Bauch, Beine, Cash



(1) Vor einigen Jahren gab Anna Lewandowska ihrem Mann, Bayern-Stürmer Robert Lewandowski, selbstgebackene, zuckerfreie Energy Balls mit zum Training. „Die schmeckten nicht nur ihm, sondern auch seinen Mannschaftskollegen“, sagt Lewandowska. „Das war der Grundstein für mein heutiges Business.“ Die 33-Jährige, die man in Deutschland vor allem als Fußballerfrau kennt, ist in ihrer Heimat Polen berühmt. 2013 wurde sie mit ihrem Karateteam Weltmeisterin, feierte internationale Erfolge. Heute betreibt sie ein Fitnessimperium mit eigener Sport-App, Café-Kette, Beauty-Produkten und besagter Snack-Linie.

(2) Lewandowska gehört zu einer Gruppe von Frauen, die auf eine Sportkarriere im Netz setzen. Man nennt sie Fitfluencerinnen, ein Begriff, der sich aus Fitness und Influencerinnen zusammenfügt. Viele von ihnen sind zu Superstars in der digitalen Welt geworden. Millionen Fans folgen ihnen, wenn sie Produkte bewerben oder neue Work-out-Videos hochladen. Sie rufen zu Sixpack-Challenges auf, backen Protein-Brownies und erklären, wie man effektiv trainiert.

(3) Eine der ersten Sport-Influencerinnen war die Australierin Kayla Itsines. Sie entfachte den Fitnesshype im Netz vor rund zehn Jahren. Anfangs trainierte die Personal-Trainerin noch im Garten ihrer Eltern, postete Vorher-nachher-Bilder von sich bei Instagram. Dass ihre Sportvideos mehr sind als ambitioniertes Rumgehopse, bewies Itsines 2021, als sie ihre Fitnessplattform *sweat* für satte 300 Millionen Dollar

verkaufte. Ein Geschäft, das auch deutsche Fitfluencerinnen für sich entdecken. In ihrer Community sind sie so berühmt wie Spitzensportler – und ebenso wohlhabend. Einen besonderen Push verdanken sie der Pandemie: Als im Frühjahr 2020 die Fitnessstudios geschlossen blieben und die Menschen das Gym ins heimische Wohnzimmer verlegen mussten, hielten viele Fitfluencerinnen sie bei Laune.

(4) Anna Lewandowska kennt inzwischen die Gefahr, falschen Idealen nachzueifern. „Kein Leben, das wir auf Instagram sehen, ist in Wirklichkeit perfekt, egal, wie viele Muskeln und Follower man hat“, sagt die Sportlerin. Doch auch sie ist es gewohnt, ihren Körper in Form zu halten. Nicht ohne Grund verzichtet Lewandowska auf Zucker, Weizen und Milchprodukte. Eine Diät, die sie auch ihrem Mann Robert verordnet hat. „Die Challenge ist doch, die richtige Balance zu finden, im Netz wie im echten Leben.“

Stern, 10 februari 2022