

## **Einen Kater haben (2)**

Einen Kater haben(2)

Wenn das Wetter uns nach Draußen lockt,  
auch den Müden, der nur selten joggt.  
Dann sollte er's nicht übertreiben.  
extrem mit Sport sich nicht aufreiben.

Die Muskeln wegen Kater leiden  
und Schmerzen sind nicht zu vermeiden.  
Risse gibt's dann in Geweben.  
Schmerzfrei kann man so nicht leben.

Den Muskelkater darf's nicht geben.  
er kommt von zu viel Leistungsstreben.  
Nur Vorsicht gibt uns hier Gewähr,  
dann gibt's den Kater auch nicht mehr.

© **audia Behrndt**

Diese PDF wurde erstellt durch das [Schreiber Netzwerk](#)