

Harry Gelbfarb – die Wiege des deutschen Bodybuildings steht in Schweinfurt

von Peter Steinmüller

Sportstadt Schweinfurt

Fußball, Korbball, Hockey ... Schweinfurt ist für eine Reihe von Sportarten bekannt, doch mit einer wird die Kugellagerstadt normalerweise nicht in Verbindung gebracht: Bodybuilding. Doch war es im Graben 26, wo am 4. Januar 1956 Harry Gelbfarb das erste Bodybuilding-Studio Deutschlands gründete.

Ein jüdisches Kinderschicksal

Bis zu diesem Zeitpunkt hatte Gelbfarb schon ein abenteuerliches Leben hinter sich gebracht: 1930 in Wien geboren, wurde er von seiner jüdischen Mutter auf Druck ihres Vaters in ein Waisenhaus gegeben. Gelbfarbs Vater war Christ, der Großvater wollte keinen Andersgläubigen in der Familie akzeptieren. Mit vier Jahren wurde Gelbfarb von einem jüdischen Ehepaar als Pflegekind aufgenommen. Doch schon kurze Zeit später endete das Familienidyll, als die Pflegeeltern nach der Annektion Österreichs durch das nationalsozialistische Deutschland ins KZ gesteckt wurden. Der kleine Harry kam mit elf Jahren erneut in ein jüdisches Kinderheim. Dessen Schützlinge wurden nach und nach in die Vernichtungslager deportiert. Harry blieb dieses Schicksal nur erspart, weil Franzl Löw, die mutige Leiterin des Kinderheims, den katholischen Priester Ludger Born überzeugte, Harry einen gefälschten Taufschein auszustellen. Löw erinnerte sich 50 Jahre später an die entscheidende Begegnung mit dem Judenschlächter Alois Brunner: „[Ich] habe dem Brunner den Taufschein gegeben; darauf sagte er, das Kind ist frei, ich kann mit dem Kind ins Heim. Es war finster, wir sind an der Ecke Malzgasse/ Leopoldgasse gestanden. Der Bub hat sich umgedreht, hat geschaut, ob uns jemand hört, und hat gesagt: ‚Aber, Tante Franzl, wieso hab’ ich einen Taufschein, ich bin doch Jude?‘“ Den Krieg überlebte Gelbfarb halbverhungert, tuberkulosekrank und mit Herzproblemen. Auch seine Pflegeeltern hatten ihr Leben über die Nazi-Zeit gerettet.

Interesse für Kraftsport

Als er wieder genesen war, weckte eine Turnvorführung von Athleten im Freibad das Interesse von Gelbfarb am Kraftsport. Aber mehr noch als die sportlichen Übungen begeisterten Gelbfarb die muskelbepackten Körper der Turner. Er begann zu boxen. Als er im Jahr 1947 mit seiner Mutter in die USA auswanderte, bauten sich die beiden eine kärgliche Existenz in New York auf. Den Lebensunterhalt verdiente Gelbfarb zunächst in einem Räumcherbetrieb, wo der täglich 12 bis 15 Stunden schuftete. „Baby“ riefen ihn die anderen Arbeiter aufgrund seiner zierlichen Erscheinung. Nachdem er eine körperlich leichtere Arbeit in einer Radiofabrik gefunden hatte, begann er wieder mit dem Boxtraining. Mit dem Preisgeld aus gewonnenen Kämpfen wollte er sich und seiner Pflegemutter das Leben erleichtern. Seine



Abb. 1:
Harry und Elly Gelbfarb posieren zusammen in ihrem Studio in der Friedhofstraße, vermutlich Ende der fünfziger Jahre. (Foto: Nachlass Gelbfarb)

Kampfkünste reichten immerhin für das Halbfinale bei den New Yorker Golden-Glove-Meisterschaften.

In New York lernte Gelbfarb bald ein Bodybuilding-Studio von innen kennen, wo er mit Begeisterung zu trainieren begann. Er wurde auch mit dem Geschäftsmodell vertraut, das heute jedem Kunden eines Fitnessstudios vertraut ist: Gegen einen Monatsbeitrag kann jedes Mitglied selbst bestimmen, wann es während der Öffnungszeiten selbstständig sein Training absolviert.

