

JE LI I VAMA SEKS JEDINA TJELOVJEŽBA?

Autor tportal.hr

Četvrtak, 14 Veljača 2013 20:17 - Ažurirano Četvrtak, 14 Veljača 2013 20:19



Izvor: www.tportal.hr

Prema jednoj studiji s 1.800 ispitanika, za većinu Britanaca seks je jedina tjelovježba.

No nisu zadovoljni time što ne vježbaju pa je 87 posto reklo da sunesretni zbog svog fizičkog izgleda, a 74 posto je izjavilo da bi željeli poboljšati svoje fizičko stanje i izgled.

Istraživanje pokazuje da je većina ljudi svjesna važnosti tjelovježbe i očuvanja zdravlja, ali samo je mali postotak uporan i zaista radi na tome.

Maz Darvish, direktor tvrtke Sweatband.com koja nabavlja opremu za fitnes centre, naglašava da je obeshrabrujuće vidjeti to da tek manji dio ljudi redovno vježba, a dvije petine ne vježbaju uopće.

Istraživanje tvrtke Sweatband.com pokazuje da u Velikoj Britaniji 39 posto ljudi vježba dva do tri puta tjedno, prema preporukama ministarstva zdravlja, a prema toj anketi, žene vježbaju manje nego muškarci.

Oko 55 anketiranih reklo je da se seksaju jednom tjedno, i to im je jedini oblik tjelovježbe. Na drugom je mjestu trčanje, a zatim biciklizam i plivanje.