

LENKA
-20
kg

Lenka Humelová

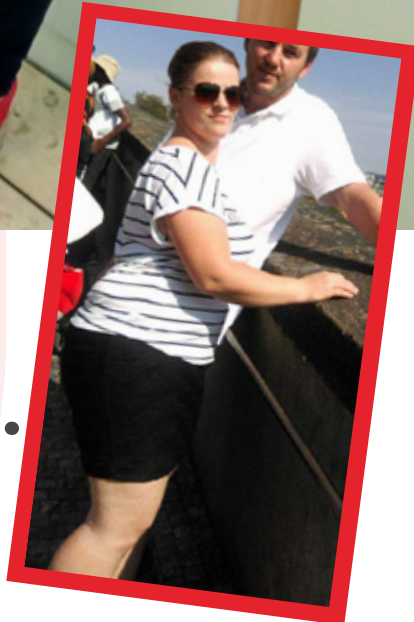
Bydlisko: Nitrianska Blatnica
Poradňa: Piešťany
Zamestnanie: operátorka výroby

Vek: 33 rokov
Výška: 160 cm
Váha na začiatku: 83 kg
Váha teraz: 63 kg

Dĺžka trvania: 6 mesiacov
Veľkosť oblečenia pred: XL
Veľkosť oblečenia po: S - M

Zníženie o:

2 - 3 konfekčné veľkosti oblečenia
Úbytok cez boky: 17 cm



NATURHOUSE odporúčujem všetkým svo- jim známym

Slečna Lenka Humelová prišla do výživovej poradne NATURHOUSE v Piešťanoch zo zvedavosti. Už na prvej konzultácii bola milo prekvapená priateľskou atmosférou a pozitívnym prístupom. Po pol roku je ľahšia o 20 kilov a môže nosiť krásne oblečenie vo veľkostiach S a M.

Lenka, môžete nám povedať, čo vás priviedlo k nám do výživovej poradne NATURHOUSE?

Do NATURHOUSE ma priviedla moja mierna nadváha a hlavne zvedavosť, skúsiť niečo nové. Som mladá, všade sa hovorí o obezite ako kľúčovom faktore pri vzniku a rozvoji rôznych ochorení a to som nechcela. Samozrejme sa rada aj pekne oblečam, ale oblečenie v tých väčších veľkostiach sa mi na sebe vôbec nepáčilo, tak som sa rozhodla pre zmenu.

Ako prebiehala vaša prvá konzultácia? Aké boli vaše pocity?

Áno, pamätám si deň mojej prvej konzultácie. Prijala ma výživová poradkyňa Natália Vašková, ktorá ma odvážila a pomerala. Všetko prebehlo vo veľmi dobrej a priateľskej atmosfére.

Chodili ste každý týždeň na konzultácie? Ako boli pre vás dôležité?

Áno, chodievala som každý týždeň na konzultácie. Veľmi som sa tešila na nové a zaujímavé recepty, ktoré mi vždy chutili.



Čím si vás NATURHOUSE získal? Odporučili by ste nás vašim známym?

Výživová poradňa NATURHOUSE Piešťany si ma získala milým a pozitívnym prístupom výživových poradkyň. Vždy som odchádzala po konzultácii pozitívne naladená. Určite by som odporučila NATURHOUSE Piešťany všetkým svojim známym, ktorí chcú zmenu bez hladu a trápenia.

Plánujete navštevovať poradňu aj naďalej?

Určite áno, ako inak.

Natália, ako ste spokojná s premenou svojej klientky?

Chudnutie s Lenkou bolo úžasné. Každý týždeň poctivo chodievala na konzultácie a vždy som vedela, že bude mať úspech. Bola to klientka na ktorou som sa vždy veľmi tešila, plná energie a nehovoriac o poctivosti k jedálničkom, čo poteší každou výživovou poradkyňu. Keď sa teraz na pani Lenku pozriem, vidím veľkú kočku. Prajem jej aby si váhu udržala aj naďalej, a verím, že jej plány v živote vídu tak, ako si ich praje.