
Subject: Was kann ich noch alles machen?

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Mon, 05 Jun 2006 17:04:11 GMT

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

hi

also...

ich bin jetzt 17,

bin mit 1.76m zwar nicht besonders klein aber wär schon gerne größer *g*

Welche Maßnahmen kann ich ergreifen um die besten Rahmenbedingungen für einen erneuten Wachstum zu schaffen? Ich denke, hoffe, mal meine Wachstumsfugen sind noch nicht ganz geschlossen.

Glaubt ihr HGH-Releaser (arginin, lysin, gaba...) könnten noch ein bisschen nachhelfen (auch wenn ich kein defizit an HGH habe)?

Was könnt ich sonst noch so machen? möchte gern 1.80 erreichen

wär nett wenn ihr mir da helfen würdet is mir nen wichtiges thema (spiel basketball)

gruß
suppe

Subject: Re: Was kann ich noch alles machen?

Posted by [Der_mit_dem_Haar_tanzt](#) on Mon, 05 Jun 2006 17:07:00 GMT

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

geh schwimmen

iss ordentlich

und schluck das zeug auf leerem Magen

bis 25 ist noch 1cm Höhe und Nierenstein drinnen

)

Subject: Re: Was kann ich noch alles machen?

Posted by [hairfighter](#) on Mon, 05 Jun 2006 17:08:58 GMT

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

Also man wächst bis 18 oder sogar 19. Da ist der 1 oder andere cm schon noch drin!!!!!! Keine Sorge, das wird schon noch

Subject: Re: Was kann ich noch alles machen?

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Mon, 05 Jun 2006 17:13:45 GMT

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

naja wenn alles fehlschlägt dann geh ich wie auf dieser einen Seite vor, wo sich die Leute mit Streckübungen größer machen

Subject: Re: Was kann ich noch alles machen?

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Mon, 05 Jun 2006 17:14:57 GMT

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

schwimmen hab ich zu wenig zeit und lust dazu

Glaub da müsst ich 3 mal die Woche gehen dass sich das irgendwie auswirkt, wenn überhaupt...

Subject: Re: Was kann ich noch alles machen?

Posted by [kaya](#) on Mon, 05 Jun 2006 18:54:01 GMT

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

versuchs doch mal mit gaba und co, scheinst dich ja schon ein bisschen auszukennen. wäre ich nocheinmal so alt, würde ich das sofort machen, die paar hundert euro im jahr werden dich später nicht mehr jucken, die cm aber schon besser es zu versuchen noch was rauszuholen als nichts zu machen, bin selbst 1,80 und zufrieden. in 5cm mehr würde ich trotzdem einiges investieren

Subject: Re: Was kann ich noch alles machen?

Posted by [Figaro03](#) on Mon, 05 Jun 2006 20:56:05 GMT

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

Ganz ehrlich:

ich bin auch nur 1,76cm groß.

Hey was solls. Mache mal den VErsuch: Stelle dich auf Zehespitzen neben jemanden, und guck wie es ausschaut, wenn du 4 cm größer bist...

Ich sage dir was passiert: Es wird dir kaum auffallen... Und den anderen Menschen noch weniger... Also überlegs dir gar nicht. 1,76 ist ne tollerable Größe und 1,80 auch...

Und ach übrigens: Versuche es nicht mit GAGA und co.

Selbst, wenn es dir gelingt, die 4 cm rauszuholen. Du riskierst, dass dir andere Körperteile ebenfalls wachsen. Es ist KEINE Einbildung, dass Jugendliche in der Pubertät "verformt"

ausehen.

Willst du riskieren, dass du dein ganzes Leben so rumläufst? Und wenn es nur ein Fersenbein ist, das dir überwächst...

uohh

Subject: Re: Was kann ich noch alles machen?

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Mon, 05 Jun 2006 21:18:21 GMT

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

glaubst du wirklich sowas kann passieren?

Subject: Re: Was kann ich noch alles machen?

Posted by [Figaro03](#) on Tue, 06 Jun 2006 08:02:03 GMT

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

In deinem Alter mit den Wachstumshormons-Induziereren: JA

Die soll man nicht ohne Grund erst 5 Jahre nach abgeschlossenem Längenwachstum nehmen....

selbst ich nehme deshalb nichts in der Richtung, weil ich keine Ahnung habe ob ich aus dem Alter schon raus bin.

Lieber 3cm kleiner als Nase 2cm größer

Subject: Re: Was kann ich noch alles machen?

Posted by [MarcWen](#) on Tue, 06 Jun 2006 10:35:28 GMT

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

Absatzschuhe??

Die sollte es doch mit 4cm geben

Subject: Re: Was kann ich noch alles machen?

Posted by [dylan](#) on Tue, 06 Jun 2006 15:55:57 GMT

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

ihr jammert auf hohem niveau! ich hab nur 170cm!
