



... dnes už historie – na začátku čistá váha 100 kg

Naši LR-partneři a jejich úžasné osobní výsledky!!

Dana a Pavel Grossmannovi

Dovolte, milí LR-partneři, abych Vás všechny touto cestou pozdravil a prostřednictvím LR-magazínu Vám sdělil své zážitky, pocity a hlavně výsledky naší diety.

Nejprve však něco málo k mé osobě. Je mi 49 let, měřím 170 cm a vážím – omlouvám se – vážil jsem rovný metr čili 100 kg! Stále ještě si nemohu na svou vlastní proměnu zvyknout, protože ještě před vánočními svátky tomu tak prostě bylo. Tuto poměrně velkou nadváhu jsem si po léta pěstoval a moje hlava (jak rozum tak i zrak) byla po spoustu let velice benevolentní vůči mému tělu a „**nechala to mé tělo pěkně vypasit**“. Co na tom ale bylo to nejhorší, člověk si zvykne! Jakmile se sám začne smířovat s tím, že „lepší už to nebude...“, smíří se s osudem „**tlustocha**“ a to je konec, máte pocit, že už to nejde změnit.

Během své dlouholeté obezity jsem se samozřejmě pokoušel zhubnout pomocí různých diet – pár příkladů za všechny: dělená strava...; různé bobule na hubnutí...; banánová dieta...; od pěti odpoledne už nic nejíst...;

... 20. 11. 2007 – začátek diety

počítat denně kilojouly...; tzv. předoperační dieta-celerová... A tak bych mohl pokračovat dál a dál, prostě byl to šílený teror mozku i žaludku! Trápil jsem se s dietami stejně jako spousta jiných lidí, protože jak dobře víme, velká většina populace má minimálně nadváhu a potažmo i obezitu. Jsem přesvědčen, že na tento stav má zásadní vliv dnešní „rychlý“ způsob stravování a vzhledem k stále se zdokonalující technice i minimální pohyb. Důsledkem je špatné spalování, ukládání tukových zásob a následně obrovské přetěžování organismu, který to většinou dříve nebo později **nezvládne!** A nejhorší na tom je, že i s vědomím tohoto rizika si to omluvíme a nepřipouštíme. Nadváha totiž neboli, ale...

Vraťme se nyní o tři měsíce zpět. V naší produktové nabídce se objevuje zcela nový dietní koncept, tzv. **DIETA VE 3 KROCÍCH!**

To jsem ještě netušil, že je to **GENIÁLNÍ KONCEPT NA HUBNUTÍ**, díky kterému jsem se po neuvěřitelných 3 měsících zařadil mezi menšinovou populaci – mezi tzv. **HUBEŇOURY!!**

Když jsme s mojí ženou poprvé četli postup naší diety, tak mi opravdu nešlo ani připažit, což vidíte na fotografii z 20. 11. 2007 (oslava druhých narozenin našeho vnoučka). Jsou to mé poslední okamžiky, kdy se rafička naší osobní váhy zastavuje na **TŘÍMÍSTNÉM ČÍSLE = 100 kg!**

Dieta přišla lehce, srozumitelně a já ji vyzkoušel, stejně jak již mnoho dalších lidí!

Dieta má 3 fáze:

PRVNÍ – upravit si kyselost v těle, a to tak, aby kyselé i zásadité prostředí bylo vyvážené. Díky špatným stravovacím návykům tělo většinou přijímá více sacharidů než potřebuje a ty se potažmo mění na tuky a zvyšuje se hladina cukru. K vyvážení potřebujeme tablety ProBalance, s jejichž pomocí je třeba upravit kyselost na hodnotu pH 7, kdy tělo nejlépe spaluje tuky a zbavuje se přebytečné vody. Já jsem bral na začátku 2 x 5 tablet denně a po 10 dnech jsem měl pH 7. **A pozor – 5, 5 kg PRYČ!** To však ještě nebyl úbytek tuku, ale zadržené vody.

