



Bernd Zimmermann (60) ist ein persönlicher Freund von Arnold Schwarzenegger und lebt seit Jahren in der gleichen Ortschaft in Kalifornien. Er ist Doppelbürger und seit 1965 in der Fitnessindustrie aktiv. Bernd Zimmermann ist Fitness Tribune Korrespondent für Amerika und STRENFLEX USA Präsident. Als erfolgreicher Unternehmer und Pionier der europäischen Fitnessbranche, gehörten ihm früher u.a. diverse Fitnessketten in Österreich und Deutschland. Er gilt heute als der Experte im Wellness- und Fitnessbereich und ist in diesem Umfeld Berater für diverse in Kalifornien ansässige Firmen.

«Super! Was besseres

Und das sage ich nicht nur als Arnolds langjähriger Freund, sondern weil ich vom Menschen Arnold Schwarzenegger mehr weiss, ein umfassenderes Bild von seinen Eigenschaften habe, und von seiner Leistungs- und Durchsetzungskraft überzeugt bin! Sein „*power potential*“ ist enorm hilfreich und von Vorteil für dieses neue Amt.

Ich kenne ihn nun seit über 38 Jahren, habe alle seine entscheidenden Stationen miterlebt und kann daher das Phänomen Arnold gut beurteilen.

Zurück zu den Anfängen:

Schon Mitte der 60-er Jahre, im Universum Bodybuilding Studio in der Schillerstrasse in München, war Arnold eine Ausnahme Erscheinung. Ich war Karate Instructor und machte in diesem Studio Kraft-Training. Eines Tages wurde ein neuer, gewaltiger Trainer aus Österreich (the Austrian Oak - mit einem Bizepsumfang der einem durchschnittlichen Oberschenkelumfang entspricht) angekündigt, der neue Massstäbe im Bodybuilding setzen sollte. Und so war es dann auch. Mit einem klaren Ziel vor Augen, trainierte Arnold intensiv und ehrgeizig. Dieses Ziel erreichte er dann auch sehr schnell. Er gewann alle wichtigen Meisterschaften in Europa und bald wurde man auch in den USA auf sein Talent aufmerksam. Er machte eine bis heute unerreichte Bodybuilding Karriere.

In den 70-er Jahren, besuchten wir uns regelmässig mehrere Male im Jahr, entweder war ich bei ihm in seinem Haus in Santa Monica oder er bei mir in Wien, wo ich einige Studios betrieb. Und wir trainierten natürlich zusammen. Ich erinnere mich noch gut an eine typische Antwort von Arnold. Auf die Frage, wie

er denn seine Chancen bei der harten Konkurrenz an der Mr. Olympia Wahl beurteile, antwortete er scherzend: „*Ich bin auch schon neugierig, wer den zweiten oder dritten Platz belegt.*“ Für ihn war schon klar und geistig vorprogrammiert, dass er gewinnen wird - was dann auch der Fall war.

Damals musste ich noch schmunzeln, aber später habe ich festgestellt, dass er der geborene Siegertyp ist und seine gesteckten Ziele mit mentaler Stärke erreicht.

Arnolds Erfolge und sein Einsatz für den Bodybuilding-Sport, sein Charisma und das grosse Interesse der Medien, brachten weltweit nicht nur dem Bodybuilding, sondern der gesamten Fitness Industrie einen gewaltigen Aufschwung.

Nachdem er sportlich auf dem Zenit angelangt war, beendete er dieses Kapitel und strebte eine Schauspiel-Karriere in Hollywood an - was nur wenigen deutschsprachigen Europäern wirklich gelungen ist.

Er nahm Schauspielunterricht und begann ganz von vorne mit seiner neuen Laufbahn. Die ersten Filme waren nicht gerade Knüller und dementsprechend auch die Filmkritiken. In einem Film spielte er einen „*bandsome cowboy*“ und ein Journalist meinte: „*The horse had better facial expressions than Arnold...*“

Arnold, der von Hause aus gerne blödelt, konnte über diese Kritiken herzhaft lachen - und verfolgte weiter unbeirrt sein Ziel. Sein im Bodybuilding verdientes Geld hatte er bereits gut in Immobilien angelegt, was für seinen Unternehmertegeist spricht.

Arnold und Bernd damals im Fitnesscenter in Wien



konnte Kalifornien nicht passieren!»

Da er also nicht unter Druck stand, konnte er es sich leisten die Filmangebote zu selektieren. Der erste grössere Kinofilm, nach der bereits erfolgreichen Dokumentation „*Pumping Iron*“, war dann „*Stay Hungry*“ mit Jeff Bridges. Diesen Film machte er sich zum Leitgedanken: Immer hungrig bleiben, nicht bequem zurücklehnen, auch wenn bereits Erfolg da ist, sonst geht der Biss verloren!

