

PETRA
-31
kg

Petra Pivoňová

Bydliště: Opava

Poradna: Opava

Zaměstnání: kuchařka

Věk:	50 let
Výška:	180 cm
Původní hmotnost:	143 kg
Současná hmotnost:	112 kg

Délka hubnutí:	8 měsíců
Původní velikost oblečení:	52
Současná velikost oblečení:	44

Zmenšení o:

3 konfekční velikosti oblečení



Moje strava je teď pestrá a pravidelná

Paní Petru do NATURHOUSE přivedla hlavně vysoká váha. Pod kontrolou výživové poradkyně na naší pobočce v Opavě se jí za 8 měsíců povedlo zhubnout krásných 31 kilogramů. Její jídelníček je více pestrý a cítí se díky tomu perfektně.

Petro, můžete nám sdělit, co vás přivedlo do výživové poradny NATURHOUSE?

Do NATURHOUSE mě donutila přijít má vysoká váha.

Pamatujete si, jak probíhala vaše 1. konzultace? Co se na ní dělo?

Na první konzultaci jsem se poprvé seznámila s produkty NATURHOUSE.

Začala jste dodržovat metodu NATURHOUSE. Co jste na ní nejvíce oceňovala?

Ocenila jsem to, že jsem díky jídelníčku začala více a správně jíst.

Co pro vás znamenaly pravidelné týdenní konzultace?

Hlavně hodně informací ke zdravé stravě.

K tomu, aby člověk upravil svoji hmotnost, je potřeba změnit jídelníček a stravovací návyky. Jaké konkrétní změny se týkaly vás?

Především je teď moje strava pravidelná a pestrá.



Nedílnou součástí metody NATURHOUSE je užívání produktů. Jaké jste si oblíbila?

Oblíbila jsem si čaj, FIBROKI a VADESSA.

Pokračujete s užíváním produktů i nyní?

Momentálně ne.

Když se ohlédnete zpět, připadalo vám těžké zhubnout?

Ze začátku ano.

Jak se cítíte nyní lehčí o 31 kg?

Perfektně.

Kombinovala jste hubnutí se cvičením?

Ano.

Plánujete do NATURHOUSE docházet i nadále?

Ano.