

Den inneren Schweinehund überwinden... wie?

Beitrag von „state_of_Trance“ vom 6. April 2018 18:39

[Zitat von hanuta](#)

Bitte sag, dass Ph nicht für Physik steht

Über den "Hungerstoffwechsel" können wir von mir aus streiten, aber der Post auf den ich mich bezog, klang nach massiv zu wenig essen. Ja, davon nimmt man ab, das mit der Physik ist mir durchaus bekannt.

Der Körper baut aber erst einmal die Muskeln ab, die sind nicht so wichtig. Straff wird davon eher nichts.

Das ist allerdings auch das letzte, was ich zu diesem Thema sage, man merkt, dass es das falsche Forum dafür ist.