

## Bleibende 15 Kilo fitter in 9 Monaten

**Zu Figurella kommt man, um wirklich etwas zu erreichen, die Figur zu verbessern und das allgemeine Wohlbefinden zu steigern. Das war auch bei Carina Fehlmann nach einem Leidensweg mit Fehlversuchen der Fall. Heute, neun**

**Monate später, ist sie 15 Kilo leichter, fitter und gesünder. Und weil sie mit Figurella ohne Zwang ihr ganzes Verhalten umgestellt hat, wird das auch so bleiben.**

Carina Fehlmann ist happy, so schlank und rank wie sie heute dank Figurella aussieht, aber das war nicht immer so. Nach der Geburt ihrer beiden Kinder hatte ihr Stoffwechsel einfach nicht mehr so gut funktioniert wie früher. Die Polster, die sie schön gleichmässig verteilt angesetzt hatte, wollte sie unbedingt wieder loswerden. Und so probierte sie von der Ernährungsberatung bis zu traditionellem Fitnessstraining vieles aus, wobei sie sich nicht wohl fühlte. Sie suchte auch im Internet nach Wegen, Gewicht zu verlieren – mit wenig

Erfolg. «Bereits nach dem ersten Anruf bei Figurella hatte ich ein gutes Gefühl. Und nach dem Beratungsgespräch war ich dann richtig glücklich», sagt Carina Fehlmann. Als Hobby-Tänzerin und frühere Tennislehrerin wusste sie eigentlich intuitiv, dass Bewegung zum Abnehmen gehört. Das allein reicht aber nicht: Wenn der Gewichtsverlust nachhaltig bleiben soll, gehört wie beim Fatburning-Programm von Figurella auch eine Umstellung des Essverhaltens und der Ernährung dazu. Ihre Figurella-Beraterin hat das Gewicht abnehmen mit dem Sprachenlernen verglichen: Man lernt in der Theorie und übt das Gelernte immer wieder in der Praxis, bis man die Umstellung spielend lebt und sich dabei wohl fühlt. Bei Carina Fehlmann kam die Verbesserung schnell und auch ihr

Stoffwechsel wurde dank der Kombination der Bewegungsbehandlung und Ernährungsumstellung mit einer Ozonbehandlung wieder angeregt. Von August 2007 nahm sie bis Mai 2008 15 Kilo ab, von 69,3 auf 54,5 Kilos innert neun Monaten. Ein schöner Erfolg, der dank der ganzen Verhaltensumstellung auch anhalten wird.

**Figurella**  
Dufourstrasse 5, Basel  
Tel. 061 271 82 88  
[www.figurella.ch](http://www.figurella.ch)

