

wie haltet ihr euch fit?

Beitrag von „Provencaline“ vom 15. Mai 2005 20:58

So, nachdem ich durch den Fast-Bandscheibenvorfall meiner Mitbewohnerin (24 Jahre!!!) vorgewarnt bin, geh ich ab nächsten Montag abends zur Aqua-Fitness bei mir im Schwimmbad fast um die Ecke. Eintritt 4 Euro pro Veranstaltung - das ist ok.

Und morgen spontan Badminton mit nem Freund - juhuu! 😊

Auf gehts - Motivation - hier bin ich! 😁