

# Einleitung

Lange Zeit kämpfte ich mit meinen ca. fünf Kilo Übergewicht. Ich probierte ziemlich viele Diäten aus. Einige wurden mir empfohlen, andere entnahm ich Zeitschriften. Doch alle Diäten hatten eines gemeinsam. Sie waren nicht alltagstauglich. Ich wurde müde und antriebslos. Ausserdem plagte mich der Hunger derart, dass ich überall halbe Hähnchen, Pommes Fritites und Gulasch mit Nudeln sah. Niemand stand mir mit Rat und Tat zur Seite und schließlich ging ich meiner gesamten Umwelt furchtbar auf die Nerven.

Als dieser Zustand für mich und meine Familie unerträglich wurde, empfahl mir mein Coach - nein - keine Diät, sondern eine „Ernährung“.

Bei der von mir durchgeführten Ernährung wurde ich allerdings begleitet und durfte ich mich mit allen Fragen und Problemen an meinen Coach wenden. Aus diesem Grunde möchte ich, daß Sie diese Informationen lesen. Selbstverständlich war ich zunächst einmal sehr skeptisch. Aber ich sollte nicht nur „glauben“ können, sondern die Wirkung dieser Ernährung sogar nachprüfen.

Jetzt werden Sie fragen wie kann man die Wirkung einer Ernährung nachprüfen? Ganz einfach, durch eine Blutuntersuchung. Ich habe bei meinem Arzt eine Blutanalyse vornehmen lassen, bevor ich mit dieser Ernährung begann. Mein Blutbild war sogar einigermaßen in Ordnung, doch nicht so, wie mein Arzt es sich wünschte. Dann habe ich einen Monat lang diese Ernährung zu mir genommen und dann eine erneute Blutuntersuchung machen lassen - und plötzlich war mein Arzt mit meinem Blutbild sehr zufrieden. Also, wenn Sie eine besondere Ernährung angeboten bekommen, machen Sie es wie ich, überzeugen Sie sich von der tatsächlichen Wirkungsweise.

Ich habe für Sie dieses Büchlein mit Hilfe meines Coaches verfasst und darf ihr an dieser Stelle noch einmal herzlich danken, dass Sie mir zu meinem Wunschgewicht verholfen hat. Ausserdem hat mir diese Ernährung geholfen, die nötige Energie aufzubringen, innerhalb von nur vier Wochen ein Drehbuch aus meiner Geschichte „Martha und die Eisherren“ zu erstellen.

Nicht nur, dass ich mich durch diese Ernährung nun äußerst wohl fühle, mein Arzt mit meinen Blutwerten hochzufrieden ist und ich mein Wohlfühlgewicht seit Jahren halte, gab es noch eine äußerst angenehme Nebenwirkung! Auf diese Nebenwirkung komme ich in aber erst in meinem Nachwort noch zu sprechen.

Wenn Sie Fragen haben, senden Sie mir einfach eine eMail. Ich werde jede Mail beantworten und auf Wunsch selbstverständlich an meinen Coach weiterleiten.

Meine Kontaktadresse finden Sie auf der Seite, auf der meine Texte veröffentlicht werden. Für die Mühe und die Geduld mit mir danke ich selbstverständlich dem Inhaber dieser Website Herrn Sascha G. Preiss.