

**Lina, geht regelmäßig reiten und einmal pro Woche zum Tanzkurs**

**Warum ist dir Sport wichtig?**

„Weil Sport sehr gut für die Gesundheit ist. Grad jetzt in unserem Alter, dass ... weil wenn man so viel isst und keinen Sport macht .... Ja, das ist halt dann glaub' ich besser. Auch wenn's manchmal nicht so viel Spaß macht.“

**Was gefällt dir am Tanzkurs?**

„Ich mach' das halt erst seit, glaub' ich, einem Jahr, oder einem halben Jahr? Aber mir macht das halt ziemlich viel Spaß, weil es ist halt auch einfach in meiner Nähe. Und danach ist man so ... ich weiß nicht, so ausgepowert.“

**Warum machst du regelmäßig Sport?**

„Danach, nach dem Sport ist man ... man fühlt sich einfach wohler, glaub' ich, im Körper. Und ... weil ohne Sport sitzt du so .... ich weiß nicht, da fühlt man sich so ... so auf der Couch, so vor dem Fernseh... Keine Ahnung, durch Sport wirst du irgendwie befreit. Und dann fühlst du dich auch wohler nach dem Sport immer. Und ja, da merkst du, dass du was getan hast.“