

Line tabte 35 kilo og 40 cm på EasyLife kurset

Line på 31 gik fra 107 kilo til 72 kilo og mistede 40 cm i taljen efter kun fire måneder på EasyLife kurset. I dag arbejder hun som EasyLife instruktør i centeret, hvor hun selv startede. Hun hjælper nu andre med at tabe sig og lægge livsstilen om.

Line er et levende eksempel på, at EasyLife ikke bare hjælper dig ned i vægt. Nej, dette livsstilsprogram hjælper dig også til at ændre livsstil, så du ikke tager de tabte kilo på igen. Der er nemlig næsten gået halvandet år, siden Line tabte de mange kilo, og hun har ikke taget så meget som et gram på igen. "Havde nogen fortalt mig på forhånd, at jeg ville gennemføre dette projekt, havde jeg leet højt og ment, at de var tossede. Jeg kan næsten ikke forstå, at det er sandt, at jeg har klarret det", siger Lene. Line er ligeledes overrasket over, at det gik så nemt med at tabe alle kiloene og centimeterne. "Det gik utroligt meget lettere end jeg havde turdet håbe på", siger Line fornøjet.

I december 2007 fik hun fjernet hud fra maven, som ikke kunne strammes op ved træning. Den løse hud var et resultat af flere graviditeter og det store vægttab. Med den overflødige hud forsvandt også den sidste rest af hendes gamle liv. Nu gælder der sund kost og motion resten af livet for EasyLife instruktør Line.

Nu hjælper Line andre ned i vægt

Line begyndte at arbejde i fitnesscenteret i oktober 2006. Nu er hun både medlemsrådgiv-

er og EasyLife instruktør. "Jeg havde arbejdet i restaurationsbranchen hele mit liv og tænkte, at skulle jeg forandre noget i mit liv, så skulle det være nu", fortæller Line.

Hun sagde "ja tak" til et job i centeret, og er i dag den, der smilende tager imod alle dem, der ønsker at tabe sig. Hvem kan være bedre til det end netop hende? EasyLife programmet varer i 6 måneder, men Line brugte kun 4 måneder på at tabe 35 kilo.

Spiser mere end før

Før trænede hun aldrig, og spiste en og max to gange om dagen. Nu spiser hun mindst 4 gange om dagen, og har aldrig spist så meget, som hun gør nu. Men heller aldrig så sundt som nu! Kombineret med 4 gange træning om ugen har der ikke været nogen problemer med at holde vægten på 72 kilo. Lines datter Madeline mærker også, at der er sket noget med hendes mors energi. I vinter var vi flere gange ude og lege – det orkede hun ikke tidligere. I dag er livet anderledes. "Jeg har flere kræfter, mere energi og kan derfor mange flere ting, end jeg kunne tidligere". Line fortæller, at hun har sat sig et mål for næste sommer. Der vil hun løbe på stranden i bikini – akkurat som Bo Derek.

Kendt som Dirty Line

Tidligere havde Line et drømmejob som dagligleder og bartender på det kendte og populære Dirty Nell. "Jeg var kendt som Dirty Line. Nu prøver jeg at ligge navnet bag mig", fortæller Line.

Hun spiste som regel en pizza på arbejde ved nitiden, og hvis hun var sulten, når hun var færdig på arbejde, smuttede hun forbi hotel køkkenet på vej hjem og fik sig lidt usundt mad igen inden hun tog hjem i seng. Mere mad fik hun ikke på en hel dag. "Tung og fed mad før man går i seng er ikke god kombination. Jeg manglede B12 vitamin, og var til tjek hos lægen hver 3. uge. Blodtrykket var også for højt. Efter at jeg er begyndt på EasyLife kurset, træner og spiser sundt, har alle læge tjekkene vist, at jeg er fit for fight igen. Blodtrykket er faldet, og jeg mangler ikke B12 vitamin længere", afslutter den stolte EasyLife instruktør Line.



Sådan så Line ud efter hun havde tabt 35 kilo kropsvægt og 40 centimeter rundt om talje, men før hun i december 2007 havde gennemgået en operation for at få fjernet overflødig hud. Bemærk forskellen på ovenstående billede og nedenstående billeder.



Disse fotografier blev taget af Line før hun startede op med EasyLife. Da vejede hun 107 kilo og i dag vejer hun 72 kilo.

EasyLife
gør det lettere
for dig