
Subject: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [Kokosnuss](#) on Wed, 10 Sep 2014 00:37:11 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also ich habe ein Problem... Und zwar, bin ich 22 Jahre alt und gerade mal 173 cm !!!
Ich komme damit gar nicht zurecht... Egal wo ich hingeh- ich werde grundsätzlich auf 16/17 geschätzt

Das ist echt total schrecklich für mich...

Ich weiss eigentlich auch nicht, wie ihr mir nun helfen sollt oder was ich erwarte...

Ich musste es nur irgendwie loswerden...

Vielleicht möchte ja irgendjemand seine Meinung diesbezüglich äußern?

Kann ich mit 22 Jahren noch einen Wachstumsschub bekommen ?

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [Knorkell](#) on Wed, 10 Sep 2014 01:23:41 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wachsen wirste nicht mehr ich denke das weißt du auch.

Mach das beste draus, ein guter Freund von mir ist auch nur 1.74 und kriegt jede die er will und wird grundsätzlich respektiert, sicher einen kleinen Napoleonkomplex hat auch er aber der treibt ihn eben auch karrieretechnisch und intellektuell voran. Und der ist weder modisch sehr versiert noch hat er nen tollen Körper. Er hat einfach nen Charakter der Männer wie Frauen an die Wand spielt.

Wie man das bekommt? Also Ausstrahlung und Charisma? Durch Prinzipien und Überzeugungen und die Konsequenz nach diesen zu leben. Und Geld kann auch nicht schaden, traurig aber wahr.

Blaß dich also nicht im Studio auf um nicht mehr durch die Tür aber problemlos stehend unter jeden Tisch zu passen. Bisschen schöner Körper kanns schon sein aber darum gehts nicht. Auf keinen Fall irgendne Form von optischer Kompensation betreiben oder laut und aggressiv oder aufdringlich sein. Viele große Männer waren klein und zierlich.

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [Haar2O](#) on Wed, 10 Sep 2014 08:06:39 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kokosnuss schrieb am Wed, 10 September 2014 02:37also ich habe ein Problem... Und zwar, bin ich 22 Jahre alt und gerade mal 173 cm !!!

Ich komme damit gar nicht zurecht... Egal wo ich hingeh- ich werde grundsätzlich auf 16/17 geschätzt

Das ist echt total schrecklich für mich...

Ich weiss eigentlich auch nicht, wie ihr mir nun helfen sollt oder was ich erwarte...
Ich musste es nur irgendwie loswerden...
Vielleicht möchte ja irgendjemand seine Meinung diesbezüglich äußern?

Kann ich mit 22 Jahren noch einen Wachstumsschub bekommen ?

Hmm...sollte eigentlich net soo das Problem sein. Bin ebenfalls 1,73 m und treffe eigentlich täglich Typen die nochmal nen Stück weit kleiner sind als ich. Und wie es schon vor mir erwähnt wurde, beim weiblichen Geschlecht hat mir das auch noch nie wirkliche Probleme gemacht , man ist mit so einer größe in der Regel auch nicht kleiner als die meisten Frauen denen man gegenübersteht. Ansonsten, schau dir mal viele bekannte Männer an, Charlie Sheen, Eminem, Johnny Depp, Tom Cruise etc....die sind alle nicht größer als 1,75 m. Der gute Phil Collins hats grad mal auf 1,68 m geschafft.

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [MatteStattPlatte](#) on Wed, 10 Sep 2014 08:30:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kokosnuss schrieb am Wed, 10 September 2014 02:37Kann ich mit 22 Jahren noch einen Wachstumsschub bekommen ?

Ich denke eher nicht. Wenn dein Leidensdruck wirklich sehr groß ist, könnte eine Beinverlängerung eine Möglichkeit sein:

<http://www.gea.de/magazin/heimat+und+welt/der+unerbittliche+wunsch+gross+zu+sein.1068141.htm>

Hier in Deutschland:

<http://www.beinverlaengerung.de/>

Kosten dürften so um die 100T Euro betragen!

Oder für mutige in China:

<http://www.welt.de/gesundheit/article7342563/Mit-der-Knochensaenge-zu-mehr-Koerpergroesse.html>

Ist aber wirklich eine invasive OP!

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [schutzgeist](#) on Wed, 10 Sep 2014 09:11:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Deine Knochenfugen sind mit 22 Jahren so gut wie komplett geschlossen. Du wirst also nicht weiter wachsen.

ich kann dein Leiden nachvollziehen, ich bin auch "nur" 173 bin AGA habe ich zwar im Griff aber trotzdem hatte mein Selbstwert auch darunter gelitten. Später Kahl und klein zu sein war für

mich der worst case überhaupt. Ich hatte wirklich eine Beinverlängerung in Deutschland konkret bei Dr Betz in Planung!

