

Erfolgsbericht

Audauernde Müdigkeit, Schläppheit, häufige Magen-
schmerzen und zu merken, dass mein persönliches
Wohlfühlgewicht mit 8 kg schon längstens überschritten
war, bewog mich Fr. Wornbrodt und das Vitalyse-
Programm anzuschauen und in Anspruch zu nehmen. Ausserdem
hatte ich das Gefühl, dass ich von „ausser“ ein wenig Druck
und Unterstützung brauchte, da die eigene Disziplin nicht
ausreichte. Einmal beschlossen, ging der Einstieg „rückwärts“
und schon war ich mittendrin. Jetzt nach Abschluss
und mit knapp 11 kg weniger, bin ich froh, den Schritt
gemacht zu haben. Am Anfang ist die Auswahl und
Zusammensetzung der Lebensmittel natürlich schon eine
Umstellung, aber je länger je mehr ist meine Ernährung
umgestellt, umso wohler fühle ich mich. „Hängige“
Momente gab es selten und das Programm ist gut im
Alltag umsetzbar. Auch für Versuchssituationen, wie
z.B. Urlaub, Feste etc. hatte Fr. Wornbrodt immer eine
Lösung. Rüdherum „woh“ in meiner Haut, mit
Elaun und meinem Wohlfühlgewicht starte ich nun in
die zweite Jahreshälfte. Ein grosses „Merki“ geht dabei an
Fr. Wornbrodt - für die tolle + ermutigende Begleitung!

Name: Alexandra Hadesberg Tel: _____

Adresse: 3270 Aarberg Datum: 5.7.13

Erlaubnis für Veröffentlichung: Ja / Nein

Unterschrift: A. Hadesberg