

# Das unspektakulärste Abnehmprogramm...

... vor vielen Jahren in Bern entwickelt, überlebt alle Mode-Diäten und ist gefragter denn je!



**Bärbel Reinold, Geschäftsführerin Vitalyse Solothurn seit 2005  
Selbstständige Lizenzpartnerin von Vitalance  
Eidg. dipl. Fitnesstrainerin / dipl. Ernährungscoach**

Das **Vitalance/Vitalyse**-Ernährungsprogramm wurde 1990 in Bern mit dem Ziel entwickelt, der Ursache von Gewichtsproblemen auf den Grund zu gehen und hat seither hunderten von betroffenen Frauen, Männern und Jugendlichen geholfen. Schon damals war die Devise: Ersatzmahlzeiten, Diät drinks, Modediäten und Pillen sind kein Ersatz für bessere Essgewohnheiten.

Bärbel Reinold hilft Ihnen auf persönlicher Basis, Ihr Essverhalten auf systematische Weise zu verbessern – ziemlich unspektakulär, aber nachhaltig und mit viel Einfühlungsvermögen.

Die **Vitalance/Vitalyse**-Programme gibt es in Bern, Lyss, Murten, Solothurn, Thun, Interlaken, Burgdorf, Langenthal, Aarau, Basel und Zürich.

Nein, damit nehmen Sie nicht 10 Kilo in 3 Wochen ab, und es geht auch nicht um eine neue Stoffwechsel-Diät, einen noch besseren Diät drink oder eine weitere mysteriöse Blutanalyse. Nein, Sie müssen nicht hungern, Kohlenhydrate und Einladungen streichen. Und nein, es handelt sich auch nicht um einen neu erfundenen Stoffwechseltyp, der Ihre Nahrungsauswahl noch mehr einschränkt. Das unspektakulärste Abnehmprogramm funktioniert ohne Firlefanz – an 11 Praxis-Standorten.

## **Essen soll Spass machen, kein schlechtes Gewissen**

Dies ist einer der wichtigsten Grundsätze von **Vitalyse**. Statt auf alles Gute zu verzichten, zeigt Ihnen Bärbel Reinold, wie Sie mit Freude und ohne schlechtes Gewissen essen und dennoch effizient abnehmen können.

## **Der Ursache des Problems auf den Grund gehen**

**Vitalyse** hilft Ihnen, das zu verändern, was zum Übergewicht führte – Ihre Essgewohnheiten. Sind diese einmal geändert, im Alltag gefestigt und automatisiert, ist dies das Ende Ihrer Diät Karriere.

## **Professionelle, individuelle Betreuung**

Vielleicht wissen Sie bereits viel über Ernährung, aber haben alleine nicht die Kraft, Ihr Wissen konsequent umzusetzen. Dank individuellen, verständnisvollen Einzelberatungen ist es Bärbel Reinold möglich, Ihren Erfolg zu steuern und optimal auf Ihre Bedürfnisse einzugehen. Das Resultat: Sie nehmen **rund 0,8 bis 1 Kilo pro Woche ab**, bleiben stets motiviert und bekommen Ihr Gewicht, Ihre Ernährung und Figur

Schritt für Schritt unter Kontrolle. Denn Sie und Ihr Coach zusammen sind stärker als Ihr innerer .... Widerstand.

## **Jetzt Termin reservieren**

Wenn Sie vernünftig, gesund und nachhaltig abnehmen und Ihre Essgewohnheiten optimieren möchten, offeriert Ihnen **Vitalyse** Solothurn ein unverbindliches und kostenloses Abklärungsgespräch mit Ernährungsanalyse. Rufen Sie jetzt an, und reservieren Sie sich Ihren Termin unter:

**Telefon \*032 621 92 63**  
info@vitalysesolothurn.ch



Für körperliches Wohlbefinden

**Vitalyse, Bärbel Reinold**  
St. Niklausstrasse 1, 4500 Solothurn  
www.vitalysesolothurn.ch



## **Von Dr. med. Jürg Naef empfohlen:**

«Das Ernährungsprogramm von **Vitalance/Vitalyse** ist alltagstauglich in der Umsetzung und wissenschaftlich fundiert. Ich musste mir eingestehen, dass ich als Mediziner über Ernährung Bescheid wusste, aber vieles im Alltag nicht umsetzen konnte. Genau das ist das Problem vieler Übergewichtiger: Der Wille wäre grundsätzlich da, aber die Umsetzung ohne Begleitung ist mangelhaft. Ich war von Anfang an von der Notwendigkeit eines Coaching überzeugt.»

Dr. med. Jürg Naef  
Facharzt FMH für allgemeine Innere  
Medizin spez. Geriatrie  
Manuelle Medizin SAMM + ASMM