

Cesta hubnoui ženy



Krásný den Vám přeju.

Jmenuju se Jana,
jsem z Mariánských Lázní
a je mi 64 let.



A tohle
je můj příběh...

Od svých 18 let jsem marně
bojovala se svou váhou:

- Prošla jsem desítkami diet.
- Zažila spoustu JO-JO efektů.
- Měla zdravotní problémy.
- Trpěla bolestmi kloubů
a špatně se hýbala.
- A polykala léky
na vysoký tlak
a cholesterol...



Ve svých 64 letech jsem
však objevila něco, díky čemu:

✓ mám o -22 kg méně,

✓ váhu si bez problémů
už 4 roky držím



✓ a moje lékařka mi
vysadila léky na
tlak i cholesterol,
protože je
nepotřebuju...

A právě teď Vám ukážu,
co a jak mi pomohlo:



Jediná

VĚC

která

zničí

vaše kila

Vítejte
v téhle zábavně-naučné příručce,



kde se něco...

... hodně zajímavého dozvíte,



a přitom se...

... u toho třeba
i trošičku pobavíte ;-)



Ale před tím, než začneme...

Je slušností se představit:





Jmenuju se Martin
a jsem odborník na výživu těla:



A tohle je Svatuška



báječná fyzioterapeutka...



... co vidí úplně každému...



... až do žaludku.

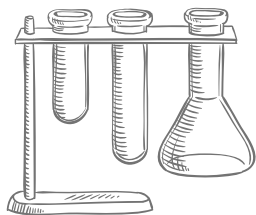
My dva jsme vašimi průvodci
tuhle netradiční příručkou:



Moc nás těší!

A hned na začátku
vám chceme říct, že...

Všechno, co se od nás (nejen v této příručce) dozvíte, jsou:



odborná fakta podložená celým
jedním stoletím vědeckých výzkumů



znalosti ze studií na 1. lékařské
fakultě Univerzity Karlovy



životní zkušenosti se všemi
pády a vzestupy, které k tomu patří



léta dřiny a odříkání v praxi
odborníků na lidské tělo



Navíc však...

.... protože oba dva milujeme
zábavu, humor a nadsázku...



.... nebudeme vám tu tlouct do hlavy
suché vědecké analýzy.

Tahle příručka je maličko jiná,
než byste možná čekala...

Tahle příručka vás
nemá "vyděsit" odborností...



Tahle příručka
vám má **jednoduše** pomoci.

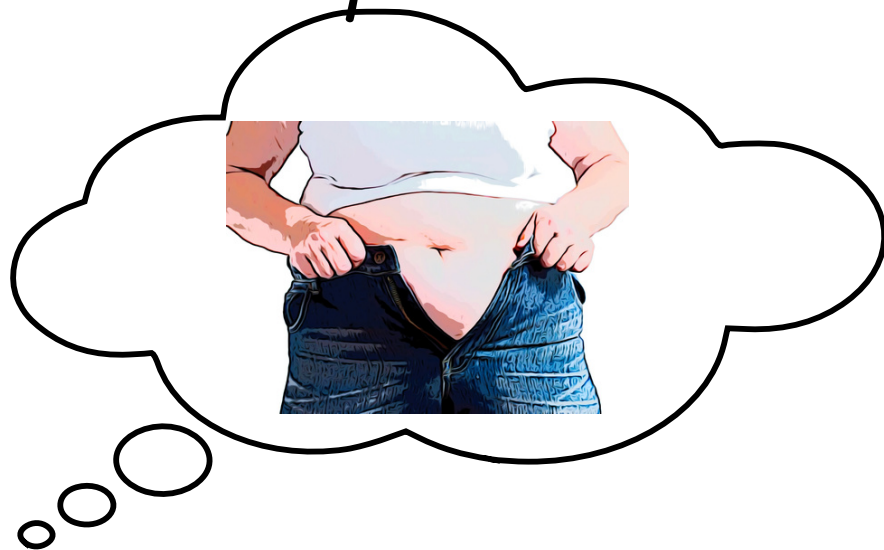
A zároveň vás u toho pobavit.

Tak jestli vám to takhle vyhovuje...



... jdeme na to!

Než vám odhalíme tu slíbenou věc,
která vás jako jediná dokáže
připravit o nadbytečná kila...



... zkuste se někoho kolem sebe
zeptat, co by vám poradil...

... abyste:



... při pohledu do zrcadla byla spokojená
se svým tělem.

... slyšela od vašich přátel, že vám to sluší!

... neměla výčitky, že zas něco ujídáte.

... se KONEČNĚ aspoň jednou cítila spokojená a
šťastná ve svém vlastním těle.

Sázím celou svoji večeři
i s příborem...



... že uslyšíte něco takového:

Přidej pohyb!



Uber jídlo!



**Vynech sladké!
Pij jen vodu!**



**Přidej trochu
zeleniny!**



**A koukej jíst
luštěniny!**



A já říkám:

"Fajn..."



... tohle vám řeknou v každé druhé reklamě na hubnutí."

