

**Lenka
zhubla
49 kg**

**Lenka
Plocková**

Třebíč

Výška: 184 cm
Věk: 33 let
Původní hmotnost: 141,6 kg
Současná hmotnost: 92,4 kg

Snížení o:
49,2 kg

Délka hubnutí: 5 měsíců
Původní velikost oblečení: 58–60
Současná velikost oblečení: 46–48

Zmenšení o:
6–7 konfekčních velikostí oblečení



Lenka Plocková v době,
kdy vážila 141,6 kg.

Lepší pocit, více energie, svěžest a mladost

Příběh paní Lenky Plockové je rekordní v mnoha ohledech. Jedním z nich je rychlost, jakou zhubla, za 5 měsíců bezmála 50 kg. Za těch 5 měsíců musela vyměnit velikost svého oblečení 7x. A po udržovací fázi chce ještě hubnout. Držíme Vám palce, ať svého cíle dosáhnete.

Paní Lenko, můžete nám říct, jak jste se dostala do výživové poradny NATURHOUSE?

Užívala jsem produkty Herbalife a sice jsem zhubla, ale zase vše zpátky nabrala, bohužel i s úroky. Pochopila jsem i díky tomu, že tohle není cesta pro mě. O poradně NATURHOUSE jsem věděla, ale dlouhou dobu jsem jen chodila okolo, nakonec jsem sebrala odvahu a objednala se na vstupní konzultaci. Teď po pěti měsících vím, že to bylo dobré rozhodnutí.

Metoda NATURHOUSE je o úpravě stravovacích návyků. Připadalo Vám těžké je změnit?

Ani ne, osobní přístup výživové poradkyně Ivanky Loukotové, jídelníček, recepty, rady, podpora a motivace vše mi od samého začátku vyhovovalo. I díky tomu jsem za 5 měsíců shodila bezmála 50 kg, což považuju za svoji životní výhru.



Co jste nejvíce při kúře ocenila?

To, že jsem neměla pocit hladu a nehonila mě mlsná. V tom mi kromě úpravy jídelníčku pomáhaly také produkty jako například tyčinky SLIMBEL SYSTEM, vláknina FIBROKI, kávový koktejl SLIMBEL SYSTEM a sušenky PEIPAKOA BAMBOU.

Co Vám nová váha dala?

Lepší pocit, více energie, svěžest a mladost. Stále dodržuji rady a jídelníček a cítím se dobře. Fantastické na tom všem je, že netrpím pocitem hladu, které jsem zažívala kdysi, když jsem se pokoušela zhubnout.

Nyní jste v udržovací fázi. Docházíte stále na konzultace?

Ano. Až si zvyknu na současnou váhu i postavu, vrhnu se do dalšího

hubnutí. Ráda bych totiž zhubla ještě 15 až 20 kg.

Když se ohlédnete zpět, připadá Vám, že s NATURHOUSE bylo těžké zhubnout?

Ne, spíš si myslím, že pro mě bude těžší si novou váhu udržet, ale s tím mi pomůže má dietoložka Ivanka Loukotová.

Jak jste byla spokojena s výživovou poradkyní?

Paní dietoložka a její přístup ke mně mi naprosto vyhovují a ano, rozhodně mě motivuje pokračovat a držet se. Ráda bych poděkovala celému třebečskému týmu NATURHOUSE za podporu, motivaci a úžasný přístup. Moc jste mi mohly, děkuju.