

# wie haltet ihr euch fit?

**Beitrag von „Super-Lion“ vom 8. April 2005 17:23**

Vom Schreibtisch in die Küche, einen Kaffee holen, halt da fehlt ja noch etwas Süßes,...  
Obst könnte man eigentlich auch noch essen, also nochmal aufstehen,... 😊

Versuche, ab und zu ins Fitness-Studio zu gehen, leider nicht regelmäßig, habe mir extra für diese Saison neue Inliner gekauft, nachdem die anderen 10 Jahre alt sind und hoffe nun auf gutes Wetter.

Einfach versuchen, das Auto ab und zu stehen zu lassen, hilft auch schon....

Schönes Wochenende - ach ja, morgen ist ja wieder Fußball, das ist doch eigentlich Sport genug



Der VfB spielt gegen Schalke und das schau' ich mir an.