A to všechno vám sice...

(když teda víte, jak to správně kombinovat)



... pomůže mít vysněnou postavu,
zbavit se pár zbytečných kil
a i zlepšit vaše zdraví.

Jenže...

K tomu všemu
potřebujete znát něco...



... bez čeho to nepůjde
a nebude to nikdy fungovat!

Jediná

VĚC

která

zničí

vaše kila

Zkoušela jste diety, speciální recepty
a stejně to bylo k ničemu?

Nechce se vám 6 x denně
jíst, nebo si počítat kalorie?

Nebaví vás extra pro sebe
vařit nebo shánět speciální
potraviny?



Nemáte čas, chuť nebo už vám ani zdraví
nedovolí pravidelně se hýbat nebo sportovat?

A přesto
mít štíhlejší postavu...



... byl vždycky váš sen?

Chcete zhubnout a udržet si
štíhlou postavu napořád?



A k tomu si navrch
pořádně zlepšit vaše zdraví?

Pak mám pro vás skvělé zprávy:



Rozhodně k tomu **nepotřebujete**:

X pevnou vůli

X vytrvalost

ani žádnou jinou

X skvělou vlastnost

... protože za to, že se vám
nedaří udržet si štíhlou postavu
(ať už dlouhodobě nebo jen občas)



... totiž nemůžete vy!

Může za to tahle...

Jediná VĚC



Určitě znáte nějaké lidi,



kterí mají postavičku jako lunt
a přitom říkají:

Dietu nedržím...



Sním všechno

**Jsem líná...
zásadně nevičím**

Mám slabou vůli

Věříte jim to?



Nebo vás spíš napadne:

"To tak...

... takhle "hubená nudle"
tady říká, jak všechno jí,
vůbec nic nedělá...



A přitom určitě chodí 5x týdně cvičit
a pak se nacpe maximálně zrním
a nějakou zeleninou!"



Možná se budete divit,
ale mluví pravdu. →

Jen přitom nejspíš vůbec netuší,
čím to vlastně je!



Určitě znáte naopak i takové,
co se pořád honí.

K smrti by se usportovali...



... a přitom ne a ne pořádně
zhubnout.

Ani oni totiž
bohužel vůbec netuší...



... co to je ta...

Jediná
VĚC
která
zničí
vaše kila



Ta jediná věc, která ničí vaše kila
se jmenuje:

INZULIN



Aha! Že už jste ten název
někdy slyšeli?

Nejspíš v souvislosti s cukrovkou?

Ale jak pomůže
vám, nevíte?





Tak teď pořádně zbystřete
a **VELMI POZORNĚ** si přečtete
následující stránku...

INZULIN



... je hormon, který vyrábí vaše tělo.



... je zodpovědný za to,
jestli **hubnete** nebo **tloustnete**.



... **rozhoduje** o tom, jestli energii z
jídla hned **spálíte** nebo **uložíte** na tuk.

Je to **jediná věc**, která...

zničí
vaše kila

Jestli máte nějaké to kilo navíc
nebo ne...



nerozhoduje

- ✗ ani počet kalorií, které sníte
- ✗ ani nedostatek pohybu
- ✗ ani vaše slabá nebo silná vůle

rozhoduje



inzulin

Stačí vědět, jak jednoduše
přemluvit váš hormon inzulin...



... aby fungoval
ve váš prospěch...

... a vaše boje s kilogramy jednou
pro vždycky **skončí!**

A to i v případě, že už vaše tělo nedokáže
hormon inzulin samo vyrobit a musíte mu ho
dodávat ve formě léků nebo injekcí.

Vaše sny o štíhlejší postavě...



... a návrh k tomu
o pořádný kus vylepšené zdraví...

... se velmi rychle stanou realitou!



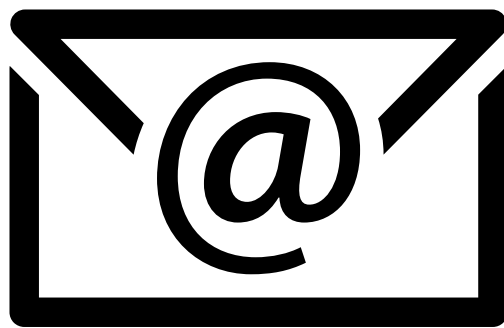
Jestli vás zajímá, jak na to,

tak budte zítra na příjmu
ve své e-mailové schránce,

protože...



Hned zítra vám pošleme e-mail...



(kdybyste ho ve své e-mailové schránce nemohla najít,
tak se podívejte i do složek "HROMADNÁ POŠTA" "SPAM"
nebo "PROMOAKCE" kam se může omylem zatoulat)

... a společně se podíváme vašemu
inzulinu pořádně na zoubek!

Zjistíte...

Jak se i vy
(pokud jste žena ve věku 40–85 let)



dokážete bez jakékoliv námahy,
v jakémkoliv věku a jednou pro vždy
zbavit přebytečných kilogramů

Těší se

Martin
a Svatuška

