

Der Trainingsplan



Lieber Biertrinker!

Wir alle kennen das Problem von übermäßigem Alkoholgenuss (durch hören-sagen natürlich): Das Kotzen.

Wobei man sagen muss, dass das Wort "übermäßig" falsch gewählt ist. Es gibt keinen übermäßigen Alkoholgenuss, nur ungewohnten. Da sich das Wort "übermäßig" jedoch in der Umgangssprache sowie auch in polizeilichen Protokollen sehr stark eingebürgert hat, wollen wir hier auch weiterhin dieses Wort verwenden. Kommen wir nun jedoch zu unserem Hauptproblem: Das Kotzen.

Jeder kennt die Sätze: "Bitte kotz mir nicht ins Auto" oder "Bevor du kotzen musst, sag mir Bescheid".

Stellt Euch vor Ihr seid auf einer Party, es ist noch reichlich zu Trinken vorhanden doch Ihr habt dieses komische Gefühl in Bauch und Speiseröhre. Was könntet Ihr noch alles wegschlucken wenn da dieses Problem nicht wäre. Schließlich ist es ja meistens auch Euer Geld das auf solchen Partys durch die Kehlen rinnt. Und da nicht jeder von uns ein Millionär ist, verhilft Euch unser Trainingsprogramm in irgendeiner Weise auch zur Sparsamkeit. Ihr schmeißt ja schließlich auch nicht Euer Auto weg, nur weil Euch schlecht ist. Daran wollen wir mit Euch in den nächsten Wochen arbeiten, wir wollen alles behalten und somit auch was davon haben für was wir teuer bezahlt haben. Wir dürfen Euch nun recht herzlich willkommen heißen zu unserem Trainingsprogramm:

Saufen ohne Kotzen in 4 Wochen

Was wir dazu benötigen:

1 Kühlschrank der mindestens eine von uns angestrebte Tagesration an Alkohol fassen und in kurzer Zeit kühlen kann. Nach 4 Wochen sind das ca. 1 Kasten Bier, 2 Flaschen Johnnie Walker (o.ä.) und ein paar Dosen Cola.

1 Eimer mit Fassungsvermögen von ca. 20l, da sich in den ersten beiden Wochen das Kotzen kaum vermeiden lässt! Den Eimer kann man sich sparen, wenn man in der Toilette nächtigt.

1 Putzlumpen

Trinkgefäße:

Bei diesem Punkt kommt es immer auf die Trinkgewohnheiten des Einzelnen an. Mann kann sich allerlei Trinkgefäße für die verschiedensten Getränke zulegen. Bei uns war es nur ein Masskrug, denn den kann man für jedes Getränk verwenden. Wer schon nach kürzester Zeit nicht mehr kotzen muss, kann natürlich auch den Eimer verwenden.

Weitere Hilfsmittel:

Alkomat: Damit ein gleichmäßig hoher Alkoholspiegel von ca. 2,7 Promille zuverlässig gehalten werden kann. Fernseher: Ersetzt den Alkomaten. Wenn Ihr mit beiden geöffneten Augen fernsehen könnt ohne dass das Bild verschwimmt, ist Euer Alkoholspiegel zu niedrig. Doping: Anfangs erlaubt sind Alka-Seltzer, Spalt und Maaloxan. Jedoch nur bis zum Ende der zweiten Woche.

Was wir nicht brauchen können:

Partner die einem das Trinken vermiesen wollen. Polizeikontrollen.

Es ist soweit: Der 1. Tag

Mentale Vorbereitung auf 4 Wochen Kampfsaufen. Vergesst einfach alles Negative was Ihr jemals über Alkohol gehört habt. Baut alle Vorurteile die Ihr selber gegen unseren zukünftigen besten Freund hegt ab. Nehmt Euch ausnahmsweise mal unsere Politiker zum Vorbild: Bieranstiche, Gipfeltreffen, Faschings Sitzungen usw. Bei all diesen Feierlichkeiten wird gesoffen dass sich die Balken biegen. Bei den darauffolgenden Presseerklärungen stehen dann natürlich nur Wasser und Säfte auf den Tischen. Diese werden ausschließlich zum Brandlöschen verwendet (was wir später vermeiden wollen). Sogar unsere Polizei betrinkt sich. Sehen Sie sich doch nur mal Faschingsumzüge an: Sie fahren mit Pappnasen und blöden Mützen vor den Umzügen her. Welcher nüchterne Mensch würde das machen?

1. bis 7. Tag

Wir beginnen den ersten Tag mit 5 Bier (0,5 l Flaschen) und 5 Mixgetränken ab ca. 17.00 Uhr. Ein Mixgetränk besteht aus 4 cl Schnaps (vorzugsweise Johnnie Walker) und Cola nach Belieben. Bis zum letzten Tag der ersten Woche steigern wir das ganze auf 10 Bier und 10 Mixgetränke. Mentales Training nicht vergessen.

8. bis 12. Tag

Bis jetzt haben wir nur leicht verträgliche Mengen an Alkohol zu uns genommen und nur abends. Bis zum 12. Tag trinken wir jeweils morgens und mittags 1 bis 2 Bier zusätzlich.

13. bis 18. Tag

Wir haben jetzt in inzwischen viel erreicht: Morgens 1 - 2 Bier mittags 1 - 2 Bier abends 10 Bier und 10 Mixgetränke Das Kotzen dürfte sich jetzt schon auf ein paar wenige Male beschränken. Bis zum 18. Tag steigern wir uns pro Tag um 1 - 2 Bier und am 18. Tag um 3 Mixgetränke.

19. Tag

Heute wird ein harter Tag an dem bis zu 3 x Kotzen erlaubt sind. Wir trinken heute nur Schnaps mit mindestens 40%. Pur oder verdünnt ist egal. Ideal wäre jedoch ein Mischungsverhältnis von 1 Teil Schnaps und 2 Teilen Cola oder ähnliches. Auf keinen Fall höhere Verdünnungen!

20.Tag

Wenn wir den 19. Tag überlebt haben, legen wir zur Entspannung einen reinen Biertag ein. Wir erholen uns bei einer Kiste Bier.

21.Tag

Nachdem wir jetzt völlig ausgeruht sind, beginnen wir auf das alte Trainingsprogramm zurückzukehren, steigern uns jedoch um 3 Bier und 3 Mixgetränke. Stand: 23 Bier und 13 Mixgetränke.

22. bis 28. Tag

Langsam dürfen wir uns Profis nennen. Wir haben noch 7 Tage vor uns, die uns jedoch keine Probleme mehr bereiten dürften. Wir steigern uns bis zum 28. Tag auf ca. 25 bis 30 Bier und ca. 20 Mixgetränke.

Jetzt ist es geschafft!

Falls ihr unser Training überlebt habt, könnt ihr Euch jetzt wahrhaftig einen Trinker nennen, der nie mehr wieder auf einer Party irgendwelche vorhandenen Getränke stehen lassen muss. Ihr seid wirklich in die Oberliga aufgestiegen, so dass ihr keine Angst mehr haben braucht, falls mal so ein Herr Oberwichtig mit Euch etwas aussaufen möchte. Ihr werdet Ihm wahrscheinlich nur ein müdes Lächeln gönnen bevor Ihr Ihn gnadenlos vernichten werdet.

www.Biersekte.de - Viele weitere lustige Texte und alles rund ums Bier!