
Subject: ~~~~Anabolika~~~~

Posted by [Quick](#) on Tue, 25 Jul 2006 14:43:29 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Leute,

ok ich versuch mal irgendwie anzufangen, da ich jetzt schon wirklich ziemlich lange trainiere und langsam aber sicher merke das nichts mehr geht trotz creatin und dem ganzen anderen zeugs hab ich mir überlegt ob ich mit einer niedrig dosierten testosteron kur beginnen soll,naja und da ich zur zeit in der türkei bin waere das besorgen der ampullen auch kein thema,da man es in jeder apotheke ohne probleme bekommt. hat irgendjemand von euch schon erfahrungen damit gemacht? ich schwanke die ganze zeit zwischen 100mg primbolan depot wöchentlich und testosteron enantate 75mg wöchentlich. habe mir überlegt eine 8wochen kur durchzuziehen, an meiner dosierungsvorstellung werden einige von euch vielleicht auch merken das ich nicht beabsichtige wie ein aufgeblasenes michellin maennchen rumzulaufen sondern einfach nur beabsichtige die muskeln etwas praller aussehen zu lassen,ok etwas masse mehr ist dann eh unumgaenglich.

tips & kritik sind willkommen

Quick

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~~

Posted by [Padme](#) on Tue, 25 Jul 2006 15:12:06 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mein Tip:

Nix Kur, ich kann mich da an ein kurzzeitig eingestelltes Profilfoto eines Schrankes erinnern.... zu ville is ooch nich schön

Subject: das solltest du lieber sein lassen

Posted by [MedTech](#) on Tue, 25 Jul 2006 16:13:03 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Quick schrieb am Die, 25 Juli 2006 16:43[align=center]Hi Leute,
ok ich versuch mal irgendwie anzufangen, da ich jetzt schon wirklich ziemlich lange trainiere und langsam aber sicher merke das nichts mehr geht trotz creatin und dem ganzen anderen zeugs hab ich mir überlegt ob ich mit einer niedrig dosierten testosteron kur beginnen soll,naja und da ich zur zeit in der türkei bin waere das besorgen der ampullen auch kein thema,da man es in jeder apotheke ohne probleme bekommt. hat irgendjemand von euch schon erfahrungen damit gemacht? ich schwanke die ganze zeit zwischen 100mg primbolan depot wöchentlich und testosteron enantate 75mg wöchentlich. habe mir überlegt eine 8wochen kur durchzuziehen, an meiner dosierungsvorstellung werden einige von euch vielleicht auch merken das ich nicht beabsichtige wie ein aufgeblasenes michellin maennchen rumzulaufen sondern einfach nur beabsichtige die muskeln etwas praller aussehen zu lassen,ok etwas masse mehr ist dann eh

unumgaenglich.

über (wenn auch reversibel) schrumpfende Hoden und auf dauer hohe kosten weisst du sicher selbst bescheid. aber dein haarausfall wird durch deine testosteron-kur aller wahrscheinlichkeit nach beschleunigt. zumindest muss du dich darauf einstellen, dass deine medikamente an wirksamkeit einbüßen. ich weiss nicht ob z.B. fin das mehr an testo abfangen könnte, vielleicht solltest du das vorher klären.

und schön sehen die anabolika-mutanten auf den zeitschreiften nun echt nicht aus ;o)

Subject: Re: das solltest du lieber sein lassen
Posted by [zagq](#) on Tue, 25 Jul 2006 16:19:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich glaube nicht dass orale Steroide HA verstärken, oder triggern muss man ja heutzutage sagen

Subject: Re: das solltest du lieber sein lassen
Posted by [sprite](#) on Tue, 25 Jul 2006 17:01:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

zagq schrieb am Die, 25 Juli 2006 18:19Ich glaube nicht dass orale Steroide HA verstärken, oder triggern muss man ja heutzutage sagen

Ob es ha verstärkt hängt vom steroid ab, ob der wirkstoff oral oder mit einer injektion verabreicht wird spielt keine rolle, da der wirkstoff immer ins blutgelangt wie ist zweitrangig, wobei man sagen muss das injektionen wesentlich "unschädlicher" sind da sie nicht erst durch die leber müssen.

@quick

schaue einfach mal in grosse bodybuilder foren, da wird dir sicherlich besser geholfen, gibt ja ne mänge möglichkeit mit ladephase,absetzen usw...

Aber mit ner milden testo kur kann man am anfang ne menge erreichen

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~~
Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Tue, 25 Jul 2006 17:23:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

oh man Quick... das hast du doch nicht nötig! So wie ich dich einschätze bist du ein vernünftiger und intelligenter Mensch. Nicht dass Anabolika nehmen gleich heißt dass man

blöd ist aber es ist einfach sinnlos wie ein Kropf! Die Weiber wollen eh nicht mehr als du jetzt eh schon hast
Padme hats ja schon gesagt

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~~
Posted by [Herbert](#) on Tue, 25 Jul 2006 17:49:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haar-in-der-Suppe schrieb am Die, 25 Juli 2006 19:23oh man Quick... das hast du doch nicht nötig! So wie ich dich einschätze bist du ein vernünftiger und intelligenter Mensch. Nicht dass Anabolika nehmen gleich heißt dass man blöd ist aber es ist einfach sinnlos wie ein Kropf! Die Weiber wollen eh nicht mehr als du jetzt eh schon hast
Padme hats ja schon gesagt

Jop so seh ich das auch!!!
Bekannter von mir meint selber er ist süchtig nach Muskeltrainig. Er muss täglich stemmen, sonst fühlt er sich nicht wohl. Zudem nimmt er auch noch ANABOLIKA.
Sein Körper sieht echt nicht mehr schön aus.
Da sieht man einzelne Muskelstränge.....

Hast du überhaupt mal über die Langzeitfolgen nachgedacht?
Informier dich mal....soviel ich weiß bekommen die alle Herz-/Kreislaufprobleme, da die ganzen Muskeln ja mit Blut versorgt werden müssen.

Mach anderen Sport-> (natürlicih Muskeln aber ja nicht zu viel)->stehen Frauen drauf

Ich zock täglich im Verein Basketball-> athletischer Körper

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~~
Posted by [sprite](#) on Tue, 25 Jul 2006 18:14:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haar-in-der-Suppe schrieb am Die, 25 Juli 2006 19:23oh man Quick... das hast du doch nicht nötig! So wie ich dich einschätze bist du ein vernünftiger und intelligenter Mensch. Nicht dass Anabolika nehmen gleich heißt dass man blöd ist aber es ist einfach sinnlos wie ein Kropf! Die Weiber wollen eh nicht mehr als du jetzt eh schon hast
Padme hats ja schon gesagt

Das macht er nicht für die Frauen, sondern für sich selbst

BodyBuilding ist nicht nur eine hobby/sport, sondern eine lebensart erst wer das versteht, kann hier mitreden

Es geht um erfolg, ziele die man sich setzt und erreicht, eigene grenzen die man überschreitet, der sport kan einem so viel geben.

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~~

Posted by [Der_mit_dem_Haar_tanzt](#) on Tue, 25 Jul 2006 19:16:36 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

lass das doch;

Muskeln wachsen schon,
das dauert halt ein paar Jahre, dann wird man langsam breiter;

keine Frau will so richtig breite Typen, das sind nur die Assi Tussis.

und als Deutsch-Türke? bringt dir ein guter Arbeitsplatz viel mehr Chancen bei Frauen,
(wenn dir das wichtig ist)

welcher Deutsch-Türke hat schon eine gute Arbeit?

da hast du einen Vorteil den kann keiner mit Muskeln nachkommen.

Also schmeiss den Dreck weck, mach dein Studium, Arbeit und dann hast du Weiber ohne Ende,
auch ohne Haare ...

nur ein bisschen Geduld, du bist eh jung

auch von 25 - 35 kann man sehr sehr viel Spass haben, sogar viel mehr als von 20-25

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~~

Posted by [Padme](#) on Tue, 25 Jul 2006 19:24:54 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

sprite schrieb am Die, 25 Juli 2006 20:14Es geht um erfolg, ziele die man sich setzt und erreicht,
eigene grenzen die man überschreitet, der sport kan einem so viel geben.

Er hat ja auch nicht gefragt, ob er Sport machen soll, sondern ob es Anabolika sein sollen.
Unnerschied!!!!

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~~

Posted by [tino](#) on Tue, 25 Jul 2006 19:40:12 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

besser rHGH Quick,..Testo wäre mir zu heiss...zu heiss für mein Haar.Bedenke das du ja
noch viel zu verlieren hast.

Du weisst ja was rHGH gutes machen kann.

Tino

PS:Warum kann ich nicht wie du mittig unterschreiben:-)?

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~
Posted by [manman](#) on Tue, 25 Jul 2006 21:01:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

tino du musst zentriert anklicken

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~
Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Tue, 25 Jul 2006 22:03:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

tino schrieb am Die, 25 Juli 2006 21:40besser rHGH Quick,..Testo wäre mir zu heiss...zu heiss für mein Haar.Bedenke das du ja noch viel zu verlieren hast.

Du weisst ja was rHGH gutes machen kann.

mein Haus, mein Boot, mein rHGH
du weißt ja schon was das Zeug kostet?

