
Subject: Sport und Haarfasern
Posted by [Helveticus](#) on Thu, 08 Aug 2013 11:54:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo

Wie macht ihr das eigentlich mit Sport, d.h. starkem Schwitzen, und den Haarfasern? Ich habe wegen den Haarfasern mit Sport, d.h. Krafttraining und Fussball, aufgehört, würde aber gerne wieder anfangen.

Subject: Aw: Sport und Haarfasern
Posted by [Knorkell](#) on Fri, 09 Aug 2013 12:44:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Da wird man nicht viel machen können. Aber wegen sowas mit dem Sport aufhören? Never. Vllt. mit mehr Haarspray fixieren? Oder klumpt das Zeug dann wenn man schwitzt?

Subject: Aw: Sport und Haarfasern
Posted by [Helveticus](#) on Fri, 09 Aug 2013 20:03:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe schon mit viel Haarspray versucht. Klumpen tut es nicht, der Schweiß wird dann halt dunkler und es bildet sich auf der Stirn eine Art Ablagerung.

Subject: Aw: Sport und Haarfasern
Posted by [PeterNorth](#) on Fri, 09 Aug 2013 20:16:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mit einem gut geformten, athletischen Körper das Glatzenproblem kompensieren

Subject: Aw: Sport und Haarfasern
Posted by [ru-power](#) on Fri, 09 Aug 2013 20:47:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

PeterNorth schrieb am Fri, 09 August 2013 22:16 mit einem gut geformten, athletischen Körper das Glatzenproblem kompensieren

schön wärs, ich hab nen schönen, gut geformten, athletischen (ok, eher muskulösen) Körper, hab trotzdem Angst meine Haare zu verlieren.. mach aber BB schon seit gut 7 Jahren.

Die Angst ist das schlimme, macht mich echt ein bisschen fertig manchmal

Subject: Aw: Sport und Haarfasern
Posted by [Helveticus](#) on Sat, 10 Aug 2013 11:45:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja wird werden für irgendwas bestraft.

Subject: Aw: Sport und Haarfasern
Posted by [Haar2O](#) on Sat, 10 Aug 2013 18:41:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Helveticus schrieb am Thu, 08 August 2013 13:54Hallo

Wie macht ihr das eigentlich mit Sport, d.h. starkem Schwitzen, und den Haarfasern? Ich habe wegen den Haarfasern mit Sport, d.h. Krafttraining und Fussball, aufgehört, würde aber gerne wieder anfangen.

Solange die Fasern gut fixiert sind passiert da nix.
Dann und wann (eher selten), wenn ich der Meinung bin mich Haarstatusmäßig 10 Jahre zurück katapultieren zu wollen trage ich die auch auf...wenn man das ganze geschickt anstellt und vernünftig mit Haarspray arbeitet dann machen sogar ein paar Regentropfen nichts.

Subject: Aw: Sport und Haarfasern
Posted by [Helveticus](#) on Sat, 10 Aug 2013 19:52:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Solange die Fasern gut fixiert sind passiert da nix.
Dann und wann (eher selten), wenn ich der Meinung bin mich Haarstatusmäßig 10 Jahre zurück katapultieren zu wollen trage ich die auch auf...wenn man das ganze geschickt anstellt und vernünftig mit Haarspray arbeitet dann machen sogar ein paar Regentropfen nichts.

Wenn ich die Haarfasern auch an der Front brauche und sehr stark schwitze, was bei mir bei Anstrengung leider der Fall ist, also so dass es wirklich tropft, dann halten die Haarfasern nicht.

Subject: Aw: Sport und Haarfasern
Posted by [Haar2O](#) on Sat, 10 Aug 2013 20:38:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Helveticus schrieb am Sat, 10 August 2013 21:52

Wenn ich die Haarfasern auch an der Front brauche und sehr stark schwitze, was bei mir bei Anstrengung leider der Fall ist, also so dass es wirklich tropft, dann halten die Haarfasern nicht.

Also ins Schwitzen komme ich auch recht schnell....und seit Fin und co. lagere ich auch gerne mal Wasser ein weshalb ich bei halbwegs warmen Temperaturen nicht mal eine Bewegung machen

muss damit ich im eigenen Saft schmore, da passiert trotzdem nichts. Allerdings weiß ich auch nicht wie du das anwendest. Ich hab mittlerweile ne Technik raus bei der die Kopfhaut nichts von den Fasern abbekommt und somit auch nichts verlaufen kann....kommt aber sicher auch darauf an wie viel Resthaar man noch übrig hat. Ab nem bestimmten Punkt kommt man sicher nicht drum rum die Kopfhaut mit zu bemalen.

Subject: Aw: Sport und Haarfasern
Posted by [Helveticus](#) on Sun, 11 Aug 2013 13:00:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

[quote]Also ins Schwitzen komme ich auch recht schnell....und seit Fin und co. lagere ich auch gerne mal Wasser ein weshalb ich bei halbwegs warmen Temperaturen nicht mal eine Bewegung machen muss damit ich im eigenen Saft schmore, da passiert trotzdem nichts. Allerdings weiß ich auch nicht wie du das anwendest. Ich hab mittlerweile ne Technik raus bei der die Kopfhaut nichts von den Fasern abbekommt und somit auch nichts verlaufen kann....kommt aber sicher auch darauf an wie viel Resthaar man noch übrig hat. Ab nem bestimmten Punkt kommt man sicher nicht drum rum die Kopfhaut mit zu bemalen.[/quote]

An der Front habe ich zu wenig Resthaar, daher geht eine Verdickung der Haare durch Haarfasern nicht ohne die Kopfhaut auch zu "bestäuben", ausserm an würde die Kopfhaut vorher abdecken. Ich probiere jetzt noch einmal den kmax Gel aus.

