

# Anwenderin testet HYPOXI-Methode

## Bilanz nach den ersten beiden Wochen positiv



Jutta Schmitt testet die HYPOXI-Methode in Bad Vilbel. Über Ihre Fortschritte wird sie regelmäßig berichten. Foto: Hypoxi

**Ich, Jutta Schmidt, 53 Jahre, habe schon immer mit zu vielen Kilos zu kämpfen. Nun habe ich eine Diagnose: Fettverteilungsstörung und hoffe, dass mir die HYPOXI-Methode helfen kann!**

Bereits bei der Probebehandlung hatte ich ja festgestellt, wie wohltuend eine HYPOXI-Anwendung sein kann, nun freue ich mich auf jeden Termin! Ganz besonders natürlich auf die ersten 20 Minuten im „Hautstraffungsanzug“. Hier wird eine Ganzkörper-Kompression kombiniert mit einer Teilkörper-Massage, ein ganz tolles Gefühl, bei dem ich richtig entspannen kann und sogar ab und zu kurz einschlafe. Aber auch die anschließenden 30 Minuten im Liegefahrrad sind alles andere als anstren-

gend! Bei moderater Belastung wird die gesamte untere Körperhälfte ab der Taille in einer Druckkammer behandelt. Dabei wechseln sich Unterdruck und normaler Luftdruck ab, so dass mein Venen- und Lymphsystem ordentlich angekurbelt wird! Danach fühle ich mich richtig gut und total vitalisiert.

### Venen- und Lymphe werden ordentlich angekurbelt!

Ein unsicheres Gefühl hatte ich bei den Empfehlungen zur Ernährung. Zwar hatte ich auch vorher schon an einer Ernährungsumstellung gearbeitet, aber die Angst, zu viel zu essen saß mir immer noch im Nacken. Nach der ersten eingehenden Beratung war ich ganz erstaunt, wie viel ich essen sollte, „um den

Stoffwechsel wieder in Schwung zu bringen“! Zwar sollte ich abends möglichst auf Kohlenhydrate verzichten, dafür musste ich aber tagüber viel größere Mahlzeiten einplanen. Zur Kontrolle und noch individuelleren Beratung führte ich 1 Woche lang ein Ernährungstagebuch, so dass wir ganz konkret und im Detail über MEINE Essgewohnheiten sprechen konnten. Das war eine neue Erfahrung für mich, und ich konnte die Tipps sehr gut umsetzen (da sie ja ganz genau zu mir passten!)

### Individuelle Ernährungsberatung durch Tagebuch-Auswertung

Zum Ende der zweiten Woche kam mir mein Geburtstag „in die Quere“, und natürlich wollte ich auf meinen selbstgebackenen Kuchen nicht verzichten! Ebenso wenig auf das eher üppige Essen mit meinen Gästen... das schlechte Gewissen begleitete mich am nächsten Tag ins HYPOXI-Studio, doch ich machte große Augen, als ich auf der Waage sah, dass ich weiter abgenommen hatte! Seitdem weiß ich: wenn ich mich grundsätzlich an die Empfehlungen halte und meinen Stoffwechsel ordentlich unterstütze, kann ich mir bedenkenlos gelegentlich einen Schummeltag erlauben.

### Figuranalyse zur Erfolgskontrolle

Ich fühlte mich also schon deutlich wohler und hatte auch Gewicht verlo-

ren; aber was war mit meinen Problemzonen und meinem Krankheitsbild des Lipolymphödems? Die ersten Veränderungen spürte ich am Bund der Hose aber auch schon an den Hosenbeinen, und das war ein absolut neues Gefühl! Ich war so gespannt auf die Vermessung der Umfänge, ob ich mir die Veränderungen nur herbei wünschte? Nach 6 Behandlungen in 2 Wochen war es dann soweit, eine erste Erfolgsbilanz zu ziehen: es waren 3,4 kg weniger, an allen Messstellen mehr als 2 cm weniger und an den Knien sogar 4cm! Das ist unglaublich! Ich hatte mir also nicht nur eingebildet, dass meine Beine weniger angeschwollen waren, und die Hose sich lockerer angefühlte hatte. Definitiv ist es mir schon in den ersten 2 Wochen gelungen, mit dem gezielten Fettabbau an meinen extrem hartnäckigen Fettpolstern in Gesäß und Beinen durchzustarten! Nun freue ich mich natürlich riesig auf die kommenden 10 Wochen HYPOXI-Therapie und die weiteren Erfolge.

HYPOXI-Studio Bad Vilbel  
Frankfurter Straße 69-73  
Telefon: 06101-9861267  
e-mail: [info@hypoxistudio-badvilbel.de](mailto:info@hypoxistudio-badvilbel.de)

### ERFAHREN SIE MEHR:

Jutta Schmidt wird alle 2 Wochen von ihren Behandlungsfortschritten durch die HYPOXI-Methode berichten.