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~
Posted by [Quick](#) on Tue, 25 Jul 2006 22:17:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

tino schrieb am Die, 25 Juli 2006 21:40besser rHGH Quick,..Testo wäre mir zu heiss...zu heiss für mein Haar.Bedenke das du ja noch viel zu verlieren hast.

Du weisst ja was rHGH gutes machen kann.

Tino

PS:Warum kann ich nicht wie du mittig unterschreiben:-)?

ja klar igf-1 tino aber jetzt stell dir vor ich habe irgendwo ein unentdecktes geschwür, und dann plötzlicher igf-1 anstieg, ich glaub das würde den tumor triggern dann lieber doch testo. wie gesagt bin ich echt nicht darauf aus wien brocken durch die gegend zu laufen, aber mit meinem jeztigen zustand lauf ich schon fast ein jahr rumm, in den bodybuilder-foren finde ich nichts, ist aber auch kein wunder da die jungs dort wirkliche bb'der sind und nicht mit mini dosen hantieren wie ich sie mir vorstelle. wenn ich dort jemanden frage kommt sowas wie "250mg testo enantate wöchentlich, zum absetzen nolvadex und zwischendurch am besten noch winstrol" ne danke.

langzeitschaeden treten bei langzeitanwenung an, dass ist aber garnicht mein ziel, wie gesagt dachte ich an eine wirklich niedrige dosierung wie sie eher unüblich ist und wenig bis garnicht nw's mit sich traegt, aber natürlich mit einem depot testosteron(50-75mg alle 7 tage), wer will schon alle 2 tage spritzen?!

Quick

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~
Posted by [Quick](#) on Tue, 25 Jul 2006 22:19:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Padme schrieb am Die, 25 Juli 2006 17:12Mein Tip:

Nix Kur, ich kann mich da an ein kurzzeitig eingestelltes Profilfoto eines Schrankes erinnern.... zu ville is ooch nich schön

schrank? pass up duuuuuuuuu

Quick

Subject: Re: das solltest du lieber sein lassen
Posted by [Quick](#) on Tue, 25 Jul 2006 22:25:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

MedTech schrieb am Die, 25 Juli 2006 18:13Quick schrieb am Die, 25 Juli 2006

16:43[align=center]Hi Leute,

ok ich versuch mal irgendwie anzufangen, da ich jetzt schon wirklich ziemlich lange trainiere und langsam aber sicher merke das nichts mehr geht trotz creatin und dem ganzen anderen zeugs hab ich mir überlegt ob ich mit einer niedrig dosierten testosteron kur beginnen soll,naja und da ich zur zeit in der türkei bin waere das besorgen der ampullen auch kein thema,da man es in jeder apotheke ohne probleme bekommt. hat irgendjemand von euch schon erfahrungen damit gemacht? ich schwanke die ganze zeit zwischen 100mg primbolan depot wöchentlich und testosteron enantate 75mg wöchentlich. habe mir überlegt eine 8wochen kur durchzuziehen, an meiner dosierungsvorstellung werden einige von euch vielleicht auch merken das ich nicht beabsichtige wie ein aufgeblasenes michellin maennchen rummzulaufen sondern einfach nur

beabsichtige die muskeln etwas praller aussehen zu lassen,ok etwas masse mehr ist dann eh unumgaenglich.

über (wenn auch reversibel) schrumpfende Hoden und auf dauer hohe kosten weisst du sicher selbst bescheid. aber dein haarausfall wird durch deine testosteron-kur aller wahrscheinlichkeit nach beschleunigt. zumindest muss du dich darauf einstellen, dass deine medikamente an wirksamkeit einbüßen. ich weiss nicht ob z.B. fin das mehr an testo abfangen könnte, vielleicht solltest du das vorher klären.

und schön sehen die anabolika-mutanten auf den zeitschreiften nun echt nicht aus ;o)

naja mit meiner dosierungsvorstellung wird es aufjedenfall reversibel bleiben. die kosten sind garnichtmal so hoch in der türkei 7,5türkische lira kostet die ampulle testo (3,75eur) mittlerweile glaube ich an meine aga garnicht mehr so sehr MedTech, hab ne sd uf wahrscheinlich schon seid monaten aber erst vor kurzem auf papier bescheinigt. bald hab ich auch fast 8 monate avo rumm ohne positive ergebnisse und hey, wer will schon wien mutant aussehen

Quick

Subject: Edit by Mod
Posted by [Skeptiker](#) on Tue, 25 Jul 2006 22:26:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Lan **** sende voll korrekter *****!
Gib dir nur Anabolika, bestätigts nur weiterhin unser Bild du ****!
Dann noch ne Goldkette und BMW und ein neuer Klischee-Turbo-Türke auf dem deutschen Markt, *****!

Subject: Re: das solltest du lieber sein lassen
Posted by [Quick](#) on Tue, 25 Jul 2006 22:26:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

zagq schrieb am Die, 25 Juli 2006 18:19Ich glaube nicht dass orale Steroide HA verstärken, oder triggern muss man ja heutzutage sagen

wer spricht von oralen roids?

Quick

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~~

Posted by [Quick](#) on Tue, 25 Jul 2006 22:32:09 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Der_mit_dem_Haar_tanzt schrieb am Die, 25 Juli 2006 21:16lass das doch;

Muskeln wachsen schon,
das dauert halt ein paar Jahre, dann wird man langsam breiter;

keine Frau will so richtig breite Typen, das sind nur die Assi Tussis.

und als Deutsch-Türke? bringt dir ein guter Arbeitsplatz viel mehr Chancen bei Frauen,
(wenn dir das wichtig ist)

welcher Deutsch-Türke hat schon eine gute Arbeit?

da hast du einen Vorteil den kann keiner mit Muskeln nachkommen.

Also schmeiss den Dreck weck, mach dein Studium, Arbeit und dann hast du Weiber ohne Ende,
auch ohne Haare ...

nur ein bisschen Geduld, du bist eh jung

auch von 25 - 35 kann man sehr sehr viel Spass haben, sogar viel mehr als von 20-25

hmm hab ja schon einen guten arbeitsplatz hey jetzt seh das mal mit den deutsch-türken nicht
so ernst Der_mit_dem_Haar_tanzt, nicht alle "deuschtürken" haben schlechte arbeit unser
nachbar ist bei der müllabfuhr , verheiratet,2 kinder und kriegt fast 2500euro netto monatlich.
und die arbeit ist echt gut und sicher,wie er es immer sagt

spass bei seite verstehe deinen gedanken, aber um finanzielle oder soziale sachen brauch ich mir
keine gedanken machen, mein werdegang ist schon ok.

Quick

Subject: Re: Edit by Mod

Posted by [Quick](#) on Tue, 25 Jul 2006 22:41:08 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Skeptiker schrieb am Mit, 26 Juli 2006 00:26Lan **** sende voll korrekter *****!

Gib dir nur Anabolika, bestätigts nur weiterhin unser Bild du ****!

Dann noch ne Goldkette und BMW und ein neuer Klischee-Turbo-Türke auf dem deutschen
Markt, *****!

ich bestaetige garkein klischee ich bin examinierter krankenfleger, arbeite in nem sozialen beruf
den ich mir ausgesucht habe weil ich bestimmte werte und normen vertrete!noch fragen?

von bmw halt ich nix weil motor nix stabil is und meine goldkette hab ich von meiner oma
geschenk bekommen, trag ich übrigens immer im t shirt und lass sie nicht draussen haengen
und wenn du mich nochmal beleidigst wird auch dieser nick gesperrt

Quick

Subject: Edit by Mod
Posted by [Skeptiker](#) on Tue, 25 Jul 2006 22:49:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Quick schrieb am Mit, 26 Juli 2006 00:41Skeptiker schrieb am Mit, 26 Juli 2006 00:26Lan ****
sende voll korrekter *****!
Gib dir nur Anabolika, bestätigts nur weiterhin unser Bild du ****!
Dann noch ne Goldkette und BMW und ein neuer Klischee-Turbo-Türke auf dem deutschen
Markt, *****!

ich bestaetige garkein klischee ich bin examinierter krankenpfleger, arbeite in nem sozialen beruf
den ich mir ausgesucht habe weil ich bestimmte werte und normen vertrete!noch fragen? Ja ich
dachte Krankenpfleger sind mehr esoterisch angehaucht!
von bmw halt ich nix weil motor nix stabil is und meine goldkette hab ich von meiner oma
geschenk bekommen, trag ich uebrigens immer im t shirt und lass sie nicht draussen haengen
***** und wenn du mich nochmal beleidigst wird auch dieser nick gesperrt Kardes was
los bist doch ein taffer Kerl, das bißchen beleidigen müsstest du voll konkret krass
wegstecken alder

Quick

Subject: Re: Edit by Mod
Posted by [Quick](#) on Tue, 25 Jul 2006 22:58:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Skeptiker schrieb am Mit, 26 Juli 2006 00:49Quick schrieb am Mit, 26 Juli 2006 00:41Skeptiker
schrieb am Mit, 26 Juli 2006 00:26Lan **** sende voll korrekter *****!
Gib dir nur Anabolika, bestätigts nur weiterhin unser Bild du ****!
Dann noch ne Goldkette und BMW und ein neuer Klischee-Turbo-Türke auf dem deutschen
Markt, *****!

