

Bachelor live

Yoga, Fitness oder Hip-Hop?



Autor:

Marie

Rubrik:

studium

10.08.2018

Jedem, der mit einem Studium beginnt, würde ich empfehlen, nachzuschauen, wann man sich für den Unisport anmelden kann. Der ist nicht nur preiswerter als jedes Fitnessstudio, sondern auch zeitlich flexibel. Was ich aber vor allem super finde: Egal wie fit man ist, die Kurse sind für jeden geeignet.

Ein paar Nachteile hat das Ganze aber auch: In meinem Fall liegen die Unisportstätten nicht gerade zentral. Außerdem kann man die Sportangebote nicht kostenlos testen. Die Anmeldung gilt für ein ganzes Semester. Wenn Kurse dann doch nicht so sind wie ich es mir vorgestellt hatte, ist das natürlich enttäuschend.

In diesem Semester habe ich mich für Hip-Hop, Yoga und zwei Fitnesskurse entschieden. Beim Hip-Hop habe ich dann aber recht schnell gemerkt, dass es nicht der richtige Kurs für mich war. Yoga habe ich schon im vorherigen Semester gemacht und hatte mich schon darauf gefreut. Am Anfang war ich dann etwas enttäuscht, weil wir wieder bei null angefangen hatten. Nachdem ich nun aber ein paar Wochen nicht zum Yoga kommen konnte, musste ich feststellen, dass inzwischen ich diejenige bin, die aufholen muss. Spaß macht es mir aber trotzdem: Yoga ist so viel intensiver als alle Fitnesskurse, in denen ich sonst war.

Aber auch unter den beiden Fitnesskursen habe ich einen gefunden, der mir wirklich Spaß macht und bei dem ich tatsächlich noch kein einziges Mal gefehlt habe. Ich mag vor allem, dass wir jede Woche etwas anderes machen, mal etwas mit Hanteln, mal Step-Aerobic. Die Abwechslung tut wirklich gut. Und das Allerwichtigste: Musik darf natürlich nicht fehlen!

[< Vorherige Seite](#)[Nächste Seite >](#)



Diese Seite ist erreichbar unter:

https://abi.de/interaktiv/blog.htm?type=Bachelor_live&id=6986&zg=schueler

oder scanne einfach den QR-Code