Wie begegne ich heute dem Alltag?

Nun, klein Empfinde ich mich immer noch

Aber ich schaue realistischer in die Gesellschaft wo ich jetzt nicht nur die großen Männer sehe, sondern auch viele Männer mit gleicher Größe.

Krafttraining (natürlich nicht übermäßiges) und der Aufbau eines Sportlichen Körpers tut auch sein gutes daran sich wohler und stärker zu fühlen.

Grundsätzlich ist alles erlaubt damit du dich in deiner Haut wohlfühlst, ich z.b habe wenn ich Abends mal weg gehe ein paar sportliche Sneakers die eine unsichtbare Erhöhung von 5,5 cm haben. Sieht und spürt man nicht.. (www.bugarrishoes.com)

Und falls dein Leidensdrucks wirklich unendlich hoch ist, dann lies dich mal hier ein und entscheide ob dieser doch extreme Schritt dir die Sache wert ist: <http://makemetaller.org/>

Ich möchte aber nochmal ganz bewusst erwähnen das ich eben auch nur 173cm bin (also 7cm kleiner wie der deutsche durchschnitt) und einer wunderbare und schöne Frau gefunden habe der das scheiss egal ist, viel Respekt von meinen Freunden und reichlich beruflichen Erfolg habe.

Das ich dafür keine 186cm sein muss habe ich auch erst recht spät und mit zusätzlicher externer Hilfe geschafft.

Grüsse

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße

Posted by [mike](#). on Wed, 10 Sep 2014 12:05:02 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Knorkell schrieb am Wed, 10 September 2014 03:23Wachsen wirste nicht mehr ich denke das weißt du auch.

Mach das beste draus, ein guter Freund von mir ist auch nur 1.74 und kriegt jede die er will und wird grundsätzlich respektiert, sicher einen kleinen Napoleonkomplex hat auch er aber der treibt ihn eben auch karrieretechnisch und intellektuell voran. Und der ist weder modisch sehr versiert noch hat er nen tollen Körper. Er hat einfach nen Charakter der Männer wie Frauen an die Wand spielt.

Wie man das bekommt? Also Ausstrahlung und Charisma? Durch Prinzipien und Überzeugungen und die Konsequenz nach diesen zu leben. Und Geld kann auch nicht schaden, traurig aber wahr.

Blaß dich also nicht im Studio auf um nicht mehr durch die Tür aber problemlos stehend unter jeden Tisch zu passen. Bisschen schöner Körper kanns schon sein aber darum gehts nicht.

Auf keinen Fall irgendne Form von optischer Kompensation betreiben oder laut und aggressiv oder aufdringlich sein. Viele große Männer waren klein und zierlich.

sehr gut geschrieben! -

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [pilos](#) on Wed, 10 Sep 2014 13:09:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kokosnuss schrieb am Wed, 10 September 2014 03:37also ich habe ein Problem...

es ist aber ein reines kopf-problem

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [Lennox](#) on Wed, 10 Sep 2014 13:41:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Würde dir gerne 4 cm von meinen 1.98 abgeben

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [pilos](#) on Wed, 10 Sep 2014 13:43:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Lennox schrieb am Wed, 10 September 2014 16:41
Würde dir gerne 4 cm von meinen 1.98 abgeben

da kannst du auch gut auf 8 cm verzichten

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [PeterNorth](#) on Wed, 10 Sep 2014 15:09:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Lennox schrieb am Wed, 10 September 2014 15:41
Würde dir gerne 4 cm von meinen 1.98 abgeben

1.98m ist ja auch nicht mehr gross sondern eher LANG

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [PeterNorth](#) on Wed, 10 Sep 2014 16:25:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

schau dir mal den gregor gysi an:

<http://www.alopezie.de/fud/index.php?t=msg&goto=315295>

der ist im Vergleich zu dir klein und gib dir mal wie der abgehen kann und grösse zeigt. er lacht die anderen aus .

mann muss nicht gross sein um gross zu sein.. zudem du mit 173 cm mehr als im überdurchschnitt bist. also was war nochmal gleich dein Problem ?

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [DasistdieAlopezie](#) on Wed, 10 Sep 2014 18:05:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Im ersten Moment, als ich dein Anliegen gelesen habe, dachte ich mir wie so oft: Was würde ich dafür geben, so groß wie Du zu sein!

