



Gabi rengeteget fogyott

Baby Gabi már ismeri a titkot, ami mögött nem varázslat, hanem kőkemény munka áll. Az énekesnő fél év alatt 12 kilótól szabadult meg, és azóta is kirobbanó formában van.

Gabi a StoryOnline-nak azt is elárulta, mi történt vele az elmúlt időszakban. Mint mondja, jelenleg 54-56 kiló és ezzel a testsúlyával most elégedett. Amikor másfél évvel ezelőtt ráeszmélt, hogy túlsúlyos, úgy döntött fogyókúrába kezd. Ám hiába edzett és hiába vonta meg magától a szénhidrátot, a súlyvesztés nem akart beindulni. Ekkor szakemberhez fordult. A dietetikus azt kérte tőle, írja össze kedvenc ételeit. Miután az énekesnő ezt megtette, a szakember ezekből összeállította fogyókúras étrendjét.

Gabi állítja, mindent ehetett, csak az nem volt mindegy, hogy mit, mikor és mivel fogyasztott. Ráadásul kötelező volt a napi ötszöri étkezés, ami mellett rendszeresen edzett. Továbbá elengedhetetlen a napi 3 liter víz fogyasztása is. Gabi végül 12 kilót adott le. Ezt a súlyt egy ideig tartotta, majd a nyári hajtás alatt pár kilót újra felszedett. Miután jelenleg a májusban megjelenő új lemezén és a videóklipjén dolgozik, úgy gondolta, ismét csúcsformába hozza magát. Gabi újból dietetikus segítségét kérte, és így újból elérte a számára ideális súlyát.

Forrás: <http://www.storyonline.hu/hirek/fogyas/22688/>



Baby Gabi 10 kilót fogyott!

Baby Gabi 10 kilótól szabadult meg az elmúlt fél évben. Az énekesnő azt mondja, rengeteg munka van abban, hogy lefogyott, az egyik lap mégis azt írta róla, zsírleszívással dobta le a felesleget. Gabi jogi útra tereli az ügyet.

Az énekesnő elmondta, hogy édesanyja halála után nehéz időszakot élt át. Orvosok által felírt gyógyszereket szedett, így egy év alatt 10 kilót szedett fel. Ezt a súlyt az elmúlt 8 évben nem sikerült leadnia - egészen mostanáig.

Fél év alatt hihetetlen energiával, valamint kitartással, Törőcsik Róbert edző és Mészáros Ildikó dietetikus segítségével, heti négy edzéssel Gabi végre visszanyerte régi alakját, amitől most nagyon boldog.

Forrás: http://www.storyonline.hu/hirek/baby_gabi_10_kilot_fogyott/13843/