

31. OKTOBER 2024

---

DONNERSTAG - URLAUB MARIA ALM

*Nacht und Schlaf*

Ich bin heute um 7 Uhr wieder aufgestanden und fühle mich fit und erholt.

*Alkoholabstinenz*

Dass ich seit nunmehr zwei Monaten keinen Alkohol mehr trinke hilft mir bei meiner Gesamtkonstitution auch, glaube ich.