Ich bin mit 20 Jahren nur 1,67 m

Und jaaa, ich merke, dass ein Großteil der Frauen mich anders behandelt als größere. Dass ich deshalb oft verspottet werde - von Frauen oft gar nicht böswillig. Das eher von Männern. Die typische Häme.

Fakt ist: deine Chancen beim weiblichen Geschlecht reduzieren sich anteilmäßig stark!

Deine Karrierechancen ggf. auch (keine Ahnung)

Jeder der dir mal eben kurz was Schlechtes will, hat sofort etwas, woran er dich festnageln kann.

Man hat es schwer, vor Fremden den Harten zu machen, wenn es sein muss.

Das ist alles scheiße.

Aber ich denke mir im zweiten Moment immer, dass die Körpergröße von allen auffälligen optischen Makeln der allerliebste ist, sofern man dadurch nicht unproportioniert (Riesenschädel und Minibeine) aussieht oder extrem kleinwüchsig ist (für mich persönlich unter 1,60).

Wenn wir natürlich in einer Wunschwelt leben, dann würde ich mich, so wie ich jetzt bin, gerne noch um 10 cm vergrößern. Aber wenn ich mir die Realität zum Maßstab nehme, also die Menschen, die mich täglich umgeben, würde ich nur mit den aller aller wenigsten das Aussehen tauschen wollen.

Es ist zweischichtig: Auf der einen Seite würde es mich mehr stören, wenn ich zwar größer, dafür aber hässlicher wäre (ganz unschöne Nase, komisches Gesicht, stoffwechselbedingt eher hager oder füllig). Auf der anderen Seite hätte man bei diesem "Deal" dennoch mehr Erfolg, wenn man größer ist, sofern man nicht gerade das genaue Gegenteil von dem ausstrahlt, was man eigentlich mit einem echten/großen Mann assoziiert.

Dennoch.. wenn man uns alle als eine Art Modell von dem versteht, was uns heute als der perfekte Mann verkauft wird.. dann bin ich lieber ein Modell, das zwar im kleineren Maßstab gebaut wurde, dafür aber mehr an das "Original"/Idealbild herankommt als dass ich zwar Standardgröße habe, dafür aber ansonsten offensichtliche Konstruktionsfehler aufweise/

vom Ideal stärker abweiche. UND wenn du dir die Realität ansiehst: Das tun die meisten Männer doch mehr als Du! Oder denkst du da anders über dich?

Jetzt kann man natürlich argumentieren, dass zum Idealbild des Mannes aber die Körpergröße dazu gehört.. ist auch so. Aber hier gibt es Spielraum.. viel mehr Spielraum als jemand hat, der irgendnen anderen Makel aufweist. Warum? Weil es so viele Frauen gibt, die unter 1,70 m sind und auch diejenigen bis 1,67 sind nicht allzu selten. Wer will, rechnet noch ein paar Absätze drauf, dann ist man bei 1,63 oder so und selbst da gibt es Exemplare. Zu denen bin selbst ich kompatibel. Die sind in meinem Maßstab, für die ist das kein Makel, sondern Kompatibilität. Natürlich sind es weniger. Natürlich wird es schwerer. Aber wenn Du erst mal eine hast, ist das doch auch egal, ob du nun prozentual betrachtet 50 oder 15 Prozent aller Frauen haben kannst.

Wenn dich die geringe Größe zu Kompensationsmechanismen motiviert, ist das völlig natürlich. Du solltest das nur wissen, damit du es nicht so raushängen lässt. Thematisiere es nicht in einem leidigen Ton, stell dich nicht demonstrativ auf die höhere Rolltreppe als dein Mädchen, sei nicht bei jeder Feststellung deiner geringeren Körpergröße beleidigt bzw zeige es einfach nicht. Lach mit und mach nen ebenso leicht überbrachten Witz über das Pummelchen oder die Hakennase vor dir. Nutze deine Motivation zur Kompensation und kleide dich immer gut.. das stichwort bei der Kleiderwahl heißt SLIM FIT, wenn du es vertreten kannst auch SKINNY FIT. Geh trainieren, seh gut aus (Stichwort: Fitness-Model) aber nicht übertrieben (Stichwort: Body-BUILDER), sei gepflegt, sei schlagfertig.

Ja, man muss als kleiner Mann einiges mehr auf dem Kasten haben als die Normalen, wenn man gleichen Erfolg auf welchem Gebiet auch immer anstrebt. Es ist ein Hindernis, aber noch keine Behinderung. Behinderte leiden mehr als wir.

