

---

Subject: Zu Dick

Posted by [scotti2010](#) on Mon, 14 May 2007 15:44:43 GMT

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

---

Hi ich hab einen Freund, der wirklich zudick ist doch er weiß nicht wie er Gewicht runter machen soll und dies auf längere Zeit im moment hat er 83 Kilo auf eine gröÙe von 1,50!  
Also was soll ich ihm für tipps geben?

Gruß Scotti danke

---

---

Subject: Re: Zu Dick

Posted by [simsa](#) on Mon, 14 May 2007 16:00:55 GMT

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

---

Ich würde es mit WW und Bewegung versuchen! Ich fahre damit gut. Und ohne Bewegung geht eh nichts.

---