

## Ein Problem der Erstsemester



Das Studium ist offenbar eine Lebensphase, in der Menschen besonders schnell zunehmen: Bei den Erstsemestern wächst das Körperfett, und das gilt auch für Sportstudenten.

Wenn man fürs Abi lernt, dann muss man Sport machen, ob man will oder nicht. Schulsport gehört nämlich zum Lehrplan in Deutschland. Schüler wohnen noch bei den Eltern, die meistens darauf achten, dass ihre Kinder sich halbwegs vernünftig ernähren.

Fängt man dann an zu studieren, wohnt man vielleicht in einer WG. Statt Müsli und Salat gibt es oft fette und süße Snacks. Man schläft zu wenig und isst auch noch gegen die Müdigkeit an. Sportkurse gibt es zwar an der Uni, aber der Stundenplan ist meistens schon voll.

Alle diese Veränderungen führen geradezu zwangsläufig zu einer Gewichtszunahme. In Amerika heißt dieses Phänomen „Freshman 15“: Studenten im ersten Studienjahr nennt man "Freshmen", die angeblich um die 15 amerikanische Pfund zulegen. Das sind fast sieben Kilo.

(148 Wörter)

*(in Anlehnung an: [http://www.xing-news.com/reader/news/articles/70202?xng\\_share\\_origin=email](http://www.xing-news.com/reader/news/articles/70202?xng_share_origin=email) - bearbeitet von Ingrid Plank für: [www.deutsch-to-go.de](http://www.deutsch-to-go.de))*