

Selbstverständlich und es ist ganz einfach.

Die Lösung: abnehmen ohne zu hungern ist sehr einfach.

Hören Sie sofort auf Diäten auszuprobieren. Das klappt nie nachhaltig. Hören Sie auf Nahrungsergänzungen zu nehmen, diese bringen nichts. Also kein totes Pulverzeug, das Sie vor jeder Mahlzeit nehmen müssen.

Und hören Sie sofort auf Kalorien zu zählen, wenn Sie nicht wahnsinnig werden wollen.

Ernähren Sie sich ganz einfach nährstoffreich und nicht kalorienreich. Sie werden schnell, und wenn Sie dabei bleiben, nachhaltig abnehmen und Ihr Wunschgewicht halten können.

Ich weiss, jeder Mensch sollte zwischen 1'600 bis 2'500, ja sogar bis 3'000 Kalorien und als Sportler noch mehr, täglich zu sich nehmen. Und so isst man schnell mal eine tote Pizza mit 270 Kalorien, eine tote Schokolade mit über 500 Kalorien usw.

Der Körper braucht Nährstoffe, jedoch nicht aus Kapseln, Tabletten oder in Pulverform.

Essen Sie **LEBENS**mittel mit Lebensenergie und keine **TOTEN**mittel. Sie nehmen so nicht nur ab, Sie werden auch gesund. Und es kostet Sie nichts ausser den Einkauf für Ihre Lebensmittel.

Wer zur Zeit krank, immer kränklich ist und ein schwaches Immunsystem oder seinen Körper mit chemischen Substanzen ruiniert hat, muss mehr wissen. In unserer Onlineberatung informieren wir Sie ausführlich.