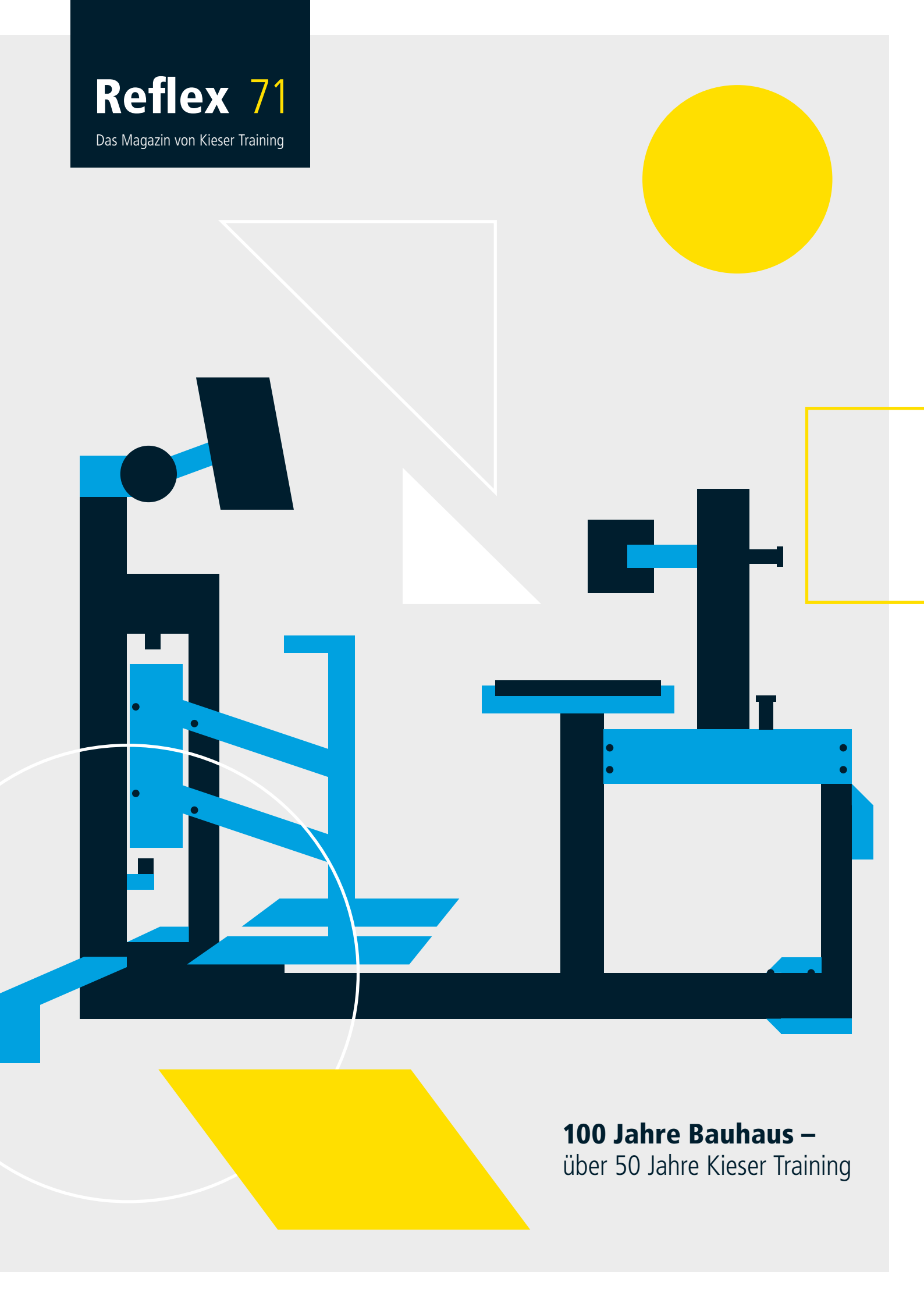


Reflex 71

Das Magazin von Kieser Training



100 Jahre Bauhaus –
über 50 Jahre Kieser Training

Starke Zahlen

160

Kieser Training-Studios gibt es derzeit in 5 Ländern. Vom Nutzen des gesundheitsorientierten Krafttrainings profitieren in Australien, Deutschland, Luxemburg, Österreich und der Schweiz derzeit ca. 296.000 Kunden.

