Отзывы - похудение - Нижний Новгород

Послан Похудение - 09/03/2015 13:23

_____

Отзывы о программах снижения веса.

Отзывы о специализированных медицинских центрах.

Похудение - в Нижнем Новгороде, отзывы просим оставлять в этой теме.

==========

Отзыв - чай для похудения

Послан Катерина Ю. - 09/03/2015 18:15

_____

У меня про чай для похудения отзывы только отрицательные. Вы почитайте их состав! Ничего, кроме трав со слабительным и мочегонным эффектом в них нет! Вот так выпьешь чайка и будешь бегать в туалет. Может быть вы и сбросите несколько килограмм, но ценой каких усилий? Ваш организм будет истощен, ваше самочувствие – хуже не куда, но зато на весах – результат! Но стоит перестать их пить, как вес возвращается вместе с проблемами с желудком и кишечником. Так что я бы никому не советовала прибегать к помощи таких чаем, особенно потому, что их очень часто подделывают, что может привести к печальным последствиям, в том числе – вы можете надолго оказаться постоянным клиентом докторов и аптек. Цените свое здоровье!

==========

Отзыв - похудение - Батончики «Леовит»

Послан Lilandra - 09/03/2015 18:17

_____

Батончики «Леовит» покупаю не потому, что хочу похудеть, а потому что у них более-менее хорошие составы.

Сочетание у этого батончика интересное – яблоки и семена льна. Оба этих продукта сами по себе очень полезны. Конечно, лучше употреблять их в свежем виде. Но для ленивых уже намешали своеобразную конфету. А я свежие яблоки вообще не люблю.

В батончике можно с легкостью разглядеть семена льна и их не так мало, что, конечно же, радует. Но, наверное, этот батончик нельзя людям, у которых аллергия на льняное семя. Я к их числу не отношусь.

Яблоки хорошо чувствуются. И, кстати, батончик не такой пахучий, как многие подобные ему. Что говорит об отсутствии искусственных ароматизаторов. В составе есть ароматизаторы, но там не указано, что они идентичные натуральным.

Из состава видно, что сахар присутствует в белой глазури. Как же тогда этот продукт отнести к диетическим? Конечно, все полезно в меру. Если не лопать такие батончики по 20 штук в день, а съедать один с чаем, то он, на мой взгляд, будет полезнее, чем шоколадная конфета.

Батончик приятный, но чисто субъективно он мне не особо понравился. По вкусовым качествам мне все же больше по душе "Фенхель с зеленым чаем".

==========

Re: Отзывы - похудение - Нижний Новгород

Послан Галина П. - 09/03/2015 18:18

Мое похудение началось с системы осознанного питания. Это когда понимаешь, действительно ли ты хочешь есть или едой заменяешь что-то другое (как правило, это недостающие эмоции). Потому что еда - это самый простой способ утолить голод по эмоциям, но он неправильный. Плюс общие рекомендации - никогда не быть голодной, чтобы не переесть потом. Отказалась от белого хлеба и от любой колбасы и сосисок (сейчас булочку иногда съедаю по настроению, а вот колбасу в рот не вломишь - сплошная химия чувствуется). Воды надо больше пить. Если постоянно хочется сладкого - надо больше заниматься сексом. И вместо сладкого - лучше больше фруктов, но в разумных пределах - грамм 400 в день. Потому что на фига лишний сахар в крови. Ну и по возможности больше ходить пешком вместо транспорта.

==========

Re: Отзывы - похудение - Нижний Новгород

Послан Deneuve - 09/03/2015 18:19

Лет 5 назад прочитала многим известную брошюрку "Отличная фигура за 15 минут в день". Стала пользоваться и результат ощутила практически сразу. Этот комплекс действительно настоящая находка для всех: времени занимает минимум, а эффект дает максимальный.

==========

Re: Отзывы - похудение - Нижний Новгород

Послан piter - 13/04/2015 18:23

Думаю, в вопросах похудения женщинам нужно быть поосторожнее. Агрессивная реклама всевозможных препаратов может привести к негативным последствиям. Лучше быть полным, чем больным!

==========