

# Shoppern ware calorieverbrander

07-08-2008 00:00

Winkelen maakt vrouwen slank. Jaarlijks verbranden de dames meer dan twaalfduizend calorieën door te shoppen. Dat blijkt uit een Britse enquête onder 2000 deelnemers, schrijft De Telegraaf donderdag.

Shoppern is niet alleen maar plezier, want twee van de vijf ondervraagden stelt dat winkelen en tassen sjouwen net zo vermoeiend is als fitness.

Het uithoudingsvermogen van mannen is minder als het om winkelen gaat, zij doen dit korter en minder vaak. Zij verbranden dan ook minder calorieën dan de fanatiekere vrouw, maar toch nog 8928 calorieën. De vrouwelijke shopper legt gemiddeld 3,5 kilometer af per tripje. Bij vijf shopuitstapjes per maand is dit 17,5 kilometer, of 210 kilometer per jaar.

De onderzoekers stellen dat het bewijs is geleverd dat shoppen voor vrouwen niet alleen leuk, maar ook goed voor hen is.