

Ulrike Hamburg-Krebs



„Mrs.Sporty macht das Unmögliche möglich“

„Ich fühle mich rundherum wohler, habe mehr Antrieb und das Beste ist, dass sich das auch positiv auf mein Privatleben auswirkt“, freut sich Ulrike. „Vorher habe ich nur unregelmäßig Sport gemacht und auch in anderen Fitness-Studios nicht das Richtige gefunden. 30 Minuten sind für mich optimal, es gibt einfach keine Ausrede mehr nicht zum Sport zu gehen! Mrs. Sporty passt einfach super in meinen Alltag“! Ulrikes Trainingserfolg ist wirklich sensationell. Seit Januar 2007 sportelt Ulrike und anfangs verbesserten sich die Werte nur leicht. Den Durchbruch brachte die Ernährungsumstellung mit dem Mrs. Sporty Ernährungskonzept. Ohne Hungern purzeln die Pfunde: In nur wenigen Monaten nahm Ulrike 8 kg ab, der Körperfettanteil sank um 5%, an Taille und Hüfte verlor Ulrike zusammen 10 cm.