



# WAS DU UNBEDINGT

ÜBER DEN HYPE

„ABNEHMEN IM LIEGEN“

WISSEN MUSST



# Über mich

---

Hallo, mein Name ist Lena, und ich bin begeistert, meine Reise mit „Abnehmen im Liegen“ mit euch zu teilen. Der Slogan „Abnehmen im Liegen“ weckte meine Neugier mit einem Hauch von Skepsis, doch ich war bereit, es auszuprobieren. Nach einer Einführungsbehandlung in Paderborn war ich nicht nur überzeugt, sondern auch verblüfft. Unglaubliche 10 cm Umfang verlor ich in nur 30 Minuten auf der MYA Pro!



Diese Erfahrung, diese unerwartete Reise von Zentimetern, die einfach dahinschmolzen, während ich da lag, entspannt und sorglos, entfachte eine Leidenschaft in mir. Ich wandte mich an Chris Steiner und sein engagiertes Team mit einem Herzen voller Hoffnung und dem Wunsch, Partnerin für mein eigenes Studio in Göttingen zu werden.

Nur 8 Wochen später, am 01.09.2023, wurden die Türen meines Studios in der Theaterstr. 17a in Göttingen nicht nur für mich, sondern für alle, die nach einer sanften, aber wirkungsvollen Methode zum Abnehmen suchen, geöffnet. Hier, in diesen vier Wänden, begleite ich täglich Menschen auf ihrer persönlichen Reise, helfe ihnen, ihre Ziele für einen gesunden Lebensstil und ihr Wohlfühlgewicht mit Leichtigkeit und Freude zu erreichen.

Wir schließen die Lücke zwischen den herkömmlichen Angeboten der Fitness- und Wellnessindustrie und dem medizinisch Notwendigen.

Ich lade dich ein, Teil dieser wunderbaren Reise zu werden, deine Geschichte mit uns zu teilen und gemeinsam zu entdecken, wie wir uns in unserer Haut jeden Tag ein bisschen mehr verlieben können.

Ganz liebe Grüße

Eure Lena

# Kennst du das auch?

---

Der Wecker piept, ein neuer Tag startet und der Gedanke ist klar: „Heute leg ich mit der Diät los!“ Doch meistens ist schon mittags Schluss mit den guten Vorsätzen, wenn der Kuchen im Büro einfach zu verlockend ist oder das geplante Workout durch das Sofa ersetzt wird, weil der Tag anstrengender war als gedacht. Konsequenzen? Fehlanzeige. Und der Frust nimmt zu.

Du bist nicht die Einzige, die das durchmacht. Viele Frauen, die sich in der Mitte ihres Lebens befinden, wissen nur zu gut wie es sich anfühlt diesen täglichen Kampf mit sich selbst zu haben. Der Wunsch, schlanker zu sein und gesünder zu leben, ist da, aber Alltag, Stress und Verlockungen machen es uns nicht leicht. Und mit jedem Fehlversuch wird es schwerer, an sich zu glauben und es nochmal zu probieren.

Vielleicht hast du schon etliche Diäten und Abnehmprogramme probiert und gemerkt, dass sie entweder nicht klappen oder die Ergebnisse nur kurz halten. Vielleicht hast du dich gefragt, ob es überhaupt möglich ist, auf eine entspannte, stressfreie Art abzunehmen, ohne ständig auf etwas verzichten zu müssen.

Wenn du dich in diesen Worten wiederfindest, dann ist es Zeit für einen neuen Weg, der nicht nur deinen Körper, sondern auch deine Einstellung zum Abnehmen verändert. Ein Weg, der nicht von Verzicht und Anstrengung, sondern von Wohlbefinden, Selbstfürsorge und positiver Veränderung geprägt ist. Es ist Zeit, eine Methode zu entdecken, die dir erlaubt, deinen Körper liebevoll und ohne Druck zu formen und dabei eine entspannte und freudvolle Reise zu deiner Traumfigur zu erleben.

Bist du bereit, den ersten Schritt in ein leichteres, gesünderes und glücklicheres Leben zu machen?

Du bist dir allerdings noch nicht sicher, welche Abnehmmethoden am Besten zu dir passt?

Welche Vor- und Nachteile diese mit sich bringen?

Ich erzähl's dir...

