

Der HYPOXI-Test

Woche 6 im Hypoxi-Studio Bayreuth

BAYREUTH. Die Zeit vergeht wie im Flug und schon bin ich bei der Halbzeit meines HYPOXI-Tests angelangt.

Im Sport ist die Halbzeit immer dazu da, neue Kraft zu tanken und sich zu regenerieren. Bei HYPOXI ist das nicht nötig, denn ich bin tatsächlich sehr entspannt und auch zufrieden mit den bisherigen Ergebnissen. 33,7 cm Umfang sind insgesamt verschwunden und zwar nicht, wie man es von Diäten kennt, im Gesicht und Oberkörper, sondern alleine im unteren Bereich: Zwei cm an der Taille, vier cm am Bauch, fünf cm an der Hüfte, sechs cm am Po, fünf cm im Reiterhosenbereich, vier cm pro Oberschenkel, der Rest im Knie und Wadenbereich. Mittlerweile habe ich also knapp zwei Kilo Fett gezielt im Unterkörper verbrannt.

Die zweite Halbzeit beginnt

Jetzt geht es in die zweite Halbzeit – und noch einmal in ein neues Gerät, das einen weiteren Reiz auf den Körper ausüben und den Stoffwechsel nochmals ankurbeln soll. Ich bin schon sehr gespannt, wie das Endergebnis in sechs Wochen – pünktlich zu Weihnachten – aussieht.

Freundschaftliche Atmosphäre

Im Studio fühle ich mich mittlerweile irgendwie heimisch und ich glaube, mir wird etwas fehlen, wenn die Zeit vorbei ist. Ich kenne jetzt auch einige der Kundinnen und die Atmosphäre ist sehr freundschaft-



Stefanie Meister von der Bayreuther Sonntagszeitung testet die HYPOXI-Methode. Foto: K. Israel

lich – und das, obwohl wir alle unterschiedlicher nicht sein könnten: Kleine Frauen, große Frauen, junge Frauen ab 20 Jahren, ältere Frauen bis 82 Jahre, schlanke Frauen mit 55 kg, kräftige Frauen bis 120 kg – und vereinzelt ein paar Männer. Jeder hat so seine Figur- oder auch Gewichtsprobleme. Und keiner wird deshalb schief angeschaut, sondern so akzeptiert, wie er ist. Schließlich sind alle mit dem gleichen Ziel im Hypoxi-Studio und jeder kann nachvollziehen, wie sich die anderen fühlen. Und warum sollte man auch jemanden belächeln, der etwas für seine Gesundheit tun möchte. sm

Weitere Informationen

HYPOXI-Studio Bayreuth
Spinnereistraße 5a, 95445 Bayreuth
Telefon 09 21 / 16 27 61 95
www.hypoxistudio-bayreuth.de