
Lena Meyer-Landrut: „Ich bin sehr happy mit meinem Körper.“

In den sozialen Medien gehört Lena Meyer-Landrut zu den aktivsten deutschen Popstars. Auf ihrem offiziellen Instagram-Account mit 2,8 Millionen Followern sorgt sie regelmäßig für Aufsehen. Am kommenden Samstag spricht Deutschlands zweite ESC-Gewinnerin in Barbara Schönebergers Radio-Talk „Mit den Waffeln einer Frau“ über ihr neu entfacht Körpergefühl.

Köln, 13. Juni 2019 – Anfang des Monats präsentierte sich Lena Meyer-Landrut ungewohnt „offenherzig“ mit einem Instagram-Post – mit nacktem Oberkörper hat man die Sängerin bis dahin eher selten gesehen. „Ich pass immer auf mit der ganzen Nacktheit und Sexualität. Wenn ich einen Hauch an Sexyness gebe, dann gehe ich auf Instagram sofort eine generelle Sexoffensive an. Das ist wie eine Nadel fallen lassen und es explodiert eine Riesenbombe.“

Auch wenn sie dort normalerweise Vorsicht an den Tag legt, hat Lena Lust auf mehr. „Ich habe auch meine Angst davor verloren“, verrät sie im Radio-Talk. „Ich hatte immer viel Angst davor, zu nackt zu sein. Jetzt kriege ich aber auch immer mehr Bock! Ich merke immer mehr, wie ich mich mit meinem Körper wohlfühle.“ Und sie fügt hinzu: „Ich bin sehr happy mit meinem Körper.“

Dazu trägt auch regelmäßiger Sport bei. Dabei achte sie vor allem auf ihre „Hamstrings“ (rückseitige Oberschenkelmuskulatur). Auf Nachfrage Barbara Schönebergers empfiehlt Lena „Deadlifts“ (Kreuzheben) sowie „Lunges“ (Ausfallschritte) als Übungen und verrät: „Ich arbeite ja ganz hart dafür, dass der Arsch wächst.“

Das komplette Interview gibt es am Samstag, den 15. Juni ab 11:00 Uhr in der Radio-Talkshow „Mit den Waffeln einer Frau“ auf [barba radio](http://barbaradio.de). Das Format läuft immer samstags von 11:00 bis 13:00 Uhr und sonntags von 16:00 bis 18:00 Uhr. *barba radio* ist auf www.barbaradio.de und via [App](#) zu empfangen. Die *barba radio*-App ist sowohl im App-Store als auch im Google Play Store erhältlich. Das Gespräch mit Lena Meyer-Landrut steht ab Montag, den 17. Juni auch als Podcast über die *barba radio*-App zur Verfügung.