ich bestaetige garkein klischee ich bin examinierter krankenpfleger, arbeite in nem sozialen beruf
den ich mir ausgesucht habe weil ich bestimmte werte und normen vertrete!noch fragen? Ja ich
dachte Krankenpfleger sind mehr esoterisch angehaucht!
von bmw halt ich nix weil motor nix stabil is und meine goldkette hab ich von meiner oma
geschenk bekommen, trag ich uebrigens immer im t shirt und lass sie nicht draussen haengen
***** und wenn du mich nochmal beleidigst wird auch dieser nick gesperrt Kardes was
los bist doch ein taffer Kerl, das bißchen beleidigen müsstest du voll konkret krass

wegstecken alder

Quick

ich erkläre dir ganz einfach du bist nicht mein bruder(kardes), und kannst nichts von mir erwarten, und auf türkisch schreib ich hier schonmal garnicht weil ich will das mich jeder versteht
ausserdem haben wir jetzt genug hi-gejackt, wenn du mir tips zum thema geben kannst schiess los, ansonsten "einfach mal die klappe halten"

Quick

Subject: hehe
Posted by [MedTech](#) on Wed, 26 Jul 2006 00:58:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wenns nicht so lustig wär wie er hier den aufstand probt, würde ich fast sagen man sollte ihn sperren. der testet einfach wie weit er gehen kann, und ich denke man sollte ihm nicht den gefallen tun ihn rauszuwerfen.

gott zum glück gibt es keine forentreffen im wirklichen Leben, sonst würde es mich zu sehr in den fingern jucken diese halbe portion mal kräftig zusammenzufalten... immerhin könnte ihm seine angetraute biochemikerin dann ne schöne wundsalbe zusammenmischen

Subject: apropos Forentreff
Posted by [fuselkopf](#) on Wed, 26 Jul 2006 05:01:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Lass uns das mal machen! Ich fänds ne feine Sache. Jeder kommt auf so ein abgesperrtes Areal und hat ein weißes T-Shirt an mit seinem Forumsnick aufm Rücken (groß) und auf der Vorderseite (klein). Bier und Würstchen legen wir zusammen und gibts gratis.

Subject: Re: Edit by Mod
Posted by [Angie65](#) on Wed, 26 Jul 2006 05:23:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Skeptiker schrieb am Mit, 26 Juli 2006 00:49Quick schrieb am Mit, 26 Juli 2006 00:41Skeptiker schrieb am Mit, 26 Juli 2006 00:26Lan **** sende voll korrekter *****!
Gib dir nur Anabolika, bestätigts nur weiterhin unser Bild du ****!
Dann noch ne Goldkette und BMW und ein neuer Klischee-Turbo-Türke auf dem deutschen Markt, *****!

ich bestaetige garkein klischee ich bin examinierter krankenpfleger, arbeite in nem sozialen beruf den ich mir ausgesucht habe weil ich bestimmte werte und normen vertrete!noch fragen? Ja ich dachte Krankenpfleger sind mehr esoterisch angehaucht!

von bmw halt ich nix weil motor nix stabil is und meine goldkette hab ich von meiner oma geschenk bekommen, trag ich uebrigens immer im t shirt und lass sie nicht draussen haengen ***** und wenn du mich nochmal beleidigst wird auch dieser nick gesperrt Kardes was los bist doch ein taffer Kerl, das bißchen beleidigen müsstest du voll konkret krass wegstecken alder

Quick

Manche sollten das Denken eben doch lieber den Pferden überlassen - die haben einfach die größeren Köpfe.....

Subject: Re: hehe
Posted by [Angie65](#) on Wed, 26 Jul 2006 05:26:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

MedTech schrieb am Mit, 26 Juli 2006 02:58wenns nicht so lustig wär wie er hier den aufstand probt, würde ich fast sagen man sollte ihn sperren. der testet einfach wie weit er gehen kann, und ich denke man sollte ihm nicht den gefallen tun ihn rauszuwerfen.

gott zum glück gibt es keine forentreffen im wirklichen Leben, sonst würde es mich zu sehr in den fingern jucken diese halbe portion mal kräftig zusammenzufalten... immerhin könnte ihm seine angetraute biochemikerin dann ne schöne wundsalbe zusammenmischen

Wahrscheinlich könnte er sich nicht entscheiden, unter welchem nick er erscheinen soll und würde dann lieber zu Hause bleiben....vorsichtshalber....

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~
Posted by [tino](#) on Wed, 26 Jul 2006 06:30:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

aaaaaaaaaaaaaaaaaaaaa werd nicht paranoid Quick.Tumore in deinem Alter???

Von mir aus mach es nur kurmässig.Mich hat schon mal ein BBler wegen Anabolika gefragt,..hab eine Studie gefunden,wo Haarbiologen sie zum Haare killen in vitro eingesetzt haben.Viele BBler nehmen rHGH

Subject: Re: apropos Forentreff
Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Wed, 26 Jul 2006 08:34:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja, das wäre eine Aktion und die habe ich schon eine ganze Zeit im Hinterkopf...

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~~
Posted by [Der_mit_dem_Haar_tanz](#) on Wed, 26 Jul 2006 10:50:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ja toll

aber dann brauchst du auch keine Anabolika

du bist jung, da ist man noch schlank und rank,

ab 25 wird man dann von alleine ein bisschen breiter, an den richtigen Stellen;

ich mach seit 23 2-3mal pro Woche schwimmen + Fitness,
seit 26 dass ich vielleicht breiter bin

dafür fühl ich mich seit 23 deutlich besser

und mit viel Testo im Blut könntest du wahrscheinlich aggressiver und unangenehmer werden.

und mit viel Sport gewinnt man dagegen eine gewisse Ruhe und man kriegt auch ein sonnigeres Gemüt,

du kennst das wahrscheinlich eh ... wie ein Antidepressiva

und denk an deinen Bimmel, wir 18cm Männer mit gutem Umfang dürfen uns das nicht mit Anabolika kaputt machen lassen

gerade jetzt im Urlaub hab ich gemerkt wie gut ein paar cm mehr ankommen

so ein geiler Ständer macht die Weiber an)

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~~
Posted by [Greg2022](#) on Wed, 26 Jul 2006 15:18:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

2.500 netto kriegt der niemals im Leben, du redest von 2.500 brutto

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~

Posted by [frühaufsteher78](#) on Wed, 26 Jul 2006 15:36:23 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Greg2006 schrieb am Mit, 26 Juli 2006 17:182.500 netto kriegt der niemals im Leben, du redest von 2.500 brutto

Zumindest nicht legal.

Subject: ok

Posted by [Quick](#) on Wed, 26 Jul 2006 20:00:31 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

erstmal danke an alle, werds mir nochmal durch den kopf gehen lassen vielleicht liegt es auch daran das hier unten die verlockung zu gross ist

Quick

Subject: Re: Edit by Mod

Posted by [glockenspiel](#) on Wed, 26 Jul 2006 20:22:57 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

der "turbotürke" gehört sicher zu den smartesten 5% hier auf dem forum, mit oder ohne bmw

quick: halt uns auf dem laufenden, von wegen SD UF

lg

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~

Posted by [kaya](#) on Wed, 26 Jul 2006 20:40:58 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Der_mit_dem_Haar_tanzt schrieb am Mit, 26 Juli 2006 12:50ja toll

aber dann brauchst du auch keine Anabolika

du bist jung, da ist man noch schlank und rank,

ab 25 wird man dann von alleine ein bisschen breiter, an den richtigen Stellen;

ich mach seit 23 2-3mal pro Woche schwimmen + Fitness,
seit 26 dass ich vielleicht breiter bin

dafür fühl ich mich seit 23 deutlich besser

und mit viel Testo im Blut könntest du wahrscheinlich aggressiver und unangenehmer werden.

und mit viel Sport gewinnt man dagegen eine gewisse Ruhe und man kriegt auch ein sonnigeres Gemüt,

du kennst das wahrscheinlich eh ... wie ein Antidepressiva

und denk an deinen Bimmel, wir 18cm Männer mit gutem Umfang dürfen uns das nicht mit Anabolika kaputtmachen lassen

gerade jetzt im Urlaub hab ich gemerkt wie gut ein paar cm mehr ankommen

so ein geiler Ständer macht die Weiber an)

warste in thailand?

