

**Milada
zhubla
20 kg**

**Milada
Kapounová**

Bydliště: Nový Oldřichov

Poradna: Česká Lípa

Zaměstnání: mistrová

Věk:	45 let
Výška:	182 cm
Původní hmotnost:	115 kg
Současná hmotnost:	95 kg

Snížení o:

20 kg

Délka hubnutí:	4 měsíce
Původní velikost oblečení:	48–50
Současná velikost oblečení:	44

Zmenšení o:

2–3 konfekční velikosti oblečení



Milada Kapounová v době, kdy vážila 115 kg.

Je ze mě opět sebevědomá žena

Paní Miladu Kapounovou do výživové poradny NATURHOUSE v České Lípě zavedly fotografie z dovolené, na kterých se nelíbila sama sobě. Jako vzorná klientka dodržovala pokyny výživové poradkyně a po 4 měsících nejen nosí oblečení v konfekční velikosti 44, ale především se cítí lépe, plná optimismu a sklízí pochvalu od svých blízkých. Dokonce vyhrála soutěž o nejlepší proměnu a moc si užila den plný líčení, úpravy vlasů, nového oblečení a focení.

Chtěla bych se s vámi podělit o svůj příběh. Problémy s váhou jsem řešila od mládí, čím více jsem je řešila, tím víc jsem přibývala na váze. Několikrát se mi podařilo zhubnout, nejvíc však 10 kg a samozřejmě s jo-jo efektem.

Po návratu z dovolené v Tunisu jsem se nemohla ani podívat na fotografie, jak sem tlustá a neatraktivní. Mám tak ráda lidi a život. A najednou jsem si položila otázku, zda mám vůbec ráda sebe sama? Proč si tak ubližuji?

Rozhodující pro mě byl návrat do práce a moje dvě kolegyně, které



už měly dole 10 kg díky NATURHOUSE. Výživovou poradnu v České Lípě jsem navštívila 2. 9. 2015. Přivítala mě usměvavá výživová poradkyně Míša Hanušová. „Chci dolu 30 kg,“ povídám a ona na to: „Ano, to půjde.“

Krátce na to jsem se přihlásila i do soutěže o proměnu, kterou připravil NATURHOUSE. A to pro mě bylo tou největší motivací. Řekla jsem si, jo, to vyhraju. A opravdu každá moje návštěva byla pro mě pozitivní, protože díky stravě a produktům NATURHOUSE jsem prostě hubla.

Po prvních 10 kilech si toho začalo všimnout okolí a mě to opět nakopávalo k tomu, abych nehřešila. A opravdu výsledky byly vidět. S váhou jsem šla z původních 115 kg na 95 kg a konfekční veli-

kosti z 48–50 na 44 při mé výšce 182 cm. Můj cíl je 85 kg. A já to dokážu.

Protože miluji sladké, tak si moc ráda kupuji v NATURHOUSE sušenky FIBROKI, proteinové tyčinky SLIMBEL SYSTEM a samozřejmě vlákninu FIBROKI, která je nedílnou součástí mé stravy. Začala jsem také cvičit na eliptickém trenažéru.

Výsledek se dostavil, když mi poradkyně Míša na konci soutěže sdělila, že jsem výherkyně. Den s proměnou jsem si moc užila – ka-deřnice, líčení, oblečení a focení. Byl to tak trochu můj sen stát se aspoň na jeden den modelkou. Jsem opět sebevědomá žena. Děkuji vám, děvčata, Míšo, Janičko a Martinko, moc jste mi pomohly.