

# **Was tun gegen Stress?**

**Beitrag von „state\_of\_Trance“ vom 21. September 2020 15:55**

Vielleicht tröstet es dich, dass man auch über "erwachsene" Lerner sehr frustriert sein kann, wenn man vielen Stunden der Übung immer noch Grundlagen so gar nicht hängen bleiben...