

Ute og hjemme

SYNSKE LENA FRA «ÅNDENES MAKT»: ARVET PAPPAS EVNER

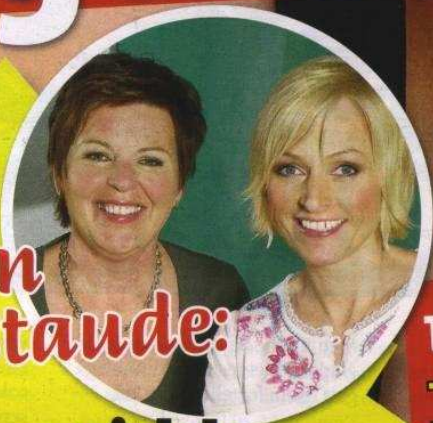


Kun **22,-**

÷ 2 størrelser før jul

SUPERPILLE fjerner magefettet

Wenche Andersen og Vår Staude:



Lag våre middags-FAVORITTER!

Snart jul i blomsterpotta

KOS DEG MED Ute og hjemme

Tett på Grete Waitz: - TRE MENN HAR FORMET MEG

Prins Charles fyller 60 BLIR HAN KONGE?

Hver uke: EKSTRA TV-KRYSSORD!





Pillen som kan gi ny kropp til julebordet



AKTIVE: Reidun og Bjørn Atle er et sprekt ektepar som begge er aktive på et treningssenter.

Reidun Strøm (67) fikk ti centimeter smalere midje og et nytt liv med drahjelp fra et kosttilskudd.

TEKST OG FOTO: ANINE GUTUBAKKEN BYLES OG PRIVATE



Reidun og ektemannen Bjørn Atle (67) lever et aktivt liv. Sammen har de to døtre, en sønn og åtte barnebarn. Det er med andre ord nok å holde på med for den spreke familien.

– Da jeg passerte 50, begynte jeg å legge på meg. Alt la seg liksom på magen. Da jeg så at de søkte etter folk til å være med på en studie av 30days, nølte jeg ikke et sekund. Nå er det ett år siden, og jeg har faktisk tatt av 10 centimeter rundt midjen. Fettprosenten er redusert med hele seks prosent. Det er jeg veldig fornøyd med, sier Reidun stolt.

– Reidun var en av dem som fikk resultater med en gang. Hun har hatt en fin kurve gjennom hele året, og fortsetter stadig å plukke centimeter rundt midjen og redusere fettprosenten, sier Nils Mortensen som ledet studien.

Bilen er parkert

Med pillen fulgte en sunnere livsstil.

– Jeg har nesten parkert bilen for godt, nå tar jeg sykkel i stedet. Både mannen min og jeg er aktive på et treningssenter. Med smalere livvidde og bedre kosthold er livet på topp nå, sier Reidun.

Livet har ikke alltid vært så lett. De ti siste årene

har vært tøffe for Reidun. Blant annet fikk hun kreftdiagnose i 2003. Heldigvis ble det oppdaget på et tidlig tidspunkt.

– Alt er i grunnen bare velstand nå. Både psykisk og fysisk er jeg blitt mye bedre. Det er så deilig å ha blitt kvitt den store magen. Det bulte ut overalt, og jeg følte meg overhodet ikke vel. Stjernetegnet mitt er kreps, og derfor er jeg ekstra opptatt av familie. Nå har jeg overskudd til å bruke enda mer energi på dem, sier hun.

Reidun har også endret kostholdet og spiser sjeldnere brød og poteter.

Bort med magesfettet

Når kvinner slanker seg, kan man først se det på ansiktet og brystene, men magesfettet er det største problemet. Mortensen påstår at 30days sørger for at magesfettet også reduseres.

– Det er uhyre viktig å redusere fettprosenten. Du blir ikke tykk av det du spiser mellom jul og nyttår, men av det du spiser mellom nyttår og jul. Kutt ut brød og poteter. Spis heller rugbrød. De som vil gå ned i vekt, er også nødt til å være i aktivitet. Mosjon og et sunt kosthold er veldig viktig, forteller han. ■

Lege Roald Strand gir gjerne gode råd i tillegg:

- Det er mange som har god effekt av dette produktet. Noen blir skuffet, og jeg opplever at mange får enda bedre effekt når jeg gir kostholds- og livsstilsråd i tillegg. Men mange opplever å gå inn i centimeter ved bruk av produktet alene også.
- Det er mange interessante teorier om overvekt. At 30days blant annet produserer et speilt protein, vil vi vite mer om etter hvert.
- Det er et ufarlig preparat som er basert på kjente ingredienser, som er godt beskrevet. I tillegg er sammensetningen helt unik, og det er absolutt et spennende produkt.

Sjekk livvidden din

Hvis du er mann og har en livvidde over 94 cm eller kvinne med livvidde over 80 cm, er du i faresonen for å utvikle type 2 diabetes og hjerte-karsykdommer.

Kilde: Nasjonalt helseinstitutt



Slik virker det

- Nils Mortensen påstår at du går ned to størrelser på 30 dager med 30days.
 - Studier indikerer at ingrediensene blant annet stimulerer et protein, Stamp 2, som øker fettforbrenningen. Proteinet finnes i magefett, og derfor ser kosttilskuddet ut til å være spesielt virksomt mot store mager. Kombinasjonen av pillene, fysisk aktivitet og et sunt kosthold med et beskjedent inntak av sukker og stivelse hjelper med å holde magefettet borte.
 - Det er de seks urtene lakrisrot, artisjokk, løvetann, mariatistel, rosenrot og schisandra i kombinasjon med betaglukaner som angriper magefettet.
 - Fjerning av avfallstoffer er en viktig del av kuren. Lever og nyrer renses og setter fart på immunsystemet, slik at mengden av cellulitter og overflødig væske blir redusert.
 - 30days fås kjøpt i helsekostbutikker.
- (Kilder: caredirect.no og 30-days.no)

SMALERE MIDJE: Reidun måtte bytte ut buksene da midjen ble ti centimeter smalere.