

Aktuelles Gewicht (KW 14/2017)

Die vergangene Woche war noch anstrengender und noch arbeitsintensiver als die davor. Das sich das auf mein Gewicht niederschlägt, brauche ich mittlerweile kaum noch zu erwähnen.

Es ist immer das Gleiche.

Möööp! :quatsch:

Montags morgens wiege ich mich, und mein Gewicht ist dann eigentlich ganz ok. Dienstags bringe ich meistens sogar noch etwas weniger auf die Waage. Aber dann...

Je mehr ich mache, desto höher steigt mein Gewicht.

Erst Sonntags, wenn ich dann endlich dazu komme, einfach mal Fünfe gerade sein zu lassen, erholt sich mein Körper von den Strapazen der Woche, so dass ich Montags wieder ein recht annehmbares Gewicht vorweisen kann.

Mein Gewicht ist eine Diva! :traenenlach:

Nun ja, lange Rede, kurzer Sinn, heute Morgen überraschte mich meine Waage mit einem Gewicht von:



Ich hatte am Dienstag zwar schon weniger, aber dafür dass es danach sogar über 78 Kilo waren, gebe ich mich mit der 77,6 zufrieden. :ja:

Somit habe ich in der vergangenen Woche 300 Gramm abgenommen.

Mein BMI liegt aktuell bei 30,7. (Hoffentlich) Nur noch ein paar Mal schlafen, dann dürfte die 3 auch endlich Geschichte sein.

Ich kann es kaum abwarten! :-D

Autor: paola