

Sport zu Hause - was ist denn das für ein cooles Gerät?

Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 26. Juli 2021 15:43

@Antimon, dass die Bandscheiben nicht mehr alle da sind, wo sie hinsollen, sieht man auf dem MRT. Aber es stimmt schon, das ewige Rückentraining auf der Matte macht nicht gerade Lust auf mehr, ich komme mir manchmal vor wie ein Reha-Pflegefall. Hab mich jetzt für Beachvolleyball und Kanu zum Schnupperkurs angemeldet, mal wieder was Neues ausprobieren scheint mir gerade eine gute Sache zu sein.

Zitat von Antimon

Hast Du überhaupt Spass dran Sport zu machen? Bzw hast Du überhaupt irgendeine Art von Bewegung gefunden, die Dir wirklich Spass macht?

Ich war beim Rettungsschwimmen, aber ich gehe nicht mehr so gern in Schwimmbäder. Mit 13-Jährigen rumärgern, die von der Seite reinspringen und so, das können Nichtlehrer machen 😊