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~

Posted by [user_23](#) on Wed, 26 Jul 2006 20:53:36 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

zu groß ist aber auch lächerlich

[http://www.youtube.com/watch?v=5uKPP1XpbhA&search=comedy street](http://www.youtube.com/watch?v=5uKPP1XpbhA&search=comedy+street)

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~

Posted by [Der_mit_dem_Haar_tanz](#) on Thu, 27 Jul 2006 11:45:54 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

nein nein, ich muss nicht thailand

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~

Posted by [Der_mit_dem_Haar_tanz](#) on Thu, 27 Jul 2006 20:22:19 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hehe)

aber stell dir einen 1,85 großen mann vor, mit einem 10cm gerät und den durchmesser von 2 kleinen fingern ...

also da hat mir eine Holländerinn die witzigsten Sachen erzählt

sie meinte auch,
ihr wäre eine schöne Glatze lieber als ein Winzibimmel

sogar eine kleine schweizerin meinte bei kleinen Bimmeln spürt sie zu wenig ...

naja

was Anabolika da unten anrichten können wisst ihr hoffentlich

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~
Posted by [yellow](#) on Thu, 27 Jul 2006 22:36:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Der_mit_dem_Haar_tanzt schrieb am Don, 27 Juli 2006 22:22
was Anabolika da unten anrichten können wisst ihr hoffentlich

an der länge ändert sich jedenfalls nichts, falls du das meinst.

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~
Posted by [Der_mit_dem_Haar_tanzt](#) on Thu, 27 Jul 2006 23:07:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

nach einer Testosteron Kur kriegt man ihn normalerweise nicht mehr hoch;

sogar während einer Testosteron Kur soll man(n) Probleme haben.

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~
Posted by [Quick](#) on Fri, 28 Jul 2006 09:31:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

yellow schrieb am Fre, 28 Juli 2006 00:36Der_mit_dem_Haar_tanzt schrieb am Don, 27 Juli 2006 22:22

was Anabolika da unten anrichten können wisst ihr hoffentlich

an der länge ändert sich jedenfalls nichts, falls du das meinst.

indirekt ja schon yellow , wenn keine errektion mehr stattfindet. aber an der tatsaechlichen laenge aendert sich natuerlich nichts.

Quick

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~
Posted by [pilos](#) on Fri, 28 Jul 2006 11:06:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

nimm Primobolan...

hat viele vorteile im vergleich zu testosteron....

AGA- neutral.

bringt dein hormonhaushalt und die Axis nicht durcheinander.

muskelwachstum ist zwar nicht so stark moeglicherweise wie bei testosteron...aber...dafuer...solide und definiert...was bei testosteron meistens nicht der fall ist.

das erreichte kannst halten...was bei testosteron ebenfalls nicht unbedingt der fall ist...

bringt keine wassereinlagerung und keine akne.

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~
Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Fri, 28 Jul 2006 17:47:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

tino schrieb am Mit, 26 Juli 2006 08:30aaaaaaaaaaaaaaaaaaaaa werd nicht paranoid Quick.Tumore in deinem Alter???

achja, weißt du wieviele Bodybuilder deswegen schon draufgegangen sind??

wenn du das wirklich machen willst musst du dich beim Arzt vorher auf jedes kleinstes Geschwür durchchecken lassen und schauen ob es in deiner Familie schon Tumore gab und und und... wenn man das zu hoch dosiert ist das praktisch wie russisch roulette

Subject: Re: Edit by Mod

Posted by [otto_m](#) on Fri, 28 Jul 2006 19:38:22 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ohhhhhh Mann, ohhhh Mann, Skeptiker,
du armer Mensch....
dich beneide ich nicht

Subject: Pilos...

Posted by [Quick](#) on Fri, 28 Jul 2006 22:35:09 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hehe endlich mal ein tip , ich weiss das ich mich wiederhole, aber hatte ja schon gesagt das ich nicht aufgeblasen rumlaufen möchte, deshalb hatte ich auch an primobolan gedacht. ich weiss von einem arbeitskollegen(intensivpfleger) das man primobolan früher als es noch in deutschland auf dem markt war, des öfteren jungen menschen injiziert hat,z.b. wenn sie laengere zeit im koma lagen nach unfaellen oder aehnliches zum wiederaufbauen sozusagen. jedoch sagt man auch das methenolon enanthate mehr androgen wirkt als anabol wenn man höher als 200mg wöchentlich geht, habe deshalb an 100mg wöchentlich gedacht. zudem soll es ja sehr stark zu dht konvertieren, was ja bei mir eigentlich ausgeschlossen sein dürfte da ich seid fast 8 monaten auf dutasterid bin. was meinst du?

Quick

Subject: Re: Pilos...

Posted by [pilos](#) on Sat, 29 Jul 2006 09:17:29 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Quick schrieb am Sam, 29 Juli 2006 00:35

jedoch sagt man auch das methenolon enanthate mehr androgen wirkt als anabol

eher nicht.....es bringt bei hohe dosis schon potenzprobleme...also kann die androgenen wirkung nicht so hoch sein...

Zitat:zudem soll es ja sehr stark zu dht konvertieren,

kann nicht zu dht konvertieren.... ... ist ja selbst ein blockiertes DHT abkömmling...

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~~

Posted by [nicky](#) on Sat, 29 Jul 2006 17:58:30 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Quick schrieb am Die, 25 Juli 2006 16:43Hi Leute,
ok ich versuch mal irgendwie anzufangen, da ich jetzt schon wirklich ziemlich lange trainiere und langsam aber sicher merke das nichts mehr geht trotz creatin und dem ganzen anderen zeugs hab ich mir überlegt ob ich mit einer niedrig dosierten testosteron kur beginnen soll,naja und da ich zur zeit in der türkei bin waere das besorgen der ampullen auch kein thema,da man es in jeder apotheke ohne probleme bekommt. hat irgendjemand von euch schon erfahrungen damit gemacht? ich schwanke die ganze zeit zwischen 100mg primobolan depot wöchentlich und testosteron enantate 75mg wöchentlich. habe mir überlegt eine 8wochen kur durchzuziehen, an meiner dosierungsvorstellung werden einige von euch vielleicht auch merken das ich nicht beabsichtige wie ein aufgeblasenes michellin maennchen rummzulaufen sondern einfach nur beabsichtige die muskeln etwas praller aussehen zu lassen,ok etwas masse mehr ist dann eh unumgaenglich.

tips & kritik sind willkommen

Quick

lies lieber mal das buch "der adonis-komplex". wer sich rein aus optischen gründen, gefährliche substanzen wie anabolika reinpfeifen will, hat eindeutig ein psychisches problem und anabolika wird dann "level 2" der muskelsucht einleiten... klingt hart, ist aber so.

bin sei 8 jahren powerlifter und kenne einige lifter aber vor allem bodybuilder, die sich das zeug reinpfeifen. im grund eine ganz traurige sache, denn letztlich steckt hinter hobby-sprotlern, die nicht ihr geld mit ihrem körper verdienen, sondern sich das zeug wirklich nur reinpfeifen, um "gut" auszusehen, immer ein komplex. für mich haben fast alle anabolika-konsumenten einen psychischen schaden, denn auch die meisten sportler, die sich das zeug nicht aus optischen grunden reinpfeifen, sondern um höchstleistungen zu vollbringen, schädigen ihre gesundheit nur für ein bisschen ruhm. denn mit sportarten wie "gewichtheben" oder "powerlifting" wird kaum einer so reich, dass es sich lohnen würde, dafür zu stoffen und mit 50 in die kiste zu steigen (siehe zahlreiche profi-bb, die nie reich geworden sind).

stofften kann ich nur nachvollziehen, wenn ich für 'ne millionenschwere filmrolle dicke muckies haben muss. dann zieht man halt mal für 'nen kurzen zeitraum 'ne kur, provoziert 'ne sarkoplasmatische hypertrophie und hat dann für immer ausgesorgt. aber da steckt dann auch kein komplex als handlungsmotiv hinter, und die sache wird nicht zu einer sucht, geschweige denn zu einem problem, wenn nach absetzen des mittels die nichtkontraktile proteine wieder aus der faser raus sind und die muskulatur nicht mehr so prall wirkt.

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~~

Posted by [pilos](#) on Sat, 29 Jul 2006 19:10:46 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

das was du schreibst ist zwar zum teil richtig...aber nur zum teil....

den viele ziehen sich das zeug ein in einer dosis die absolut ungefährlich ist....

viele sind an ihren genetischen grenzen und man sieht fast gar nichts nach jahrelangem training...

und es gibt fauledie eben mit minimalen krafteinsatz maximal masse-ausbeute haben wollen....

und einen schaden oben haben nur die die bei 190 und 100 kg meintemn sie seien immer noch zu dünn...ja die haben tatsächlich einen komplex...

