

Seid Ihr öfter oder anders krank seit Corona?

Beitrag von „Kathie“ vom 17. Dezember 2024 16:56

Und ich empfehle abends vor dem Fernseher ein paar Planks, und dann versuchen, die Dauer im Laufe der Wochen zu steigern. Wenn man mal keine Zeit für anderes hat, tut man so wenigstens ein Minibisschen. Und muss noch nichtmal rausgehen dafür.