

Training Training Training

Beitrag von „Northern Survivor“ vom 14. September 2020, 04:47

Hallo

Meiner bescheidenen Meinung nach ist jedes Material/ Equipment nur so gut wie die Person die dahinter steht. Ich mache jede Woche einmal einen Geländemarsch mit Gepäck (Wochenende), trainiere seit 30 Jahren Krav Maga 2x Wöchentlich und 2-3x pro Woche ins Gym weiterhin versuche ich mein Körperfett unter 17% zu halten. Hat als alter Mann aber auch seinen positiven Nebeneffekt, ich kreuze beim jährlichen Gesundheitscheck immer noch alles mit **NEIN** an 👍😊

Ich meine das die Kombination aus Equipment und Fitness das a und o ist , es ist nunmal ein unbestreitbarer Fact, das im Falle eines Notstandes du fähig sein solltest so gut wie möglich dein Leben und das derer die sich auf dich verlassen, sowie dein Material zu schützen,

Ich denke ganz ordentlich vorbereitet zu sein und schaue dem was wohl kommen mag ruhig und friedlich entgegen, (solange du nicht versuchst mir meinen Kaffee und Tabac zu stehlen 😊😊😊😊😊 , ist natürlich nur zu Tauschzwecken auf Lager 😊)

Be ready 😊