
Subject: Hat Krafttraining einen Einfluß auf den Hormonhaushalt?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 28 Jan 2011 20:57:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe früher mal trainiert und mir beim Arzt meine Hormonwerte messen lassen. Es war alles im Mittelfeld, nur DHEA-S war ganz leicht erhöht. Testo war aber ganz in der Mitte.

Also hat Krafttraining keinen Einfluß auf den Hormonstatus, oder?

Ich möchte nämlich nicht, dass durch Kraftsport mein Testosteronwert höher wird.
