



**Die Masern sind zurück**  
Vor allem junge Erwachsene sind immer öfter betroffen.

→ GESUNDHEIT 23

NATURLICHTFOTOLIA

## Jedes Kleid erzählt eine Geschichte

**Oma-Style.** Mona Schütt verkauft Mode aus Kleiderschränken von Großmüttern – mit den Erinnerungen dazu

VON SANDRA LUMETSBERGER

Mona Schütt gräbt gerne nach Schätzen – in den Kleiderschränken älterer Damen. Zum Beispiel bei Doris, einer Pensionistin aus Stuttgart. Ein grüner Samtgürtel, blaue Handschuhe, gepunktet und mit dunkler Spitzenbordüre verziert, sowie ein mit Pailletten bestickter Pull-over gehören zu ihrer Beute. In einem Büro in Stuttgart hortet Schütt ihre Schätze

**Mona Schütt findet ihre Vintage-Schätze bei älteren Frauen, wo sie auch die Geschichte dazu erfährt**

an einer langen Kleiderstange – von hier verschickt sie die Teile über ihren Online-Shop „Oma Klara“. Wer dahinter ein einfaches Kauf-Konzept vermutet, irrt. „Nicht die Kleidung, sondern deren Geschichte steht im Vordergrund“, erklärt die 32-jährige Bloggerin. Jedem Stück liegt eine Notiz mit der Kleidergeschichte bei: Ein grün-blau gemusterter Zweiteiler namens „Poppy Madlen“ gehörte einst Oma Ingeborg, die ihn vor vierzig Jahren von ihrer Chefin geschenkt bekommen hat. Sie trug ihn nur in Kombination mit einem schwarzen Shirt, da er ihrem Mann viel zu auffällig war.

Oder der Pailletten-Pull-over „Cleo“ von Oma Doris. Der entstand für eine Silvesterparty in den 1970er-Jahren. Sie strickte ihn nach einer Vorlage aus der Zeitschrift *Brigitte*. Da sie den Aufwand unterschätzt hatte, wurde das gute Stück erst eine halbe Stunde vor Beginn der Feier fertig. Heute freut sie sich, dass sie dieses persönlich kostbare Stück an Menschen wie Mona Schütt weiterreichen kann.

### Einzelstücke

Die Stuttgarterin, die bis vor wenigen Jahren am Landeskriminalamt arbeitete, hatte schon immer ein Faible für Vintage-Mode. Sie schätzt individuellen Stil und Teile, die nicht an jeder Ecke zu haben sind. Noch bevor Julia Roberts 2000 in einer Vintage-Robe von Designer Valentino ihren Oscar ent-



Aus Omas Kleiderschrank: Für ihr Experiment „30 Tage im Oma-Look“ zeigt Mona Schütt in ihrem Blog täglich neu kombinierte Outfits

gegennahm und den Trend auslöste, experimentierte Schütt mit Secondhand-Kleidung. Sie durchforstete dafür unzählige Flohmärkte oder Geschäfte. Normales Shoppen ist ihr zu langweilig geworden. „In der Regel sind es Einzelstücke, die nicht in Massenproduktion hergestellt wurden.“

Mittlerweile verkaufen Textilketten Mode, die aussieht wie jene Schätze, die Schütt in den Schränken der Omas findet. Dass deren Stücke mit den aktuellen Trends mithalten können und mitunter sogar besser aussehen, bewies sie in einem Experiment. 30 Tage lang trug und kombinierte sie täglich ein anderes Outfit – aus dem Fundus älterer Frauen. „Ich wollte zeigen, wie cool die Sachen aussehen und

wie schön man sie kombinieren kann.“

Nach den positiven Reaktionen startete sie mit ihrem Online-Shop. Über Aushänge in Seniorentreffs fand sie schnell Frauen, die sich freuen, mit ihr gemeinsam den Schrank zu durchforsten. Einige davon lud sie zu

einem sogenannten „Damenkränzchen“ ein, um mit ihnen und anderen über Mode und Stil zu philosophieren: „Man trifft sich meist mit Gleichaltrigen oder Arbeitskollegen. Ich finde aber, dass ältere Menschen einem so viel weitergeben können. Diese Gespräche sind sehr kostbar.“

Auch Oma Doris war zu Besuch und erzählte bei einer Tasse Tee die Entstehungsgeschichte ihres geliebten Pailletten-Pullovers.

