

Sikerült!

10 kg - 3 hónap alatt. Pedig
volt karácsony, nyaralás all inclusive
ellátással - Ibombau, és hűvös.

Hogyan?

- Elhatároztam, hogy leadok a súlyomból,
de egyelőre nem ment
- Megtaláltam Ginát doktor, aki elmondta,
hogy mit kell - kórum - és leadok
hetente 1 kg - t. Először kételkedtem
- A konzultációk igazolták őt, mentek
le a kilók
- Megtanított arra, hogy nem kell aggódni,
ha egyik nap többet eszem, mert
a másnapos a következő napokban
korrigálom. (Széhidrái gyógy nap)

A fogyókúra alatt nem nevedtem,
jól éreztem magam, festély, kelkiég, most
látom, hogy lérem a célom. Ma a
súlyom annyi, mint diét koromban volt
- és ez már soz éltrede volt.

Budapest, 2008. március 25.

-Kecskésy Deáka