

## Онлайн-марафон по похудению без диет

Андрей Бобровский

Приветствую вас, друзья, на онлайн-марафоне похудения Фастинг-диета от центра снижения веса "Доктор Борменталь". Наш центр почти 20 лет успешно работает в России и уже помог сотням тысяч женщин справиться с ненавистными лишними килограммами. Во время этого марафона вы узнаете, как быстро снизить вес более чем на 15 кг при помощи интервального голодания.

Хочу представиться. Меня зовут Андрей Бобровский. Я - врач психотерапевт, диетолог, кандидат меднаук и автор метода снижения веса "Доктор Борменталь".

Во время этого марафона я буду проводить для вас живые трансляции с лекциями по проблематике ожирения и интервальному голоданию, в том числе я буду в прямом эфире отвечать на возникающие у вас вопросы.

За эти пять дней вы узнаете секрет:

- как похудеть в домашних условиях более, чем на 15 кг;
- вы разберетесь в методе интервального голодания и сможете есть то, что вам нравится, и при этом снижать вес;
- вы получите рекомендации, которые помогут вам не сорваться во время диеты и достичь поставленной цели;
- вы поймете, как закрепить свой результат после похудения и не возвращаться обратно к прежнему весу.

Вы начнете уже сбрасывать свои первые килограммы во время марафона прямо в первые дни. Вот, кстати, примеры наших клиентов которым мы помогли снизить вес более, чем на 15 кг всего за несколько месяцев.

В течение марафона мы вам расскажем о том, как вы тоже сможете получить подобные результаты.

Ну, а сейчас немного организационных вопросов. На нашем марафоне мы будем выдавать вам задания. За все задания, которые вы получите и своевременно выполните в течение онлайн-марафона, вам будут начисляться бонусные баллы, и вы всегда сможете проверить свое количество баллов, написав в личное сообщение группы кодовое слово "рейтинг".

Всем активным участницам: участник, кто наберёт минимум 10 из 20 возможных баллов, в течение марафона мы подарим доступ к закрытой трансляции, на которой для вас будет разобрана одна очень важная бонусная тема по снижению веса.

Тематику этого вебинара я выложу чуть позднее.

Онлайн-марафон Фастинг-диета будет проходить в течение 5 дней с понедельника по пятницу. Каждое утро вы будете получать в рассылке мои видео-лекции, в которых я подробно буду разбирать для вас одну из тем по интервальному голоданию. И к каждой лекции вам будут выдаваться задания, которые надо будет выполнить в течение 24 часов, ну чтобы успеть получить свои бонусные баллы.

Первая живая трансляция пройдет 14 января в 19:00. На ней я для вас подробно расскажу о показаниях и противопоказаниях к Фастинг-диете, о ее принципах, и результаты, которые можно от нее ожидать.

Плюс в конце своего выступления отвечу на ваши вопросы.

Вторая трансляция пройдет в четверг 17 января в 19:00. На ней я подробно расскажу о вариантах Фастинг-диеты и о том, как успешно бороться с чувством голода и аппетита во время снижения веса. А также отвечу на Ваши вопросы.

Доступ к трансляциям у вас будет только в течение 36 часов, обратите на это внимание. После этого доступ будет закрыт.

Не забудьте подписаться на нашу группу и поставить уведомления о новых постах, чтобы вовремя получать извещения о новых публикациях в группе и точно ничего не пропустить.

Ну, а сейчас хочется пожелать вам результативного прохождения пятидневного онлайн-марафона, и чтобы уже за это время вы успели ощутить свои первые результаты и маленькие победы на пути к вашей большой заветной мечте в Новом году.