



Kobieta - strona główna zdrowie - żyj zdrowo

Six weeks to OMG - Nowa dieta przebijie Dukana?

Recommend Sign Up to see what your friends recommend.

Amerykanki oszalały na punkcie nowej diety. Jak przewidują specjaliści, wygląda na to, że Dukan wkrótce pójdzie w odstawkę. I choć propozycje Venice'a A Fultona wydają się dość absurdalne, szturmem zdobywają popularność. Jak, zdaniem nowego guru od odchudzania, zgubić zbędne kilogramy i pozbyć się cellulitu?



25.04.2012 WP.PL fot. 123RF

Do tej pory Fulton doradzał hollywoodzkim gwiazdom. W końcu postanowił opisać swoje pomysły w książce. **"Six Weeks to OMG"** bardzo szybko znalazła się na liście bestsellerów.



nasze hity



Fulton zaleca zjadanie trzech posiłków dziennie. Proponuje także, by pierwszy posiłek spożyć dopiero po godzinie 10. Zapewnia, że to zbawienie wpływa na metabolizm. Zamiast śniadania proponuje natomiast... zimną kąpiel o poranku i kawę. Fulton zapewnia, że powszechne przekonanie o tym, że pożywe śniadanie jest najważniejszym posiłkiem dnia, jest błędne.

"W 2000 roku francuscy naukowcy opublikowali badania, z których wynika, że typowe wysokoenergetyczne śniadanie - tost, jogurt i owoce - blokują spalanie tkanki tłuszczowej" - wyjaśnia Venice A Fulton na łamach Daily Mail.

Autor książki odradza także picie soków owocowych i tzw. smoothies, twierdzi bowiem, że zwiększają one apetyt.

Fulton zapewnia, że wystarczy sześć tygodni, by osiągnąć wymarzoną wagę. Co więcej, autor rewolucyjnej diety zapewnia, że pomoże ona także pozbyć się cellulitu. Jesteście gotowe spróbować?

POLECAMY: Folka strony internetowej wykonana 28.04.2012 06:51:25 CEST WKOPI.PL: Folka strony internetowej wykonana 28.04.2012 06:51:25 CEST *** Uwieczniamy strony internetowe, NA ZAWSZE. ***

Serce kobiet choruje inaczej.

33 lata to szczęśliwy wiek!

Optymiści odporni na udar.

Dieta na 1 dzień tygodnia

tagi: dieta, odchudzanie, six weeks to OMG, Dukan

OCEŃ 16 8 PODZIEL SIĘ [social media icons]

Dieta Proteinowa Dukana? Ułożony Pod Ciebie Jadospis! Schudniesz Nawet 5 Kg W Ciągu 7 Dni

polecamy w innych serwisach

- Dzieci.pl: Pregoreksja - zaburzenia odżywiania w ciąży
- Dzieci.pl: Dieta ciężarnej chroni niemowlę przed chorobami
- Dzieci.pl: Masło czy margaryna dla dziecka?

galerie

Opinie (31)

Masz pomysły? Uwagi? Napisz do nas!

Nick: [input] Masz konto na WP? **Zaloguj się** Nie masz konta? **Załącz konto!**

Twoja opinia: [text area]

[Pokaż regulamin]

Akceptuję Regulamin i zamieszczam opinię w serwisie i wyrażam zgodę na przetwarzanie przez Wirtualną Polskę S.A. moich danych osobowych w celu celów marketingowych z zastrzeżeniem mojej opinii w serwisie. Wirtualna Polska S.A. w Gdańsku informuje, że zgodnie z art. 24 ust. 1 pkt 3 i 4 ustawy z dnia 29 sierpnia 1997r. o ochronie danych osobowych, podanie danych jest dobrowolne, a ponadto Użytkownikowi przysługuje prawo dostępu do treści swoich danych oraz ich poprawiania.

wyślij

ostatnio aktywne | najnowsze | najstarsze | najczęściej oceniane | najczęściej odpowiadane