427 kg

wiegt eine Maschine im Schnitt. Die schwerste ist die Lumbar-Extension-Maschine (LE) mit 1,13 Tonnen. Das macht bei einfacher Maschinenausstattung pro Studio rund 17 Tonnen. Im Schnitt stehen 70 Maschinen auf dem Trainingsparkett. 30 Tonnen – eine Last, dem das Tragwerk der Architektur erst einmal gewachsen sein muss.

39

unterschiedliche Maschinen stehen auf dem Trainingsparkett eines Kieser Training-Studios. Damit lassen sich 49 Übungen ausführen. Übrigens: Die nächsten Prototypen sind schon in Arbeit.

Impressum

Der Reflex erscheint dreimal jährlich, auch online.

Herausgeber/Urheberrecht
Kieser Training AG
Hardstrasse 223
CH-8005 Zürich

Vertretungsberechtigter Geschäftsführer
Michael Antonopoulos

Redaktionsleitung
Tania Schneider,
reflex@kieser-training.com

Layout
Alexander Frischhut
frischhut-design.com

Korrektorat
Dr. Philippa
Söldenwagner-Koch
lektoratbilingual.de

Druck
Mephisto Werbung
mephisto-chemnitz.de

Bildnachweis
S. 3, 6, 7, 8, 15: Verena Meier Fotografie
S. 4: Behrendt & Rausch Fotografie, DBZ
S. 5: Wilfried Dechau
S. 8: Freischwinger S 43, Mart Stam, Thonet
S. 9: Carole Iselin
S. 10–13: Rainer Nürnberg
S. 16: Werner Kieser

 [facebook.com/
KieserTrainingGlobal](https://facebook.com/KieserTrainingGlobal)

Jetzt für den Newsletter anmelden:
kieser-training.de/newsletter
kieser-training.ch/newsletter
kieser-training.at/newsletter

KIESER TRAINING
JA ZU EINEM STARKEN KÖRPER

Inhalt



Liebe Leserin, lieber Leser,

im vergangenen Jahr wollten wir von Ihnen wissen: Wie zufrieden sind Sie mit dem Reflex? 80 Prozent von Ihnen lesen alle oder die meisten Beiträge. Mit dem Urteil sehr gut oder gut war die Zufriedenheit nahezu ebenso erfreulich hoch. Damit das künftig auch so bleibt, haben wir dem Layout einen neuen Anstrich verpasst. In dieser ersten Ausgabe im neuen Format und Design erfahren Sie, warum unser Gründer Werner Kieser auch in der Architektur und Ausstattung den Weg der Reduktion gegangen ist, was das mit dem Bauhaus zu tun hat und warum es Architekten wie Prof. Johannes Kister zu Kieser zieht.

Ach ja, der Reflex erscheint künftig dreimal im Jahr und wird Ihnen ab Januar 2020 wie gewohnt wertvolle Informationen rund ums Krafttraining geben – ganz getreu unserem Motto: Konzentration auf das Wesentliche.

Herzlich, Ihr
Michael Antonopoulos
CEO, Miteigentümer

- 4** Interview
Prof. Johannes Kister
- 6** Form, Funktion, Kieser
- 7** Die Muskelfabrik
- 9** Entmaterialisierte Trainingshülle
- 10** So entsteht ein Studio
Hamburg-Altona
- 14** Kundenstimmen
- 15** Werner Kiesers Ecke

Prof. Johannes Kister

Gesellschafter, kister scheithauer gross architekten und stadtplaner gmbh, Köln/Leipzig. Seit 1994 Professur für Entwerfen und Baukonstruktion an der Hochschule Anhalt (FH) am Bauhaus Dessau. U. a. Beirat des Deutschen Architekturmuseums DAM Frankfurt a. M., Herausgeber „Neufert Bauentwurfslehre“. Seit 2012 Mitglied der Fördergesellschaft Deutsches Institut für Stadtbaukunst.



