

LE SCUSE PIÙ ASSURDE PER SALTARE GLI ALLENAMENTI MAGARI LA TUA È PROPRIO UNA DI QUESTE

- È lunedì. Sarà pieno di gente.
- Tutti i vestiti che usi per andare in palestra sono in lavatrice e non hai nulla da metterti.
- Il tuo partner di allenamento è malato e non puoi allenarti solo/a.
- Tu e la tua ragazza vi siete appena lasciati. Andare ad allenarsi li sarebbe troppo traumatico.
- È inverno e fa troppo freddo per andare in palestra. Aspetterò la primavera.
- È estate e fa troppo caldo per andare in palestra. Aspetterò l'autunno.
- Hai perso un allenamento e ora sei in panico perché non sai come recuperare e decidi di prenderti tutta la settimana senza andare in palestra.
- Qualche collega ti ha detto che rilasci troppo in fretta. Tu preso dal panico, non sai cosa fare e decidi di rimanere a casa pensando come allungare i tempi.
- La tua motivazione è talmente bassa che ti convinci che il tuo allenamento farà schifo
- È venerdì sera e domani lavori.
- Hai da poco raggiunto i tuoi obiettivi e ora non sai più che fare e che senso abbia continuare ad andarci.
- Oggi ti senti troppo vecchio.
- Son tutti vecchi.
- Ci sono troppi ragazzini.
- Hanno previsto abbondanti nevicate e decidi di essere prudente e rimani a casa. La palestra è a due minuti da casa ma hai paura di scivolare sulla neve.
- Hai iniziato a uscire con una bella ragazza/o e quindi non hai tempo per allenarti.
- Ti hanno detto che i tuoi obiettivi sono stupidi o che non ce la farai e quindi hai deciso di ritirarti.
- Hai paura che l'arco diventi la tua "droga"
- Ieri l'allenamento è stato duro e hai paura di allenarti di nuovo oggi.
- Non c'è quasi nessuno in palestra e rimani a casa.
- Troppi impegni, decidi quindi di diminuire le sessioni di allenamento.
- Oggi il mio allenamento sarà noioso. Non mi va di allenarmi.
- Fa troppo caldo, troppo freddo, troppo vento, troppo umido, troppo di tutto.
- I paglioni non tengono.
- I paglioni sono troppo duri.
- Non ho le scarpe adatte.
- Sono in ritardo e questo non mi farà allenare bene, arriverò stressato. Penso che non andrò.
- Non hai voglia di fare stretching.
- Ho mangiato troppo.
- Non ho l'istruttore personale.
- L'istruttore va da tutti e da me non viene mai.
- Non ho l'attrezzo pronto.
- Nessuno mi fa la messa a punto
- Ho solo 4 frecce
- Le luci della palestra sono insufficienti.
- Le luci della palestra sono troppo forti e mi accecano.
- Non ci sono belle donne. Tutti uomini!
- Non ci sono uomini belli. Tutte donne!
- Luigi usa troppo il fischietto ed è un apprezzamento che non mi fa piacere.