



Von Bayreuth nach Mainz

Und so schnell ist der Urlaub wieder um, und auch mein erster Diätmonat. Trotzdem freue ich mich auf den Juni, denn die Diät und das Training läuft wirklich gut. Aus dem Internet habe ich mir viele Tips geholt und auch ein paar interessante Rezepte gefunden.

Mineralwasser mit dem Saft von 2 Zitronen schmeckt megagut und lässt den Wunsch nach einem Prosecco gar nicht aufkommen

Wie ich 1989 meine erste große Diät inklusive Sport gemacht habe, da holte ich mir alle 2 Wochen die Bodybuilderzeitung um viele Tips und Ratschläge zu bekommen. Heute im Internet gibt es weitaus mehr Informationen.

Heute ist auch der Hundeanhänger gekommen, muss ich nur noch montieren, dann können wir endlich auch zu dritt losradeln

Lesen Sie [hier](#) die komplette Diskussion zu diesem Text ([PDF](#)).