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~~

Posted by [Quick](#) on Sat, 29 Jul 2006 20:59:18 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

nickery schrieb am Sam, 29 Juli 2006 19:58Quick schrieb am Die, 25 Juli 2006 16:43Hi Leute, ok ich versuch mal irgendwie anzufangen, da ich jetzt schon wirklich ziemlich lange trainiere und langsam aber sicher merke das nichts mehr geht trotz creatin und dem ganzen anderen zeugs hab ich mir überlegt ob ich mit einer niedrig dosierten testosteron kur beginnen soll,naja und da ich zur zeit in der türkei bin waere das besorgen der ampullen auch kein thema,da man es in jeder apotheke ohne probleme bekommt. hat irgendjemand von euch schon erfahrungen damit gemacht? ich schwanke die ganze zeit zwischen 100mg primbolan depot wöchentlich und testosteron enantate 75mg wöchentlich. habe mir überlegt eine 8wochen kur durchzuziehen, an meiner dosierungsvorstellung werden einige von euch vielleicht auch merken das ich nicht beabsichtige wie ein aufgeblasenes michellin maennchen rummzulaufen sondern einfach nur beabsichtige die muskeln etwas praller aussehen zu lassen,ok etwas masse mehr ist dann eh unumgaenglich.

tips & kritik sind willkommen

Quick

lies lieber mal das buch "der adonis-komplex". wer sich rein aus optischen gründen, gefährliche substanzen wie anabolika reinpfeifen will, hat eindeutig ein psychisches problem und anabolika wird dann "level 2" der muskelsucht einleiten... klingt hart, ist aber so.

bin sei 8 jahren powerlifter und kenne einige lifter aber vor allem bodybuilder, die sich das zeug reinpfeifen. im grund eine ganz traurige sache, denn letztlich steckt hinter hobby-sprotlern, die nicht ihr geld mit ihrem körper verdienen, sondern sich das zeug wirklich nur reinpfeifen, um "gut" auszusehen, immer ein komplex. für mich haben fast alle anabolika-konsumenten einen psychischen schaden, denn auch die meisten sportler, die sich das zeug nicht aus optischen grunden reinpfeifen, sondern um höchstleistungen zu vollbringen, schädigen ihre gesundheit nur für ein bisschen ruhm. denn mit sportarten wie "gewichtheben" oder "powerlifting" wird kaum einer so reich, dass es sich lohnen würde, dafür zu stoffen und mit 50 in die kiste zu steigen (siehe zahlreiche profi-bb, die nie reich geworden sind).

stoffen kann ich nur nachvollziehen, wenn ich für 'ne millionenschwere filmrolle dicke muckies haben muss. dann zieht man halt mal für 'nen kurzen zeitraum 'ne kur, provoziert 'ne sarkoplasmatische hypertrophie und hat dann für immer ausgesorgt. aber da steckt dann auch kein komplex als handlungsmotiv hinter, und die sache wird nicht zu einer sucht, geschweige denn zu einem problem, wenn nach absetzen des mittels die nichtkontraktilen proteine wieder aus der faser raus sind und die muskulatur nicht mehr so prall wirkt.

ich glaube du hast den thread nicht von anfang an verfolgt, dann wüsstest du was für absichten mich treiben das zeug zu nehmen. ausserdem wirkt primobolan nur gering anabol, kein bodybuilder auf der welt würde es zum aufbauen injizieren weil man sich mit dem zeug hoechstens eine gute qualitaetsmuskulatur aufbaut die schön definiert aussieht, mehr nicht.

Quick

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~~

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Sat, 29 Jul 2006 21:48:47 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ja aber es stimmt ja schon was er schreibt für mich gehts nichtmal darum dass es ungefährlich ist oder so, sondern dass sich in unserer (meist westlichen) Welt ein falsches Werte-Bild durchsetzt... denkt mal nach

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~~

Posted by [Quick](#) on Sat, 29 Jul 2006 21:57:54 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haar-in-der-Suppe schrieb am Sam, 29 Juli 2006 23:48ja aber es stimmt ja schon was er schreibt für mich gehts nichtmal darum dass es ungefährlich ist oder so, sondern dass sich in unserer (meist westlichen) Welt ein falsches Werte-Bild durchsetzt... denkt mal nach

verstehe was du andeuten möchtest, aber die ansichten sind doch recht verschieden, und spricht man von "werten" splitten sich die ansichten was ok und was nicht mehr ok ist doch kilometerweit

Quick

Subject: Re: Pilos...

Posted by [Quick](#) on Sat, 29 Jul 2006 22:01:11 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Sam, 29 Juli 2006 11:17Quick schrieb am Sam, 29 Juli 2006 00:35 jedoch sagt man auch das methenolon enanthate mehr androgen wirkt als anabol

eher nicht.....es bringt bei hohe dosis schon potenzprobleme...also kann die androgenen wirkung

nicht so hoch sein...

Zitat: zudem soll es ja sehr stark zu dht konvertieren,

kann nicht zu dht konvertieren.... ... ist ja selbst ein blockiertes DHT abkömmling...

hey pilos hab dir ne privat mail geschrieben, hab da was gefunden leider copyright aber wenns schon ein dht abkömmling ist, helfen doch auch keine 5ar blocker, da es ja dann schon dht ist was man sich injiziert?! oder ist die annahme falsch?!

Quick

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~
Posted by [zagq](#) on Sun, 30 Jul 2006 01:25:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Suppe, du weisst also ganz genau welche Werte falsch und welche richtig sind ?

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~
Posted by [MedTech](#) on Sun, 30 Jul 2006 03:13:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Sam, 29 Juli 2006 21:10den viele ziehen sich das zeug ein in einer dosis die absolut ungefährlich ist....

viele sind an ihren genetischen grenzen und man sieht fast gar nichts nach jahrelangem training...

und es gibt fauledie eben mit minimalen krafteinsatz maximal masse-ausbeute haben wollen....

und einen schaden oben haben nur die die bei 190 und 100 kg meintemn sie seien immer noch zu dünn...ja die haben tatsächlich einen komplex...

im grunde ist es mit anabolika genauso wie mit schönheits-OPs oder der bekämpfung einer alopezie: grundverkehrt ist es nicht, aber viele probieren gar nicht mal, ihre macken und unzulänglichkeiten zu akzeptieren. hier wird die genetische grenze als eine bürde dargestellt, die einen zum dasein als sprageltarzan verdammt. man redet doch aber hier von 10 - 15 kilo muskelmasse! zu argumentieren, dass anabolika harmlos ist, weicht der kritik nur aus

soll ja jeder machen was er denkt, aber wenn jemand anabolika nur wegen einer kleinen optischen verbesserung nimmt, frag ich mich ja schon was derjenige für ein körperselbstbild hat. auf so etwas achtet doch kein mensch im wirklichen leben. erzählt jetzt bitte nicht dass das anders ist. "der hat ja ordentlich muskeln, aber sehr prall wirken die nicht" <-- kein mensch, der mit krafttraining nix zu tun hat, denkt so.

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~~
Posted by [nickery](#) on Sun, 30 Jul 2006 10:37:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Sam, 29 Juli 2006 21:10

den viele ziehen sich das zeug ein in einer dosis die absolut ungefährlich ist...

definitiv falsch. das zeug ist in keiner dosis wirklich ungefährlich. auch das kleinste bisschen konsumierte anabolika veranlasst den körper beispielsweise dazu, die künstlichen testosteronderivate abzubauen. bedingt durch die körperfremde molekularstruktur dieser stoffe kommt es dabei fast immer zu schädigungen an den leberzellen. letztlich steigt mit dauer der einnahme und mit der dosis das risiko. auch für die zahlreichen anderen nebenwirkungen, bis hin zum krebs. je mehr man nimtm, desto gefährlicher. aber zu sagen, es gäbe eine ungefährliche dosierung, ist schlichtweg falsch.

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~~
Posted by [nickery](#) on Sun, 30 Jul 2006 10:50:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Quick schrieb am Sam, 29 Juli 2006 22:59

ich glaube du hast den thread nicht von anfang an verfolgt, dann wüsstest du was für absichten mich treiben das zeug zu nehmen. ausserdem wirkt primobolan nur gering anabol, kein bodybuilder auf der welt würde es zum aufbauen injizieren weil man sich mit dem zeug höchstens eine gute qualitaetsmuskulatur aufbaut die schön definiert aussieht, mehr nicht.

Quick

ich habe den thread verfolgt. du willst das zeug nehmen, damit die muskeln praller aussehen. deine worte.

dass du immer wieder betonst, nicht aussehen zu wollen, wie ein michelinmännchen ist im grunde nichts anderes als der versuch, dir selbst einzureden, dass deine motivation für anabolikakonsum noch kein krankhaftes level erreicht hast. schließlich willst du es ja nicht übertreiben. im grunde ist das nichts anderes als würde ein alki im anfangsstadium

erzählen, seine flasche korn pro tag sei nicht viel, weil es leute gibt, die wesentlich mehr saufen.

letztlich musst du selber wissen was du machst und ich werde auch nicht weiter auf irgendwelche schönfärberei deinerseits eingehen, warum dein künftiger anabolika-konsum angeblich "gute gründe" hat und gerechtfertigt ist. ich hoffe nur, dass du rechtzeitig zur besinnung kommst. alles gute.

