

---

Subject: Fin und Krafttraining  
Posted by [vanilla](#) on Wed, 05 Sep 2007 16:01:45 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi Leute,

hab es bereits über die Suchfunktion probiert, bin aber nicht auf aussagekräftige Ergebnisse gestoßen. Die Meinungen scheinen diesbezüglich stark zu divergieren.

Meine Frage:

Wie verhält es sich mit Fin und dem Muskelaufbau???  
Ist es unter Fin evtl schwieriger gleiche Ergebnisse zu erzielen wie ohne Einnahme von Fin?

Besten Dank für Eure Antworten.

---

---

Subject: Re: Fin und Krafttraining  
Posted by [Amarok](#) on Wed, 05 Sep 2007 16:55:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Masseaufbau geht in der Regel eher leichter, Definition schwerer.  
Ich hab seit Fin fast 10 Kilo zugelegt, überwiegend Muskeln, aber wirklich definiert sind sie nicht.

---

---

Subject: Re: Fin und Krafttraining  
Posted by [Alibi](#) on Wed, 05 Sep 2007 17:59:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

<http://haarerkrankungen.de/expertenrat/faq.php4?ParentRubrikID=13&Zaehler=21&MaxZaehler=92#29>

---

---

Subject: Re: Fin und Krafttraining  
Posted by [stef84](#) on Wed, 05 Sep 2007 18:22:45 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Irgendwie ist es Mode, für alles Fin verantwortlich zumachen. Sei es denn Fettaufbau oder Muskelabbau. Man sollte aber auch bedenken, dass man älter wird! Und für viel Muskeln sollte man natürlich auch viel trainieren!

Meiner Meinung nach beeinflusst Fin nicht (NULL) das Muskelwachstum. Wieso auch? Hierfür gibt es keine wissenschaftliche Erklärung. Ich hatte unter Fin den besten Körper, den ich je hatte. Das haben mir Freundin und Freunde bestätigt. Das war im Mai. Habe mittlerweile wieder etwas abgebaut, was aber an vermehrtem Alkoholkonsum und Faulheit im Sommer lag!

---

Subject: Re: Fin und Krafttraining

Posted by [alwanschweiss](#) on Wed, 05 Sep 2007 19:55:21 GMT

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

---

Kann mich da nur anschließen, mache jeden Tag Sport und der Muskelaufbau wurde auch nicht geschwächt. Mein Gewicht halte ich seit 5 Jahren (bin jetzt fast 35).

---

Subject: Re: Fin und Krafttraining

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Wed, 05 Sep 2007 20:28:20 GMT

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

---

naja es ist sehr wahrscheinlich dass bisschen mehr fett gespeichert wird als sonst...ob das bemerkbar ist oder nicht ist von fall zu fall anders

---