Mit seinem Training fuhr Gelbfarb fort, nachdem er 1951 zur US-Armee eingezogen worden war. Der Zufall wollte es, dass er in dem Land stationiert wurde, dessen Diktatur nur wenige Jahre zuvor sein Leben bedroht hatte: Für ein Jahr lebte Gelbfarb in Schweinfurt.

Dort lernte er nicht nur die Sportlehrerin Elly Böttcher kennen und lieben, sondern gewann auch einige einheimische junge Männer für gemeinsames Muskeltraining. Nach der Armeezeit versuchte Gelbfarb erst einmal in Kalifornien als Phy-

siotherapeut und Statist in Hollywood-Produktionen sein Glück. Allerdings kam seine Filmkarriere nicht über eine Statistenrolle im Monumentalfilm „Die zehn Gebote“ hinaus, wo er zusammen mit anderen 4000 ägyptischen Soldaten im Roten Meer ertränkt wurde, wie er später Freunden erzählte.

Freies Leben in Santa Monica

Stattdessen genoss Gelbfarb das ungebundene Leben am Muscle Beach. Am Strand von Santa Monica trafen sich Bodybuilder, Turner und Gewichtheber, um vor den Badegästen und Touristen ihre Vorführungen zu geben. Ungewöhnlich für die damalige Zeit war auch, dass Frauen im Bikini zusammen mit den Männern ihre Körperlichkeit demonstrierten. Mit der Mischung von individualistischen Lebensstilen, billigen Unterkünften und relativer sexueller Freizügigkeit nahm Muscle Beach die spätere Hippieszene der sechziger und siebziger Jahre vorweg.

Gelbfarb als Model

Aus jener Zeit sind einige Fotoserien erhalten, auf denen Gelbfarb für die Athletic Model Guild (AMG) posiert. Dass die schwule Ästhetik kein Zufall ist, zeigt ein Blick in die Geschichte von AMG: Die 1945 gegründete Agentur war spezialisiert auf homoerotische Fotos, die sie per Versandhandel an ihr männliches Publikum brachte. Um die rigiden Zensurvorschriften zu umgehen, zeigten die Fotos die muskelbepackten Modelle häufig in antiken Szenarien oder bei Bodybuilding-Übungen.

**Neuanfang in
Schweinfurt:
Studio Graben 26**

Im Jahr 1955 kehrte Gelbfarb dann doch nach Schweinfurt zurück und heiratete Elly Böttcher. Um seinen Lebensunterhalt zu sichern, gründete er am 4. Januar 1956 im Anbau des Hauses im Graben 26 das erste Bodybuilding-Studio Deutschlands und schrieb damit Sportgeschichte. Das Gebäude ist heute noch erhalten und beherbergt die Bierkneipe „Pinte“. Die Bedingungen der Sportpioniere waren primitiv: Der Raum maß 60 oder 70 Quadratmeter, im Winter war es eiskalt, eine Dusche gab es nicht. Die Bänke und Apparate hatte Gelbfarb selbst aus alten Wasserleitungsrohren zusammengeschrubt, die Hantelscheiben in einem örtlichen Handwerksbetrieb gießen lassen. Einmal im Monat wurde das Gewicht gemessen, außerdem wurden die Körpermaße erfasst, so die Umfänge von Bizeps, Brust und Oberschenkel. Wenn notwendig, wurde dabei das Trainingsprogramm modifiziert. Die Schüler kamen in der Regel dreimal die Woche für zwei bis drei Stunden. Anders als damals im Sportverein üblich, aber heute die Regel im Fitnessstudio, kamen die Schüler zu unterschiedlichen Uhrzeiten einzeln oder zu zweit und zogen danach wieder ihrer Wege, ohne dass sie sich als Gemeinschaft verstanden hätten.

