

Unser Mitglied des Monats Dezember ´08

In dieser Rubrik stellen wir Euch jeden Monat Mitglieder unseres Clubs etwas näher vor. Sie haben entweder eine besondere Geschichte zu erzählen oder sie überzeugen durch bemerkenswerte Erfolge. Als Dankeschön erhalten alle Mitglieder des Monats ein spezielles Mrs.Sporty-Geschenk.

Unser Mitglied des Monats Dezember 2008 heißt Sabine Cosmici.

Seit bereits mehr als einem Jahr zählt die stets freundliche Sabine zu unseren treuen Mitgliedern.

Als ihre Ziele nannte sie uns neben der gewünschten Straffung, die Kräftigung von Bauch & Rücken auch eine Gewichtsreduzierung von immerhin 10kg.

Es stimmt absolut, dass, wenn man gesund abnehmen möchte, dies nicht „von heute auf morgen“ geschieht. Im menschlichen Körper spielen sich Anpassungsprozesse ab, die einfach eine gewisse Zeit benötigen.

Schön, dass sich Sabine diese Zeit genommen hat. In den vergangenen 12 Monaten reduzierte sie ihre Gewicht um 12kg, senkte ihren Körperfettwert um mehr als 7% und so verschwanden natürlich auch einige Zentimeter - an der Taille waren es ganze 11cm!

Ihr Erfolgsrezept: Einfach 2-3x/Woche zu Mrs.Sporty kommen! Und was sind schon 12 Monate, zumal der Sport eine Vielzahl weiterer positiver Begleiterscheinungen bewirkt.

Wir sagen unserem Mitglied des Monats: „Liebe Sabine, schön, dass auch Du wieder einmal bewiesen hast, wie effektiv das Mrs.Sporty-Training ist!“