# Die gängigsten Abnehmmethoden im Vergleich & die **Gefahren**, die du beachten solltest

---

## Diäten

- + Oft schnelle Gewichtsverluste
- Häufig mit Verzicht verbunden
- Jo-Jo-Effekt, nicht nachhaltig
- nicht gesundheitsfördernd
- tausende unterschiedliche Ansätze

## Sport und Fitness

- + Steigerung der körperlichen Fitness
- + Verbesserung der Gesundheit
- Erfordert Disziplin und körperlichen Einsatz
- Ergebnisse sind erst langsam sichtbar
- Verletzungsrisiko
- Zeiteinteilung
- Fitnesscenterkosten

## Medizinische Eingriffe (z.B. Fettabsaugung, Magenband)

- + Schnelle, sichtbare Ergebnisse
- + medizinisch überwacht
- Kostenintensiv
- Risiken und Nebenwirkungen von Operationen
- keine Garantie für dauerhaften Erfolg

## **Abnehmpillen und -shakes**

- + Einfach anzuwenden
- Mögliche Nebenwirkungen
- oft teuer
- keine langfristige Lösung für gesunden Gewichtsverlust
- meist chemischer Geschmack

Es existieren viele Methoden, um Pfunde loszuwerden. Aber nur eine Strategie bietet dir wirklich entspannte Resultate. Hast du dich je gefragt, weshalb „Abnehmen im Liegen“ gegenüber traditionellen Abnehmansätzen so im Trend ist? Lass es mich dir erklären...



# Warum „Abnehmen im Liegen“ dein **ultimativer Schlüssel** zum Wunschkörper ist

---

Stelle dir vor, du könntest in einer Oase der Stille und Erholung deine ideale Figur gestalten. „Abnehmen im Liegen“ ist nicht nur ein innovativer Ansatz, sondern auch eine wahre Revolution in der Abnehmwelt, die es dir erlaubt, sowohl sichtbare als auch spürbare Resultate zu erreichen, ohne deinen Körper und Geist zu belasten.

Es ist die sanfte, doch wirkungsvolle Alternative, die den Prozess des Abnehmens in ein luxuriöses und effektives Erlebnis umwandelt. Hier wird das Abnehmen nicht zur anstrengenden Aufgabe, sondern zu einer genussvollen Pause, in der du deinem Körper etwas Gutes tust.

In der Welt des „Abnehmen im Liegen“ haben schon eine Vielzahl von Leuten den Weg zu ihrer Traumfigur entdeckt, und das alles, während sie gemütlich auf dem Rücken ruhen.

## **Ja, du hast richtig verstanden – GEMÜTLICH!**

Die Behandlung erfolgt vollständig im Liegen, sodass du absolut nichts tun musst. Sowohl dein Körper als auch dein Geist bekommen die Chance, sich vollständig zu regenerieren, du kannst dir endlich die verdiente Pause nur für dich selbst gönnen und gleichzeitig deinen Körper verändern lassen!

**... mit exklusiven Vorteilen, die du nirgendwo anders finden wirst.**

## Ohne Diäten

Erziele langfristige Ergebnisse ohne den Stress und Druck, der mit strengen Diäten einhergeht. „Abnehmen im Liegen“ ermöglicht es Dir, Deine kulinarischen Freuden zu behalten und trotzdem Fortschritte zu sehen.

## Ohne Anstrengung

Die Behandlung ermöglicht es Dir, in einer vollkommen entspannten Atmosphäre im Liegen abzunehmen. Ein Moment der Ruhe und Entspannung, während Dein Körper sanft modelliert wird.

## Ohne Jo-Jo-Effekt

Freue Dich auf langanhaltende Ergebnisse die bestehen bleiben. Mit „Abnehmen im Liegen“ kannst Du Deine Erfolge nachhaltig genießen, ohne Angst vor einem Rückfall.

## Ohne Schmerzen

Diese Methode ist völlig schmerzfrei und bietet eine angenehme Alternative zu anderen, oft unangenehmen Verfahren zur Körpermodellierung.

## Sofortige messbare Ergebnisse

Bereits nach der ersten Anwendung kannst Du eine messbare Verringerung Deines Körperumfangs um beeindruckende 2 cm – 5 cm feststellen, und das ganz ohne Schmerzen oder Unbehagen.



# Die Schritte in eine schlankere Zukunft

Lass uns gemeinsam die vier Schlüsselschritte dieser revolutionären Methode mit dem MYA pro erkunden, die es dir ermöglicht, deine Wunschfigur zu erlangen, ohne ins Schwitzen zu geraten.

## Schritt 1: Fettzellen werden mittels Ultraschall angeregt

Stelle dir vor, du könntest deine Problemzonen einfach „aufknacken“ und das Fett entweichen lassen. Genau das machen wir! Wir platzieren Pads an den Zonen, die du behandeln möchtest, die mittels Ultraschall gezielt die Fettzellen in Schwingungen versetzen, indem das Gewebe erwärmt und die Fettzelle so moduliert wird, dass Schlackenstoffe ins Lymphsystem gelangen. Dieser Vorgang ist sicher, nicht-invasiv und bereitet deinen Körper ideal auf die folgende Behandlung vor.

