



Bine ai venit!  
Te asteptam.

follow me

Musafiri online: 33

E-mail:

Parola:

Intra

?

CARTE DE OASPETI

FORUM

DESPRE FLORENTINA

CONTACT

CAUTA

INSCRIE-TE

Concurs "Slabeste sanatos"

COMANDA ACUM MINIM 3 CD-URI SPORT CU FLORENTINA SI PRIMESTI CADOU UN PRODUS NIVEA GOOD-BYE CELLULITE!

PhoneNutrition

- CD/DVD Sport cu Florentina
  - Despre Florentina
  - Florentina Wellness Club
  - Florentina - Aparitii media
  - Emisiuni TV
  - Sport, Dieta si o Vedeta TV
  - Sport cu Florentina TV
  - Exercitii pentru tine
  - Necesarul tau de calorii
  - Sfaturi pentru tine
  - Stiati ca
  - Ce, cand si cum mancam
  - Sanatatea ta
  - Partenerii mei
  - Cauta
  - Florentina la ski - Video
  - Fotografii Florentina
  - Produse de slabit
  - Calculeaza-ti greutatea ideala
  - Elixirele vietii
  - Tip constitutional
  - Consum energie
  - Sfaturi utile
  - Apa, esenta vietii
  - Antioxidanti
  - Apa si ceaiul
  - Fructe si legume
  - Imbatranirea prematura
  - Atentie!
  - Calorii alimente
  - Informatii utile
  - Active Slim
  - NOU ! Test conditie fizica
  - Test varsta biologica
  - Harmony WellnessFair
  - Concurs "Slabeste sanatos"
  - Concurente
  - Voteaza concurenta preferata
  - Interviu Florentina
- Prima TV

Astazi

OK

Interviu revista "Avantaje" - Aprilie 2008

**Cum ti-a venit ideea acestui concurs ?**  
Din dorinta de a ajuta cat mai multe persoane sa scape de surplusul de kilograme care ar putea genera probleme de sanatate pe termen lung, constienta fiind ca participand la o competitie primul pas spre slabire, adica motivatia, este facut deja.

**Care a fost reactia publicului - cate fete s-au inscris in concurs, care au fost cele mai des invocate motivatii ptr participarea la concurs, care au fost motivatiile invocate ptr faptul ca sunt supraponderale ?**  
Am fost surprinsa sa constat ca intr-un timp relativ scurt, de cateva zile, s-au inscris 179 de persoane. Majoritatea celor inscrise la concurs sustin - nu se simt bine in pielea lor.  
- sunt stresate ca arata mult mai rau fata de prietenele lor  
- se simt greoaie in miscari  
- pentru a fi mai sanatoase  
- pentru ca isi doresc sa fie exemplu pentru copii lor  
Aproape toate au recunoscut ca o alimentatie dezechilibrata, lipsa miscarii si a motivatiei sunt principalele motive pentru care au acumulat kilogramele in plus.

**Cum le-ai ales pe cele 4, pe ce criterii ?**  
A fost o alegere destul de dificila, imi doream sa aleg pers de varste diferite, profesii diferite, iar motivatia lor sa fie puternica, astfel ca si rezultatele sa fie multumitoare, iar ele sa fie un exemplu pentru celelalte. Sa nu fi facut cure repetate de slabire, stiut fiind ca atunci organismul reactioneaza mai greu atunci cand vrei intradevar sa-ti schimbi stilul de alimentatie. Sa nu fi avut si sa nu aibe probleme grave de sanatate.