Kister über Kieser: „einfach zeitlos“

Johannes Kister, Architekt und Professor für Entwerfen und Baukonstruktion an der Hochschule Anhalt (FH) am Bauhaus Dessau über die Qualität von Einfachheit und Zeitlosigkeit.

Herr Professor Kister, es ist Samstag, 15.00 Uhr – und Sie arbeiten?

Ich arbeite jeden Samstag. Das gibt mir Gelegenheit, zeitvergessen und ohne Störungen an Projekten zu arbeiten. Vorher gehe ich zu Kieser Training, vorbeugend, gegen die Risiken des Berufes. Das hat natürlich etwas mit der Haltung am Schreibtisch, am PC oder während Besprechungen zu tun. In eine musikbeschallte Muckibude wollte ich nicht gehen, Pilates war mir zu feminin – auch wenn das sicher ein Vorurteil ist. Kieser fand ich auf eine sympathische Art ansprechend.

In ästhetischer oder in funktionaler Hinsicht?

In beiderlei Hinsicht. Ästhetisch finde ich gut, dass die Einrichtung minimalistisch und auf das Pure bezogen ist. Mir gefällt das Grau der Maschinen. Es sind Geräte, bei denen das Design unsichtbar ist. Die wollen nicht mit einer stromlinienförmigen Gestaltung einen besonderen Energiefluss symbolisieren, sondern sind kantig, technisch, sachlich – und dennoch gut anzuschauen. Diese Einfachheit

stellt die Qualität dar. Auch empfinde ich es als angenehm, dass es keine Videos, keine Werbung und keine sexualisierte Atmosphäre gibt – man ist auf sich und seine Übungen zurückgeworfen. Je länger ich darüber nachdenke, desto bemerkenswerter finde ich das. Ich würde mich in einer lauten Muckibude fehl am Platze fühlen. Das Konzept ist nicht auf die Bedürfnisse einer einzigen Altersgruppe abgestimmt, zu Kieser gehen sehr junge und sehr alte Menschen. Diese Art von Zeitlosigkeit ist ebenfalls eine Qualität.

Und in funktionaler Hinsicht?

Mir gefällt die sachliche Art und das Prinzip: Ich muss mich nicht stundenlang auf dem Rad abrackern oder Stöhn-Acts mitanhören, sondern kann in kurzer Zeit mein Programm absolvieren. Man sitzt einfach selbstvergessen an den Geräten, dazu trinkt man etwas Wasser, fertig. Ich habe keine Rückenbeschwerden mehr, weder in der Lenden- noch in der Halswirbelsäule. Deshalb bleibe ich dem auch treu.

Wir wollten uns über das Bauhaus unterhalten ...

Ja, das Bauhaus hatte ja die Ganzkörperbetrachtung zwischen dem Sehen, dem Wahrnehmen und der sportlichen Ertüchtigung. Gymnastik und Sport waren ein großes Thema. Da gibt es ja die berühmten Bilder, wie man auf der grünen Wiese Sport machte. Das

bringt, was im Grunde genommen banal ist. Rechteckig, weiß, möglichst einfalllos. So war es ja nicht. Das Bauhaus war komplex, farbig und hatte eine subtile räumliche Qualität. Diese Komplexität lässt sich an den Meisterhäusern gut erkennen. Das hat nichts damit zu tun, was heute beispielsweise



heißt, auch den ganzen Körper als Instrument zu betrachten.

in Immobilienanzeigen als Wohnung im Bauhausstil angepriesen wird.

