

2012 – EIN JAHR, IN DEM NATURAL BODYBUILDING GESCHICHTE GESCHRIEBEN WURDE!



Meinen Beitrag für diese Rubrik möchte ich einem Rückblick auf 2012 widmen. Das vergangene Jahr war aus vielerlei Gründen ein ganz besonderes für den Natural-Bodybuilding-Sport. Dabei bilden vor allem drei große Bausteine die tragenden Säulen für den sich weiterhin kontinuierlich fortsetzenden Aufwärtstrend des dopingfreien Bodybuildings in Deutschland und weltweit.

Die 9. GNBF e. V. Deutsche Natural Bodybuilding Meisterschaft konnte in 2012 einen neuen Teilnehmerrekord an Athleten verzeichnen. Insgesamt 122 Natural Bodybuilder und Natural Bodybuilderinnen betraten am 20. Oktober 2012 die Bühne im Edwin-Scharff-Haus in Neu-Ulm in Bayern, um die Deutschen Meister in den 13 ausgeschriebenen Klassen

und anschließend den GNBF e. V. Deutschen Gesamtsieger 2012 im fairen Wettkampf zu ermitteln. Einen ausführlichen Wettkampfbericht finden Sie, liebe Leser, auf den Seiten 100 bis 112 dieser Ausgabe der **NBB & F**.

Bei Redaktionsschluss dieser Ausgabe der **Natural Bodybuilding & Fitness** sind die Planungen für den Austragungsort der 10. GNBF e. V. Deutschen Natural Bodybuilding Meisterschaft in vollem Gange. Alles spricht dafür, dass die diesjährige Deutsche Meisterschaft zu ihrem 10-jährigen Jubiläum noch einmal eine Steigerung sowohl in der Anzahl der teilnehmenden Athleten als auch bezüglich des gebotenen Rahmenprogramms gegenüber den Wettkämpfen in den Jahren 2004 bis 2011 erleben wird.

Am 03. November 2012 ging die Premiere der DFAC (Drug Free Athletes Coalition) World Finals in Miami/USA über die Bühne. Ich durfte diese Meisterschaft sowohl als Athlet als auch GNBF e. V.-Gründer miterleben. Dieses Erlebnis bestätigte eindrucksvoll die Richtigkeit meines Entschlusses, Anfang 2012 die WNBFF (World Natural Bodybuilding Federation) zu verlassen und die GNBF e. V. dem im vergangenen Jahr neu gegründeten Weltdachverband DFAC anzuschließen. Alle guten Dinge benötigen Zeit zu ihrer vollen Entfaltung, und Gleiches gilt auch für die DFAC. Sicherlich gibt es noch Dinge, die verbesserungswürdig sind, beispielsweise die in 2012 geringe Zuschauerzahl beim Wettkampf. Aber aus sportlicher und organisatorischer Sicht waren die 1. DFAC World Finals eine Veranstaltung, die als rundherum gelungen bezeichnet werden kann. Die einzelnen Klassen waren qualitativ sehr stark besetzt. Der deutlich fühlbare, faire Sportsgeist unter den Athleten trug ebenso zu meinem sehr positiven Fazit des Wettkampfes bei wie auch die reibungslos durchgeführte Organisation der

Meisterschaft. Die beiden DFAC-Gründer Rich Fitter und Vicky Mc. Cann (Vicky führte auch gekonnt als Moderation durch den Abend) hatten ganze Arbeit geleistet, und ich freue mich bereits jetzt auf die 2. DFAC World Finals in Miami am 02. November 2013. Ein ausführlicher Wettkampfbericht zu den 1. DFAC World Finals erscheint in der „April–Juni 2013“-Ausgabe der **NBB & F**. Alle guten Dinge sind drei, und so fiel im Oktober 2012 der Startschuss für eine neue „Natural Bodybuilding“-Online-Community. Auf www.natural-bodybuilding.de können alle Natural-Bodybuilding-Enthusiasten immer aktuelle Informationen rund um das drogenfreie Bodybuilding erhalten.

Diese Webseite bietet interessante Artikel zu den Erfolgsfaktoren im Natural Bodybuilding, also zu Training, Ernährung, Regeneration, Motivation und Genetik, und zeigt motivierende Trainings-Videos und aufschlussreiche Interviews erfolgreicher Natural Bodybuilder und Personen, die ihre Begeisterung für das gesunde Bodybuilding mit anderen teilen möchten. Wettkampfbereiche, ein ausführlicher Ratgeber zur richtigen Einnahme von Nahrungsergänzungen und ein Forum für den Erfahrungsaustausch unter Gleichgesinnten komplettieren das großartige Informationsangebot von www.natural-bodybuilding.de.

Schauen Sie dort einmal vorbei, und ich bin sicher, dass Sie sich dort mit den angebotenen Inhalten wohlfühlen werden und einige nützliche Tipps, beispielsweise für Ihr Training und Ihre Ernährung, mitnehmen können.

Als Fazit des Jahres 2012 bezüglich unseres Sports kann ganz klar gesagt werden: Natural Bodybuilding wird immer populärer, erschließt eine immer höher werdende Zahl an Interessenten für diesen aus meiner Sicht besten Lebensstil der Welt und befindet sich weiterhin auf einem steilen Erfolgskurs. Ich freue mich auf das neue Jahr 2013 – ein Jahr, in dem es gilt, den erreichten Qualitätsstandard in der Durchführung der GNBF e. V. Deutschen Meisterschaft zu sichern und darüber hinaus neue Visionen zur weiteren Popularisierung unseres wunderbaren Sports zu entwickeln.

Mit besten Wünschen
für Ihr Training,
Berend Breitenstein
Chefredakteur NBB & F

