



lebe leichter®

Uli May-Schuster  
www.lebe-leichter-herrenberg.de  
01726022843

## Eva W.: Meine Geschichte

Meine Kollegin und Freundin Gabi erzählte mir von einem Kurs, den sie machen möchte, da in ihrer Gruppe Teilnehmer fehlten, sagte ich spontan zu mitzumachen.

Das sei so anders, lebe leichter, aber auch so im Kopf.  
Ich dachte an positives Denken, Ballast loswerden,  
los lassen, aber nicht an Kilos.

Nicht dass ich es nicht nötig gehabt hätte, da ich schon immer wohl geformt war,  
war ich es gewohnt. Das fiel mir nicht mal mehr auf.

Nur auf Fotos und dem Blick ins Schaufenster dachte ich: " Na ja, das bist doch nicht du".

In den letzten vier, fünf Monaten explodierte ich von 44/46 auf 50 – denke ich,  
zumindest passte 48 nicht.

Ich weigerte mich neue Sachen zu kaufen.

Drei Tage vor dem Kurs riet mir meine Hausärztin abzunehmen, da ich beim  
Check, bei 170cm–97kg auf die Waage brachte.

Ich war schockiert, ich wog mich nämlich nie.

Zwei Tage vor dem Kurs habe ich schön lecker gegessen, da ich sicher war, dass  
es die nächsten 12 Wochen nichts Gescheites mehr  
gibt. Da habe ich mich aber getäuscht und darüber bin  
ich sehr froh!!!

Nach 20 Wochen war ich 20kg leichter und – es geht  
weiter!!

Ich würde es nicht glauben, wenn ich es nicht erlebt  
hätte, was Lebe leichter mit mir gemacht hat.

Es gibt heute nichts, was ich nicht schaffen kann.

Dank Lebe leichter bin ich ein neuer Mensch.

Ich danke meiner Freundin Gabi und meinem Coach Uli  
May-Schuster dafür. Eva im November 2016