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~
Posted by [nickery](#) on Sun, 30 Jul 2006 11:06:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Sam, 29 Juli 2006 21:10

viele sind an ihren genetischen grenzen und man sieht fast gar nichts nach jahrelangem training...

ich würde eher sagen, dass das problem dabei ist, dass sich die wahrnehmung für das natural mögliche durch steroidmissbrauch verschoben hat. viele wissen gar nicht, dass selbst mens-health-cover-models moderat stoffen. viele glauben, dass wenn sie fleißig trainieren und stoffen, aussehen wie klassische bodybuilder. wenn sie nicht stoffen, sondern nur regelmäßig eiweiss und creatin schlucken, wirts dann nach ein paar jahren die cover-model-figur. aber das ist falsch.

am geilsten ist immer, wenn frauen erzählen, dass sie nur muskeln in maßen mögen und es noch natürlich aussehen soll, so wie bei den ck-models. dass die meisten dieser jungs aber schon lange die natural möglichen grenzen gesprengt haben, wissen viele leute gar nicht, geschweige denn menschen, die mit sport nicht viel am hut haben.

ich denke, die meisten naturalen athleten, die nach vielen jahren training unzufrieden sind mit ihren körper, unterliegen der falschen vorstellung, ein ck-model-körper ohne stoff erreichen zu können.

das problem ist, dass unnatürliches in der heutigen zeit als natürlich verkauft und wahrgenommen wird. dass ist auch das tückische an vielen angeblichen "nataural-bbbuildern". diese stoffen zwar auch, aber nur moderat und nicht so offensichtlich wie hardcore-bodybuilder.

darum stinken natural-athleten im vergleich zu den "pseudo-natural-athleten" auch so ab und sind unzufrieden mit sich. das ist das eigentliche problem. nicht die genetischen grenzen.

und wer tatsächlich mal seine genetische hypertrophiegrenze natural erreicht haben sollte und immer noch nicht zufrieden ist, der leidet tatsächlich an "muskelsucht", weil objektiv gesehen sicher niemand sagen wird: "man bist du ein hemd." oft ist der blick für den eigenen körper verschoben. ich denke, viele leute, die regelmäßig ins fitnessstudio gehen, um ihren körper zu stählen, werden schon erlebt haben, dass aussenstehende ihnen raten: "sieh bloß zu, dass es nicht noch mehr an muskeln wird", "das was du jetzt an muskeln hast, reicht völlig", während sie sich im vergleich zu den leuten aus dem studio immer noch wie ein dürres hemd vorkommen. aber man sollte eben nicht vergessen, dass mittlerweile auch viele hobbypumper zu stoff greifen, viele studiopumper also auch nicht mehr natural sind.

es gibt tatsächlich leute, die auf training so gut wie gar nicht ansprechen. aber das ist extrem selten und diese leute sollten sich fragen, ob sie das dann nicht lieber akzeptieren, statt sich mit hormonen vollzupumpen, deren hypertrophie-effekt nach absetzen sowieso wieder verschwindet. denn anabolikakonsum provoziert zu einem großen teil sarkoplasmatische hypertrophie, also die einbindung nichtkontraktile proteine. das heisst, diese art der ht bringt nicht mal einen krafteffekt, sondern lässt die fasern sich nur vollsaugen. ohne stoff ist eh nur ein muskelvolumen zu halten, dass auf myofibrillärer ht beruht. das heisst, wenn man anabolika absetzt, verschwindet der teil des muskelvolumens unter anabolikakonsum, der auf sp-ht beruht. und das ist der löwenanteil. darum sind bb im verhältnis zu ihren muskelbergen auch so schwach. liegt nicht nur an dem mangel an intramuskulärer koordinierung, sondern eben auch an der art der hypertrophie.

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~~

Posted by [pilos](#) on Sun, 30 Jul 2006 11:35:00 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

nickery schrieb am Son, 30 Juli 2006 13:06

ich würde eher sagen, dass das problem dabei ist, dass sich die wahrnehmung für das natural mögliche durch steroidmissbrauch verschoben hat. viele wissen gar nicht, dass selbst mens-health-cover-models moderat stoffen. viele glauben, dass wenn sie fleißig trainieren und stoffen, aussehen wie klassische bodybuilder. wenn sie nicht stoffen, sondern nur regelmäßig eiweiss und creatin schlucken, wirds dann nach ein paar jahren die cover-model-figur. aber das ist falsch.

am geilsten ist immer, wenn frauen erzählen, dass sie nur muskeln in maßen mögen und es noch natürlich aussehen soll, so wie bei den ck-models. dass die meisten dieser jungs aber schon lange die natural möglichen grenzen gesprengt haben, wissen viele leute gar nicht, geschweige denn menschen, die mit sport nicht viel am hut haben.

ich denke, die meisten naturalen athleten, die nach vielen jahren training unzufrieden sind mit ihren körper, unterliegen der falschen vorstellung, ein ck-model-körper ohne stoff erreichen zu können.

das problem ist, dass unnatürliches in der heutigen zeit als natürlich verkauft und wahrgenommen wird. dass ist auch das tückische an vielen angeblichen "nataural-bbbuildern". diese stoffen zwar auch, aber nur moderat und nicht so offensichtlich wie hardcore-bodybuilder.

darum stinken natural-athleten im vergleich zu den "pseudo-natural-athleten" auch so ab und sind unzufrieden mit sich. das ist das eigentliche problem. nicht die genetischen grenzen.

und wer tatsächlich mal seine genetische hypertrophiegrenze natural erreicht haben sollte und immer noch nicht zufrieden ist, der leidet tatschächlich an "muskelsucht", weil objektiv gesehen sicher niemand sagen wird: "man bist du ein hemd." oft ist der blick für den eigenen körper verschoben. ich denke, viele leute, die regelmäßig ins fitnessstudio gehen, um ihren körper zu stählen, werden schon erlebt haben, dass aussenstehende einem oft schon raten "sie bloß zu, dass es nicht noch mehr an muskeln wird", "das was du jetzt an muskeln hast, reicht völlig", während man sich im vergleich zu den leuten aus dem studio immer noch wie ein dürres hemd vorkommt. aber man sollte eben nicht vergessen, dass mittlerweile auch viele hobbypumper zu stoff greifen, viele studiopumper also auch nicht mehr natural sind.

es gibt tatsächlich leute, die auf training so gut wie gar nicht ansprechen. aber das ist extrem selten und diese leute sollten sich fragen, ob sie das dann nicht lieber akzeptieren, statt sich mit hormonen vollzupumpen, deren hypertrophie-effekt nach absetzen sowieso wieder verschwindet.

dem kann ich nichts mehr hinzufügen.....

das ist zwar alles richtig...aber der druck ist bei den leuten da.....und man kann nicht alle und alle können sich auch nicht selbst (psycho)therapieren.....

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~~
Posted by [MedTech](#) on Sun, 30 Jul 2006 13:03:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Son, 30 Juli 2006 13:35dem kann ich nichts mehr hinzufügen.....

das ist zwar alles richtig...aber der druck ist bei den leuten da.....und man kann nicht alle und alle können sich auch nicht selbst (psycho)therapieren.....

man kann leute nicht, oder nur schwer, gegen ihren willen therapieren. solange die mit ihrem aufgepumpten körper zufrieden sind, ist es auch unwahrscheinlich dass sie an sich diese wahrnehmungsstörung entdecken.

ich denke mal, es wäre gesünder sich leute zum vorbild zu nehmen die wirklich körperliche höchstleistungen vollbringen. ironmen, extrembergsteiger, kampsportler z.B. sehen ja nun auch fit/muskulös aus, ohne dass die muskeln aufgepumpt wirken.

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~~

Posted by [Der_mit_dem_Haar_tanz](#) on Sun, 30 Jul 2006 13:20:47 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also auch ich als spargeltarzan habe erfolg bei frauen
und sie haben sogar freude an meinen muskeln

Frauen sind da nicht so anspruchsvoll,
und der einzige Grund wieso man das macht, genauso wie etwas gegen HA zu tun, können nur
Frauen machen

jeder der das tut um Männer zu beeindrucken, der gleichzeitig nicht schwul ist, ist sowieso krank
und kann einem eh nur leid tun

kurzzum, für Frauen musst du dir sicher keine Muckis zulegen,
für deine Freunde erst recht nicht

und für dich slebst doch auch nicht,
mir entzieht sich der Gedankengang wieso man große Muckis haben muss

Subject: ein "einblick"

Posted by [MedTech](#) on Sun, 30 Jul 2006 14:06:24 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Der_mit_dem_Haar_tanz schrieb am Son, 30 Juli 2006 15:20also auch ich als spargeltarzan
habe erfolg bei frauen
und sie haben sogar freude an meinen muskeln

Frauen sind da nicht so anspruchsvoll,
und der einzige Grund wieso man das macht, genauso wie etwas gegen HA zu tun, können nur
Frauen machen

jeder der das tut um Männer zu beeindrucken, der gleichzeitig nicht schwul ist, ist sowieso krank
und kann einem eh nur leid tun

kurzzum, für Frauen musst du dir sicher keine Muckis zulegen,
für deine Freunde erst recht nicht

und für dich slebst doch auch nicht,
mir entzieht sich der Gedankengang wieso man große Muckis haben muss

ich leide aller wahrscheinlichkeit nach unter einer narzistischen persönlichkeitsstörung. in
früheren jahren war auch eine körperdysmorphie störung dabei, doch das hat sich ein wenig

gemindert zum glück. beim narzissmus ist unheimlich wichtig für die betroffenen, von anderen menschen bewundert zu werden. man will optisch im mittelpunkt stehen, glänzen, und alle anderen übertreffen. die größten muskeln, das vollste haar, das beste aussehen. körperliche macken werden unerträglich, man verbringt stunden damit auch sich über kleinste makel zu grämen.

noch unerträglicher ist es aber, wenn man auf einen anderen menschen trifft der einem tatsächlich oder scheinbar überlegen ist. man sucht sich entweder argumente um den anderen im geiste herabzuwürdigen, oder man verwendet wie versessen energie darauf, um diesen unterschied einzuebnen und den anderen zu übertrumpfen. "normalen" leuten ist oft gar nicht mal bewusst, dass dieses detail überhaupt existiert, vielleicht empfinden die das sogar als grotesk. ich habe nie bodybuilding gemacht, sondern "nur" krafttraining ohne stoffen, aber diese denkstrukturen waren und sind bei mir durchaus vorhanden.

diese menschen sagen zwar "um den frauen zu gefallen", aber in wirklichkeit spielen frauen keine große rolle dabei. in erster linie wollen sie ihre eigenen ansprüche befriedigen -- was niemals gelingt, denn es gibt dann kein "genug".

selbst wenn es einem bewusst ist, ist es sehr schwer diese denkweisen abzustellen.

