

Der Bewegungsbogen

Wer von Zuoz nach Schwyz joggt, dabei dem Alpenbogen über die ganze Verbreitungszone der „Südostschweiz am Sonntag“ folgt und dann noch lebt, ist wahrscheinlich fit. Einmal, vor 20 Jahren, veranstaltete ich ein Bike-Rennen zwischen St. Moritz und Zermatt, dies mit freundlicher Hilfe von Hanspeter Danuser und den Seiler Hotels, das dann aber eingestellt wurde, weil es den Hoteliers zuviel Aufwand war. Ausserdem kamen bald die Russen, die ohne solchen Aufwand auch bessere Preise zahlten.

Warum ist dies wichtig? Wir leben in einem Gesundheitstaumel, der von der pharmazeutischen Industrie ebenso angetrieben wird wie von den Ärztegesellschaften. Der Schweizer Oberpriester der Gesundheit, FDP-Nationalrat Prof. Felix Gutzwiller, sieht mich immer bedenklich an, wenn ich ihn mit meinen 105 kg netto besuche. Wer nicht der joggenden Gemeinde der Bank- und Versicherungsmanager, der Treuhandberater und McKinsey-Gurus angehört, gilt rasch als Ausnahmeerscheinung.

Es bietet sich an, das Verbreitungsgebiet dieser Sonntagszeitung zum „Arc de la Santé Suisse“ zu ernennen, zum Gesundheitsbogen zwischen Inn, Rhein, Ticino und Zürisee. Wenn es uns gelingen würde, jene 15% der sportsüchtigen Zürcher in dieses Gebiet zu bringen – und gleich auch jene 30%, die gerne Sport machen würden, aber lieber fernsehen – dann müssten wir viele neue Hotels bauen, Fitness-Studios inklusive. Wie Insidern bekannt ist, ist es meine Aufgabe, einen beträchtlichen Teil davon auch ins Wallis zu bringen, aber darin sehe ich keinen Widerspruch, denn unser Schweizer Alpenbogen bietet doch entscheidend mehr als der Schwarzwald, der ohnehin ein Zeckengebiet ist, oder die Tiroler Alpen, die für mich nur ein Vorgebirge der Schweizer Alpen sind.

Was ist es also, das wir unseren Besuchern bieten können? Es ist die dramatische Vielfalt über 1500 Metern. Diese Bärenzone, wo wir demnächst wieder Luchs, Wolf und Bär begegnen können, ist weltweit einmalig. Der Himmel, die Luft, die Anstiege, die Abstiege, das Licht und die Beizen übertreffen Nepal und das Kilimandscharo-Gebiet bei weitem. Kürzlich war ich auf der Mondinsel im Titicaca-See. Es war dort schön wie in der Ägäis, aber leider 4000 Meter höher, was mir fast den Atem raubte. Solches droht mir im Einzugsgebiet unserer Leserschaft nicht.

Gesundheit ist heute mit Hektik verbunden. Ein Zürcher Bankmanager, der gerade seine Boni erhalten hat, sagte mir stolz, er habe sich in Davos eine neue Wohnung gekauft. Ich fragte, warum in dieser Stadt, die eigentlich nur unter Schnee erträglich ist? Er sagte, in Davos herrscht Leben, „easy living“. So kann man das auch sehen, also sollten wir den romantischen Spaziergängen älterer Menschen, die zu wenig umsetzen, nicht zuviel Bedeutung beimessen. Wir leben in der Hotellerie besser vom Champagner- als vom Prosecco-Trinker.

Diese Art von Gesundheitstraining sollten wir nicht unterschätzen. Gut gelaunte Menschen, die nicht alleine vom Birchermüsli leben, sind ein bedeutender Gesundheitsfaktor. Was nützt uns ein joggender Milliardär, wenn ein konsumierender Russe das mehrfache von ihm ausgibt oder investiert. Ausnahmen wie Klaus-Michael Kühne seien gelobt und hoch verehrt, die der Gemeinde Lenzerheide eine Tennishalle schenken. Dann bleibt nicht nur der Milliardär fit, sondern mit ihm auch die Mitglieder des örtlichen Tennisclubs.

Zur körperlichen Fitness gehört natürlich, und dies vor allem, die geistige. Darüber wollen wir in vier Wochen schreiben.

Klaus J. Stöhlker