

Wie geht ihr dem Corona-Virus entgegen?

Beitrag von „Wollsocken80“ vom 17. März 2020 18:02

Zitat von Moebius

Welche erheblichen negativen gesundheitlichen Auswirkungen Bewegungsmangel und starke räumliche Einschränkung haben.

Ja, das merke ich jetzt schon nach nur einer Woche ohne mein normales Sportprogramm. Da muss man keine 80 sein. Weder meine Hüftarthrose noch meine chronische Sehnenansatzentzündung im linken Bein mögen ein Leben ohne Sport. Ich gehe jeden Tag mindestens 5 km und mache daheim meine Übungen. Ist aber nicht das gleiche wie sonst. Ausserdem stehe und gehe ich im Präsenzunterricht die meiste Zeit, nur schon die 2 Tage hinter dem Laptop und ich könnte kotzen. Ich werd meinen Weg die nächsten Wochen schon finden. Aber die alten Leute, die irgendwann nur noch daheim hocken werden, die tun mir richtig, richtig leid.