

Titel: Tony trainiert

In dieser Geschichte geht es um einen Jungen namens Tony. Tony ist übergewichtig. Sehr übergewichtig. Er hat sogar Knieschmerzen. Aber er will es seiner Mutter nicht sagen, weil er nicht will, dass sie sich Sorgen macht. In der Schule ärgern ihn alle und sagen Sachen wie: „Du bist so fett du hast die Schulwaage kaputt gemacht!“, oder: „Hey, da steht ja ein Walross! Ach so, du bist es nur, Tony.“ Tony ist deswegen sehr traurig und weint jede Nacht. Im Sommer beschließt er also, dass er sehr viel trainieren will. Er geht sehr viel raus und joggt auch. Zwar nur 200 Meter am Tag, aber für ihn, ist das eine starke Leistung. Er geht auch ins Fitnesscenter und kann auch schon 5 Kilo heben. Das ist nicht die Welt, aber für Tony spitzenmäßig. Er achtet auch auf seine Ernährung. Er isst viel Salat und keine Snacks und kein Süßkram. Er läuft und läuft, er trainiert und trainiert, er verzichtet und verzichtet. Bald schon konnte er einen Kilometer am Tag laufen. Und heben konnte er auch schon 20 Kilo auf der Langhantel. Er hat schon fast die Hälfte seines Gewichts verloren. Seine Speckbacken waren schon ganz weg. Dann sind die Sommerferien vorbei. „Ich bin so stolz auf dich!“, meint seine Mutter, als sie ihn am ersten Schultag an die Schule bringt. Tony ist auf die Reaktion seiner Mitschüler gespannt. „Wer bist du?“, fragt ein Mädchen ganz verwirrt. „Haben wir einen Neuen?“, fragt ein Junge. Tony antwortet: „Ich bin's, Tony.“ Die anderen konnten es gar nicht fassen, dass das Tony ist. Alle entschuldigten sich bei ihm und haben eingesehen, dass ihre Handlungen falsch waren. Tony fand Freunde und war glücklich.

ENDE