Ist der Bauhausstil noch aktuell?

Heutzutage wird viel mit dem Bauhaus in Verbin-



Lesen Sie online das ganze Interview:
kieser-training.de/interview-kister

Form, Funktion, Kieser

Kieser Training-Studios haben eine unverwechselbare Identität. Reduktion auf das Wesentliche – der Leitsatz gilt nicht nur für das Training, sondern auch für Architektur und Ausstattung. Ein Bauhandbuch, das die Leitlinie für die Architektur und Inneneinrichtung bildet, sorgt dafür, dass die Studios in allen Städten und Ländern dem gleichen funktionalen Gestaltungskonzept folgen.

Geprägt durch den Verzicht auf jegliches Ornament und das Bekenntnis zur einfachen, der Funktion folgenden Form orientieren sich die Studios am Gestaltungsgrundsatz des Bauhauses und der Industriearchitektur des frühen 20. Jahrhunderts.

Als Materialien kommen überwiegend Stahl und Glas zum Einsatz – im Kontrast dazu steht das Massivholzparkett aus Eiche oder Buche. Die Ehrlichkeit und Natürlichkeit der Materialien sollen erlebbar bleiben. Wände und Decken sind roh bzw. reinweiß gestrichen. Installationen werden sichtbar verlegt, Leuchten in feuerverzinkten Kabelpritschen zu Lichtbändern gereiht oder durch lineare LED-Bänder gebildet. Rezeptionselemente, Spinde oder Glaswände zonieren die Funktionsbereiche. In den Studios zielt alles darauf, Sinneseindrücke zu reduzieren, um die Konzentration auf die Bewegungsausführung und die Körperwahrnehmung zu fördern.



Materialien

- ✓ Metall
- ✓ Glas



Wände/Decken

- ✓ Roh
- ✓ Reinweiß



Fußböden

- ✓ Massivholzparkett (Eiche/Buche)
- ✓ Graue Fliesen

Geballtes Wissen



Runde Ecken? Weiße Verkleidungen? Fehlanzeige. Die Konstruktion der kantigen, grauschwarzen Maschinen ist sichtbar und ablesbar. Verkleidungen finden sich nur dort, wo die Sicherheit es diktiert. Für die Ingenieure und Konstrukteure zählt nur eines: Eine Maschine muss wirksame Muskelmasse produzieren.

Das zeitlose Design folgt ihrer Funktion: So sorgen die individuellen Einstellungen von Sitz, Lehne, Polstern, Fußbrettern oder Bewegungsradius für ein anatomisch korrektes, isoliertes Training der Zielmuskulatur, während die Excentertechnik einen variablen Widerstand über den gesamten Bewegungsumfang gewährleistet. Über die fein justierbare Trainingslast lässt sich das Training nahezu stufenlos dem sichtbar zunehmenden Kraftniveau anpassen.



Neuerungen aus der Maschinenwelt:

Unsere B1 wird nachgerüstet. Informieren Sie sich über die Vorteile unter: kieser-training.de/b1

Die Muskelfabrik



1966. Ein roher Holzboden, rohe Wände, die Rezeption ein Stehpult, eine zum Duschaum verwandelte Waschküche, Trinkwasser vom Hahn und viele Tonnen Eisen in Form von Hanteln – so sah es aus, das erste Kieser Training-Studio, das Werner Kieser in der Zürcher Nordstraße in einem Abrissgebäude eröffnete. Und heute? Massivholzparkett aus Eiche oder Buche, weiß getünchte Wände, Rezeptionselemente aus Stahl, Trinkwasser aus dem Brunnen, freistehende Duschkabinen aus Edelstahl – und viele Tonnen Stahl in Form von grauschwarzen Trainingsgeräten.

