Subjekt-, Repräsentations- und der Ebene der strukturellen Herrschaftsverhältnisse	239
Literatur		249