**Caracterizeaza-le un pic pe fiecare - 2-3 randuri/persoana, cu care o recomandare personalizata.**  
**Dan Valentina** este o femeie puternica, sigura pe ea, dornica sa slabeasca, care nu a mai tinut cure de slabire, sa ingrasat deoarece ii place sa manance, pentru ca a considerat ca se simte bine si arata bine si cu cateva kilograme in plus, doar ca in momentul in care fetita ei a crescut si a devenit sportiva si-a dat seama ca poate deveni un exemplu negativ pentru copilul ei.  
**La Dumitrescu Alimeea** faptul ca este casnica si sta foarte mult la bucatarie, a generat kg. In plus si cred ca dorinta ei de a slabi va fi putin impiedicata de acest fapt, dar voi fi aproape de ea si cu ajutorul exercitiilor fizice cred ca va reusi, dar si datorita faptului ca isi doreste foarte mult sa-si schimbe aspectul fizic, considerand ca niciodata nu este prea tarziu.  
**Vireanu Andreea**, fata din „generatia fast food”, care dealtfel si recunoaste ca nu poate sa treaca pe langa un fast food fara sa-si cumpere ceva, sper sa intelega dezechilierele pe termen lung care pot aparea in urma consumului frecvent de astfel de alimente, este ambitioasa si motivata sa arate foarte bine.  
**Petre Florentina Andreea** este mult mai tanara decat celelalte concurente, are doar 19 ani, un surplus foarte mare de kg. si ma bucur ca nu a lasat timpul sa treaca, hotarandu-se sa slabeasca cat mai repede, consienta fiind ca aspectul fizic ii poate dauna in viitor.

**Ce obiective au - aceleasi pentru toate ? Sa slabeasca - cat ? Sa isi tonifice musculatura ? Sa scape de celulita ? Sa aiba o forma mai buna ? Care din ele are cele mai mari sanse sa indeplineasca aceste obiective - un pronostic, ceva ?**  
Imi doresc ca toate concurentele sa adopte un stil de viata sanatos, sa considere sportul ca si un aliat de nadejde pe termen lung in lupta cu kilogramele in plus si modul in care se simt, sa-si tonifice musculatura si astfel tinuta lor sa fie cat mai buna.  
Sa intelega si sa considere ca au nevoie de masaj ca un ajutor atunci cand isi doresc sa scape sau sa previna aparitia celulitei, constienta fiind ca toate au probleme de celulita.  
Toate trebuie sa slabeasca cel putin 10 kg. In trei luni de zile, sa-si scada procentul de grasime din corp, care este peste 35%, normal fiind 25%.  
sa consume mai multa apa, deoarece procentul de apa este foarte mic, sub 45%, normal fiind 55% si sa-si imbunatateasca considerabil conditia fizica, prin miscare, care este sub minim in acest moment. Cred ca sanse au toate sa slabeasca, acum fiind vorba de o competitie, sunt curioasa care dintre ele va slabi mai mult in aceasta perioada.  
Fetele au inceput programul de slabire sanatoasa printr-o cura de detoxifiere de 5 zile cu produse Biogice Biotta bazata pe sucuri de fructe, legume, ceaiuri si seminte de in. exercitii fizice efectuate in fiecare zi 25 de minute cu **CD-urile Sport cu Florentina**, o data pe saptamana tratamente la **Centrul Silhouette** si pentru a intensifica arderea de calorii in timpul efortului fizic vor folosi produsul **Active Slim**. Acestea sunt lucruri pe care fiecare persoana care isi doreste sa slabeasca, ar trebui sa le faca. Urmareste evolutia concurentelor in emisiunile Florentinei Sport, Dieta si o Vedeta de la PrimaTV din fiecare duminica la orele 09:00 si pe [www.florentina.ro](http://www.florentina.ro)  
Pe langa motivatia personala, am venit cu o motivatie suplimentara, oferita de partenerii acestui concurs, astfel castigatoarea va avea parte de o mni vacanta intr-o capitala europeana oferita de **Europa Travel** cu transportul asigurat de **Blue Air**, premiul 2 o mini vacanta la **Ana Asian Helts SPA Eforie Nord**, toate concurente vor primi produse de la firma **Zepter** si lenjerie de corp de la firma **Triumph**.

Adauga comentariu    Vezi comentariile (1)

Inapoi



Alege sa fii sanatos

Maxima zilei

Sfatul zilei

Cos de cumparaturi

Cosul este gol

Recomanda-ma

Email Dvs.:

Email dest.:

Trimite

VREI SA SLABESTI?



urmeaza-ma!

**SiPro**

bucătării

...spune ce bucătărie vrei





salonul vietii sanatoase  
si al starii de bine



EXISTĂ UNII CARE  
SE STRĂDUIE ÎN MOD



ROMANIA



Noua colectie  
de zboruri  
Blue Air 2007

Lyon