

Fitnessstudio in der Freizeit

Beitrag von „laleona“ vom 12. Mai 2022 18:07

[Zitat von Xandir83](#)

aber direkt nach der Schule bin ich oft zu erschöpft

Kurze Pause in Form eines sehr ruhigen Spaziergangs? Bietet gute Erholung und fühlst dich danach vermutlich frisch genug fürs Fitness.