

Jag är en av finalisterna i Årets Cambridge - Kvinna

Snabba resultat = ökad motivation har fått mig att tänka helt annorlunda angående matvanor och motion.

Efter två jobbiga graviditeter med väldigt mycket foglossning samlade jag på mig många, många kilon. Efter 10 månader efter förlossningen stod vågen fortfarande still och jag mädde jättedåligt över att inte orka leka med mina barn och att inte ha några kläder som passade. Kände inte mig bekväm i min egen kropp.

Efter att ha gått ner 21,6 kilo...

Mina känningar efter foglossningen har blivit avsevärt bättre tack vare att jag inte väger lika mycket och att jag motionerar mycket mer. Jag är gladare, piggare, mer ork och jag kommer äntligen i mina vanliga kläder igen. Mitt största mål med denna viktnedgång var att hamna på en fettprocent under 33% och ligger nu på 32,3%

elif@cambridgeviktprogram.se

Tel: 08-730 41 19

[Cambridge Viktprogram](#) har som mål att hjälpa människor till ett hälsosammare och lättare liv genom trygg viktminskning. Vårt viktprogram är sammansatt så att du snabbt tappar din övervikt men också får hjälp och verktyg att förändra dina dåliga mat- och motionsvanor så att du kan behålla din nya vikt långsiktig.