Mein Fazit ist, dass ich mit keinem anderen Menschen nur wegen meiner Körpergröße die Optik tauschen will. Und ich wäre lieber noch 5 cm kleiner und dafür niemals von AGA geplagt. AGA ist nur für denjenigen eitlen Menschen erträglich, der mit einer Glatze gut aussehen würde. Dazu muss man schon mal ca ab 1,75 m groß sein meiner Meinung nach. Wenn man dann noch eine akzeptable Kopf/Gesichtsform dafür hat und nicht zu hager ist, kann man entweder der eher muskulöse Typ sein oder auch der etwas rundlichere, Sympathische. Für mich persönlich zumindest ist AGA aufgrund meiner geringen Körpergröße 10000 Mal schlimmer. Nur klein sein okay, klein (unter 1,70) und AGA .. mies. Das ist halt das Fluch und Segen des Kleinseins.. der Segen: Wenn alles andere an dir einigermaßen stimmt, kannst du drauf scheißen. Die anderen großen Menschen mögen das weniger tun, dafür bist du für kleinere Frauen umso perfekter. Fluch: ein weiterer großer Makel und du bist für alle nur noch Gollum.

Meine Meinung. Die muss man nicht teilen, aber vielleicht hilft dir diese Sicht der Dinge ja ein wenig. Wie sehen es denn die anderen? - Lieber 1,67 klein oder lieber AGA obwohl man nicht der Typ dafür ist?

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [PeterNorth](#) on Wed, 10 Sep 2014 18:11:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

der geldessen hat wohl zuviel buchstabensuppe gegessen... warum haust du immer gleich so ne Textwand her. da krieg ich ja kreislauf...

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [ru-power](#) on Wed, 10 Sep 2014 18:24:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich hab auch nen 1,72m großen Kumpel (mit AGA, hat mm-Schnitt -> und er sieht mit mm-Schnitt sogar besser aus als mit Haaren, da er echt ne bescheidene Haarquali hatte (glaub mike nennt es whisker haare oder so)).

Also die Größe ist nur dahingehend das Problem dass eben einige Frauen auch in dem Größenbereich angesiedelt sind (1,70-1,80), es gibt aber auch genug kleine Frauen (1,50-1,60).

Mit >1,70m kann man aber gut klarkommen; du wirst immer Makel an dir finden! Wenn es nicht die Haare wären, dann ist es eben die Größe oder zu große Füße etc.

Aufgefallen ist mir, dass kleine Frauen oft den großen Mann bevorzugen, da sie sich da sicherer fühlen. Größere Frauen (ab 1,70) ist es wiederum mehr egal, da sie sich eben so schon sicherer fühlen; das ist meine Beobachtung.

Ein trainierter Körper macht auch ordentlich was her, Frauen müssen sich sicher fühlen!

Aber fakt ist dass man größer als die Frau sein sollte oder zumindest gleich groß.. aber 1,73 ist schon OK. Heute ist aber man selbst mit 1,80 (ich) schon die kleine Sorte Mann, jedenfalls fühl ich mich oft klein bei den ganzen Riesen:D; es interessiert mich aber nicht . Es sind irgendwie eher die Proportionen die einen groß oder klein erscheinen lassen; hast du eine breite Taille/Hüfte im Vergleich zu den Schultern, wirkst du kleiner.

Übrigens lassen einen Erfolg im Job oder Bildung auch irgendwie attraktiver wirken.

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [DasistdieAlopezie](#) on Wed, 10 Sep 2014 18:25:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Weil ich meine Gedanken gerne vollständig darstelle, damit sie auch jeder nachvollziehen kann. So kann dem Adressaten oder ggf. mir am besten geholfen werden. Und weil ich selber über solche inhaltlich nützlichen Textwände froh wäre, wenn ich ein Problem poste.

Warum stellst Du immer wenn ich etwas poste eigentlich ständig LEDIGLICH Gegenfragen ohne etwas zum Thema zu sagen?

Ich bin der Meinung, dass meine Textwände inhaltlich schlüssig und bis auf Flüchtigkeitsfehler korrekt formuliert sind. Nur das mit den Absätzen haut nicht hin.

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [DasistdieAlopezie](#) on Wed, 10 Sep 2014 18:35:16 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ru-power schrieb am Wed, 10 September 2014 20:24

Aufgefallen ist mir, dass kleine Frauen oft den großen Mann bevorzugen, da sie sich da sicherer fühlen. Größere Frauen (ab 1,70) ist es wiederum mehr egal, da sie sich eben so schon sicherer fühlen; das ist meine Beobachtung.

