

---

Subject: Zurück

Posted by [Bergfex](#) on Fri, 20 Jul 2007 13:30:07 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Soo, wollte mich hier mal aus dem Urlaub zurück melden!

Mein Hund war meist sportlicher unterwegs als ich...

...aber ein bisserl was getan hab ich auch.

Fazit: Ca 1 kg Magermasse (also Wasser in dem Fall wohl) und bei der Fettmasse NICHTS zugenommen. \*jubel\*

Warum man vom Herumliegen und -spazieren und viel mehr Essen und Weintrinken bei der Hitze Wasser zunimmt weiß ich zwar nicht, aber nachdem die Waage jetzt 4 Tage hintereinander das gleiche auswirft, muss ich es eben glauben. Aber das Wasser stört mich ja nicht.

Schlimmer ist die Hitzewelle, die wir hier haben, und die mich von meinem Sportgerät Berg wegtreibt. Auch ganz früh hat's schon an die 30° und ist wahnsinnig schwül, das halte schon ICH schwer aus und mein vierbeiniger Kumpel schon gar nicht.

Na, hoffentlich werden die Temperaturen nächste Woche manierlicher, dann geht's wieder mit voller Frische los.

Übrigens: Die lange Pause hat der Fitness wieder Erwarten gutgetan! Nach dem Urlaub schaffte ich mein "Nasenweg-Kriterium" beinahe in Rekordzeit.