Der absolute Durchbruch gelang ihm mit den „*Conan*“ und „*Terminator*“ - Filmen. Alles weitere ist ja mittlerweile Geschichte. Arnold ist der höchstbezahlte Filmstar der Welt: Für Termi-



Bernd mit Arnold

nator 3 kassierte er über 30 Mio. Dollar Gage. Alle die ihn zunächst belächelt hatten, als er Filmstar werden wollte, lachen jetzt nicht mehr.

Auch sein Privatleben ist eine Erfolgsgeschichte. Er ist mit Maria Shriver aus dem Kennedyclan seit 18 Jahren glücklich verheiratet, hat 4 Kinder und liebt seine Familie sehr.

Das in den Medien von seinen Gegnern lancierte und jetzt bewusst hochgespielte Gequatsche über Arnolds Frauenaffären vor 25 Jahren, ist genauso Blödsinn, wie etwaige Nazi-Sympathien. Wer im Leben erfolgreich ist, hat auch Neider und Gegner, die krampfhaft, aber diesem Fall vergebens, versuchen einem an die Hose zu pinkeln. Das eindeutige Wahlergebnis spricht für sich. Natürlich war Arnold in seiner Jugend kein Chorknabe und die Mädchen sind ihm scharenweise zugelaufen, doch das war seine wilde Jungesellenzeit und hat nichts mit seinem Eheleben zu tun. Ich lebe seit über 20 Jahren in Kalifornien, in unmittelbarer Nachbarschaft der Familie Schwarzenegger. Fakt ist: Arnold und Maria halten zusammen wie Pech und Schwefel und die Familie steht immer an erster Stelle. Auch Maria

ist eine starke Persönlichkeit. Obwohl manchmal nicht einer Meinung - sie ist Demokratin, er Republikaner - sind sie ein starkes Team und als Power-Couple unschlagbar. Das hat sich gerade jetzt bei den Wahlen wieder gezeigt; auch Maria hielt leidenschaftliche Ansprachen, als ihr Mann unfair angegriffen wurde.

Die Schwarzeneggers sind schon seit vielen Jahren sozial sehr stark engagiert, mit den „*Special Olympics*“ für die handicaps, mit den „*inner city games*“, die Jugendliche mittels Sport weg von Drogen und Gewalt bringen soll, mit dem „*afterschool program*“, das Kindern



mit Jay Leno

auch am Nachmittag einen Unterricht ermöglicht, usw.

„*Der Starke soll dem Schwachen helfen*“, danach leben Arnold und Maria Schwarzenegger.

Arnold hatte schon vor Jahren, über den früheren US-Präsident Bush, als sein offiziell Fitness-Beauftragter, enorm viel für die internationale Fitness Bewegung geleistet.

Was er erreicht hat, ist „the real American dream“. Wenn man den Umfragen glauben darf, ist Arnold weltweit bekannter als Bush oder Mozart. Doch es geht ja nicht nur um den Bekanntheitsgrad, sondern um „Taten setzen“. Wodurch unterscheidet sich nun Arnold von den meisten anderen? Hatte er einfach nur Glück? Nein, Arnold ist ein Kämpfer, der nie aufgibt. Mit Disziplin und einer erstaunlichen Energie, setzt er die bereits im Kopf vorhandene Ziele in Taten um. Ich kenne einige Leute, die sich auf ihren Erfolgs-Lorbeeren ausruhen und eine ruhige Kugel schieben. Das könnte natürlich auch Arnold, aber dazu ist er nicht der Typ, hier unterscheidet er sich von vielen anderen: *Stay hungry!*

Täglich steht er um 5 Uhr 30 auf, startet wie immer mit seinem Fitnessstraining (Cardio täglich, Kraft 4x Woche), dann beginnt sein umfangreicher Terminplan, wobei Familie und wenn möglich auch Freunde berücksichtigt werden. Arnold bleibt Mensch; er vergisst seine Freunde nicht! Auch jetzt am bisherigen Peak seines Erfolges, keine Spur von Arroganz. Bei der Feier zum Wahlsieg waren auch viele seiner Freunde anwesend - auch aus Europa.

Dass Arnold Schwarzenegger, ein Europäer und internationales Fitness Aushängeschild, auf Grund seiner Taten und Erfolge jetzt Gouverneur



mit Rudy Giuliani

von Kalifornien, der 5.-grössten Wirtschaftsmacht der Welt, geworden ist, ist auch ein Erfolg für alle die Fitness machen oder in der Fitnessbranche tätig sind. Kalifornien ist der Ursprung und das Mekka der Fitnessbewegung, hier entstanden die meisten Innovationen. Alle wollen fit und ewig jung sein, und Dynamik, Energie und positives Denken und just do it sind angesagt. Hier ist Arnold am richtigen Platz um Kapitel 3, seine politische Laufbahn, zu starten!

Ich bin überzeugt, er wird auch diese neue Herausforderung mit seinen starken Eigenschaften und Führungsqualitäten meistern und ein guter Gouverneur von Kalifornien werden!

Und es würde mich nicht wundern, wenn Arnold eines Tages Präsident der USA wird - ganz nach seiner Devise: Nichts ist unmöglich - just do it!