

# **Essen per Lieferando, etc. In die Schule liefern lassen?**

**Beitrag von „O. Meier“ vom 17. Januar 2021 11:24**

## Zitat von Lindbergh

Für mich wäre eine solche Ausgabe doch ein größeres Loch im Geldbeutel und dann wäre die Frage, was ich mit den Geräten mache, sobald die Fitnessstudios wieder aufmachen werden.

Weiter zu Hause trainieren. Ich habe nie verstanden, wozu man ein Fitness-Studio braucht. Irgendwelche Maschinen interessieren mich nicht. Die dienen ohnehin nur dazu Muskelgruppen isoliert zu trainieren. Das ist gut für Leute, die sich aufpumpen wollen. Von dem Schweiß der anderen, der daran klebt, fange ich erst gar nicht an.

Das erste "Gerät", das ich angeschafft habe, war eine Klimmzugstange. Wobei die Anschaffung darin bestand, in den Schuppen zu gehen und zu schauen, was man verwenden kann. Das wäre auch so ziemlich das einzige Gerät, auf das ich ungern verzichten möchte. Alles andere ist Zusatz, macht Spaß, sorgt für Abwechslung. Einiges gekauft, vieles improvisiert, gebaut, umfunktioniert. Aber da geht es ein wenig auch um die Basteleien. Und ein paar "Spezialgeräte" dabei für eine bestimmte Sportart.

Radfahren, Laufen, Wandern macht man eh draußen.

Aber das meiste passiert ohne Gerät auf 'ner Matte (Discounter; 7,99).

Das Wichtigste ist doch, dass man Spaß an der Bewegung hat.