

Unsere „schönsten“ Ausreden, die uns am „Wohlfühlen“ hindern:

Ich hab keine Zeit

Ich bin müde

Es ist nicht nötig !

....gleich, aber ich will noch kurz...

Es ist grad so bequem auf der Couch

Meine Familie lässt mir keine Ruhe

Meine Verpflichtungen fressen mich auf

Es ist zu kalt fürs Fitnessstudio

Alles zu seiner Zeit...
- also jetzt nicht

Es ist zu schön fürs Fitnessstudio

Es gibt Wichtigeres

Ich nehme mir keine Zeit

...eigentlich...

Ich habs gerade nicht verdient!!!

Ich kann mich nicht aufraffen

Ich hab ,nen vollen Magen, jetzt kann ich keinen Sport machen

Die Medikamente machen mich so müde

Keine Zeit !

ANERZOGENE GRUNDHALTUNG :
PERSÖNLICHER VERZICHT !!!

ICH BIN MÜDE

ALLE ANDEREN KOMMEN ZUERST DRAN

Keine ZEIT