



Sikertörténet

„Skvarisné Bella Tímea vagyok. Már több „tuti” fogyókúrát kipróbáltam, voltak kisebb sikerek, de soha nem volt tartós. Egy beszélgetésnél hallottam a Premium Diet-ről. Az elején ezt is kételkedve fogadtam, de úgy gondoltam nincs veszteni valóm a kilókon kívül, belevágtam. Nem tagadom féltem, hogy csak háromszor lehet enni, nem is beszélve a 2 „Go” naptól. A két nap könnyebb volt, mint gondoltam. A „PREMIUM DIET REGULAR” napoknál volt az elején nehézségem, nem ettem rendesen délben, így nehéz volt estig. Azt a tanácsot kaptam, hogy egyek rendesen délben, úgy fogom bírni, megfogadtam, valóban jobb volt. Reggel, este Regular, délben vegyes étkezés és sok víz egész nap. Emellett heti 1-2 edzés, ilyenkor a Regular mellé ettem valami mást is este az edzés után. Sokféleképpen variáltam: fahéjjal, kakaóval, zabpehellyel, gyümölcszel változatossá lehet tenni. Körülbelül a nyolcadik héten lement az a súlyfelesleg, amit szerettem volna. Azóta is a napi háromszori étkezést tartom, de a reggelim és a vacsorám már nem csak a Premium Diet Regular. Reggelire a PREMIUM MUESLI-t, zabkását, néha teljes kiőrlésű termékeket fogyasztok, este gyümölcs, joghurt. A diétába azért kezdtem bele, mert nem éreztem magamat jól a bőrömbe, most jól érzem magam, fittebb energikusabb vagyok, a súlyomat azóta is tartom. Köszönöm Premium Diet”