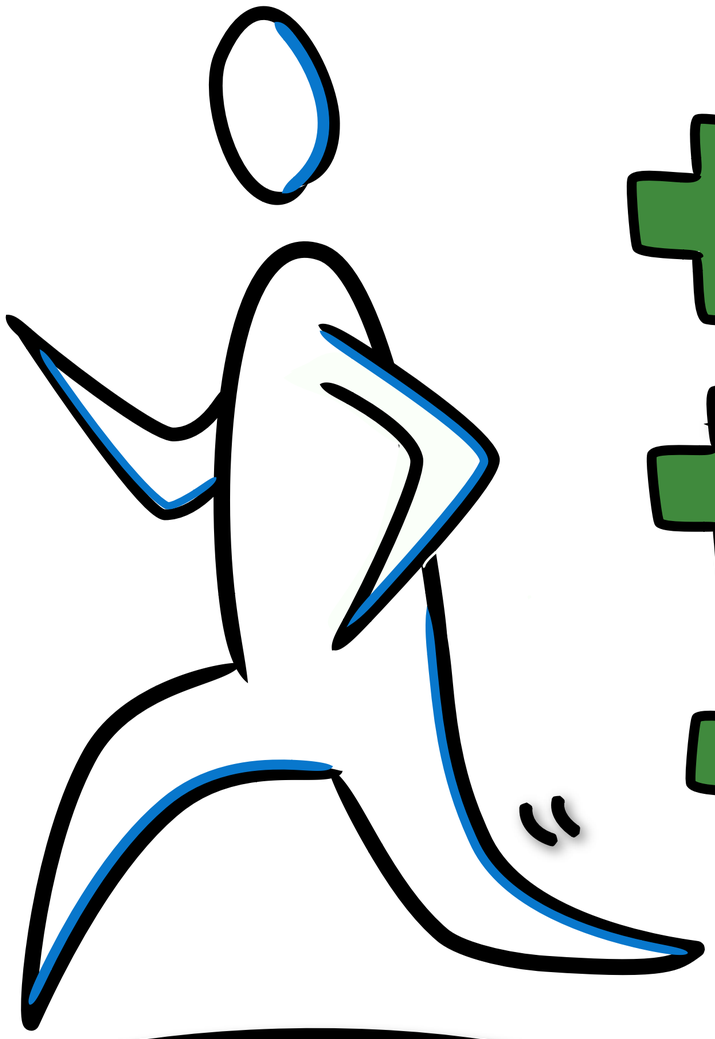
Ich laufe jetzt!



Weil ich so Aggressionen und Stress abbaue

Weil es mich fit macht - im Kopf und im Körper

Weil es mich stolz macht

Weil es mein Selbstvertrauen stärkt

Weil ich mich danach so gut fühle

Weil ich dabei gut nachdenken kann

Weil ich schaffe, was ich mir vornehme

Mehr davon auf www.zeitzuleben.de