

Erfahrungsbericht nach 4 Wochen !

Christopher B., Alter: 26



	Vorher	Nachher	Ergebnisse:
Gewicht:	76 kg	69,9	minus 6,1 kg
Bauch:	95 cm	83 cm	minus 12 cm

Mental habe ich mich gut auf die weiße Woche vorbereitet. Schon in der ersten Woche waren 6,5 cm am Bauch und 2,7 kg weg. Von Woche zu Woche wurde es abwechslungsreicher und damit einfacher. Waage und Maßband waren meine beste Motivation. Lecker war der Ernährungsplan in Woche drei und vier. Jetzt freue ich mich auf die wichtige Stabilisierungsphase.

Ich fühle mich einfach super - easybalance hat Spass gemacht. Persönliche Folgen: Lob und Neid - Lust auf Sport - Shopping ☺
Danke an die easybalance Autoren, sowie die Figurcoaches Paul Kretzschmar und Andreas Hoffmann für ihre Unterstützung!

