

Michal
zhubl téměř
32 Kg

Michal
Kala
Prostějov

Výška: **175 cm**
Věk: **31 let**
Původní váha: **120 kg**
Současná váha: **88,3 kg**

Snížení o:
31,7 kg

Délka trvání: **7 měsíců**
Velikost oblečení před: **58**
Velikost oblečení po: **52**

Snížení o:
4 konf. velikosti obl.



Michal Kala
v době, kdy vážil 120 kg.

S pomocí odborné péče se mi podařilo naučit se správně stravovat

Říká Michal Kala, který během 7 měsíců zhubnul v dietetickém centru NATURHOUSE v Prostějově více než 31 kg.

Jak jste se dostal do dietetického centra v Prostějově?

Jednoho dne jsem při pochůzkách po městě byl osloven velmi příjemnou a sympatickou slečnou v bílém, která mi nabídla bioimpedanční analýzu těla zdarma. Řekl jsem si tedy, proč ne, a vstoupil do dietetického centra NATURHOUSE. Nabídku kompletních služeb pod jednou střechou, které NATURHOUSE nabízí, jsem se rozhodl využít po osobním



rozhodnutí udělat něco se svou obezitou.

Co následovalo pak?

Po několika dnech jsem se tedy dostal na první konzultaci, kde se mnou výživová poradkyně probrala můj zdravotní stav. Dále mě zvážila na speciální váze, která pomocí lehkých elektrických impulzů ukázala složení mého těla. Dle výsledků bioimpedančního měření, zdravotního stavu a stravovacích návyků mi stanovila jídelníček na míru. Jídelníček vychází ze zásad středomořské stravy. Je tedy lehký, pestrý a z běžně dostupných surovin. Aby mé hubnutí bylo efektivnější, zakoupil jsem si exkluzivní produkty vyráběné na bázi výtažků z rostlin. Tím mé hubnutí odstartovalo.

Co Vám na metodě NATURHOUSE nejvíce vyhovovalo?

Je těžké říci, co mi vyhovovalo nejvíce, ale jednou z věcí, kterou jsem nejvíce ocenil, byl

profesionální a individuální přístup výživové poradkyně v příjemném prostředí. S pomocí odborné péče se mi podařilo naučit se správně stravovat a odbourat všechny začínající zdravotní problémy způsobené obezitou. Dnes je mi jasné, že to byl krok vpřed tím správným směrem.

Jakých výsledků jste dosáhnul a za jak dlouho?

Dosáhnul jsem úbytku pro mě neuvěřitelných 31 kg za dobu sedmi měsíců. Cítím se lehce, plný energie a chuti do života. To je pocit skutečně k nezaplacení.

Docházíte i nyní na občasné návštěvy?

Jelikož mi k dosažení vysněné váhy ještě pár kilo schází, plánuji, že budu ještě na nějaké návštěvy docházet. A s občasnými návštěvami počítám i do budoucna. Díky tomu si své nové stravovací návyky lépe osvojím a zafixuju.