

---

Subject: klassisches Thema-sport nach HT  
Posted by [llcg04](#) on Tue, 03 Mar 2020 15:10:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Leute,

Ich habe es Anfang Januar auch gewagt und eine ht bei hlc machen lassen. Erfahrungsbericht und Bilder werde ich in den nächsten Tagen mal nachreichen.

Bin jetzt 7 Wochen Post op und mir kribbelt es in den Beinen zwecks Fußballspielen (nur training). Krafttraining habe ich nach vier Wochen wieder angefangen. Man hört und liest viele verschiedene Dinge zum Thema fussball nach der ht, hat hier jmd Erfahrungen gemacht? Von 6 Wochen bis 6 Monaten alles dabei.

Zum Training gehen oder bleiben lassen?

Danke :)

---