Donnerstag, 4. Januar 2007

Muskelkater!

Mir tun die Beine weh! An ganz vielen unterschiedlichen Stellen *g*. Und die Arme auch. Und eigentlich Ã¼berall son bisschen! Ich glaube, Mitschuld an den ungewohnten Muskeln, die sich hier laut beschweren, dÃ¼rften die FitnessbÃ¤nder sein, die es da neulich ganz billig bei Penny gab. Sieht alles etwas lÃ¤cherlich aus (aber welche Gynmastik oder KraftsportÃ¼bung tut das nicht?), wirkt aber offenbar trotzdem.

Und ich glaub, mein gesteigertes Training bringt dann doch was :). Teilweise zweifel' ich ja daran, grad auch, wenn der Zeiger der Waage sich so gar nicht bewegen will oder ich trotz relativ hÃ¤ufiger Belastung nicht besser, schneller zu werden scheine.

Aber hey, an Tagen wie heute, wo es so angenehm bei jeder Bewegung zwickt, weiÃŸ ich wieder, warum ich das tue und das es was bringt! Und grad auch in der momentanen IntensitÃ¤t. Wer weiÃŸ, wie lang ich das machen kann. Wann das Studium rum ist, ist ja schon klar, Mitte des Jahres hab ich wieder einen Arbeitstag mehr (muss dafÃ¼r nicht mehr stÃ¤ndig ans Lernen denken...). Und ich hoffe ja weiterhin wieder auf einen lÃ¤ngeren Vertrag. Auch wenn sich das finanziell zum Mehraufwand eher weniger lohnt. 19 % krieg ich netto weniger, bei 33% weniger Arbeit. Doofe Rechnung!

So lange es geht, werde ich weiter so viel extrem sporten wie jetzt. Aber ohne mir selbst Druck zu machen! Das tu ich offenbar manchmal tatsÃ¤chlich... Und weiter mit bewuÃŸten Ruhetagen! So wie heute. Ach, ups, ist ja ein Arbeitstag. Naja, ist ja irgendwie fast das gleiche... ;) Nach 4 Stunden auf der Arbeit hatte ich, an meinem ersten Tag in diesem Jahr, auch schon genug. Lieber nach Haus und die Ruhe geniessen. Morgen kommen die Kids wieder, dann isses mit der Ruhe vorbei. Zum GlÃ¼ck sind die Ferien das dann auch...

Eine Trainingspause liegt noch vor mir. 4 Wochen etwa, nur ein bisschen Rekom (also mit sehr geringer Belastung) radeln, bisschen Gymnastik, vielleicht ein bisschen laufen, schwimmen... Ich hab die Pause geschickt zwischen die beiden Klausuren gebastelt, dann hab ich fÃ¼rs Lernen fÃ¼r die zweite Klausur etwas mehr Luft. Und danach auch noch ein wenig. Ich wollte und muss dringend renovieren!

Oder doch umziehen? Hier lande ich immer, wenn ich ans drÃ¤ngende renovieren denke... Wir brauchen ein Schlafzimmer!!! Momentan haben die Kiddies je eins (ein Zustand, den ich so eigentlich gerne belassen wÃ¼rde) und wir schlafen und leben im - grossen - Wohnzimmer. Mit einem Hochbett dort drin und vielen Computern drum herum. Aber umziehen will ich doch eigentlich gar nicht. Bin ein Gewohnheitsmensch und ausserdem gefÃ¤llts mir hier. Bis auf so manches eben... Das fehlende Zimmer, das manchmal Ã¤tzende Haus bzw. die Ã¤tzenden Nachbarinnen, die "Jugendgangs" vor der TÃ¼r... Obs anderswo besser ist? Heut glaub ich daran wohl weniger als frÃ¼her...

Geschrieben von Nina in sportliches um 13:56

Gerecht ist das nicht!!!

Ich hab heut meinen ersten Arbeitstag im neuen Jahr. Beim Reinkommen sah mich Chef von schon von weitem. Als ich dann mit meinem ersten Kaffee in mein BÃ¼ro schlurfen wollte, stand er wartend vor meiner BÃ¼rotÃ¼r. Mit einem Zettel fÃ¼r mich. FÃ¼r die Personalakte, ein Lob fÃ¼r meine "Leistung" im letzten Jahr, genauer gesagt eine Ãœbernahme von einem anderen Amt, die wir durchgefÃ¼hrt haben. Ich selbst war dafÃ¼r ein paar Tage in Clausthal-Zellerfeld um da die Rechner umzustellen. Wohlbemerkt freiwillig. Ebenso wie einige andere Kollegen. Nicht ganz so freiwillig.

Naja, ich hab mich fÃ¼r das Zettelchen bedankt und wollte es schon in der Schublade vergessen, in die ich es gepackt hatte, als mein Zellengenosse meinte, ich hÃ¤tte echt Pech gehabt, daÃŸ ich bei der falschen BehÃ¶rde angestellt bin (wir sind ein Verbund aus einer BundesbehÃ¶rde, einer LandesbehÃ¶rde und einem wissenschatlichen Institut - ich bin bei der LandesbehÃ¶rde, die meisten Kollegen beim Bund). Ich guckte meine Kollegen verwirrt an worauf er vorsichtig damit herausrÃ¼ckte, daÃŸ die Bundesbediensteten eine keineswegs unerhebliche GeldprÃ¤mie zum Zettelchen bekommen hÃ¤tten.

Na danke auch, jetzt tÃ¤t ich ihn doch gern als Klopapier benutzen!!!!

Geschrieben von Nina in privates um 09:52

Montag, 1. Januar 2007

Die JahreszÃ¤hlung

beginnt ab heute wieder von vorn... Und was gibt es zum Jahreswechsel immer besonders gerne? Jahreshorosokope! Nein, ich glaub natÃ¼rlich gar nicht an sowas, genau so wenig wie die meisten Anderen, also hÃ¶chstens so'n ganz kleines bisschen. Soviel, wie man ja auch zu McDonalds geht, obwohl man das eigentlich nie tut. Oder die Bildzeitung liest. Was ich wirklich nicht tue! Eher gestehe ich noch einen leichten Anflug von Aberglauben bezÃ¼glich Horoskopen! ;)

Wie auch immer, laut dem von mir gelesenen Horoskop kann ich dies Jahr vergessen. Na wie gut, daÃŸ ich das jetzt schon weiÃŸ ;) ... Und... ich glaub da ja sowieso nicht wirklich dran.

Geschrieben von Nina in Ã¶ffentlich um 14:45