

Cítím se výborně, navíc si změny
všímá i mé okolí, což mě jako ženu
samozřejmě těší

RADKA
-10
kg

Radka Jedličková (Kolářová)

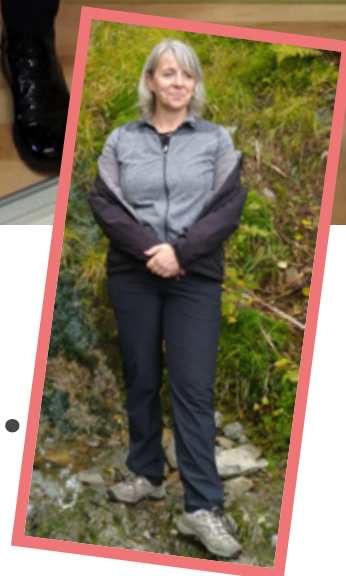
Bydliště: Benešov nad Ploučnicí
Poradna: Děčín
Zaměstnání: fyzioterapeut

Věk:	51 let
Výška:	164 cm
Původní hmotnost:	74,7 kg
Současná hmotnost:	64,6 kg

Délka hubnutí:	4 měsíce
Původní velikost oblečení:	42
Současná velikost oblečení:	38

Zmenšení o:

2 konfekční velikosti oblečení
Úbytek přes břicho: 7 cm



Cítím se výborně, navíc si změny všímá i mé okolí, což mě jako ženu samozřejmě těší

Paní Radka s naší metodou již před pár lety úspěšně zhubla, a když se rozhodla, že chce svou váhu opět trochu upravit, znovu se obrátila na NATURHOUSE. Nejvíce si na naší metodě chválí její jednoduchost a funkčnost. Paní Radce jsme pomohli s úpravou jídelníčku a společně s jejím odhodláním se jí povedlo shodit 10 kilogramů. Cítí se skvěle jak po psychické, tak i fyzické stránce a změn si začalo všimát i okolí, což dělá Radce největší radost.

Můžete nám sdělit, co vás přivedlo do výživové poradny NATURHOUSE?

Už jsem metodu jednou absolvovala, před 8 lety. Tím pádem jsem šla na jistotu.

Pamatujete si, jak probíhala vaše 1. konzultace? Co se na ní dělo?

Rozhovor, měření, vážení, jídelníček.

Začala jste dodržovat metodu NATURHOUSE. Co jste na ní nejvíce oceňovala?

Jednoduchost a funkčnost.

Co pro vás znamenaly pravidelné týdenní konzultace?

Příjemné povídání a motivace k tomu dál pokračovat.

K tomu, aby člověk upravit svoji hmotnost, je potřeba změnit jídelníček a stravovací návyky. Jaké konkrétní změny se týkaly vás?



Úprava porcí a skladba celého jídelníčku.

Nedílnou součástí metody NATURHOUSE je užívání produktů. Jak vám pomáhaly a které jste si oblíbila?

Sušenky jsou super, vláknina FIBROKI zasytí a pomůže proti chuti na sladké.

Pokračujete s užíváním produktů i nyní?

Ano.

Když se ohlédnete zpět, připadalo vám těžké zhubnout?

Ne.

Jak se cítíte nyní lehčí o 10 kg?

Cítím se výborně, navíc si změny všimá i mé okolí, což mě jako ženu samozřejmě těší.

Kombinovala jste hubnutí se cvičením?

Ano.

Plánujete do NATURHOUSE docházet i nadále?

Ano.

Doporučujete NATURHOUSE?

Ano, funguje to.