



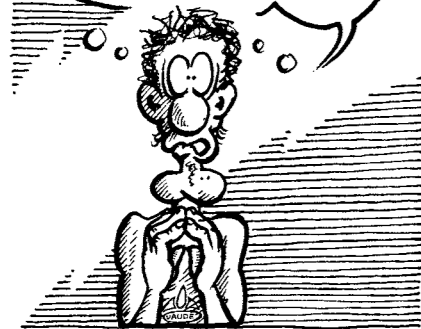
Erbse Klettercomics Band 5



STROMAUSFALL

TRÄNGSTIP

UNLÄNGST WURDE AN MICH HERANGETRAGEN, IN DEM EIN ODER ANDEREN MEINER KLETTERCOMICS SEIEN CHAUVINISTISCHE, JA GAR ANTI-FEMININE TENDENZEN AUSZUMACHEN ...



IHR SEHT MICH ERNSTHAFT ER-SCHÜTTERT.

KEINE FRAGE, DIESER VORWURF TRIFFT MICH HART ...



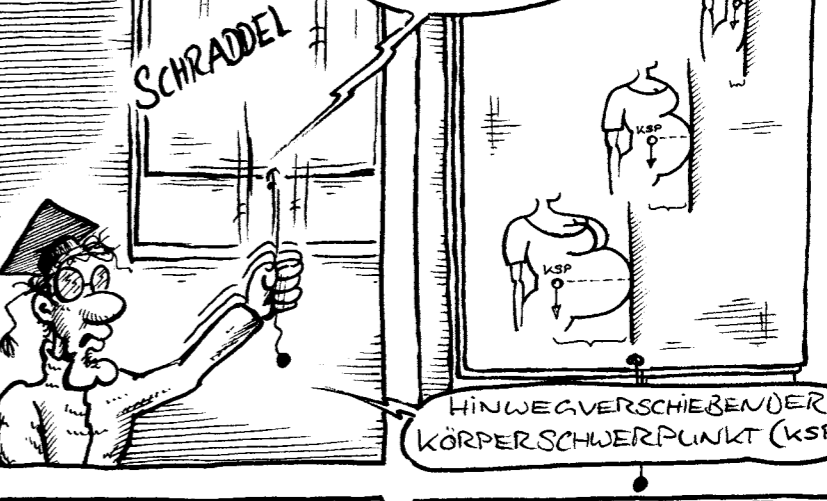
IN DIESEM ZUSAMMENHANG ERSCHEINT ES MIR ANGEBRACHT, CLASKLAR STELLUNG ZU BEZIEHEN UND EIN FAJAL GEGEN DERARTIGE BEHAUPTUNGEN ZU SETZEN.



WIRD EINE KONTINUIERLICHE BELASTUNGS-INTENSITÄTSSTIEGERUNG INITIIERT, AUF DIE DIE MUSKULATUR ADAPTIV MIT KRAFT-ZUWACHS REAGIERT.



UNTERSTÜTZUNG ERFÄHRT DIESER EFFELT DURCH EINEN SICH ZWANGSLÄUFIG ZUNEHMEND VOM FELS



UND SO HABE ICH MICH ENTSCHLOSSEN, DIE BRAND*-AKTUELLEN ERGEBNISSE EINER EBEN ERST ABGESCHLOSSENEN FALLSTUDIE ZU VERÖFFENTLICHEN,



AUS DENEN SICH SEN-SATIONELL EFFEKTIVE TRAININGSFORMEN ABLEITEN LASSEN,

- SPEZIELL FÜR DAS SOGENANNT "SCHWACHE GESCHLECHT".



ES IST DENKBAR EINFACH ...



FARIT: WENN ES GELINGT IN DEN 9 SCHWANGERSCHAFTS-MONATEN DAS NIVEAU TATSÄCHLICH ZU HALTEN



KANN POSTNATAL MIT EINEM LEISTUNGSSPRUNG VON BIS ZU ZWEI SCHWIERIGKEITSGRADEN GERECHNET WERDEN.



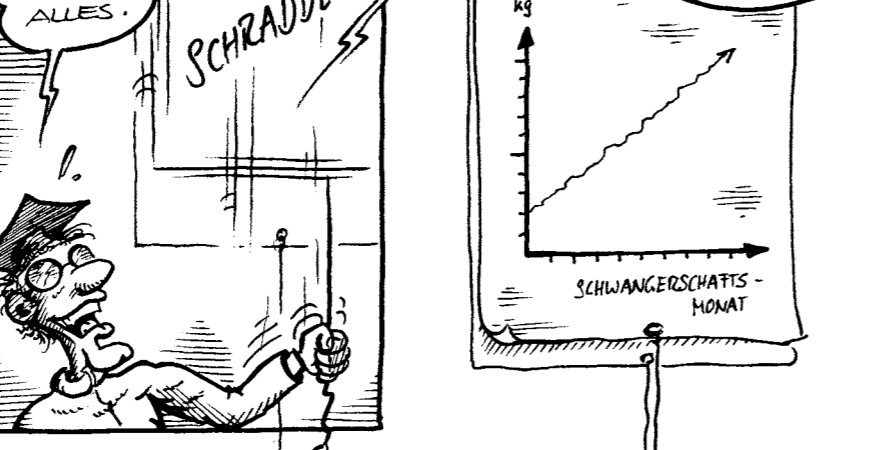
UND? WAS IST?

KEIN APPLAUS ???



1. MÄDELS, WERDET SCHWANGER!
2. GEHT VIEL KLETTERN UND HALTET DAS NIVEAU!

DURCH DIE ÜBER MONATE HINWEG PROGRESSIVE GEWICHTSZUWAHME DES PREGNANTEN ORGANISMUS ...



ALSO GUT. NOCH EIN GANZ PERSÖNLICHER TIP:

WENN DIE GELEBTE TROTZDEM NICHT IHR PROJEKT HOCHKOMMT,



HÄNGT EINFACH DEN NACHWUCHS AN DIE UHLENKUNG.

