

Quarantäne-Sport

Beitrag von „Andrew“ vom 7. Dezember 2020 22:55

Ich gehe nahezu jeden Tag joggen, um meine Kondition nicht zu verlieren oder mache sonstige Übungen zuhause 🧘‍♂️. Oder ich spiele den Vorturner für Sportvideos für die Kids. Wenn man aus jeder Videosequenzen für sich selbst eine kleine Einheit macht, kann man super fit bleiben 🙌. Obwohl ich richtiges Kicken vermisse 🙏. Unser Garten reicht leider zum Fußballspielen nicht aus 😞.