Subject: Re: ein "einblick"

Posted by [Der_mit_dem_Haar_tanzt](#) on Sun, 30 Jul 2006 15:44:31 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

interessant

dann bin ich also Narzist wenn es mir gefällt dass sich eine Frau an meinen großen Ständer aufgeilt ?

nana, also ich stehe auf schöne Momente wobei mir meistens egal ist was andere denken, ausser meine Freundin oder Familie ...

der Rest zählt nicht, vor allem wenn sie so ein trauriges Leben führen, dass man sich fragen muss wieso sie sich nicht gleich begraben. Das sind 80% der Bevölkerung. Wieso sollte man auf diese neidisch sein oder Bewunderung von denen wollen, wenn man deren Wertmasstäbe nicht zum geringsten teilt und sie für einen eh von keinem Interesse sind, ausser als Geldesel.

Narzisten werden das schon wissen.

Subject: Re: ein "einblick"

Posted by [MedTech](#) on Sun, 30 Jul 2006 16:35:49 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Der_mit_dem_Haar_tanzt schrieb am Son, 30 Juli 2006 17:44interessant

dann bin ich also Narzist wenn es mir gefällt dass sich eine Frau an meinen großen Ständer aufgeilt ?

nana, also ich stehe auf schöne Momente wobei mir meistens egal ist was andere denken, ausser meine Freundin oder Familie ...

der Rest zählt nicht, vor allem wenn sie so ein trauriges Leben führen, dass man sich fragen muss wieso sie sich nicht gleich begraben. Das sind 80% der Bevölkerung. Wieso sollte man auf diese neidisch sein oder Bewunderung von denen wollen, wenn man deren Wertmasstäbe nicht zum geringsten teilt und sie für einen eh von keinem Interesse sind, ausser als Geldesel.

Narzisten werden das schon wissen.

das alles ist ein unbewusster prozess. man kann das jahrelang leben, ohne dass es einem so richtig auffällt. das sind keine verquerten selbstaugesuchten wertvorstellungen, sondern eher eine krankheit.... der leidensdruck kann enorm sein.

klar, als aussenstehender denkt man sich: "ganz schön bekloppt"
hätte ich nicht eine sehr treffende beschreibung meiner gedankengänge gefunden, hätte ich es wahrscheinlich nicht im vollen umfang gemerkt.

Subject: Re: ein "einblick"

Posted by [Der_mit_dem_Haar_tanzt](#) on Sun, 30 Jul 2006 16:57:52 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also es wurmt sozusagen tag und nacht, dass jemand anderer in irgendetwas besser ist?

da wird man ja verrückt ...

immer gut zu wissen, dass andere eindeutig am Arsch sind

wie nennt man die psychologische Störung die sich am Leid der anderen aufrichtet?

Subject: Re: ein "einblick"

Posted by [MedTech](#) on Sun, 30 Jul 2006 17:17:44 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Der_mit_dem_Haar_tanzt schrieb am Son, 30 Juli 2006 18:57immer gut zu wissen, dass andere eindeutig am Arsch sind

dein kommentar ist ziemlich unüberlegt formuliert. ich jedenfalls habe keinen bock, mich von dir so bezeichnen zu lassen.

Subject: Re: ein "einblick"

Posted by [Der_mit_dem_Haar_tanzt](#) on Sun, 30 Jul 2006 18:03:43 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mein Kommentar ist super

du bist also ein Narzist, jetzt check ich

nönö, das bemitleidende Luschentum hab ich jetzt abgestreift,
soll es euch doch scheisse gehen

ich kenne hier 3 Typen von Postern,
die Winsler,
die Giftmischer, die die anderen mit ihren unüberlegten Ratschlägen über dne Jordan schicken wollen,
und die waren Männer, deren Ziel es nicht ist, eine Transe zu werden

und ich werde mich hier ganz sicher nicht mehr dem Luschenton beugen und mich entschuldigen,

ab jetzt gibts einen neuen Tänzer, einen brutalen Tänzer, den Killer Tänzer, einen der seinen Testosteronspiegel mit Freude auslebt
und sich mit Freude am Leid der anderen aufrichtet))

Subject: du bist echt daneben

Posted by [MedTech](#) on Sun, 30 Jul 2006 19:05:45 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Der_mit_dem_Haar_tanzt schrieb am Son, 30 Juli 2006 20:03mein Kommentar ist super

du bist also ein Narzist, jetzt check ich

nöö, das bemitleidende Luschentum hab ich jetzt abgestreift,
soll es euch doch scheisse gehen

ich kenne hier 3 Typen von Postern,
die Winsler,
die Giftmischer, die die anderen mit ihren unüberlegten Ratschlägen über dne Jordan
schicken wollen,
und die waren Männer, deren Ziel es nicht ist, eine Transe zu werden

und ich werde mich hier ganz sicher nicht mehr dem Luschenton beugen und mich entschuldigen,

ab jetzt gibts einen neuen Tänzer, einen brutalen Tänzer, den Killer Tänzer, einen der seinen
Testosteronspiegel mit Freude auslebt
und sich mit Freude am Leid der anderen aufrichtet))

habe ich dich denn gebeten, mich zu bedauern???? ich kann mich nicht entsinnen. ich möchte
das auch nicht, ich habe nur eine erfahrung gepostet.

angeblich hast du ja ach so wenig probleme mit deinem HA. du bist anscheinend die art von
postern, die ihre minderwertigkeitsgefühle besänftigen indem sie andere leute beleidigen und
herunterputzen?? für leute wie dich sollte einfach kein platz in diesem forum sein, und
glücklicherweise stellen die sich immer wieder selbst ins abseits. du bist bestenfalls ein
traumtänzer

Subject: Re: ~~~~Anabolika~~~
Posted by [nickery](#) on Sun, 30 Jul 2006 23:11:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Son, 30 Juli 2006 13:35

dem kann ich nichts mehr hinzufügen.....

das ist zwar alles richtig...aber der druck ist bei den leuten da.....und man kann nicht alle und
alle können sich auch nicht selbst (psycho)therapieren.....

man kann niemanden zu etwas zwingen. aber man kann versuchen, anderen leuten die augen zu
öffnen. ich habe meine "weisheiten" auch nur aus einem jahrelangen prozess von
selbsterkenntnissen und erfahrungen gewonnen. ich habe zwar nie in erwägung gezogen zu
stoffen, aber auch ich habe damals mit völlig falschen vorstellungen vom natural machbaren mit
dem hanteltraining begonnen und mich nach jahren harten trainings gewundert, warum ich immer

noch nicht wie marky mark aussah(der ja auch nicht wie der typische stoffer aussieht, wie ihn sich otto-normal-mensch vorstellt, der aber trotzdem gestofft hat).

erst nach gesprächen mit anderen athleten und zahlreichen ärzten im bereich leistungsdiagnostik, sowie dem studieren von wissenschaftlicher lektüre zum thema krafttraining - abseits der hirnrissigen bodybuilder-lehrbücher - habe ich dann irgendwann geschnallt, wie der hase läuft und das die fitness-industrie auch nur unrealistische träume verkaufen will. kein hochgepriesenes eiweisspulver lässt dich so aussehen, wie die vemeindlich "cleanen", weil nicht übertrieben wirkenden, fitnessathleten, die für das zeug werben. so wie die siehst du aber nur mit stoff aus.

ich hoffe, das wird der allgemeinheit irgendwann genauso klar wie dich tatsache, dass doping im profisport keine ausnahme, sondern die regel ist. dank den ereignissen der letzten tour de france kommt endlich auch die allgemeinheit auf diesen trichter.

und wenn die leute schnallen, dass ihre großen vorbilder nicht ausschließlich durch hartes training ihre leistungen erreicht haben, nimmt vielleicht auch die unbegründete unzufriedenheit bezüglich der eigenen dopingfreien leistung ab. gibt leute, die behaupten, dass das allgemeine niveau im leistungssport auf das der 1950er jahre zurückfallen würde, würde doping entgültig ausgemerzt werden. ich bin mir sicher: sie haben recht.

