
Subject: Über die Festtage zugenommen??
Posted by [Gast](#) on Thu, 13 Jan 2005 10:39:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi,
also ich hab über die Festtage so ungefähr 2 kg zugenommen. Gab viel zu essen und ich konnte mich nicht zurückhalten. Finde es jetzt sehr schwer wieder auf mein Vorweihnachtliches Gewicht zu kommen

Grüße

Habt Ihr über die Festtage zugenommen?? (total votes: 22)

Ja, weniger als 1 kg 2/(9%)
Ja, mehr als 1 kg 15/(68%)
Nein, alles gleichgeblieben 5/(23%)

Subject: Re: Über die Festtage zugenommen??
Posted by [TeeJunkie](#) on Thu, 13 Jan 2005 13:38:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich hab ca. 1,5 kg zugelegt aber davon ist 1 kg schon wieder weg...

Subject: Re: Über die Festtage zugenommen??
Posted by [perdia](#) on Thu, 13 Jan 2005 13:49:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich hab über die Festtage auch 2 kg zugelegt. Das eigentlich selstame war, dass das eher auf Silvester zurückzuführen war, denn bis dahin war mein Gewicht stabil.

Liebe Grüße
Perdia

Subject: Re: Über die Festtage zugenommen??
Posted by [Gast](#) on Thu, 13 Jan 2005 13:55:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@ TeeJunkie
Wie hast Du das geschafft?? Ich schau schon ne ganze Weile wieder aufs essen, hab schon vor Silvester damit angefangen, aber ich komm einfach nicht runter vom Gewicht. Keine Ahnung woran es liegt.

Viele Grüße

Subject: Re: Über die Festtage zugenommen??
Posted by [Dingeli](#) on Thu, 13 Jan 2005 14:22:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe von Ende Nov bis Anfang Januar ganze 7 kg zugelegt , aber 1,5kg sind auch schon wieder weg *brrrrr*

Subject: Re: Über die Festtage zugenommen??
Posted by [nachteule](#) on Thu, 13 Jan 2005 18:07:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe auch von Mitte November bis Januar fast 5kg zugenommen. Über die Feiertage selbst allerdings kaum, obwohl ich nicht wenig gefuttert hab.

Subject: Re: Über die Festtage zugenommen??
Posted by [TeeJunkie](#) on Thu, 13 Jan 2005 20:59:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Steffi ich hab am 3. Januar wieder angefangen zu sporteln und hab mir möglichst viel Obst und Gemüse reingeschaufelt, und das erste Kilo war willig aber ich glaub die nächsten sind hartnäckiger...
