

Sport und Cellulite

	Ödematöse Cellulite	Adipöse Cellulite	Fibröse Cellulite	Mixt: Adipöse + Ödematöse	Mixt: Adipöse + Fibröse
Aerobic	-	x	xx	x	xx
Aikido	x	x	x	x	x
Aquagym	xxx	xxx	x	xx	xx
Badminton	-	x	x	-	x
Basketball	-	x	xx	x	x
Canyoning	xx	xxx	xxx	xxx	xxx
Eislaufen	-	x	xx	x	x
Fechten	-	xx	xx	x	xx
Fitness	x	xx	xxx	xx	xx
Golf	xx	xx	x	x	x
Gymnastik	xx	xx	xxx	xx	xx
Handball	-	x	xx	x	x
Jogging	x	x	xx	x	xx
Judo	x	x	xx	x	x
Kanu/Kayak	-	xx	xx	x	xx
Karate	-	x	xx	x	x
Karting	-	-	-	-	-
Klettern	xx	xx	xxx	xx	xx
Krafttraining	x	xx	xxx	x	xx
Leichtathletik	x	xx	xxx	x	x
Marathon	-	xx	xxx	-	xxx
Radfahren	xxx	xx	xxx	xxx	xxx
Reiten	-	-	x	-	-
Rollerblades	-	x	x	-	x
Rudern	-	xx	xx	x	x
Schneeschuhenlaufen	xxx	xx	xxx	xxx	xx
Schwimmen	xxx	xxx	xx	xxx	xxx
Skateboard	-	x	x	-	x
Ski Alpin	-	x	xx	x	x
Ski Wasser	-	x	x	x	x
Ski Akrobatik	-	x	x	-	x
Ski Langlauf	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Squash	-	x	xx	x	x
Stretching	xxx	xxx	x	xx	xxx
Tanz klassisch	-	xxx	xxx	x	xxx
Tanz modern	-	xx	xx	x	xx
Tanz rhythmisch	-	xx	xx	x	xx
Tauchen	x	xx	xxx	xx	xx
Tennis	-	x	x	-	x
Tischtennis	-	x	x	-	x
Trekking	xxx	xxx	xx	xxx	xxx
Triathlon	xx	xx	xxx	xx	xx
Volleyball	-	x	xx	x	x
Wandern	xxx	xxx	x	xxx	xxx
Wasserball	xxx	xx	xx	xxx	xx
Wellenreiten	-	xx	xx	x	x
Windsurfen	-	x	x	x	x
Yoga	xxx	xxx	x	xx	xxx

- = Zu vermeiden

x = Empfohlen

Fettschrift = In jedem Fall empfehlenswert