Subject: Re: ein "einblick"
Posted by [kaya](#) on Sun, 30 Jul 2006 23:30:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Der_mit_dem_Haar_tanzt schrieb am Son, 30 Juli 2006 20:03mein Kommentar ist super

du bist also ein Narzist, jetzt check ich

nönö, das bemitleidende Luschentum hab ich jetzt abgestreift,
soll es euch doch scheisse gehen

ich kenne hier 3 Typen von Postern,
die Winsler,
die Giftmischer, die die anderen mit ihren unüberlegten Ratschlägen über dne Jordan schicken wollen,
und die waren Männer, deren Ziel es nicht ist, eine Transe zu werden

und ich werde mich hier ganz sicher nicht mehr dem Luschenton beugen und mich entschuldigen,

ab jetzt gibts einen neuen Tänzer, einen brutalen Tänzer, den Killer Tänzer, einen der seinen Testosteronspiegel mit Freude auslebt

und sich mit Freude am Leid der anderen aufrichtet))

hast noch den typ der kranken psychopathen vergessen

Subject: hihi hoho

Posted by [Quick](#) on Mon, 07 Aug 2006 16:53:59 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

freufreu

Quick

File Attachments

1) [Bild071.jpg](#), downloaded 432 times



Subject: und um

Posted by [Quick](#) on Tue, 29 Aug 2006 20:06:30 GMT

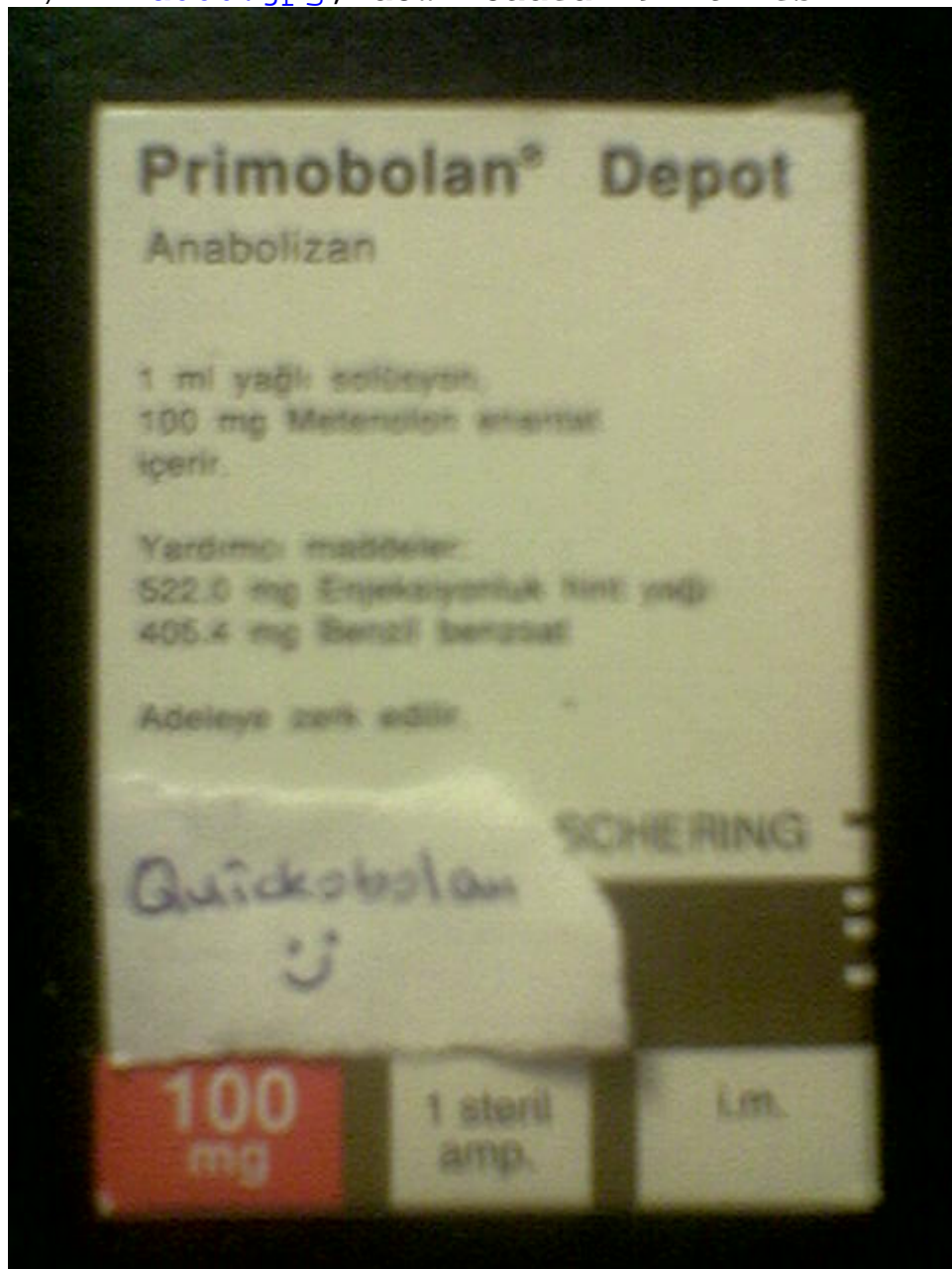
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

den letzten primo gerüchten entgegenzuwirken, welche man in BB foren immer wieder hört, JA sie werden noch hergestellt(zumindest in der TR) und sind zu meinem glück haltbar bis 2010

Quick

File Attachments

1) [Bild006.jpg](#), downloaded 191 times



Subject: Re: und um
Posted by [Sssnake](#) on Tue, 29 Aug 2006 20:32:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich weiß nicht, wie weit ihr jetzt seid, aber:

Methenolon Enanthat gehört zur Indikationsgruppe der Anabolika. Primobolan Depot® ist seit Jahren der Markenname der Firma Schering® und wurde in vielen Ländern - u.a. Deutschland, Türkei und Spanien - vertrieben. Es galt lange Zeit als das Einsteigerroid schlechthin. Diesen Ruf verdankte es vor allem durch sein nicht-aromatisieren als DHT-Derivat(-Abkömmling) Es mag zwar nicht aromatisieren - oder anders ausgedrückt; nicht zu Östrogenen konvertieren - aber dafür ist es als DHT Abkömmling besonders androgen(vermännlichend) und damit sehr aggressiv zum Prostatagewebe sowie die Haarwurzeln(Kopfhaar) Nebenbei schlägt sich dessen Wirkung auch extrem auf das Hautbild aus und produziert Akne en masse...

Quelle: <http://www.androgen-steroids.com>

Für mich DIE Quelle auf diesem Gebiet ... Orthographie einmal außer acht lassend.

Zu GH kann ich Dir ein paar Fakten aus eigener Erfahrung liefern, mit Roids beschäftige ich mich nur in der Theorie und bin da nicht der Oberauskenner; ein bisschen Ahnung habe ich aber. Ich glaube, dass Deine beabsichtigte Dosis kaum anabole Effekte zeitigen wird.

Subject: Re: und um
Posted by [Quick](#) on Tue, 29 Aug 2006 20:56:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sssnake schrieb am Die, 29 August 2006 22:32Ich weiß nicht, wie weit ihr jetzt seid, aber:

Methenolon Enanthat gehört zur Indikationsgruppe der Anabolika. Primobolan Depot® ist seit Jahren der Markenname der Firma Schering® und wurde in vielen Ländern - u.a. Deutschland, Türkei und Spanien - vertrieben. Es galt lange Zeit als das Einsteigerroid schlechthin. Diesen Ruf verdankte es vor allem durch sein nicht-aromatisieren als DHT-Derivat(-Abkömmling) Es mag zwar nicht aromatisieren - oder anders ausgedrückt; nicht zu Östrogenen konvertieren - aber dafür ist es als DHT Abkömmling besonders androgen(vermännlichend) und damit sehr aggressiv zum Prostatagewebe sowie die Haarwurzeln(Kopfhaar) Nebenbei schlägt sich dessen Wirkung auch extrem auf das Hautbild aus und produziert Akne en masse...

Quelle: <http://www.androgen-steroids.com>

Für mich DIE Quelle auf diesem Gebiet ...

Zu GH kann ich Dir ein paar Fakten aus eigener Erfahrung liefern, mit Roids beschäftige ich mich nur in der Theorie und bin da nicht der Oberauskenner; ein bisschen Ahnung habe ich aber. Ich glaube, dass Deine beabsichtigte Dosis kaum anabole Effekte zeitigen wird.

naja etwas wirkung wird es sicherlich schon haben, klar ist es kein vergleich zu T-Enanthate wo man bis zu 12kg in nur 4-5 wochen zulegen kann wenn man sich alle 5 tage 250mg reinknallt, aber wie gesagt ist es mein ziel einen moderaten,nicht übertriebenen muskelzuwachs zu bekommen, und ich glaube bis zu 8kg in 2monaten werden sicher drinn sein, zumal primo ganz

klar die proteinbiosynthese ankurbelt denn auf der packung steht geschrieben "Anabolizan" was soviel wie "Anabolika" bedeutet = "Muskelaufbauend"

Quick

Subject: nachtrag

Posted by [Quick](#) on Tue, 29 Aug 2006 20:57:33 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

was die prostata & die haare angeht mach ich mir eh keine gedanken hab dank avo eh schon so wenig dht das es dank primo höchstens wieder zu nem normalstand an dht kommen kann

Quick
