

## Erfolgsbericht

Wie bei vielen Frauen in meinem Alter begann mit den Wechseljahren auch die Gewichtszunahme. Bei mir kam auch noch dazu, dass ich vor 3 Jahren mit Rauchen aufgehört habe. So habe ich seit dieser Zeit 10 Kg an Gewicht zugenommen. Ich probierte diverse Diäten, weniger essen, viel Gemüse, keine Kohlenhydrate, mehr Sport.....hat alles nichts genutzt. Für mich war klar, dass ich jetzt handeln musste wenn ich nicht noch mehr zunehmen will. Mir wurde auch bewusst, dass ich dazu Hilfe brauche. So wurde ich durch ein Inserat auf Vitalyse aufmerksam und habe mich im Internet schlau gemacht. Nach einem Gespräch mit Bärbel Reinhold war ich überzeugt, dass ich es so schaffen kann.

Und so ist es. Nach 3 Monaten habe ich 10 Kilo abgenommen und wieder mein Traum- und Wohlfühlgewicht erreicht. Ich hatte nie das Gefühl hungern zu müssen oder auf vieles zu verzichten. Ich konnte mir sogar ab und zu Auszeiten bei Einladungen oder Ferien erlauben und habe durch das Wissen, das ich bei Bärbel Reinhold erlangt habe, gelernt zu reagieren und habe so nicht wieder zugenommen. Sie gibt super Tipps und weiss, wie sie einen motivieren kann.

Jetzt bin ich im Stabilisierungsprogramm und weiss, dass ich mit Hilfe von Vitalyse und Bärbel Reinhold mein Gewicht behalten werde. Vitalyse kann ich mit gutem Gewissen weiterempfehlen.

Name: Jaggi Barbara Tel: \_\_\_\_\_  
Adresse: 4562 Biberst Datum: 9.10.2014  
Erlaubnis für Veröffentlichung: Ja / Nein Unterschrift: B. Jaggi