## Schritt 2: Entleeren der Zellen – Sag Tschüss zu Giftstoffen und Wasser

Nachdem die Zellen angeregt wurden, startet der befreiende Entleerungsprozess. Die in den Zellen gelagerten Giftstoffe und Flüssigkeiten werden freigesetzt und beginnen, deinen Körper zu verlassen, was nicht nur für die Reduzierung der Fettzellen entscheidend ist, sondern auch deinen Körper entgiftet.





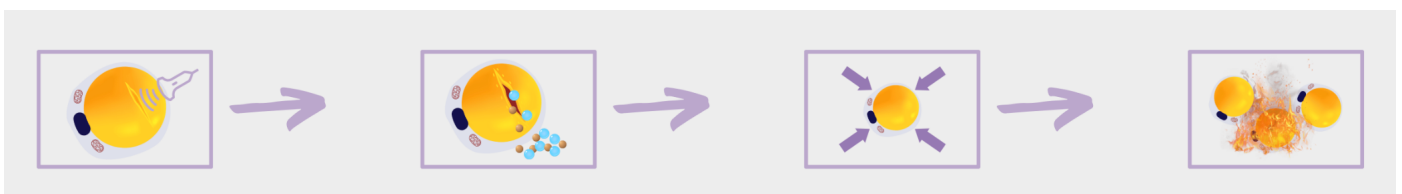
### Schritt 3: Verkleinerung der Zellen und Straffung Deiner Haut

Hier spürst du, wie die geleerten Zellen kleiner werden und du beginnst, die Veränderungen sowohl visuell als auch physisch zu bemerken. Gleichzeitig wird deine Haut durch die Muskelstimulation gestrafft, was das Aussehen von Cellulite reduziert und dir eine glattere, festere Haut verleiht. Die Muskelstimulation dient auch dazu, den Stoffwechsel dauerhaft zu steigern und zu aktivieren, sodass du eine Art Hautverjüngung erlebst, während du gleichzeitig Gewicht verlierst!

### Schritt 4: Ausscheidung von Giftstoffen und Stoffwechsel-Turbo-Boost

Hier wird eine Gewebedrainage durchgeführt, um Fett und Gewebe- flüssigkeit zur Leber zu befördern, wo die Fettverbrennung und der Abbau der Giftstoffe erfolgen. Die Ausscheidung erfolgt über die Galle und die Nieren. Nachdem die gelösten Giftstoffe und das Wasser über dein Lymphsystem ausgeschieden wurden, bleibt dein Fettstoffwechsel für weitere 24 Stunden hochaktiviert. Das bedeutet, dass dein Körper weiterhin Kalorien verbrennt, auch wenn du dich einfach entspannst oder schläfst!

Während deines ersten Termins besprechen wir deine Ziele und definieren gemeinsam deinen persönlichen Weg dorthin. So wird die Behandlung maßgeschneidert auf deine individuellen Anforderungen ausgerichtet.



# Von Selbstzweifel zu Triumph: Unglaubliche Erfolgsgories, die Dich inspirieren werden

## Susanne T.

### 1. Behandlung

Ich war mit meinem Körper schon lange nicht mehr wirklich zufrieden, aber für viel Sport hat mir einfach die Zeit gefehlt. Als ich von Abnehmen im Liegen erfahren habe, war ich zuerst skeptisch, aber wegen der Geldzurückgarantie, habe ich es dann doch probiert. Ich muss sagen, ich war sehr überrascht, als ich wirklich nach der ersten Behandlung schon ein Ergebnis sehen konnte und mittlerweile fühle ich mich endlich wieder wohl in meinem Körper.



Ich kann es definitiv jedem empfehlen, der etwas für seinen Körper tun will!



## Sandra B.

### 1. Behandlung

Bin echt begeistert! Das Vorher Nachher Bild entstand bereits nach der ersten Behandlung.

Da wird echt nicht zu viel versprochen!

## Gudrun P.

### 3. Behandlungen

Eine Freundin hat mir von Abnehmen im Liegen erzählt und natürlich hab ich zuerst gedacht, dass das nicht stimmt kann. Sie hat aber nicht lockergelassen und mich zu einer Behandlung mitgenommen und das Ergebnis hat mich echt überzeugt! Ich bin wirklich sehr zufrieden mit meinen Ergebnissen und habe die Atmosphäre im Behandlungsraum als sehr angenehm empfunden!



## Elena U.

### 4. Behandlungen

Ich habe das erste Mal wieder in ein Kleid gepasst, das ich vor 3 Jahren das letzte Mal getragen habe und von dem ich mich einfach nicht trennen konnte... jetzt bin ich sehr froh darüber!

