

Verbeamtung trotz Übergewicht? Gehalt ohne Verbeamtung?

Beitrag von „Kris24“ vom 12. Juni 2022 17:52

Zitat von Conni

Ok. Ich fang nochmal an:

Die niedrigste Schrittzahl, die ich gesund am Wochenende nur in der Wohnung mal geschafft habe, war 1300.

300 bis 400 könnte ich mir nur vorstellen, wenn ich weder Kaffeemaschine noch WC aufsuchen muss.



Ist deine Wohnung so groß?

(Während der 1. Coronawelle war ich an manchen Tagen auch unter 300 Schritten. Morgens über Bad und Küche (Wasserflasche und Isokanne mitnehmend) zum Schreibtisch (30 Schritte?), mittags einmal mit dem Aufzug zum Briefkasten und dann wieder in die Küche usw. Das Gäste-WC ist ca. 10 Schritte vom Schreibtisch, ab der 2. Woche bin ich bewusst täglich spazieren gegangen, mir fehlte das Laufen.)