

## **Gemeinsam optimistisch bleiben und so weiter**

**Beitrag von „Kathie“ vom 20. August 2020 19:08**

Witzig. Ich mache auch viel mehr Sport. In der ersten Zeit habe ich so ein online Fitnessprogramm mitgemacht und seither mache ich das regelmäßig, laufe aber noch zusätzlich und bin generell körperlich aktiver als zuvor. Das tut sehr gut und ich will es beibehalten.