Ein trainierter Körper macht auch ordentlich was her, Frauen müssen sich sicher fühlen!

Das mit dem trainierten Körper stimmt. Was die kleinen Frauen mit den großen Mackern angeht.. klingt schlüssig was du sagst, aber ich habe eher die Erfahrung gemacht, dass kleine Frauen das ständige Kopf in den Nacken legen ganz schnell Leid sein können, wenn es ums Küssen oder gar Reden geht. Andere kommen sich vielleicht auch einfach dumm neben einem Riesenkerl vor, weil sie selbst ja auch als Autorität wahrgenommen werden wollen. Optimal ist auch hier, wenn Mann einfach ein paar cm größer ist.

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [SirRagusa](#) on Wed, 10 Sep 2014 18:36:58 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das ist doch noch groß genug... Die meisten Mädels sind doch so um die 1,65 rum. Und selbst dann wärs noch ok. Nur nicht kleiner sein als deine Freundin

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [joseph189](#) on Wed, 10 Sep 2014 18:41:33 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich bin 1,75m groß und höre hier zum ersten Mal dass das ein Problem darstellen könnte. Habe allerdings (aus beruflichen Gründen) meistens robuste Geländeschuhe an die mich fast 5cm größer machen. Für die Verzweifelten gäbe es noch Schuheinlagen (einfach mal "5cm plus" googeln).

Übrigens sind 75% der Frauen kleiner als 1,70m und über 90% kleiner als 1,75m.

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [mike.](#) on Wed, 10 Sep 2014 18:48:07 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

was einen wachsen lassen kann .. exogen testo und exogen p4 .. ich messe nun immer 183-184 cm ..nachdem mich schon ein paar leute gefragt haben, ob ich größer wurde..auch wirken viele leute kleiner... das war noch nie so .. 181 cm war meine größe bisher... aich

schuhgröße von 44-45 -> 45-46 .. die 44er sind alle zu eng geworden

ich wiege auch wieder knapp 80 kg statt 70 kg

dafür kriege ich ordentliche NW2-3 GHE und dünne front .. lange haare zurück erinnern an status quo frontman...gesichtszüge auch (obwohl er mE sehr attraktiv ist..trotz oder erst wegen aga)

<https://www.youtube.com/watch?v=Tv8jxxg6EPM>

ansonsten wie pilos sagte, kopfsache.

padesch hatte es auch ganz gut formuliert...

knorkell auch.. alle anderen auch...

wichtig ist eine gute perönlichkeit, erfolg, visionen die du verfolgst.

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [touwabou](#) on Wed, 10 Sep 2014 19:02:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hey ich bin 21 und bin auch nur 1,74cm.

Kenne dein Problem nur zu gut! Wurde letztens beim Bierholen nach dem Ausweis gefragt Liegt bei mir aber auch daran, dass ich bisher noch nicht viel Bartwuchs habe. Wie siehst da bei dir so aus?

Bartwuchs macht wirklich sehr viel aus was das Alter angeht! Mit einem schönen Dreitagebart kann man wirklich viel rausreißen, gerade was Frauen angeht.

Von dieser OP, wovon hier geredet wird, kann ich wirklich nur abraten. Ernsthaft. Ich habe aufgrund eines Unfalls selber einen Nagel im Bein, der nächstes Jahr rausgenommen wird. Und das ganze war mit verdammt vielen Schmerzen und einem langen Weg verbunden, bis ich wieder fit war. Sich zwei gesunde Beine (!) brechen zu lassen ist totaler Wahnsinn. Von Spätfolgen, die auftreten können, wie Athrose etc. mal ganz abgesehen. Sei froh, dass du gesund bist!

Ansonsten kann ich den Tipp mit den Einlagen nur empfehlen. Beim Rausgehen schummel ich mich dann auch 3 cm größer, das macht schon bisschen was aus. Und es nicht nur die Größe, worauf Frauen achten, sondern die Optik allgemein. Wenn du gut aussiehst, wird die Größe immer mehr zur Nebensache. Heißt also ein guter Style was Kleidung angeht, eine

coole Frise und einen gut trainierten Körper kann dich ganz anders erscheinen lassen!

Das Wichtigste ist die Einstellung zu dem Ganzen. Ein guter Freund von mir, der noch kleiner ist als ich, kriegt eine hübsche Freundin nach der anderen. Warum? Weil er mega witzig ist und die Frauen zum Lachen bringt.

