

## борменталь методика похудения



Загрузок: 2867

Скорость: 1.43 Мб/с

СКАЧАТЬ

Рейтинг: ★★★★★

Автор: Clopper

Безопасно! Вирусов нет



В



196



Нравится

100



Твитнуть



g+1



50



95



161 комментариев

В



**Саша**

Благодарочка за все!

1 минуту назад



**Ангелина**

Побольше бы таких сайтов.

1 минуту назад



**Гриша**

Первый раз тут, скорость загрузки радует, наличие файлов тоже!

1 минуту назад



**Марина**

Всем советую, качает быстро.

1 минуту назад



**Леша**

не поверил глазам, есть все. спасибо!

1 минуту назад



**Оксана**

Глупости говорят, что незаменимых не бывает, без этого сайта я бы пропала.

1 минуту назад

История диеты доктора Борменталья началась в 2001 году, когда диетологи вместе с психотерапевтами разработали методику похудения, которая и получила название «Доктор Борменталь». Сегодня данная методика успешно применяется в целой сети клиник «Борменталь». В них желающим избавиться от лишнего веса гарантируют, что нежеланные килограммы уйдут, причем без каких-либо существенных ограничений в еде и рационе питания, а также изнуряющих физических упражнений. Девиз клиники – «похудение без запретов». Диета доктора Борменталья интересует очень многих девушек. Шутка ли, на ней действительно худеют все, и это не рекламный трюк. Однако не всегда универсальные решения – самые лучшие. Мы прекрасно понимаем, что чем эффективнее диета, тем она строже или тем больше она меняет нашу привычную жизнь. Клиники «Борменталь» гарантируют, что вы сбросите вес «без диет, без запретов, голодания, физических упражнений». Доктор Борменталь в 2001 году на основе своей методики похудения, разработал совершенно новую диету, тесно сотрудничая с лучшими психотерапевтами и диетологами. Она получила название диета «Доктор Борменталь» и начала активно применяться в сети одноименных клиник. Люди, которые желают избавиться от лишних килограммов, обращаясь в клиники «Борменталь», получают гарантию на результаты похудения. Популярная диета доктора Борменталья к самому доктору из повести «Собачье сердце» никакого отношения не имеет. Данная методика похудения основана на эффективной психологической технике, помогающей определить мотивацию похудения и способствующей сокращению аппетита. В процессе работы с желающими похудеть может быть задействовано нейролингвистическое кодирование, медитация и разные дыхательные упражнения. В ходе таких упражнений обеспечивается эффективный и достаточно стабильный результат диеты. Методика похудения доктора Борменталья отличается от обычных диетических планов. Клиника доктора Борменталья помогает своим пациентам избавиться от лишнего веса за счет эффективного сочетания психологической коррекции, индивидуальной программы реабилитации и принципов здорового низкокалорийного питания. Система похудения Борменталь Как часто даже самые лучшие побуждения разбиваются о «стену» наших комплексов, которые мы собираем в течение всей жизни. Не случайно лишний вес психологи рассматривают как «побочный» эффект различных травм и стрессов, которые мы охотно «заедаем», вместо того, что устранять саму проблему. Обязательно напишу о результатах.Продолжаю.... Лентушка: У меня середина второй недели, минус еще 1 кг! За полторы недели минус 4 кг! Очень рада,продолжаю, хочу увидеть цифру 75 кг!!! Была 81 кг. Лентушка: Очень нравится,буду продолжать, к 1 сентября планирую сбросить 10 кг!!! Лентушка: Привет всем! У меня долго не получалось!Недели 2-3 ушло на то ,чтобы привыкнуть считать калории и не нарушать.Вес уходил на 1-2 кг в неделю, при хороших физ нагрузках... С чего начать похудение, как приготовить низкокалорийные и вкусные блюда расскажет и покажет врач-психотерапевт Валерий Ромацкий. Автор книги о рецептах стройности и руководитель клиники коррекции веса «Доктор Борменталь». Питаться правильно и подсчитывать калории совсем не сложно. Вы увидите реальных героев и в прошлом пациентов клиники. Методика похудения по Борменталю изменила их жизнь в лучшую сторону. Только на нашем сайте смотрите рецепты низкокалорийных блюд для похудения. Приветствую Вас на сайте Молодость лица, тела и души. Сегодня в рубриках Похудеть и Методы питания хочу рассказать о личном опыте. Ближе к пляжному сезону всё сильнее хочется поделиться с Вами секретами стройной жизни без диет и ограничений. Хочется видеть Вас всех молодыми, довольными собой и окружающими. Любая диета, приносящая результаты, может повлечь за собой изменения в тонком механизме регуляции нервной системы, и не заметишь как придется усиленно себя хвалить ... Диета Борменталья относится к очень противоречивым, вызывающим много споров методам похудения, так как предполагает избавление от лишнего веса путем психологических тренингов, без голодания и повышенных физических нагрузок. В основе системы похудения доктора Борменталья лежит психокоррекция фигуры. Сущность системы похудения от доктора Борменталья ^ Совместный плод работы диетологов и психотерапевтов, диета Борменталья, запатентована в 2001 году.