

## **Tafelanschrieb: "Schwerer Arm"**

**Beitrag von „Midnatsol“ vom 28. April 2018 20:45**

Manchmal (längst nicht immer!) bekomme ich beim Schreiben an der Tafel einen sehr "schweren" und dann auch schmerzenden Arm. Es fühlt sich ein wenig an wie eine "harte Wade" wenn man lange sehr schnell gelaufen ist. Kennt jemand dieses Problem und kann mir sagen, worum es sich handelt und was ich ggf. tun kann um das zu verbessern (bzw. ggf. zu verhindern, dass es häufiger auftritt)?