Was läuft gerade bei Euch?

Beitrag von „derHackfan“ vom 23. August 2019, 22:56

> Zitat von coopter
>
> fördern den Menschen im Bewusstsein....mir bleibt noch Schwimmen und Radfahren,,na,ja

Damit hast du doch jede menge (athletische) Möglichkeiten und jede menge (konditionelle) Muskelgruppen in Bewegung und je nach belieben der Leidensfähigkeit bezüglich der eigenen Schmerzgrenze, insofern genieße jede Stunde... 🙂

Gruß derHackfan