

Aktuelles Gewicht (KW 23/2017)

Juhu, es geht wieder abwärts! :-D

Heute zeigte die Waage mir eine erfreuliche 74,6 an!



Das macht eine stattliche Abnahme von 1,6 kg. :ja:

Hoffen wir mal, dass das so bleibt und die Waage in den kommenden Tagen nicht wieder etliche Grammse drauf packt!

Ja genau, die Waage – nicht mein Körper. :mrgreen:

Der BMI liegt jetzt glücklicherweise endlich wieder unter 30. Genau genommen bei 29,5.

Ich hoffe ja immer noch, dass ich ganz bald unter die 28,9 rutsche, dann bin ich nämlich endlich diese gemeine Bezeichnung „Adipositas“ los. Adipositas klingt immer so nach Fettleibigkeit, und wenn man es genau nimmt, ist es das ja auch. Aber ganz ehrlich, ich fühle mich mit meinen 74 Kilo ganz und gar nicht mehr **FETT**leibig.

Klar, mir ist absolut bewusst, dass das immer noch viel zu viel ist, und dass ich immer noch zu dick bin. Aber fett??

Nein, dagegen weigere ich mich!! Das bin ich nicht mehr!! :nein:

So! :-P

Autor: paola