Mag sein, dass es größere einfacher haben als wir. Aber es gibt auch noch kleinere als uns. Sieh es einfach als Herausforderung!

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [Lennox](#) on Wed, 10 Sep 2014 21:25:02 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

PeterNorth schrieb am Wed, 10 September 2014 17:09Lennox schrieb am Wed, 10 September 2014 15:41

Würde dir gerne 4 cm von meinen 1.98 abgeben

1.98m ist ja auch nicht mehr gross sondern eher LANG

Da ich ziemlich kräftig gebaut bin 112 kg auf 1.98 cm

16% Körperfett sieht das nicht lang aus glaub mir

Aber hab trotzdem Probleme im Alltag früher als ich noch Bus gefahren bin musste ich immer mein Kopf einziehen.

Im Flugzeug bekomme ich aber meistens den Platz am Notausgang.

In Menschemassen hat man immer einen guten Überblick, was in Berlin nicht gerade ein Nachteil ist. Bei den Frauen kommt es erfahrungsgemäß eher gut an aber das ist glaub ich Geschmackssache.

Bei allen unter 1.70 wird es leicht problematisch

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [Luxemburg3000](#) on Wed, 10 Sep 2014 22:54:44 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ist jemand hier denn nach 19 noch gewachsen?

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [Alfaromeo2010](#) on Wed, 10 Sep 2014 23:15:12 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bin 192 cm und wüsste jetzt nicht in welcher Lebenssituation diese Größe mir einen Vorteil gegenüber einem 173cm großen verschafft haben sollte.

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [Haar2O](#) on Thu, 11 Sep 2014 04:02:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ru-power schrieb am Wed, 10 September 2014 20:24aber 1,73 ist schon OK. Heute ist aber man selbst mit 1,80 (ich) schon die kleine Sorte Mann, jedenfalls fühl ich mich oft klein bei den ganzen Riesen:D;

So ist es auch. 1,80 m ist mittlerweile auch keine wirkliche Größe mehr. Wenn ich mich umschaue sehe und treffe ich sehr viele 1,88+er.
Hab bis vor kurzem in ner Band gespielt in der alle Mitglieder (außer mir) zwischen 1,90 und 1,95 m groß waren (sah vor allem auf Fotos immer komisch aus). Außerdem spielt die eigene Wahrnehmung immer ne große Rolle. Wenn ich neben jemanden stehe der 1,80 m ist, habe ich nicht wirklich das Gefühl sehr viel kleiner zu sein, ein anderer würde das vielleicht schon als großen Unterschied sehen, vor allem wohl eben jene die wegen ihrer Größe ein angeknakstes Ego mit sich rumschleppen.

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [Amsch](#) on Thu, 11 Sep 2014 06:28:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kokosnuss schrieb am Wed, 10 September 2014 02:37also ich habe ein Problem... Und zwar, bin ich 22 Jahre alt und gerade mal 173 cm !!!
Ich komme damit gar nicht zurecht... Egal wo ich hingeh- ich werde grundsätzlich auf 16/17 geschätzt

Das ist echt total schrecklich für mich...

Ich weiss eigentlich auch nicht, wie ihr mir nun helfen sollt oder was ich erwarte...
Ich musste es nur irgendwie loswerden...
Vielleicht möchte ja irgendjemand seine Meinung diesbezüglich äußern?

Kann ich mit 22 Jahren noch einen Wachstumsschub bekommen ?

In dem Alter stehen viele Mädels auf Typen, die jünger bzw. gut aussehen. Mein Freund ist 1,70 oder so, hat eine Art "Babyface" (ist 23 wird aber auf 17-19 geschätzt) und er hat mehr Mädels als er sich erklären kann.

Und wie ein User schon sagte: Wenn du an Fitness denkst, dann nicht zu viel, sonst siehts wirklich nicht zu gut aus. Ein paar cm kannst du ja durch gewisse Schuhe gewinnen, zudem mit richtigem Haarstil (wobei, wir sind in nem HA forum, also kA ob zweiteres hinsaut)

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [krx](#) on Thu, 11 Sep 2014 07:22:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Endlich, ein Zwergenthread

Ich komme auch.

Bin auch nur 174/175 und hatte und habe damit auch ein kleines Problem.

V.a. da die Durchschnittsgröße bei 18 jährigen mittlerweile bei 183 cm liegt. Und alle in meiner Familie überdurchschnittlich groß sind - abgesehen von mir.

