

Opäť majú chuť žiť

ANNA KRUPSKÁ

So svojím novým ja sa cíti úžasne a aj to na nej vidno, no v chudnutí pokračuje ďalej.

99 kg

Dnes

Pás: -17 cm

Boky: -20 cm

Stehná: -6 cm



111 kg

Pred

Naše čitateľky **Martina Konfederáková (38)** a **Anna Krupská (57)** po dvojmesačnom chudnutí so Šarmom a s NutriFood zhodili dokopy vyše dvadsaťštyri kilogramov!

Anna je pripravená na svadbu

Annou z Čeloviec trápila obezita dlhé roky. Tukové vankúšiky jej odoberali chuť do života a ona sa dostala do bludného kruhu, z ktorého nevedela vyjsť. Všetko sa však zmenilo pred dvomi mesiacmi, keď vyhrala súťaž Šarmantná línia a vďaka nízkokalorickým potravinám NutriFood začala meniť svoj život od základov.

Cieľ bol jasný – na septembrovej svadbe svojej dcéry chce vyzeráť ako nový človek. To sa jej vďaka odhodlaniu aj očividne podarí. „Po redukčnom programe pomocou produktov NutriFood schudla Anna od prvého merania celkovo 12,6 kilogramu. Z tejto hmotnosti bol skoro všetko tuk. Najviac nás teší zníženie množstva viscerálneho, teda vnútrobrušného tuku. Anna schudla nad pásom 21 centimetrov, v páse 17, v bokoch neuveriteľných 20 a v stehnách 6 centimetrov,“ dozvedeli sme sa od špecializovanej nutričnej poradkyne na finálnom meraní.

Nabitá elánom

Anna sa zmenila na nepoznanie, je z nej iný človek, ktorý žiari spokojnosťou a stratené kilogramy akoby do nej vdýchli nový život. „Mám neskutočnú

radosť, toto chudnutie ma naštartovalo a s NutriFood pokračujem ďalej. Dala som si cieľ vážiť 75 kilogramov a tam to chcem aj dotiahnuť, nech sa deje, čo sa deje,“ odhodlane hovorí pani Anna, ktorej hmotnosť rapídne klesla počas prvých štyroch týždňov chudnutia.

Ukáže krivky

K svojej diéte pristupovala zodpovedne a nezhršila ani raz. Hoci mala dovolené jesť bielu a zelenú zeleninu, čosi jej chýbalo. „Keďže je sezóna ovocia, mala som naň veľkú chuť. Samozrejme, nezhršila som. A sladkosti mi vôbec nechýbali, pretože medzi potravinami som mala aj sladké kokteily, tyčinky či ovsené vločky,“ konštatuje sympatická východniarka.

Je už prichystaná aj na svadbu dcéry, kde môže hrdou ukázať svoje nové krivky? „Jednoznačne áno. Teším sa, že sa už nemusím skrývať do veľkého voľného trička a konečne ukážem svoje ženské prednosti. Svoje nové ja predvediem aj v nových šatách,“ smeje sa na záver naša šťastná čitateľka, ktorá sa za dva mesiace nezmenila len z vizuálnej stránky, ale aj zo psychickej.



„Cítim sa ako hollywoodska hviezda,“ bavila nás pani Anna počas líčenia.



Z výsledku chudnutia je nadšená.



Celkové merania dopadli na jednotku.

NutriFood

Redukčné a výživové programy NutriFood sú určené na redukciiu hmotnosti ako plnohodnotná náhrada celodennej stravy, ktorá zaručuje vhodný denný príjem všetkých potrebných a telu prospešných látok – bielkovín, tukov, sacharidov, vlákniny, vitamínov, minerálov a esenciálnych aminokyselín. Nejde pritom o žiadne výživové doplnky, ale o odborne nastavený systém zdravej redukcie hmotnosti bez jojo efektu.



Užila si aj šikovné ruky vizážistky.

Martina sa cíti sebavedomejšie

S Martinou z Piešťan sa osud nemaznal. Keď jej ako malému dievčaťu zlyhávali obličky, musela podstúpiť náročnú liečbu, pre ktorú priberala. Neskôr sa liečila hormónmi, pretože sa jej nedarilo otehotnieť. Osud jej nakoniec nedoprial byť matkou a nevyšlo jej to ani s manželstvom. Jeden problém sa pridružoval k druhému a Martina ich zjedala. Preto sa rozhodla konať a výhra v našej súťaži jej padla viac než vhod. Bola to šanca na nový život a zdá sa, že sympatická tmavovláska je na ceste za šťastím. Pri chudnutí s NutriFood ju nezadržali ani zdravotné problémy. „Martina schudla od prvého merania celkovo 11,6 kilogramu a z tejto hmotnosti jej ubudlo 7,8 kilogramu tuku. Zo zdravotného hľadiska je dobré, že sa jej odvodnil organizmus, teukutiny sa dostali do normálu. Znížil sa aj BMI index a tým aj riziko vzniku iných zdravotných komplikácií. Martina schudla nad pásom 17 centimetrov, v páse 26, v bokoch 13 a v stehnách 14 centimet-

rov. Martina sa rozhodla pokračovať s redukčným programom NutriFood, čo nás teší,“ povedala nutričná poradkyňa.

Cíti sa atraktívnejšie

A ako sa cíti schudnutá Martina, ktorá si spolu s pani Annou užila aj šikovné ruky vizážistky Veroniky Vargovej a profesionálne fotenie? „Všetko je úžasné aj zo psychickej stránky sa cítim veľmi dobre. Naštartovalo ma hlavne to, že som za prvý týždeň schudla štyri kilogramy, a hoci táto diéta nie je jednoduchá, výsledky z nej ma hnali vpred. Konečne som sa naučila pravidelne jesť a piť. Motivovali ma aj reakcie okolia, ktoré na mne videlo pokroky,“ teší sa Martina, ktorá mala pre zdravotné problémy, na rozdiel od Anny, špeciálne upravený redukčný program, kde mohla jesť denne jedno jedlo v podobe rýb či mäsa v kombinácii s bielou či zelenou zeleninou. A čo jej počas diéty chýbalo najväčšmi? „Ovocie a melóny,“ pousmiala sa vynovená žena.

Chudnutie v číslach Anny a Marty:

Celkový úbytok váhy – 24,2 kg
Celkový úbytok v páse – 43 cm
Celkový úbytok viscerálneho tuku – 68,4 cm²

MARTINA KONFEDERÁKOVÁ

Vďaka novej postave si môže dovoliť obliecť šaty a obúť vysoké topánky.

96 kg

Dnes

Pás: -26 cm

Boky: -13 cm

Stehná: -14 cm



Pred

107 kg