

## **04. April 2017, von Michael Schöfer Clenbuterol-Diät wirkt bei Sportlern am besten**

Focus-Online hat 55 Diäten getestet - von der "0, A, B, AB - Essen passend zur Blutgruppe" bis zur "xx-well.com". Aber ob die wirklich helfen, ist äußerst fraglich. Denn gäbe es tatsächlich eine wirksame Diät, würden alle die gleiche praktizieren und nicht ständig nach einer suchen, die ihnen endlich hilft. Der Sport soll ja oft Vorreiter beim Entwickeln von Lösungen für Alltagsprobleme sein. So wird beispielsweise der Formel-1 nachgesagt, sie teste unter Extrembedingungen innovative Technik, die sich später auch in jedem x-beliebigen Serienfahrzeug wiederfindet. Doch wahrscheinlich ist das bloß eine faule Ausrede, um das Ansehen des Motorsports zu heben. Wie bei der Raumfahrt. Die Teflon-Pfanne, die oft als Spin-off der Raumfahrt genannt wird, wurde nämlich in Wahrheit bereits 1938 von Roy Plunkett entdeckt, und damals dachten höchstens Science-Fiction-Schriftsteller an so etwas wie Raumfahrt.

Auf die olympischen Sportdisziplinen trifft das mit dem Spin-off allerdings voll zu, denn wie erst jetzt bekannt geworden ist, haben Olympioniken schon 2008 in Peking eine äußerst erfolgreiche Diät angewandt - die bislang völlig unbekannte Clenbuterol-Diät. Kennt nicht einmal der Focus. Clenbuterol verbrenne Gewicht, wie ein Experte der Süddeutschen Zeitung auf Anfrage bestätigte, ohne die Muskulatur anzugreifen. Es ist also auf Neudeutsch ein echter "Fett-Burner". Darüber hinaus stimuliere es die Psyche. Einziger Schönheitsfehler: Leider ist es auch ein Dopingmittel. Wenig verwunderlich, dass das Internationale Olympische Komitee (IOC) überhaupt keinen Anlass sah, etwas zu unternehmen. War schließlich nur eine läppische Diät, kein Doping. Clenbuterol wird üblicherweise über den Verzehr von Fleisch verabreicht. Ob gebraten, gegrillt, gekocht, geschmort oder gedünstet, ist vollkommen egal. Angesichts dessen dürfte es erfahrungsgemäß nicht mehr allzu lange dauern, bis die Clenbuterol-Diät als Spin-off auch beim übergewichtigen Normalverbraucher ankommt. Keine Einwände, sagt dazu das IOC lakonisch, Couch-Potatos wird ohnehin keine Urin-Probe abgenommen.