## Anja N.

### 4. Behandlungen

Ich habe durch Diäten schon einiges abgenommen, aber irgendwann ist einfach nichts mehr weitergegangen und mein Gewebe war einfach nicht so straff wie ich es haben wollte. Mit ein paar Behandlungen von Abnehmen im Liegen bin ich meinen Zielen schon viel nähergekommen und ich werde definitiv damit weitermachen, bis ich sie erreicht habe! Danke!



## Claudia L.

### 7. Behandlungen

Wow das hätte ich nicht gedacht! Durch die Behandlungen habe ich endlich meine Problemzonen in den Griff bekommen können und das auch noch ohne Anstrengung und im Liegen!

Bin absolut begeistert und kann es absolut jedem empfehlen!



## Silvia L.

### 10. Behandlungen

Ich bin echt unfassbar begeistert von meinen Ergebnissen! Ich habe nicht erwartet, dass die Behandlungen so gut funktionieren. Vielen Dank an das tolle Team, ihr habt echt mein Leben verändert!

# Mit diesen Tipps & Tricks wird dein Abnehmweg unfehlbar

Vor und nach einer Behandlung sind bestimmte Vorbereitungs- und Nachsorge-maßnahmen wichtig, um herausragende Ergebnisse zu erzielen und den Weg zu Ihrer Traumfigur effektiv zu gestalten.



## Vor der Behandlung

### Wasser trinken

Achte darauf, dass du gut hydriert bist, indem du ausreichend Wasser trinkst.

### Essen

Versuche, 90 Minuten vor der Behandlung nichts zu essen, damit dein Körper nicht mit Verdauungsprozessen beschäftigt ist.

### Magnesium

Optional kannst du eine Magnesiumtablette auf nüchternen Magen einnehmen, um Muskelkrämpfen vorzubeugen.

### Stress vermeiden

Versuche, entspannt und ohne Stress in die Behandlung zu gehen.

## Nach der Behandlung

### **Wasser trinken**

Es bleibt wichtig, dass du genug Wasser trinkst 1-2L, um die Ausscheidung von Giftstoffen zu unterstützen.

### **Essen**

Bitte warte 90 Minuten nach der Behandlung, bevor du wieder isst.

### **Verzicht auf bestimmte Lebensmittel**

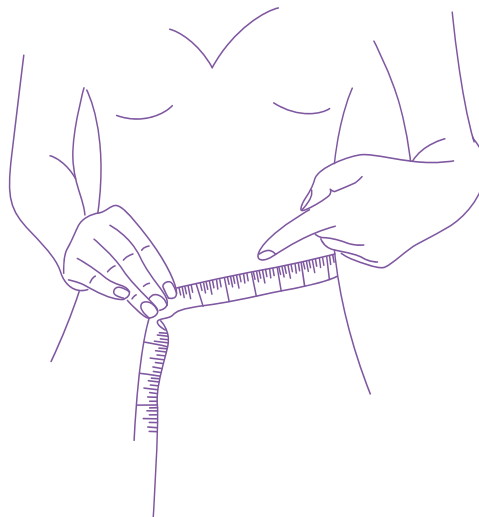
Versuche, für 24 (-48) Stunden nach der Behandlung Kohlenhydrate, Zucker und Alkohol zu meiden, um die Fettverbrennung zu optimieren.

### **Körperliche Anstrengung**

Vermeide anstrengenden Sport direkt nach der Behandlung, um deinen Körper nicht zusätzlich zu belasten.

### **Entspannung**

Gönn dir nach der Behandlung Ruhe und Entspannung, um deinen Körper bei der Fettverbrennung und Entgiftung zu unterstützen.



# Wie geht es weiter?

---

Möchtest du endlich in deiner Haut vollkommen zufrieden sein?

Hast du genug davon, immer wieder neuen Diäten und mühsamen Fitnessprogrammen hinterherzulaufen, die nicht halten, was sie versprechen?

Willst du einen Weg finden, der dir erlaubt, Gewicht zu verlieren, während du dich in einer ruhigen und entspannenden Atmosphäre befindest?

Wenn du all diese Fragen mit „Ja“ beantwortet hast, dann möchte ich dich herzlich einladen zu einem Kennenlern-Termin.

Es ist mein Ziel, dass du dich in deinem Körper vollkommen wohl und sicher fühlst und dass alle deine Fragen und Bedenken vor der Behandlung geklärt sind. Ich freue mich darauf, dich zu treffen und dich auf deinem Weg zu einem Selbst zu unterstützen, in dem du dich so wohl fühlst, wie noch nie zuvor!

Ganz liebe Grüße

Deine Lena

