Ressort: Vermischtes

Studie: Sex ersetzt Besuch von Fitnessstudio nicht

Boston, 18.09.2013, 17:01 Uhr

GDN - Schlechte Nachrichten für Fitnessstudio-Muffel: Sex ist nur ein schlechter Ersatz für regelmäßiges Training. Durchschnittlicher Verkehr dauere sechs Minuten und verbrenne 21 Kalorien, zu diesem Schluss kam eine Studie des "New England Journal of Medicine".

Dies entspricht etwa einem Wert, wie ihn zwei Orangen enthalten. Dreißig Minuten Sex würden der Studie zufolge 85 bis 100 Kalorien verbrennen, das Äquivalent von rund zwanzig Schokolinsen. Eine Yoga-Sitzung verbrauche dagegen in einer halben Stunde zwischen 100 und 300 Kalorien. Regelmäßiges Training sei in jedem Fall wichtig, trainierte Frauen hätten ein aktiveres Sex-Leben, würden schneller zu einem Orgasmus kommen und schneller in Stimmung kommen. Bei Männern gingen mit kurzen, intensiven Übungen gesteigerte Testosteron-Spiegel einher, was ein sexuelles Interesse stimulieren kann.

Bericht online:
https://www.germandailynews.com/bericht-21980/studie-sex-ersetzt-besuch-von-fitnessstudio-nicht.html

Redaktion und Veranwortlichkeit:
V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV:

Haftungsausschluss:
Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.

Editorial program service of General News Agency:
UPA United Press Agency LTD
483 Green Lanes
UK, London N13NV 4BS
contact (at) unitedpressagency.com
Official Federal Reg. No. 7442619