Funktionalität, Reduktion und Minimalismus geben in allen Studios den Ton an – nicht nur im Training. War der Minimalismus in den Anfängen Ausdruck von Mittellosigkeit, ist er längst gewolltes Stilmittel. Ausgerechnet eine leckende Dusche brachte Firmengründer Werner Kieser Ende der 1960er Jahre auf die Spur von Bauhaus, de Stijl und Internationaler Moderne. Da sich Fliesenleger und Klempner gegenseitig die Verantwortung zuschoben, beschloss Kieser: „Ich werde in Zukunft Duschen bauen, bei denen ich weder Fliesenleger noch Klempner benötige.“

Auf der Suche nach einer Lösung des Problems fräst sich der gelernte Tischler wie ein Holzwurm durch die Materie und stellt sich dabei gleichzeitig grundsätzliche Fragen nach der Essenz seines Unternehmens. Was ist der Zweck? Welchen Nutzen bietet es dem Kunden? Was braucht es? Und: Was braucht es nicht, bzw. was ist dem Trainingserfolg sogar abträglich? „Ich vertiefte mich in Schriften, Skizzen und in die Architektur von Rietveld, Gropius, Le Corbusier und Mies van der Rohe.“

Während sich das Bücherregal füllte, reifte eine für Kieser wichtige Erkenntnis. „Ich entdeckte eine Verwandtschaft meines Anliegens mit dem Bauhaus-Grundsatz ‚form follows function‘ – der Idee, die Gestalt aus den Funktionen heraus zu finden und zu entwickeln.“

Fortsetzung auf S. 8

„Die Beschränkung der Mittel ergibt Stil.“

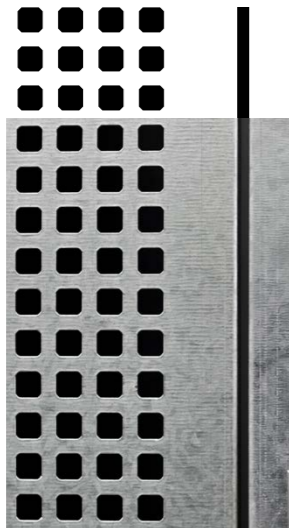
Werner Kieser



Maschine zum Aufbau von Magermasse

Letztlich ist es aber vor allem der französisch-schweizerische Architekt Le Corbusier, der Kieser maßgeblich beeinflusst. Corbusier hatte in der Zeitschrift „L'Esprit Nouveau“ 1921 den Begriff der „Wohnmaschine“ geprägt. „Das Haus ist eine Maschine zum Wohnen.“ „Der Sessel eine Maschine zum Sitzen.“ „Die Waschbecken sind Maschinen zum Waschen.“ Und ein Kraftstudio? Kieser erklärt: „War es bisher ein Raum, in dem Trainingsmaschinen standen, sah ich der Idee von Corbusier folgend mein Studio mit seinem Inhalt als Maschine zum Aufbau von Magermasse. Das wirkte sich nachhaltig auf dessen Gestaltung aus.“

Mit dem Umzug seines Studios im Jahr 1979 in eine ehemalige Textilfabrik in der Zürcher Kanzleistraße, in der bis 2011 auch die Systemzentrale des Unternehmens untergebracht sein sollte, reduzierte der Schweizer Pionier seine Ausstattung wieder auf das Wesentliche.



Er schmeißt raus, was nicht dem Muskelaufbau dient und was zwischenzeitlich im Glauben an eine bessere Konkurrenzfähigkeit hinzugekommen war, z. B. Sauna, Solarium, Getränkeautomat und Pflanzen. Kieser erinnert sich: „Meine damalige Ausstattung entsprach dem ‚normalen‘ Geschmack des mitteleuropäischen Kleinbürgers: bunt und flott, wie es sich gehört für ein Sportstudio. Doch je mehr Ausweichmöglichkeiten sich boten, desto weniger trainierten die Kunden.“

Das Resultat der Reduktion: Eine weiß getünchte Muskelfabrik aus Stahl und Glas. Der Trainierende soll auf sich selbst und die Übungsausführung zurückgeworfen werden.

