Geld kann Fitness nicht kaufen, du musst es verdienen

Es ist schon lange gesagt worden, dass Geld nicht alles kaufen kann und die meisten werden zustimmen, wenn sie wirklich ehrlich sind und Albernheit beiseite werfen. Geld kann dir keine wahre Liebe kaufen. Geld kann Ihre Jugend nicht zurückkaufen oder geliebte Menschen zurückbringen, die weitergegeben haben. Und außerdem kann Geld keine Fitness kaufen, egal wie viel Sie aus Ihrer Tasche schälen. Um diesen Punkt klar zu machen, kann das gesamte Geld der Welt nicht automatisch den perfekten Körperbau schaffen, unabhängig davon, wie viel Sie bereit sind zu zahlen. Sicher Geld kann für eine private Mitgliedschaft im Fitnessstudio bezahlt werden oder …

Es ist schon lange gesagt worden, dass Geld nicht alles kaufen kann und die meisten werden zustimmen, wenn sie wirklich ehrlich sind und Albernheit beiseite werfen. Geld kann dir keine wahre Liebe kaufen. Geld kann Ihre Jugend nicht zurückkaufen oder geliebte Menschen zurückbringen, die weitergegeben haben. Und außerdem kann Geld keine Fitness kaufen, egal wie viel Sie aus Ihrer Tasche schälen.

Um diesen Punkt klar zu machen, kann das gesamte Geld der Welt nicht automatisch den perfekten Körperbau schaffen, unabhängig davon, wie viel Sie bereit sind zu zahlen. Sicher Geld kann für eine private Mitgliedschaft im Fitnessstudio bezahlt werden oder Sie können sogar Ihr eigenes Fitnessstudio in Ihrem Garten bauen. Mit Geld können Sie auch einen 24-Stunden-Personal Trainer zusammen mit einem Koch beauftragen, der Ihnen immer zur Seite steht, wenn Sie eine gesunde Mahlzeit zubereiten möchten.

Geld kann auch für Gewichtsreduktionsoperationen oder ɔBauchdeckenstraffungenډ bezahlt werden, die den Anschein einer Gewichtsreduzierung erwecken können. Aber auch in diesem Fall ist die Person nicht fit, sie hat nur weniger Fett ج ein ganz anderer Fall.

Aber selbst mit diesen Dingen, die Geld möglicherweise kaufen kann, werden sie Sie nicht auf magische Weise fit machen. Der Schweiß und die Anstrengung müssen immer noch von Ihnen kommen, und das ist etwas, was Geld nicht kaufen kann.

Man muss sich Fitness verdienen und das ist das Schöne daran. Egal wie reich oder arm eine Person ist, Fitness ist etwas, das nicht danach beurteilt, wie finanziell es Ihnen geht.

Wenn Sie Brad Pitt jemals in dem Film Troy, Henry Cavill in Man of Steel oder Chris Hemsworth als Thor in the Avengers gesehen haben, mussten diese berühmten Schauspieler einige Monate lang ständig trainieren und nahrhaft essen, um den Körper zu entwickeln für ihre Rollen benötigt.

Glaubst du mir nicht? YouTube oder Google ihre Trainings- und Ernährungsregimenter und Sie werden sehen, was sie tun mussten, um in Form zu kommen. Sogar diese reichen, berühmten Schauspieler mussten sich die Zeit nehmen, um fit zu werden.

Wenn Sie sich mit dieser Tatsache abfinden, werden Sie

feststellen, dass Geld keine Fitness kaufen kann. Es ist etwas, das verdient werden muss. Wenn es Ihnen hilft, sich zu motivieren, halten Sie einfach das Mantra ةWenn Brad es tun musste, kann ich es tun!ي

Nehmen Sie es auf Ihre Schultern und verpflichten Sie sich von ganzem Herzen zu einem Fitnessplan. Seien Sie bereit, 4-6 Tage pro Woche für eine bestimmte Zeit zu trainieren, auch wenn es zu Beginn nur 20-30 Minuten dauert.

Jeder muss irgendwo anfangen, aber es geht darum, anzufangen.

Natürlich ist diese Gewohnheit etwas gewöhnungsbedürftig, aber je besser Sie sich an Ihren Fitnessplan halten, desto schneller wird dies wirklich ein wichtiger Teil Ihres Lebens. Sobald Sie sich für eine bestimmte Zeit an Ihre Trainingsroutine halten, werden Sie feststellen, dass Geld wirklich keine Fitness kaufen kann. Sie werden nur durch harte Arbeit und Entschlossenheit fit.

Vergessen Sie nicht, wie wichtig es ist, eine gesunde Ernährung in Ihren Fitnessplan einzubinden, damit Ihre Ergebnisse beim Gewichtsverlust noch verstärkt werden. Sobald Sie in der Lage sind, diese beiden gesunden Gewohnheiten regelmäßig zu kombinieren, werden Sie viel schneller abnehmen und fit werden, als Sie es jemals für möglich gehalten hätten.

Denken Sie also bei jedem Laufschritt, jeder Runde im Pool oder jeder Meile auf einem Heimtrainer daran, dass Sie keine Fitness kaufen können, sondern diese verdienen müssen. So hart das jetzt auch klingen mag, wissen Sie, dass Sie am Ende dieser Reise das genießen werden, was Sie erreicht haben, stolz darauf, dass Sie alles alleine gemacht haben.

Inspiriert von Ezine und Gregory L Gomez

Details

Besuchen Sie uns auf: mein-fitness.net