- ~Rado [8 minut temu] Ludziska jecie za dużo, zero ruchu, a później bek, że za dużo tu czy tam. Zdrowiej i mniej jeść + pozapychać na rowerze, za piłką, pobiegać i będzie git. Bardziej hardcorowi na siłownię jesczcie pójdą. Takim sposobem OMG razem z Dukaniem idą w odstawkę.-). Miłego dnia wszystkim, nawet tym kwaśnym, marudzącym, grubym i innym niezadowolonym z życia. Uszy do góry hej!
odpowiedz
- ~mika [11 minut temu] zgadzam sie z seba sex najlepszy na spalanie kalorii hahaha
odpowiedz
- ~andzelika [2012-04-25 21:42] Hej dziewczyny ja znam cód dietę to dieta NŻT juz rozwijam skróć Nie Żryj Tyle
odpowiedz
→ pokaż 3 ukryte odpowiedzi
- ~Tomek [wczoraj] dietę Dukana stosuję od 2 lat,nie dość,ze schudłem ,to wyniki mam lepsze/nie mam nadciśnienia/,polecam dietę a stosującym ją polecam niskokaloryczne,naturalne wild jerky.
odpowiedz
→ pokaż 6 ukrytych odpowiedzi
- ~glogek2 [22 godziny temu] A ja mam inny problem !!! jem i jem i jem i waga od 27 lat ta sama 48kg a jak gdzieś do 52 spadam z wagi i tak sie kreci . A mam juz 50 i pozdrawka
odpowiedz
- ~KOBIECE VARIA [wczoraj] Najlepsza dieta to racjonalne odżywianie plus picie CZERWONEJ lub ZIELONEJ HERBATY. Artykuły na ten temat, a także ciekawe przepisy znajdziecie na KOBIECE VARIA. Polecam :)
odpowiedz
→ pokaż 1 ukrytą odpowiedź
- ~adiananana [2012-04-25 16:48] Ale się rozpisał...o tej diecie wyczerpujący...echhhh...{:
odpowiedz
→ pokaż 1 ukrytą odpowiedź
- ~diana [23 godziny temu] ale jak sie nazywa ta dieta???
odpowiedz
- ~Meżatka [2012-04-25 15:57] Dziewczyny, ona naprawdę działa! Czytałam o niej wcześniej i wypróbowałam. Sprawdziła się w 100% polecam
odpowiedz
→ pokaż 3 ukryte odpowiedzi
- ~ojo [wczoraj] i po *uj link do diety na 1 dzień tygodnia, skoro pokazują się linki do zakupu książki? naiwni niech kupują!
odpowiedz
- ~gyhykuyui [wczoraj] heh to dlatego jestem taka chuda nawet po 2 ciążach. ja właśnie jem po 10 ale kaw pije oko 3 do 12 potem staram się już kawę nie pić, bo miała bym problemy ze snem:)może coś w tym jest? na pewno mnie kawa powoduje niezdolność przyczyszczenia ale kawa sypana bez mleka i słodzików a nie jakaś rozpuszczalna czy broń boże 3 w 1... bo to już nie kawy tylko napoje kawowe hihi
odpowiedz
- ~lka [wczoraj] Nie wierze w zadne diety.No bo jak to jest jest ...tyle diet i wszystkie cudowne.Wszystkie maja swoich zagorzałych zwolenników,mimo ze te diety wzajemnie sie wykluczają.Dieta Dukana Dieta Kwaśniewskiego, Dieta 1000 kcak itd itp.A prawda jest taka,ze na ogół działają one krótko i szkodzą o czym stosujące diety przekonują sie po dłuższym czasie. Najlepsza dieta to sluchac swojego organizmu,bo on najlepiej wie jakie pozywienie mu sluzy.No i jeszcze a nie obzerac się.
odpowiedz
- ~saba [wczoraj] dieta cud- seks i głod :D
odpowiedz
- ~aa [wczoraj] A ja tam wolę poćwiczyć z korzyścią dla całego organizmu.
odpowiedz
- ~Małgośka [2012-04-25 15:37] Nie wiem czy to działa ale faktycznie-od lat pierwszym moim "posiłkiem" jest kawa a śniadanie zjadam w pracy i od lat nie mam problemów z nadwagą. Mój żołądek też "nie narzeka".
odpowiedz
→ pokaż 1 ukrytą odpowiedź
- ~eh [wczoraj] Słabutki artykuł, nic do rzeczy:(
odpowiedz

szukaj

babiniec

login: [input]
hasło: [input]
zarejestruj się
zapomniałaś hasła?
zaloguj

co możesz zrobić w serwisie:

- Utwórz swój planer ślubny
- Opisz swoją historię
- Dodaj ogłoszenie
- Zadaj pytanie ekspertowi
- Podziel się przepisem

najpopularniejsze

Herbataki odchudzające - czy naprawdę działają?
Pić herbatę i chudnąć? Która z nas nie marzy o tak bezwysiłkowej utracie kilogramów? Nic dziwnego, że dieta herbaciana...
więcej →

Kobietom jest trudniej rzucić palenie
Z powodu palenia papierosów rocznie na całym świecie umiera aż 5 mln ludzi. Jednak te przerażające statystyki nie...
więcej →

Czym grozi noszenie złego biustonosza?
Biustonosz to część naszej codziennej garderoby. Kiedy idziemy na zakupy, zwracamy uwagę na kolor, fason i materiał...
więcej →

zapytaj eksperta

.01 dietetyk

Anna Englisz
Dietetyk, specjalista z zakresu żywienia człowieka z ponad 5-letnim doświadczeniem. Aktualnie...
Jak zapanować nad napadami kompulsywnego jedzenia?
zobacz wszystkich ekspertów →

.02 ginekolog

kalkulatory

- 01 kalkulator BMI
- 02 kalkulator ślubny
- 03 kalkulator mitosny
- 04 kalkulator dni płodnych
- 05 kalkulator kalorii z duszą
- 06 licznik kalorii
- 07 siatki centylowe
- 08 twoja idealna waga

więcej →

Diagnoza dietetyczna za darmo!

Płeć: Kobieta Mężczyzna
Wzrost: [input] cm
Masa ciała: [input] kg
Dalej

zobacz w innych serwisach

- Horoskop: Afirmuj się na odchudzanie!
- Horoskop: Zielony odchudza!
- Facet: Czy to najlepsza dieta dla facetów?
- Pytamy.pl: Sprawdźony środek wspomagający...

Find us on Facebook

kobieta.wp.pl
10,773 people like **kobieta.wp.pl**

Zielosko | Kata rzyzna | Pilchowa | Dania | Malgorzata

tagi

badanie ginekologiczne, biustonosz, implanty gwałtowne, molestowanie w świecie kobiet, organizacja dobroczynna porwanie dziecko, seks związek, madonna