Zu diesem Zweck reihte sich auf dem Trainingsparkett eine zu der Zeit revolutionäre Muskelmaschine neben der anderen. Damals waren das die frisch eingetroffenen, von Arthur Jones entwickelten Nautilus-Maschinen aus den USA, die den Muskeln erstmals einen variablen Widerstand entgegensetzen und ein isoliertes und damit effizientes Training ermöglichen. Heute stammen alle Maschinen aus der eigenen Abteilung für Maschinenentwicklung. „Der fabrikmäßige Aufbau entspricht dem Zweck der Produktion von Muskelmasse. Die Maschinen bieten den Muskeln den nötigen Widerstand, an der richtigen Stelle und in der richtigen Dosis. Mehr braucht es nicht.“



Apropos Duschen

Die Idee zur neuen Duschanlage hatte Kieser schließlich auf der Überfahrt mit einer Fähre von Sardinien zum italienischen Festland. „Die Fähre ist aus Stahl und sie ist dicht. So dicht sollten Duschwände sein. Ich werde Duschen aus Stahl bauen“, sagte er. Zurück in Zürich fertigte er Skizzen einer vorfabrizierten Dusche, bei der nur noch Zu- und Ablauf montiert werden sollten. Sein Architekt konstruierte und montierte diese im neuen Studio. „Den Beamten der Baubehörde erinnerte die Anlage an einen überdimensionierten Geschirrspüler“, erinnert sich Kieser. Inzwischen sind es frei im Raum stehende Einzelkabinen aus Edelstahl.

„Less is more“

Mies van der Rohe

„2x 30 Minuten Training. Danach duschen. Fertig!“ – so beschreibt Werner Kieser das Konzept, das ihm den „Titel“ eines „Mies van der Rohe of fitness. Less is more“ (Independent, 22.1.2002) einbrachte. Weniger ist mehr, um der Effizienz willen – das gilt bei Kieser Training damals wie heute.



Die Geburt einer Duschanlage:
kieser-training.de/duschanlage

Entmaterialisierte Trainingshülle



Anders als eine Werbebroschüre oder ein Kundenmagazin ist Architektur nicht nur visuell erleb-, sondern auch praktisch begehbar. Sie ist äußere Hülle fürs Training und gebaute Positionierung der Marke zugleich. Die „Corporate Architecture“ von Kieser Training ist wie das „Corporate Design“ ein wichtiger Teil der Unternehmensidentität. In Aschaffenburg steht seit rund zehn Jahren ein architektonischer Prototyp eines Kieser Training-Studios.

Der silberne Kubus der Zürcher Architektin Carole Iselin im Industriegebiet

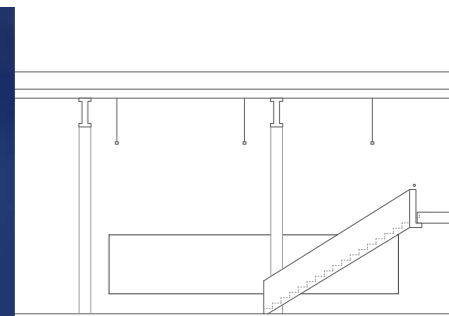
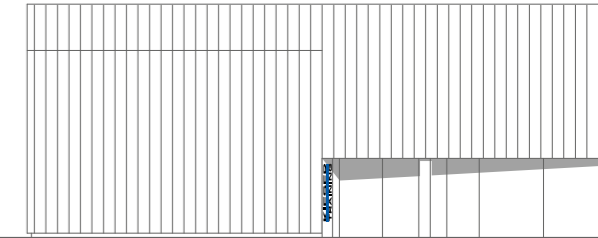
von Aschaffenburg ist konsequent der ästhetischen Reduktion verpflichtet: Die Beschränkung auf wenige kubische Grundformen, Materialien und Farben. „Ziel des Prototyps war es, auf der grünen Wiese schnell und kostengünstig ein Studio zu errichten, das nicht nur eine Hülle fürs Training bietet und Verkehrsabläufe optimiert, sondern in hohem Maße auch die Marke repräsentiert“, erklärt Iselin. Sie ist eine von derzeit sechs Architekten bzw. Architektinnen, die das architektonische Konzept von Kieser Training gestalten und umsetzen – sei es bei einem Neubau wie in Aschaffenburg oder bei einem Umzug wie in Hamburg-Altona. „Kieser

