

Korrigieren wenn man nicht sitzen kann ...

Beitrag von „Frechdachs“ vom 28. November 2019 19:03

Vielleicht stehend oder halbsitzend (mit Stehhilfen für Stehberufe, habe ich bei meinem Bruder auf der Arbeit gesehen) vor einem Rednerpult oder die Tests an eine Wand kleben (Klebeband) oder Pinnwand picken.

Ich lege oder setze mich auch manchmal auf den Boden (Yogamatte) oder stehend vor einem bauchnabelhohen Schrank - brauche auch etwas Bewegung dabei.