

Schule und Diät

Beitrag von „inschra“ vom 9. September 2006 11:50

Gratuliere!

22kg in relativ kurzer Zeit klingt toll!

Ich sollte auch einiges abnehmen - hatte auf die Ferien gehofft, aber leider wieder nix.

Kannst du einmal kurz berichten, was du essen darfst?

Bewegung ist sicher ganz wichtig (wenn nur der Innere Schweinehund nicht so groß wäre ;-))

Dass es nicht so schnell weiter geht, ist sicher ganz normal.

Einfach dranbleiben und nicht aufgeben!

Weiterhin viel Erfolg

wünscht dir inschra