

# Claudia K.



Fühle mich ganz einfach wohl!

„Mein Ziel war und ist, Gewichtsreduktion ohne Radikaldiät und ohne Jo-Jo-Effekt, das habe ich mit diesem Konzept gefunden und erreicht!“

**Was waren deine Ziele für dieses Stoffwechselprogramm?**

Mein Ziel war eine Gewichtsreduktion ohne Radikaldiät und ohne Jo-Jo-Effekt, das habe ich mit diesem Konzept gefunden.

**Wie viel hast du in den 28 Tagen abgenommen bzw. danach?**

Ich bin dabei „gesund abzunehmen“ und fühle mich mit diesem Konzept sehr wohl dabei, das ist mir am Wichtigsten.

**War es für dich schwierig das Konzept umzusetzen?**

Am Anfang ja, speziell die ersten Tage sind intensiv, danach war es leicht umsetzbar. das Durchhalten hat sich jedoch zu 100% gelohnt.

**Würdest du dieses Stoffwechselprogramm weiterempfehlen?**

Ja auf jeden Fall, ich konnte auch meinen Mann dafür begeistern.

**Was hat sich während der Zeit bei dir verändert?**

Ich mache das Programm nun schon seit einigen Monaten und es ist mir gelungen meine Gewohnheiten positiv zu verändern, ich habe mehr Energie und regeneriere besser!

**Hast du während des Programms Sport gemacht und wie oft?**

Ja, außer ganz am Beginn, da ist der Körper mit entgiften beschäftigt. Ich betreibe regelmäßig Sport und vieles fällt mir nun auch leichter.

**Welche Beschwerden haben sich verändert?**

Trotzdem mein Mann Normalgewicht hat, Nichtraucher und Sportskanone ist, kämpft er gegen hohen Blutdruck. Nach wenigen Wochen konnte er die Dosis um ein Drittel reduzieren und ist auf einem guten Weg die Medikamente ganz zu streichen.

**Wie fühlst du dich jetzt?**

Ich und mein Mann fühlen uns ganz einfach wohl und optimal versorgt!