

## wie haltet ihr euch fit?

**Beitrag von „Mia“ vom 8. April 2005 16:07**

Reichen? Ich wäre froh, wenn ich mal soviel auf die Reihe bekäme...

Letzte Woche im Urlaub habe ich mich außerordentlich viel bewegt, aber ansonsten hab ich's bislang in diesem Frühjahr erst auf 1x Laufen gebracht. Und auch ich hatte danach tagelang Muskelkater.

Mein Unisporttanzkurs fängt auch erst wieder in zwei Wochen an. Vielleicht schaff ich's bis dahin aber zumindest mal wieder regelmäßig zu laufen....