Training-Studios sollen weltweit eine unverwechselbare Identität aufweisen. Der Gesamteindruck soll sauber, medizinisch, hell, geräumig, großzügig und öffentlich sein. Die Räume sollten eher an ein Zen-Kloster als an ein Fitnessstudio erinnern.“

Vorfabrizierte Stahlbetonstützen und Porenbetonmauerwerk führen in Aschaffenburg den Bauhausgedanken der Standardisierung und Industrialisierung des Bauens weiter. Die großflächigen Aluzink-Panele, mit denen das Gebäude verkleidet ist, betonen die Kubatur. Zur Straße ist die Fassade aufgebrochen und nach innen gefaltet. Eine große Fensterfront

gibt Vorbeifahrenden den Blick auf den hohen, sich über zwei Stockwerke erstreckenden Trainingsraum frei. Vor allem im Dunkeln tritt die Hülle in den Hintergrund und zeigt, was in ihr gilt: konsequentes Training.

Der Trainingsraum mit der Rezeption im Erdgeschoss reicht über zwei Geschosse. Auf der Galerie die Umkleiden, die nur durch die Spinde visuell abgetrennt werden. Auf 743 m² hat die Architektin hier mit wenigen Mitteln eine funktionale und großzügige Bühne für das Training geschaffen.





So entsteht ein Studio

1. Standortanalyse

Bevor ein Studio entsteht, wird der Standort analysiert. Wir wollen z. B. wissen: Wer wohnt in der Umgebung? Welche Branchen gibt es? Wie ist die Verkehrsanbindung?

2. Vorplanung

Ein Studio braucht einen repräsentativen Eingang, lichte Räume, Wasser und frische Luft. Ist das hier möglich? Das Objekt wird besichtigt und hinsichtlich Randbedingungen, Eignung und Genehmigungsfähigkeit analysiert. Der Architekt erarbeitet ein Planungskonzept als Vorentwurf im Maßstab 1:200. Er schätzt den Umfang der Baumaßnahmen und der Kosten.

3. Entwurfsplanung

Auf dieser Basis erstellt der Architekt das endgültige Planungskonzept als Entwurf im Maßstab 1:100 – unter Berücksichtigung z. B. gestalterischer, funktionaler und bauphysikalischer Anforderungen. Der endgültige Bau- bzw. Ausbauumfang wird festgelegt und die Kostenschätzung verdichtet. Die Entwurfsplanung ist die Grundlage für die Genehmigungsplanung.

4. Ausführungsplanung

Mit einem Maßstab von 1:50 bis 1:1 werden die Pläne noch detaillierter. Sie zeigen etwa, wo die Lüftung angebracht wird. Fachplaner werden integriert und koordiniert. Später werden die Leistungen für die rund zehn beteiligten Gewerke ausgeschrieben sowie Möbel, Reklameanlagen und Ausstattungsgegenstände bestellt.

5. Baukünstlerische Überwachung

Liegen alle Genehmigungen vor? Läuft alles nach Plan und termingerecht? Der Architekt koordiniert die Lieferung spezieller Ausstattungsgegenstände, die Ausführung von Reklameanlagen und Beschriftungen sowie prägender Gestaltungselemente – schließlich soll am Ende alles dem Erscheinungsbild von Kieser Training entsprechen.

