

Ressort: Entertainment

## James Franco: Mit Boxen baue ich meinen Frust ab

Los Angeles, 16.10.2014, 11:29 Uhr

**GDN** - Wenn James Franco, US-Schauspieler, Regisseur und Schriftsteller, trotz seines Erfolges mal etwas weniger gute Laune hat, widmet er sich dem Sport. "Boxen ist für mich die beste Methode, um die Muskeln in den Armen und am Oberkörper zu trainieren und auch mal allen Frust loszuwerden, den man angestaut hat", erklärte er in einem Interview mit dem Magazin "Shape".

"Wenn ich sauer auf eine bestimmte Person bin, dann benenne ich den Sandsack nach ihr und haue zu, was das Zeug hält." Franco trainiert mehrmals pro Woche im Fitnessstudio, unter anderem mit Gewichten oder auf dem Laufband. Beim Sport sei ihm die Abwechslung ebenso wichtig wie in seiner Arbeit. "Ich bin ein aktiver Mensch, ruhig sitzen und nur entspannen ist nicht mein Ding. Manchmal will ich gar nicht schlafen, weil ich Angst habe, dass ich etwas verpassen könnte", so Franco.

### Bericht online:

<https://www.germindailynews.com/bericht-42853/james-franco-mit-boxen-baue-ich-meinen-frust-ab.html>

### Redaktion und Verantwortlichkeit:

V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV:

### Haftungsausschluss:

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.

### Editorial program service of General News Agency:

UPA United Press Agency LTD  
483 Green Lanes  
UK, London N13NV 4BS  
contact (at) unitedpressagency.com  
Official Federal Reg. No. 7442619