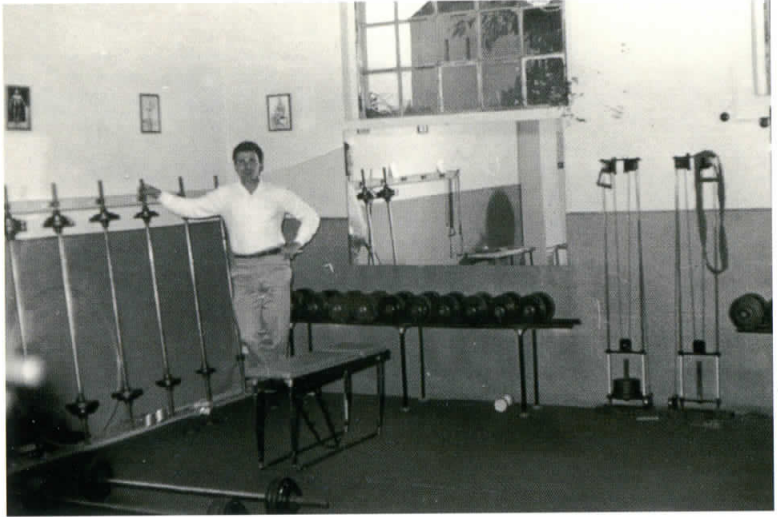
10 Mark Beitrag

Dafür zahlten die Schüler 10 DM im Monat, ein erheblicher Betrag zu Zeiten, als viele von ihnen als Lehrlinge 40 oder 50 DM in der Woche verdienten. Gelbfarbs Einnahmen blieben trotzdem bescheiden: „Obwohl damals mit diesem Sport nicht nennenswert Geld zu machen war, hatte ich großen Spaß an der Sache“, schrieb er später über seine Anfangsjahre. Zu Beginn hatte er rund 20 Schüler, deren Zahl sich mit der Zeit verdoppelte.

**Neues Körper-
bewusstsein**

Doch was trieb die jungen Burschen zu diesem neuartigen Sportangebot? Viele trieb der Wunsch an, Muskelmasse aufzubauen und an ihrem Aussehen zu arbeiten. „Ich war totale Kriegsware“, schildert ein agiler 70-Jähriger seine Beweggründe. „Meine Mutter rechnete nach meiner Geburt nicht damit, dass ich überleben würde.“ In seiner aktiven Zeit als Ringer wog er bei 164 cm Körpergröße nie mehr als 50 kg. Ein anderer Schüler besitzt noch Fotos, auf denen er Ende der Fünfziger mit durchtrainierten Oberarmen am italienischen Strand posiert. „Adria-Muskel haben wir das genannt“, kommentiert spöttisch der ehemalige Gewichtheber Karl-Heinz Rüd den Ehrgeiz der ersten Bodybuilder. Er war auf Gelbfarbs Studio aufmerksam geworden, weil er

Abb. 2:
Harry Gelbfarb in
seinem Studio in
der Friedhofstraße,
umringt von seinen
Hanteln. (Foto: Nach-
lass Gelbfarb)



neue Wege im Kraftaufbau für seine Sportart suchte, für den ihm die ewig gleichen Übungen nicht mehr genügten. „Wir haben bei Harry mit Kurzhanteln Dinge trainiert, auf die andere nicht geachtet haben,“ erzählt Rüd.