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [Gorilla](#) on Thu, 11 Sep 2014 12:37:19 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Die jungen Kerle 16 aufwärts sind heute nunmal viele 1,85+ in 20 Jahren oder mehr wird die Durchschnittsgröße sicherlich wieder paar Cm angewachsen sein.

Kann euch nur sagen das umso älter man wird, desto weniger man auf die Körpergröße achtet.

Da heisst es gesund bleiben (was sagen Rollstuhlfahrer zu euren Problemen?) trainieren, Face faltenfrei und jung halten und ja eben die Haar-Sache

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [Kokosnuss](#) on Wed, 31 Dec 2014 06:48:03 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Wed, 10 September 2014 20:48

was einen wachsen lassen kann .. exogen testo und exogen p4 .. ich messe nun immer 183-184 cm ..nachdem mich schon ein paar leute gefragt haben, ob ich größer wurde..auch wirken viele leute kleiner... das war noch nie so .. 181 cm war meine gröÙe bisher... aich schuhgröße von 44-45 -> 45-46 .. die 44er sind alle zu eng geworden

ich wiege auch wieder knapp 80 kg statt 70 kg

dafür kriege ich ordentliche NW2-3 GHE und dünne front .. lange haare zurück erinnern an status quo frontman...gesichtszüge auch (obwohl er mE sehr attraktiv ist..trotz oder erst wegen aga)

<https://www.youtube.com/watch?v=Tv8jxxg6EPM>

ansonsten wie pilos sagte, kopsache.

padesch hatte es auch ganz gut formuliert...

knorkell auch.. alle anderen auch...

wichtig ist eine gute perönlichkeit, erfolg, visionen die du verfolgst.

Was ist exogen p4?

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße

Posted by [pilos](#) on Wed, 31 Dec 2014 08:49:45 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kokosnuss schrieb am Wed, 31 December 2014 08:48

Was ist exogen p4?

eine schnöde und überflüssige vor allem überschüssige progesteron pille

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße

Posted by [valesk](#) on Wed, 31 Dec 2014 09:16:56 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mensch Kokosnuss, iwer muss ja auch die kleinen Frauen abschleppen... das dann wohl dein Part .

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße

Posted by [mike.](#) on Wed, 31 Dec 2014 09:25:42 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Wed, 31 December 2014 09:49Kokosnuss schrieb am Wed, 31 December 2014 08:48

Was ist exogen p4?

eine schnöde und überflüssige vor allem überschüssige progesteron pille

jaja

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße

Posted by [krx](#) on Wed, 31 Dec 2014 10:06:50 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bezweifle ich...

Bin auch auf Testo, seit nunmehr knapp 6 Monaten, gewachsen bin ich keinen mm davon.

Würde auch gerne noch 2-3 cm draufpacken, dann wäre ich einigermaßen zufrieden mit der Größe.

Werde wieder wenn ich es schaffe mit stretchen und hängen anfangen. Und Glucosamin und Chondroitin nehmen.

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [hairypotter01](#) on Thu, 12 Feb 2015 20:23:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haarausfall scheint nicht der einzige Komplex zu sein, den hier einige haben... 175cm ist doch ne gute Größe. Selbst Chucks haben ne recht dicke Sohle und man kratzt dann an den 180 sag ich mal. Wenn man total dünn ist, kann ich das noch halbwegs verstehen. Da kann man aber dran arbeiten.. Leute - krallt euch nicht an Medien und Schönheitsidealen fest!

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [Knorkell](#) on Thu, 12 Feb 2015 20:44:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Chucks haben was?

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [cojest90](#) on Thu, 12 Feb 2015 22:39:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bin selbst 173-174cm.

Bei mir läuft alles bestens, es ist nur eine Frage des Mindsets.

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [mike.](#) on Thu, 12 Feb 2015 23:36:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Knorkell schrieb am Thu, 12 February 2015 21:44Chucks haben was?

<https://collateraldamage.files.wordpress.com/2008/06/hhsneeker.jpeg>

da schafft man locker die 180+ cm Marke

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [IchBinAmEnde](#) on Fri, 13 Feb 2015 07:18:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich fühle mich scheiße mit 1.91-1.92 siehste mal.
Besonders wenn man 82 kg auf der größe wiegt sieht man ziemlich lauchig aus.

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [Ambrose](#) on Fri, 13 Feb 2015 11:14:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

IchBinAmEnde schrieb am Fri, 13 February 2015 08:18Ich fühle mich scheiße mit 1.91-1.92 siehste mal.
Besonders wenn man 82 kg auf der größe wiegt sieht man ziemlich lauchig aus.

