

Schallmauer durchbrochen: Kniebeugen mit 100 KG!

Am **Trainingsabend des 16.8.2013** schaffte ich zum ersten Mal eine Kniebeuge hinten mit 100 kg.

Das ist doch wohl beeindruckend für eine 12-Jährige mit einem Körpergewicht von nur 59 kg, oder nicht?!

Jedenfalls ein unbeschreibliches Gefühl und einfach GEIL !