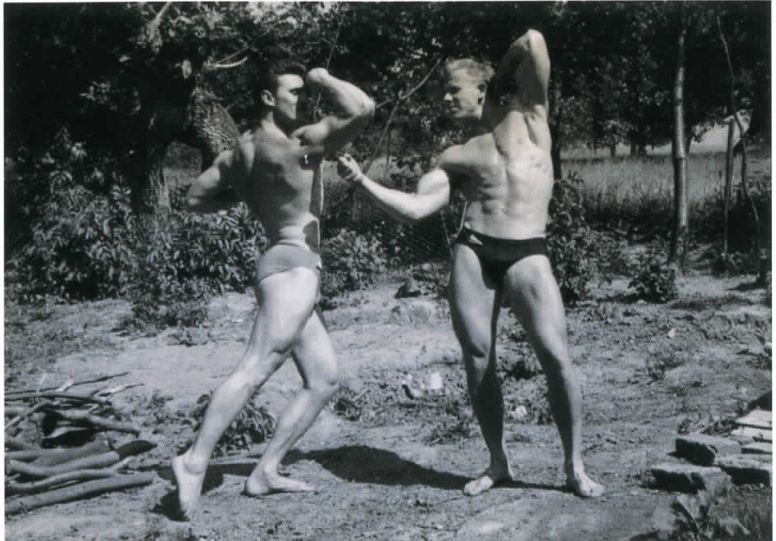
Fitness

Doch nicht nur beim Training leitete Gelbfarb seine Schüler an, sondern er mahnte sie auch zur angemessenen Ernährung. Viel Gemüse, wenig Fleisch, viel Haferflocken. Als Kraftnahrung kaufte er Bierhefe in der Brauerei und Rinderblut im Schlachthof. „Du kannst trainieren wie du willst – es nützt nichts, wenn du nicht vernünftig isst“, schärfte er seinen Schülern ein. Von Zeit zu Zeit veranstaltete Gelbfarb Studiomeisterschaften, bei denen sich die Schüler untereinander messen konnten. Die Disziplinen umfassten den klassischen Kraftdreikampf (Kreuzheben, Bankdrücken und Kniebeugen) und das im Bodybuilding übliche Posieren in unterschiedlichen Körperhaltungen.

Umzug in die Friedhofstraße

Am 15. März 1957 wechselte das Studio in größere und komfortablere Räumlichkeiten in der Friedhofstraße 16. Das Gebäude, eine ehemalige Werkstatt, existiert nicht mehr, heute stehen auf dem Gelände gegenüber einem Caritas-Seniorenheim Wohnhäuser. Die Einrichtung in den neuen Räumlichkeiten war wieder schlicht. Die Geräte entsprachen im Wesentlichen denen am Standort im Graben. Fotos zeigen die Vielzahl der säuberlich an den Wänden aufgereihten Lang- und Kurzhanteln. Immerhin gab es mehr Platz und eine mit einem Gasboiler beheizte Dusche. Hinter einem Vorhang war ein Raum mit einer Liege für Massagen abgetrennt. In dem Studio erschloss sich Gelbfarb eine neue Einnahmequelle, indem er orthopädisches Kinderturnen anbot. Um in Schweinfurt bekannter zu werden, ermöglichte Gelbfarb bekannten lokalen Sportlern, kostenlos bei ihm zu trainieren.

Abb. 3:
Harry Gelbfarb (l.) und
Hans Glaab, erster
Mister Germany in
seiner Größenklasse,
beim gemeinsamen
Posen, zirka 1960.
(Foto: Nachlass
Gelbfarb)



Dt. Bodybuilder- Verband

Das Studio in der Friedhofstraße war Schauplatz der Gründung des ersten deutschen Bodybuilding-Verbandes, des Deutschen Körperbildungsbundes. Anlass war das Ziel von Gelbfarb, an den Europameisterschaften in Turin teilzunehmen, was nur Mitgliedern nationaler Verbände möglich war. Gelbfarb rief alle seine Schüler auf, beizutreten. Das fiel diesen umso leichter, als kein Beitrag erhoben wurde.

Sportliche Erfolge

Damit war Gelbfarb Chef der ersten deutschen Nationalmannschaft in dieser Sportart, die im VW-Käfer den Brenner überquerte, um an dem Wettkampf teilzunehmen. Dadurch auf den Geschmack gekommen, veranstaltete Gelbfarb kurze Zeit später im Bürgerbräukeller in München die erste deutsche Meisterschaft im Bodybuilding. Mit dem Verlauf war Gelbfarb aber nicht zufrieden: „Im Saal herrschte vielfach eher spöttische Erheiterung als wirkliche Begeisterung“, erinnerte sich Harry Gelbfarb viel später. „In den meisten Fällen waren das angebotene Essen und die ‚Gaudi‘ wichtiger als die gezeigten Leistungen.“ Auch sportlich lag einiges im Argen: Weil es noch keine Regeln für den Einsatz von Öl als Bräunungsmittel gab, verteilten die Athleten es so großzügig auf ihren Körpern, dass die Wettkämpfer auf den Lachen ausrutschten. Immerhin konnte mit Hans Glaab ein Schüler Gelbfarbs den Titel des Mr. Germany in der Klasse bis 172 Zentimeter Körpergröße erringen.

