
Subject: Hallöle!!

Posted by [Emma](#) on Thu, 17 Aug 2006 19:31:35 GMT

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

Hallo,
mein Name ist Emma bin 29 Jahre jung und ich habe mich entschlossen durch viel Sport richtig fit zu werden und abzunehmen, was sich als nicht besonders einfach herausstellt. Um ehrlich zu sein bin ich momentan etwas gefrustet.
Noch ein bisl zu mir....ich komme aus der Nähe von Ulm, habe einen lieben Freund (der leider mal wieder zu leiden hat da ich ja gefrustet bin) ...der nimmts aber mit Humor denn sonst ist ja alles OK. Ich arbeite bei einem Zahnarzt und der Job macht viel Spaß...ich lese gerne zeichne viel und bin auch sonst sehr kreativ...ich liebe Elefanten, stehe auf die Farbe grün, liebe mein Auto, bin ein absoluter Hundefan...und liebe Kekse (die ja leider VERBOTEN sind) Ich hoffe Ihr könnt mir vielleicht etwas helfen und ich Euch auch...und freu mich schon auf Nachrichten...viele Grüße Emma

Subject: Re: Hallöle!!

Posted by [Lyzabella](#) on Fri, 18 Aug 2006 07:25:48 GMT

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

hi emma
du scheinst ja ein richtig cool zu sein, willkommen!
sei nicht so gefrustet wegen dem sport, das schaffst du schon noch und dafür ist das forum ja da - um uns gegenseitig zu motivieren
lg melanie

Subject: Re: Hallöle!!

Posted by [Amidala](#) on Fri, 18 Aug 2006 16:34:32 GMT

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

Hallo Emma!

Herzlich willkommen hier im Forum!

Wo genau liegt denn Dein Frust? Ißt Du wenig und nimmst trotzdem nicht ab? Oder macht Dir der Sport keinen Spaß? Vielleicht kannst Du ja ein Tagebuch anlegen und dann können Dir die Leute hier Tips geben, wie Du Deine Ernährung verbessern kannst?

Was auch noch hilfreich wäre, wäre, wenn Du mal ein paar Daten von Dir verrätst, (Größe, jetziges Gewicht, Wunschgewicht und ob Du bereits einen Plan bezüglich der Ernährung hast [z. B. Weight Watchers oder so]).

Wünsche Dir auf jeden Fall viel Erfolg bei Deinem Vorhaben!

Greetz

Amidala

Subject: Re: Hallöle!!

Posted by [Gast](#) on Fri, 18 Aug 2006 19:26:50 GMT

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

Hallo,

finde ich toll, daß du zeichnest! Ich male auch. Was zeichnest du so?

Gruß samsi

Subject: Re: Hallöle!!

Posted by [Emma](#) on Sun, 20 Aug 2006 07:53:14 GMT

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

Hallo, gut dann lass ma mal die Hosen runter: Ich bin 172 groß wiege jetzt 76,5 Kg und möchte wieder meine 65 kg haben...bzw wieder in Kleidergröße 38 passen. Das mit dem Tagebuch ist bestimmt keine schlechte Idee...ja vielleicht liegt es doch irgendwo noch an meiner Ernährung. Lg Emma

Subject: Re: Hallöle!!

Posted by [Emma](#) on Sun, 20 Aug 2006 07:55:24 GMT

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

Hallo, kommt immer darauf an wie kreativ ich gerade bin eigentl meist nur mit Bleistift oder Acryl auf Leinwand oder so. Und du??? Lg Emma

Subject: Re: Hallöle!!

Posted by [Gast](#) on Sun, 20 Aug 2006 08:56:05 GMT

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

Guten morgen!

Ich male mit wasserlöslichen Ölfarben oder Acryl. Ich zeichne auch gern. Geht aber nie nach plan. Muß die richtige Zeit dafür sein. Übrigens sind wir in einer ähnlichen Abnehmsituation. Nur daß ich es noch nie bis 65 kg geschafft hab.

gruß samsi

Subject: Re: Hallöle!!

Posted by [Käki](#) on Tue, 22 Aug 2006 18:15:40 GMT

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

Hallo Emma,

als ich gerade Deinen Text gelesen habe, dachte ich mir, der mußt Du mal schreiben. Ich bin auch 29, Zahnarthelferin, und meine große Leidenschaft, na, wie soll es anders sein, ist die Kunst. Ich male auch super gern mit Bleistift, aber noch lieber mit Acryl. Bin aber eher nicht der Fantasiemaler, sondern ich brauche eine Vorlage, von der ich abmalen kann. Ansonsten unterscheidet sich mein Leben von Deinem, dass ich schon verheiratet bin, 2 Kiddys habe und aus der Nähe von Köln komme. Daher gehe ich momentan auch nur auf 400,- Euro Basis arbeiten. Und leider wiege ich noch etwas mehr als Du, obwohl ich kleiner bin. Aber, mein großer Vorsatz ist, wieder eine 6 vorne stehen zu haben. Habe seit 10 Wochen einen Hund, mit dem ich täglich viel spazieren gehe, so bewege ich mich wenigstens ein bisschen. Abnehmen tue ich mit Weight Watchers, allerdings auf eigene Kappe, die Treffen sind auf Dauer zu teuer. So, jetzt hab ich aber wirklich genug geschrieben. Vielleicht schreibst Du ja mal zurück. Bis dahin liebe Grüße Käki
