

“
gezieltes
Training mit
cm-Garantie
”



Janine Dreher,
Dornbirn
-30 kg



Seit 23 Jahren begleitet Bodylight erfolgreich Frauen zur Traumfigur. Im modernen und hellen Studio wird die erfolgreiche Bodylight-Therapie angeboten. Denn: Übergewicht muss kein Schicksal sein! Das Studio bietet alles, was man auf dem Weg zum Traumgewicht braucht. Die Bodylight-Therapie ist unkompliziert und äußerst effizient. Der Grundstein des Erfolges ist die Gymnastik, die im Liegen unter Wärmezufuhr ausgeführt wird. Zudem erfolgt eine Ernährungsumstellung auf gezieltes, gesundes Essen. Ein persönlicher Ernährungsplan sowie sukzessive Steigerung gezielter Übungen, führen nach kurzer Zeit zu Erfolgen.

“

NICOLE, WIDNAU

3x wöchentlich Training

16 kg leichter, 3 Kleidergrößen weniger

„Ich war schon lange nicht mehr zufrieden mit meiner Figur. Die vielen Diätprogramme brachten kurze Erfolge, die Motivation war nicht mehr gegeben. Meine Arbeitskollegin gab mir den Tipp, mit Bodylight zu starten. Ich machte einen Termin für eine persönliche Analyse aus, war nach dem Probetraining so motiviert, dass ich mich gleich für das professionelle Programm entschieden habe. Fühle mich fit schlank und glücklich. Ich gebe meine Eindrücke gerne weiter. Danke Angelika, für die tolle Unterstützung.“

Mit Bodylight fit und gesund ins neue Jahr

Auch Nicole Stemer hat es geschafft – und zwar dauerhaft. Ihr Beispiel beweist den Erfolg der Bodylight-Therapie. Durch die regelmäßige Therapie wird ein Konditionsstand erreicht, der die Bewegung im Alltag um vieles erleichtert und somit die Lebensqualität steigert.

Kein Hungern mehr!

Die Motivation bei der Bodylight-Therapie: Nicht qualitativ hungern ist die Devise, sondern gesund und bewusst mit Bewegung die überflüssigen Pfunde loswerden. Dabei verliert man nicht nur an Gewicht, es wird gleichermaßen eine Verringerung des Umfangs erreicht. „Viele übergewichtige Frauen befürchten, durch ihr hohes Gewicht keinen Sport mehr betreiben zu können“, schildert Angelika Monz. Der Clou

der Bodylight-Therapie ist, dass alle Übungen im Liegen gemacht werden. So ist es auch stark übergewichtigen Frauen leicht möglich, Gewicht und Umfang zu verlieren.

INTERESSANTE FAKTEN

- Lebensqualität steigern
- Hautstraffung trotz großer Gewichtsabnahme
- Therapie individuell auf den Kunden angepasst
- Hohe Gewichtsverluste
- Problemzonen sowie Cellulite reduzieren
- Gesund und Bewusst mit Bewegung, nicht qualitativ hungern
- Alle Übungen werden im Liegen gemacht
- Dauerhaft Gewicht und Umfang verlieren



VORHER



NACHHER



BODYLIGHT
Figur- und Schönheitsstudio

BODYLIGHT, Figur- und Schönheitsstudio
Riedgasse 42, Dornbirn
T 05572 53056, bodylight@aon.at,
www.bodylight.at

Öffnungszeiten:

Mo.-Do.: 8.30–11.30 und 13.30–20 Uhr
Freitag: 8.30–16 Uhr