

Wie geht ihr dem Corona-Virus entgegen?

Beitrag von „Schmidt“ vom 21. März 2021 23:07

Zitat von samu

Also hier im Fitnessstudio sind durchaus alte Menschen anzutreffen, die fitter sind als ich. Auf der anderen Seite, wer mit 80 noch fit ist, war es 1960 schon ohne Sportstudio...

Auf jeden Fall. Alt sein heißt ja nicht gleich gebrechlich und unfit sein. Ich habe zum Beispiel eine fürchterliche Ausdauer. Wenn wir wandern gehen, laufen regelmäßig Gruppen älterer Menschen leicht locker flockig an uns (mir) vorbei und spazieren ganz entspannt durchs Gebirge, während uns (mir) mächtig die Pumpe geht.

Mir ging es eher darum, dass nicht die geschlossenen Fitnessstudios daran Schuld sind, wenn die Fitness abnimmt. Die "älteren Leute" dienten nur als Beispiel, da der Bub von einer älteren Person geschrieben hatte.

Zitat von samu

Ich finde die Frage nach anderen Bereichen der Gesundheitsförderung aber nicht so verkehrt. Kanufahren und Fußballspielen von Kindergruppen könnte ich mir z. B. sicherer vorstellen als Klassenzimmervollatmen.

Die Frage ansich ist sicher berechtigt, insbesondere bei Kindern und Jugendlichen. Die gehen aber in der Regel nicht ins Fitnessstudio.