Hier geht's zum Entstehungsvideo



[kieser-training.com/
entstehung-studio](https://kieser-training.com/entstehung-studio)



„Aufgrund der reduzierten Ausstattung der Kieser Training-Studios kam mir der Gedanke, diese Reduktion auch privat zu Hause zu leben, der Fokus ging aufs Wesentliche. Seitdem bin ich glücklicher mit gewonnener mentaler und körperlicher Kraft und einem besseren Lebensstil. Treppen steigen fällt mir wieder leichter und der Alltag lässt sich leichter meistern. Zudem bin ich innerlich viel ruhiger geworden. Alles ist effektiver geworden. Kieser Training hat mir dies gezeigt.“

Fabian Knapp, Kunde Studio Offenbach

News

Eröffnungen Kieser Training Compact in Deutschland 2019:

Es ist so weit. Wir gehen mit unserem neuen Geschäftsmodell an den Start. Mit Kieser Training Compact wollen wir Ihnen unser Angebot künftig auch an ausgewählten kleineren Standorten ab 40.000 Einwohnern zur Verfügung stellen. Bei den kompakten Studios sind Trainingsfläche, Maschinenausstattung und Personalbedarf komprimiert. Das funktionale Konzept, Trainingssteuerung, -methodik und Qualität bleiben jedoch unverändert. Die nächsten kompakten Studios eröffnen bald in:

Heidenheim
Clichystraße 6
89518 Heidenheim an der Brenz

Aalen
Weidenfelder Str. 2
73430 Aalen

Bad Soden
Königsteiner Str. 6 A
65812 Bad Soden am Taunus

Eröffnungen Kieser Training in Australien 2019:

Kieser Ringwood
1 Ringwood St, Ringwood,
3134 Victoria

Kieser Cammeray
467 Miller Street, Cammeray,
2062 Sydney, New South Wales

Kieser Bundall
106 Bundall Road, Bundall,
4217 Gold Coast, Queensland

Werner Kiesers Ecke



Kieser Training und „Ockhams Rasiermesser“

Einer meiner Vorbilder ist Wilhelm von Ockham (1288–1347). Der Mönch aus der Zeit der Scholastik entwickelte ein Prinzip, das die damaligen Spekulationen und „Gottesbeweise“ dekonstruierte: „Man soll die Entitäten nicht unnötig vermehren.“ Dieses heuristische Forschungsprinzip fügte der katholischen Kirche einen Schlag zu, von dem sie sich bis heute nicht erholt hat, machte aber den Weg frei für die Entwicklung der Naturwissenschaft.

Von Ockham war „Nominalist“, was bedeutet, dass Allgemeinbegriffe wie zum Beispiel „Menschheit“ lediglich Konstrukte sind, die nur im Denken existieren und nicht real sind. Konkret

gibt es nur einzelne Menschen, also Hans, Gerda, Friedrich und so weiter.

Das als „Ockhams Rasiermesser“ bekannte Prinzip bezieht sich auf die Praxis wissenschaftlicher Untersuchungen und bedeutet, dass bei vielen Theorien zu einem Sachverhalt die wahrscheinlichste verwendet und die Übrigen mit dem Rasiermesser entfernt werden; also das Prinzip der Reduktion. Dieses erkenntnistheoretische Prinzip galt fortan und bis heute als Grundsatz der wissenschaftlichen Arbeit. Und es gilt nicht nur für die Wissenschaft und die Philosophie. Wo immer Entscheidungen zu treffen sind – vorausgesetzt es liegen de-

finierte Ziele vor – vereinfacht dieses Prinzip die Entscheidungsfindung.

Dieses Prinzip machte ich mir bei der Entwicklung von Kieser Training zu eigen. Oft höre ich andere Meinungen, wie „man sollte sich andere Optionen offenlassen“, oder „das eine tun und das andere nicht lassen“. Von solch einer „agnostischen“ Herangehensweise halte ich wenig bis nichts. Wer auf dem Weg zu einem Ziel ist, muss sich bei jeder Kreuzung entscheiden; sonst bleibt man stehen.

Werner Kieser