Dass du "lauchig" aussiehst ist aber deine Entscheidung. Du könntest nämlich etwas dagegen tun. Möglicherweise kommen jetzt Gründe, aus denen du nichts dagegen tun kannst. Aber zu 90% werden das Ausreden und schlicht Faulheit sein.

Jemand der 165 groß ist, ist eben 165 groß und hat keine (gesundheitlich vertretbare) Möglichkeit, etwas daran zu ändern.

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [IchBinAmEnde](#) on Fri, 13 Feb 2015 14:02:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ambrose schrieb am Fri, 13 February 2015 12:14IchBinAmEnde schrieb am Fri, 13 February 2015 08:18Ich fühle mich scheiße mit 1.91-1.92 siehste mal.
Besonders wenn man 82 kg auf der größe wiegt sieht man ziemlich lauchig aus.

Dass du "lauchig" aussiehst ist aber deine Entscheidung. Du könntest nämlich etwas dagegen tun. Möglicherweise kommen jetzt Gründe, aus denen du nichts dagegen tun kannst. Aber zu 90% werden das Ausreden und schlicht Faulheit sein.

Jemand der 165 groß ist, ist eben 165 groß und hat keine (gesundheitlich vertretbare) Möglichkeit, etwas daran zu ändern.
September 2012 63 kg auf 1.90
Januar 2014 92kg auf 1.91
Jetzt halt 82..wegen dem ganzen streiß

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [Lennox](#) on Fri, 13 Feb 2015 15:58:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

IchBinAmEnde schrieb am Fri, 13 February 2015 08:18Ich fühle mich scheiße mit 1.91-1.92 siehste mal.

Besonders wenn man 82 kg auf der größe wiegt sieht man ziemlich lauchig aus.

Stimme ich dir zu, bei allen Größen über 1.90 muss man schon etwas auf den Rippen haben, sonst sieht man echt wie ne laufende Bohnenstange aus und wirkt auch noch größer!
Optimaler Weise sollte man das Zielgewicht in der Verbindung mit Kraftsport anstreben, alles andere ist ein erneutes No Go

Grobe Faustregel bei 1.92 sollten es schon mind. 92kg sein 100 mit ausgeprägter Muskulatur wären optimal)

Aber du bist ja auch noch n paar Jahre jünger als ich lass dich durch Stress nicht negativ beeinflussen in Sachen Ernährung!

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [mike.](#) on Fri, 13 Feb 2015 22:06:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

IchBinAmEnde schrieb am Fri, 13 February 2015 08:18Ich fühle mich scheiße mit 1.91-1.92 siehste mal.

Besonders wenn man 82 kg auf der größe wiegt sieht man ziemlich lauchig aus.

mit mitte 20 wirst schwerer..

mit 40+ dann noch mehr...

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [pilos](#) on Sat, 14 Feb 2015 09:20:40 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

IchBinAmEnde schrieb am Fri, 13 February 2015 09:18Ich fühle mich scheiße mit 1.91-1.92 siehste mal.

Besonders wenn man 82 kg auf der größe wiegt sieht man ziemlich lauchig aus.

das gewicht ist scuppe und die wahrnehmung ist meistens irreführend

mach bilder von dir.....erst dann hast du die wahre selbstwahrnehmung und die wahrnehmung der anderen

was du im spiegel siehst ist eine irreführende illusion deines gehirnes...und deines spiegels...in jedem spiegel siehst du anders aus...selbst in jede spiegelnde dunkle scheibe siehst du anders aus

Subject: Aw: Massive Probleme mit der Körpergröße
Posted by [mike](#). on Sun, 15 Feb 2015 08:45:46 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Sat, 14 February 2015 10:20IchBinAmEnde schrieb am Fri, 13 February 2015 09:18Ich fühle mich scheiße mit 1.91-1.92 siehste mal.

Besonders wenn man 82 kg auf der größe wiegt sieht man ziemlich lauchig aus.

das gewicht ist scuppe und die wahrnehmung ist meistens irreführend

mach bilder von dir.....erst dann hast du die wahre selbstwahrnehmung und die wahrnehmung der anderen

was du im spiegel siehst ist eine irreführende illusion deines gehirnes...und deines spiegels...in jedem spiegel siehst du anders aus...selbst in jede spiegelnde dunkle scheibe siehst du anders aus

u.a. auch weil links und rechts im spiegel verkehrt ist... das macht sehr viel aus