Expansion

In den sechziger und siebziger Jahren widmete sich Gelbfarb wieder verstärkt seinem Geschäft: In Nürnberg betrieb er ein großzügiges Studio, bevor er 1973 im neu errichteten Zentrum Oberer Marienbach auf 330 Quadratmetern ein hochmodernes Studio einrichtete: Auf rotem Teppichboden

Abb. 4:
Die Sieger der ersten
Studiomeisterschaft
(v. l.): Gert Feiler,
Hans Glaab (beide
Schweinfurt) und
Georg Schipper
(Frankfurt am Main).
(Fotos: Nachlass Harry
Gelbfarb)

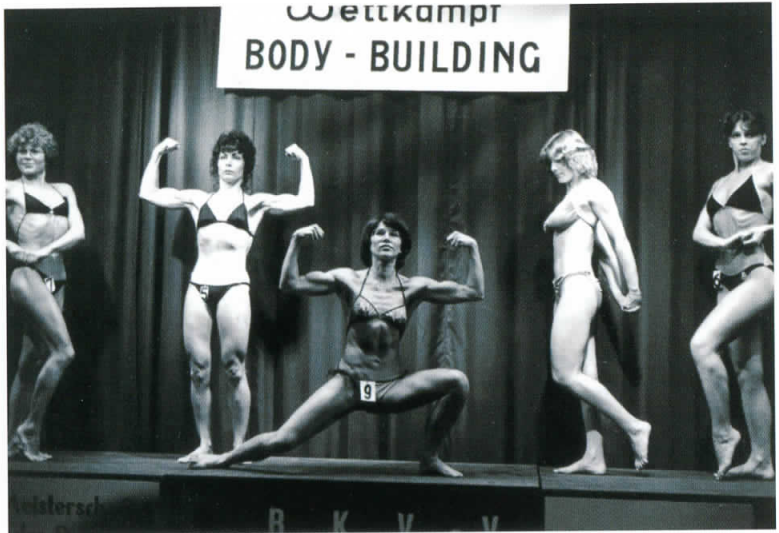


stand eine Vielzahl moderner Geräte mit verchromten Oberflächen. Nicht nur den Fitness-Anspruch präsentierte das Ambiente, sondern auch den Wellness-Gedanken: Am Eingang konnten sich Besucher in einer Sofa-Ecke mit Fernseher und Grünpflanzen entspannen. Nach dem Training lockten Whirlpool, Sauna und Solarium. Als „Bewegungstherapeutisches Institut und Fitness-Center“ bezeichnete Gelbfarb sein Unternehmen in der Werbung. Er überzeugte die Krankenkassen davon, dass er orthopädisches Turnen auf Rezept anbieten konnte. In einem abgetrennten Teil behandelte er Patienten als Physiotherapeut und Masseur.

neue Zielgruppe: In den Anfangsjahren lief das Geschäft noch schwerfällig. Als Ende der siebziger Jahre immer mehr Frauen von Jazztanz und Aerobic angezogen wurden, nahm die Mitgliederzahl auf rund 400 zu. Elly Gelbfarb leitete viele dieser Kurse. Mit ihrer begeisterten Art brachte sie viele ihrer Schülerinnen von der Olympia-Morata-Schule dazu, im Studio Kurse zu belegen.

Verkauf und Umzug nach Kalifornien Gelbfarb nutzte den Zustrom an Kundinnen, um unter ihnen die Teilnehmerinnen für Bodybuilding-Wettkämpfe in der Region zu rekrutieren. Damit war er einer der ersten Veranstalter solcher Wettkämpfe in Deutschland und damit auch Pionier des Frauen-Bodybuildings. Um den unterschiedlichen Ansprüchen der Fitnessstudio-Klientel und Bodybuildern genüge zu tun, betrieb Gelbfarb für Letztere in der Wilhelmstraße einige Jahre ein Studio. Im Jahr 1983 verkaufte Gelbfarb sein Unternehmen im Zentrum und zog nach Oceanside in Kalifornien, wo er bis 1993 ein kleines Studio betrieb. Die Gründe für den Umzug sind unklar: Freunden erzählte er, er wolle sich

