

# **Energiesparmaßnahmen zur Reduzierung der Abhängigkeit**

**Beitrag von „O. Meier“ vom 15. April 2022 10:32**

## Zitat von Theatralica

Eine ständig hohe Belastung durch Gewichte (Rucksack voller Bücher + Hefte) kann zu Rückenproblemen führen

PS: Man sollte sich fünf Minuten Zeit nehmen, den Rucksack passend einzustellen. Dann liegt das Gewicht schön auf dem Hüftgurt.