Viele Stücke der Großmütter haben mittlerweile eine neue Trägerin gefunden. Eine schickte sogar ein Foto an die Vorbesitzerin, das sie beim Jubiläumsfest zum Fall der Berliner Mauer zeigt – im Oma-Pulli. Darüber freute sich die ehemalige Besitzerin, genauso wie Mona Schütt: „Das Schöne ist, dass die Kleidergeschichte nicht bei der Oma endet, sondern dass sie weitergeschrieben wird und diese erfährt, wohin die Reise geht.“

### Vintage & Secondhand in Österreich

#### Wien

Flo Vintage – Nostalgische Mode  
Schleifmühlgasse 15a, 1040 Wien  
www.flovinage.com

#### Polyklamott

Hofmühlgasse 6, 1060 Wien  
www.polyklamott.at

#### Fraulein Kleidsam

Seisgasse 3, 1040 Wien  
fraulein-kleidsam.at

#### Österreichweit

Carla-Läden der Caritas  
Mittersteig 10, 1050 Wien  
www.carla.at

#### Moschi-Modeantiquariat

Bürgerstraße 23, 4020 Linz  
www.moschi.org

#### GARDEROBE

Frauentor 3, 8010 Graz  
www.gardero-be-secondhand.at

### BODY BLOG

## Wenig Anstrengung, viel Schweiß

**Wie ich mit ein wenig Schwung große Effekte in der Beweglichkeit und Balance erzielen konnte.**

Es war eine Frage der Zeit, bis Smoveys ins Faszientraining integriert werden. Die quietschgrünen, 0,5 Kilo leichten Ringe werden oft unterschätzt. Auch von mir – obwohl ich sie schon länger kenne. In den gerippten Plastikschläuchen rollen Stahlkugeln, die Vibrationen mit einer Frequenz von 60 Hz bewirken – vorausgesetzt, die Bewegungen werden mit dem richtigen Schwung ausgeführt.

Dieser Vibe ist ideal, um die Faszien – das Gewebe zwischen Haut und Muskeln – auf Touren zu bringen. Faszien sind der Newcomer in der Fitnesswelt.

Immerhin enthalten sie sechs Mal mehr Nervenenden und machen ein Drittel der Muskelkraft aus. Beim *SmoveFastic*-Training (10 € pro Einheit, www.loft25.at) schwingen wir die Ringe nach oben, seitwärts, abwechselnd vor und zurück – kombiniert mit einfachen Schrittfolgen. Klingt sehr

simpel, ist es auch ... aber oho!

Ich hatte zwar nicht das Gefühl, dass ich mich auspowere, habe aber trotzdem geschwitzt wie nach einer Stunde Krafttraining. Und mein Muskelkater am nächsten Tag war auch nicht ohne.

Das liegt daran, dass beim Faszientraining stets ganze Muskelketten beansprucht werden – quasi von der Ferse bis zum Scheitel. Statt zum Beispiel nur den Bizeps zu trainieren, verteilt sich die Anstrengung von der Hand über den Arm und den Rücken bis in die Beine. Das erklärt auch, warum sich das Training



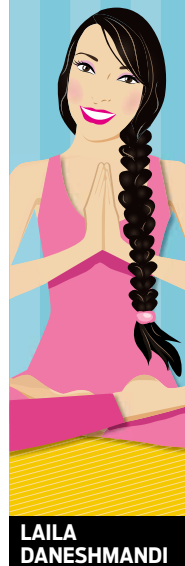
**Fazit:**  
Für Fitness-Einsteiger jeden Alters und alle, die mehr Bewegung und Beweglichkeit in ihren Alltag bringen wollen. Viele Vorteile für vergleichsweise wenig Anstrengung.

**Fun:** ★★★★★  
**Schweiß:** ★★★★★  
**Effekt:** ★★★★★

einfach angefühlt hat und ich trotzdem so ins Schwitzen gekommen bin. Die Schwungübungen mit den Smoveys verstärken diesen Effekt. Dadurch, dass die Stahlkugeln in den Schläuchen nur dann flüssig rollen und den Vibe verursachen, wenn die

Bewegungen fließend ausgeführt werden, muss man sich ganz automatisch weicher – sagen wir gazellenhafter – bewegen und das Gleichgewichtsgefühl wird gestärkt. Das funktioniert übrigens auch super beim Walken.

Video zum Test:  
kurier.at/bodyblog



LAILA DANESHMANDI