

---

Subject: E-Zigarette als Alternative ?

Posted by [olimp](#) on Mon, 21 Mar 2016 20:49:31 GMT

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

---

Hey !

Will mir nach knapp 8 Jahren Rauchen, das Rauchen abgewöhnen. Ich fühle mich so einfach nicht mehr gesund und muss auch ehrlich sagen, dass ich total an Kondition verloren habe. Das kann ich mir in meinen Jahren so nicht antun.

Suche aus diesem Grund auch nach einer Alternative zum Tabakrauchen und am besten auch zu Tipps wie ich ganz aufhören kann.

Wie habt ihr es geschafft ?

---