Subject: Aw: Sport und Haarfasern
Posted by [scooter44](#) on Wed, 14 Aug 2013 09:42:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Helveticus Ich geh schon Jahre ins Fitness-Studio. Gerätetraining, Hanteltraining, Pilates, TRX etc. Die Haarfasern werden nur zum Problem wenn man mit dem Kopf auf einer Matte liegt. Wie beim Yoga oder WSG. Da ist Haarverdichter-Spray von Vorteil. Im Frontbereich sollte man mit beiden Produkten sowieso vorsicht sein. Glanzhaarlack fixieren die Haarfasern gut.

Subject: Aw: Sport und Haarfasern
Posted by [Helveticus](#) on Sat, 26 Oct 2013 09:06:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich hatte jetzt leider eine negative Erfahrung bezüglich des Schwitzens. Habe kurze Haare und die Front mit Haarfasern abgedeckt und dann gut mit Syoss Haarspray fixiert. Ich hatte dann Sex mit meiner Freundin, wobei ich extrem in Schwitzen kam. Am Schluss habe ich dann gemerkt, dass die ganzen Haarfasern komplett verlaufen waren, man sah nur noch Flecken auf der Kopfhaut und es sah ziemlich doof aus. Zudem waren die Haarfasern auf meiner Freundin und auf mir verteilt. Das nächste Mal versuche ich mal noch mit dem Toppik Spray zu fixieren, aber bei so starkem Schwitzen wird das wohl auch nicht viel helfen. Ich war am Schluss so nass wie

wenn ich unter der Dusche gewesen wäre. Wenigstens weiss meine Freundin von den Haarfasern

Subject: Aw: Sport und Haarfasern
Posted by [haardicht.de](#) on Sun, 27 Oct 2013 12:46:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

ich selber "verwuschel" das Haarstreu immer nachdem ich es aufgetragen habe.
Also:

1. Auf die Haare Streuen
2. Die Haare mit den Händen richtigen durchmassieren/wuscheln
3. Haarspray zum Fixieren nutzen
4. Sport betreiben...auch gerne SEX

Streut man das Haar nur auf und fixiert es, kann es sich viel leichter lösen.

Also bitte vorm Sex schon wuscheln

Subject: Aw: Sport und Haarfasern
Posted by [Jürgen87](#) on Sun, 27 Oct 2013 17:16:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kraftsport kann man auch zuhause problemlos betreiben, weißt du bestimmt schon. Mache ich übrigens so, ich habe eine Drückerbank, ne Langhantel, ein paar Kurzhanteln und noch ne Curlstange. Reicht.

Es gibt Leute die schwören sogar nur auf Eigengewichtstraining.

Kannst es dir ja mal überlegen, wenn du genügend Platz hast.

Subject: Aw: Sport und Haarfasern
Posted by [ru-power](#) on Sun, 27 Oct 2013 17:21:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Jürgen87 schrieb am Sun, 27 October 2013 18:16 Kraftsport kann man auch zuhause problemlos betreiben, weißt du bestimmt schon. Mache ich übrigens so, ich habe eine Drückerbank, ne Langhantel, ein paar Kurzhanteln und noch ne Curlstange. Reicht.

Es gibt Leute die schwören sogar nur auf Eigengewichtstraining.

Kannst es dir ja mal überlegen, wenn du genügend Platz hast.

kommt drauf an was du erreichen willst... ich trainier viel lieber im Studio.

Wenn ich zwingend sowas bruchan sollte mach ich mm oder greif zum Haarteil. Ich find das sieht sowieso aus wie aufgesetzt

Subject: Aw: Sport und Haarfasern
Posted by [Knorkell](#) on Tue, 29 Oct 2013 02:33:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

padesch schrieb am Sun, 27 October 2013 18:21 Jürgen87 schrieb am Sun, 27 October 2013 18:16 Kraftsport kann man auch zuhause problemlos betreiben, weißt du bestimmt schon. Mache ich übrigens so, ich habe eine Drückerbank, ne Langhantel, ein paar Kurzhanteln und noch ne Curlstange. Reicht.

Es gibt Leute die schwören sogar nur auf Eigengewichtstraining.

Kannst es dir ja mal überlegen, wenn du genügend Platz hast.
kommt drauf an was du erreichen willst... ich trainier viel lieber im Studio.

Wenn ich zwingend sowas bruchan sollte mach ich mm oder greif zum Haarteil. Ich find das sieht sowieso aus wie aufgesetzt

Mit Liegestützen und Crunches wird niemand weit kommen.

Mit schweren Übungen aus dem Turnen schon eher, aber dieser wiederentdeckte Trend klingt ja langsam wieder ab.

Rack, Bank, Klimmzugstange, Dip Holme oder am besten einfach Turnringe, Langhantel und ordentlich Gewichte evtl. noch nen Dip Gürtel und du hast alles um einen besseren Körper aufzubauen als 70% von allem was in den Studios so rumläuft. Wenn man die Grundkenntnisse hat. Trainiere seit 6 Jahren nicht mehr im Studio und würde mich nie mehr in einem anmelden.
