

## **Erfahrungsbericht von Martin H., Januar 2011**

Hallo liebe Sabine

Zuerst mal besten Dank für die tolle Zusammenarbeit mit dir. Die 4 Monate mit dir vergingen wie im Flug. Es hat einfach Spass gemacht.

Der Anfang war echt schwer für mich. Zu träge war ich nach jahrelangem „nicht-wirklich-was-tun“. Es hat mich viel Überwindung gekostet dein tolles Angebot überhaupt anzunehmen. Aber nach Ende der 4 Monaten muss ich sagen – nein – will ich sagen: es hat sich wirklich gelohnt.

Du hast mich auf diesen für mich wieder neuen Weg unterstützt wo du konntest. In kleinen Schritten sind wir vorwärts gegangen und am Schluss war es ein grosser Schritt für mich. Eigentlich all meine Wünsche und Ziele haben sich durch deine Ernährungs- und Bewegungstipps in dieser kurzen Zeit erfüllt.

Du hast mich optimal vorbereitet und wirst mich weiterhin unterstützen.

Klasse finde ich, dass du immer ein offenes Ohr für meine Fragen hattest und sich während diesen 4 Monaten von einer anfänglichen Skepsis eine Freundschaft entwickelt hat.

Für die tolle Zeit mit dir bleibt mir nur eins zu sagen – Danke.

Liebe Grüsse und bis bald

Martin H.