Abb. 5:
Zu Beginn der achtziger Jahre veranstaltete Harry Gelbfarb die ersten Wettkämpfe im Frauen-Bodybuilding



damit seine amerikanischen Rentenansprüche sichern. Andere Bekannte erinnern sich, er habe angekündigt, endlich viel Geld verdienen zu wollen. Möglicherweise spielt auch eine Rolle, dass in der Nähe die Zentrale der Rosecrucian Fellowship liegt. Die Glaubensgemeinschaft verbindet christliche Überzeugungen mit esoterischen Inhalten. Von 1959 bis in die neunziger Jahre gehörte er dem Vorstand („Board“) der Glaubensgemeinschaft an. Die Autofahrt vom San Clemente Gym bis zum Mount Ecclesia genannten Sitz der Rosecrucian Fellowship dauert eine halbe Stunde. Dort verrichtete Gelbfarb regelmäßig seinen „Tempeldienst“ im „Ecclesia“ genannten Sakralbau und beteiligte sich an philosophisch-theologischen Diskussionen. Ein anderer Anziehungspunkt in Kalifornien war die World Gym in Los Angeles, das Mekka der Bodybuilder. Hier traf er regelmäßig Arnold Schwarzenegger, mit dem er seit der ersten Begegnung 1966 in München befreundet war.

Rückkehr nach Schweinfurt

Elly Gelbfarb war in Deutschland geblieben. Für sie gab es keinen Grund, ihre Heimat hinter sich zu lassen. Entsprechend pendelte Harry ständig zwischen Oceanside und Schweinfurt hin und her. In Kalifornien lebte Gelbfarb bescheiden: Er schlief in seinem Büro über dem Studio. Die Sparsamkeit war notwendig, denn finanziell blieb der Erfolg aus. Immer wieder klagte Gelbfarb in seinem Tagebuch über zu wenig Neukunden und geringe Einnahmen. Im Jahr 1991 verkaufte Gelbfarb sein Studio. Zurück blieben ein Rechtsstreit mit dem Käufer und Schulden. Am 30. September 1991 erlebte Gelbfarb seinen letzten Arbeitstag als Fitnessunternehmer. Trocken notiert er in seinem Tagebuch: „36 Jahre Studios“. Im Jahr 1993 kehrte Gelbfarb nach Schweinfurt zurück. Im holzvertäfelten Fitnessraum in ihrem Haus in Zell trainierte

das Ehepaar Gelbfarb regelmäßig an Geräten, die sie teilweise aus ihren Studios mitgenommen hatten. Nach der Jahrtausendwende versuchte sich die leibliche Mutter, die dem Holocaust durch Auswanderung entkam, mit Harry Gelbfarb auszusöhnen. Sie schickte ihrem Sohn ein in Holz gebundenes Album mit Fotos ihrer Familie in Israel. Seine beiden Halbschwestern besuchten Gelbfarb in Zell und baten ihn um ein Wiedersehen mit seiner Mutter. Doch Gelbfarb, der vermutlich schon von seiner tödlichen Krankheit wusste, lehnte ab. 2005 starb er. Rund zehn Jahre zuvor hatte er in einem Artikel über sein abenteuerliches Leben den Satz formuliert: „Ich möchte niemals den Fehler begehen, mein Leben künstlich zu verkürzen, indem ich die Hände in den Schoß lege und beginne, auf den Tod zu warten.“

Internet-Projekt Gelbfarb Dieser Artikel ist eine Zusammenfassung der auf www.harry-gelbfarb.de veröffentlichten Texte zu Harry Gelbfarb. Die Website versteht sich als kontinuierliches Projekt. Sie wird ständig aktualisiert, wenn neue Erkenntnisse zum Leben von Harry Gelbfarb bekannt werden.

