

Donnerstag, 22. Dezember 2005

URLAUB

URLAUB! - ENDLICH!

Boah, ist das nÄ¶tig! Boah, bin ich kÄ¶rperlich und seelisch aus dem Gleichgewicht und brauche dringend eine Pause!

Nun hab ich sie, seit wenigen Stunden. Entspannt bin ich noch nicht, ganz im Gegenteil. Ungewohnt angespannt bin ich. Innerlich, Ä¶uÄ¶erlich... Okey, es ist auch fast Weihnachten und das bisschen StreÄ¶ holt sogar mich

Aber hey, ich darf wieder fahrradfahren!!! Ich hab nÄ¶mlich gar nix. Bis auf Schmerzen natÄ¶rlich *hrhr*. X-Beine, StÄ¶rungen im Bewegungsapparat.. Soso... dauert bis das weggeht, sagt Frau Doktor. Und das ich unbedingt weiter Sport machen soll. AusdrÄ¶cklich fahrradfahren! Und schwimmen. Und wenss zu sehr wehtut, soll ich ne Pille gegen die Schmerzen futtern. Ahja... *hust*... Und mit der Kniebandage rumlaufen. Mehr als bislang, da hab ich sie ja nur beim Joggen getragen. Und Einlagen krieg ich. Und Krankengymnastik (aber erst nach Nachfragen), letzteres wollte ich eigentlich auch gar nicht. Sie machte mir wenig Hoffnung, daÄ¶ das schnell wieder weggeht... Toll... Laufen kann ich damit wohl vorerst vergessen! Aber wenn Fahrrad fahren wieder geht bin ich ja schon zu 3/4 glÄ¶cklich!

Und fahrradfahren ging. Gestern 30 Minuten, heute 45. Bislang keine Probleme. Mit Kniebandage fÄ¶hrt es sich allerdings doof.

Geschrieben von Nina in privates um 23:54