

SOLL ICH HEUTE SPORT MACHEN?



WILLST DU NACKT GUT AUSSEHEN?

nein

HEIRATEST DU HEUTE?

ja

nein

ja

WILLST DU FIT & GESUND SEIN?

BIST DU KRANK?

ja

nein

nein

ja



BIST DU MÜDE?

nein

ja

BIST DU VERÄRGERT ODER DEPRIMIERT?

ja

nein

SEHR?

nein

ja

HAST DU 20 MIN ZEIT?

ja

nein

EHER LUSTLOS?

SICHER? DENN DU HAST ZEIT FÜR DIESE GRAFIK..

Auf zum Training!

Heute nicht

