

# **Den inneren Schweinehund überwinden... wie?**

**Beitrag von „Kathie“ vom 6. April 2018 13:27**

Ja! Ich keuche auch immer sehr schnell und hoffe, dass die Leute denken, ich bin schon ne Weile unterwegs.

Peinlich wird es dann, wenn meine Trainings-App am Handy lautstark verkündet: "Gelaufene Strecke: 1 Kilometer." Aber ich aussehe, als hätte ich schon 10 Kilometer hinter mir. Da hoffe ich dann immer, dass es keiner mitbekriegt hat. 