- Quellen**
- DBFV: Hall of Fame, auf: www.ifbb.de/gelbfarb.html
 - Erika Dilger: Die Fitnessbewegung in Deutschland. Wurzeln, Einflüsse und Entwicklungen. Schorndorf 2008
 - Dokumentationsarchiv des österreichischen Widerstandes (Hrsg.): Erzählte Geschichte, Band 3: Jüdische Schicksale. Berichte von Verfolgten. Wien 1992, S. 185–197 (Ausschnitte auf: <http://www.doew.at/erinnern/biographien/erzaehlte-geschichte/ns-judenverfolgung-ausgrenzung-entrechtung/franzi-danneberg-loew-dieser-weg-ist-mir-sehr-schwergefallen>)
 - Harry Gelbfarb: Die Wurzeln des Bodybuilding in Deutschland, in Sportrevue 300/1993, S. 136-143; 172-173
 - Jurgen Giessing/Jan Todd: The Origins of German Bodybuilding: 1790–1970, in: Iron Game History, Volume 9, Number 2, 2005, pp. 8–20
 - Earle E. Liederman: How I Overcame a weak heart and tuberculosis, as told by Harry Gelbfarb, in: Muscle Power, November 1955, pp 9-11 and 35-38
 - Hans Georg Ossenbach/Antje Grüning: Der Herkules von Schweinfurt – Das erste Studio für Bodybuilding in Deutschland (Dokumentarfilm, WDR, 1991)
 - Rosicrucion Fellowship: www.rosicrucianfellowship.org/
 - o. V.: Harry Gelbfarb – erster Bodybuilder in der Bundesrepublik?, in: Sportrevue Nr. 149, 1981, S. 10–11
 - Stadtarchiv Schweinfurt: Karteikarten des Einwohnermeldeamtes für Elly und Harry Gelbfarb
 - Stadt Schweinfurt: Gewereregistereinträge für Harry Gelbfarb
 - Tagebücher von Harry Gelbfarb:
Buch 1 von 1962–1964, Buch 2: 1969–1999
 - Wikipedia-Artikel zur Athletic Model Guild: de.wikipedia.org/wiki/Athletic_Model_Guild

Dank an Zeitzeugen Außerdem stützt sich der Artikel auf Interviews mit knapp zwanzig Zeitzeugen, zumeist Kunden von Gelbfarbs Studios. Ihnen gilt der Dank für Ihre Geduld und Bereitschaft, an diesem Projekt mitzuwirken.

Nummer IV Dezember 2013

Schweinfurter Mainleite



Geleitwort	3	<i>Ernst Petersen/Cläre Bellosa</i> Weihnachten in schwerer Zeit
Vereinsintern	4	Mitgliederversammlung
	5	Abbuchungsverfahren Sepa
Aufsätze	6	<i>Jakob Amstadt</i> Lell-Loll-Lull: ein Vegetationsdämon
	10	<i>Douglas Dashwood-Howard</i> Eine Windmühle in Bad Sennfeld?
	12	<i>Peter Steinmüller</i> Harry Gelbfarb – die Wiege des deutschen Bodybuildings steht in Schweinfurt
	20	<i>Uwe Müller</i> Bibliographie der in der Schweinfurter Mainleite 1987 bis 2013 erschienenen Beiträge zur Geschichte der Stadt Schweinfurt im Dritten Reich und im Zweiten Weltkrieg
	23	<i>Reinhold Jordan</i> Die Erinnerungsmedaillen zum 48. Süddeutschen Münzsammlertreffen 2013
Rezensionen	24	Rezensionen
Vorträge	26	Vorträge – Führungen
	31	Personalien

Anschrift
der Redaktion

Ernst Petersen, Tel. (0 97 21) 2 85 43,
email: petersen-schweinfurt@t-online.de
Historischer Verein Schweinfurt e.V.
Petersgasse 3 („Schrottturm“), 97421 Schweinfurt
Geschäftszeiten: Mo. 15-17 Uhr, Tel. (09721) 18 66 28

Impressum

Schweinfurter Mainleite
Herausgeber: Historischer Verein Schweinfurt e.V.
Redaktion: Ernst Petersen, Dr. Uwe Müller, Dr. Erich Schneider
Umschlaggestaltung: Karlheinz Weppert
Druck: Druckhaus Weppert
Der Verkaufspreis ist durch den Mitgliedsbeitrag abgegolten.
Gefördert von der Stadt Schweinfurt und dem Bezirk Unterfranken