Vibono startet neue Coaching-Runde für sinvolles Abnehmen

Mit der Vibono-App auch mobil zum Wunschgewicht

Jedes Jahr aufs Neue verlockt die Silvesternacht zu den immer gleichen Vorsätzen: Mit dem prickelnden Sekt in der Hand und den Leckereien aus dem Fondue-Topf im Magen erscheint es so einfach, mit Beginn des neuen Jahres auch ein paar Kilo zu verlieren. Doch schnell ist der Enthusiasmus verflogen, die alten Essgewohnheiten schleichen sich wieder ein und der Jojo-Effekt lässt grüßen. Dabei weiß eigentlich jeder, dass nicht Diäten, sondern eine Umstellung des Lebensstils der Schlüssel zum Erfolg ist. Dr. Andreas Schweinbenz hat unter dem Namen Vibono ein höchst erfolgreiches Konzept entwickelt, mit dem es leicht fällt, den Lebensstil zu verändern und das Gewicht langfristig zu reduzieren und zu halten. Wer 2014 endlich dem Diätwahn entkommen will, kann ab Januar mit dem kostenlosen Vibono-Abnehm-Coaching erfolgreich und genussvoll abnehmen. Die Vibono-App unterstützt zusätzlich mobil beim Gewichtsverlust.

Mit Vibono sinn- und genussvoll zum Wunschgewicht
Am 1. Januar 2014 startet die nächste Runde des kostenlosen Vibono Abnehm-Coachings. Die Teilnehmer erhalten täglich wertvolle Tipps, abnehmtaugliche Rezepte und jede Menge unterhaltsames Wissen rund um den eigenen Körper und Stoffwechsel. Die Lektionen erscheinen täglich im Internet unter www.vibono.de und werden via Vibono eMail-Newsletter versendet. In Dutzenden kostenlosen Coaching-Briefen auf der Vibono-Website erklärt Dr. Andreas Schweinbenz zusätzlich verständlich und bildhaft, wie man das Wunschgewicht im Alltag erreicht und hält. Die Teilnehmer bekommen durch das Coaching Klarheit, welche "Weisheiten" beim Abnehmen Sinn ergeben und welche man getrost vergessen kann. Vibono zeichnet sich dadurch aus, dass es keine Verbote oder strenge Regeln gibt. Diese sind auch nicht nötig, wenn man die Wirkung von Lebensmitteln auf den eigenen Stoffwechsel und das eigene Gehirn kennt. Da gemeinsam abnehmen bekanntlich leichter ist, besteht auch die Möglichkeit, sich bei Facebook mit anderen Teilnehmern auszutauschen und motivieren zu lassen. Wer sich am Neujahrstag noch mit einem Kater quält, kann auch später mit dem Programm beginnen: Der Einstieg ist jederzeit möglich unter www.vibono.de.

Kostenlose App als mobiler Abnehmhelfer
Auch wer viel unterwegs ist, hat mit Vibono künftig keine Ausrede mehr, um sich vor einem gesunden Lebensstil zu drücken: Die kostenlose Vibono-App ist ein mobiler Abnehmhelfer für die Hand- oder Hosentasche. Sie bietet alles, was man zum Abnehmen ohne Jojo-Effekt braucht, komprimiert in einem mobilen Endgerät. Mit einem Fingerklick erhält man abnehmtaugliche Rezepte, findet Tipps gegen Heißhunger-Attacken oder kann nachschlagen, wie sich die Energiedichte verschiedener Lebensmittel verhält und wie sie am Besten in den Tagesplan passen. Wer regelmäßig sein Gewicht einträgt, kann anhand eines Diagramms seine Erfolge nachvollziehen. Bei sportlichen Aktivitäten wandelt sich der "Sport-Index" von mahnendem "Rot" in motivierendes "Grün". Neuigkeiten, Diskussionen und wichtige Hinweise sind immer topaktuell über den Newsstream abzurufen. Schweinehund Vibby führt durch die App und hilft Antworten auf aktuelle Fragen zu finden. In schwachen Momenten erinnert er auch mal freundlich an sportliche Vorsätze. Die Vibono-App ist ab sofort kostenlos im App-Store unter www.vibono-app.de für iPhone, iPad und iPod touch erhältlich und wird unter www.vibono-app.info vorgestellt.

Im Februar 2014 erscheint außerdem das Buch "Sinnvoll abnehmen" von Dr. Andreas Schweinbenz mit zahlreichen pragmatischen Tipps für die Ernährungsumstellung.

Mit dem umfangreichen Coaching-Angebot von Vibono gelingt der gesunde Start ins neue Jahr garantiert!

Für mehr Informationen schauen Sie vorbei auf www.vibono.de und www.facebook.com/vibono

Bildmaterial und Hintergrundinformationen stehen im Pressebereich unter www.vibono.de/presse zur Verfügung.

Pressekontakt

Vibono GmbH

Herr Dr. Andreas Schweinbenz
Am Oberfeld 13
86568 Hollenbach

vibono.de/
as@vibono.de

Firmenkontakt

Vibono GmbH

Herr Dr. Andreas Schweinbenz
Am Oberfeld 13
86568 Hollenbach

vibono.de/
as@vibono.de

Vibono unterstützt Abnehmwillige auf einzigartige Weise. Statt teurer Diäten vermittelt Vibono kostenlos alles, was man wissen muss, um dauerhaft abzunehmen. Das Motto: "Keine Diät. Ein Lebensstil." Mit dem Konzept haben bereits Zigtausende erfolgreich und genussvoll abgenommen. Das Erfolgsgeheimnis von Vibono besteht darin, Spaß und Lebensfreude an einem gesunden Lebensstil zu vermitteln.

Wichtige Links:
www.vibonode: Alles, was man zum Abnehmen ohne Jojo-Effekt braucht
www.vibono.de/rezepte: Abnehmtaugliche Rezepte
www.vibono.de/vibono-app: Der mobile Abnehmhelfer für die Handtasche
www.vibono.tv: Videos
www.vibono.de/erfolge: Erfolgsgeschichten von Coaching-Teilnehmern

www.vibono.de/tipps: Tipps & Tricks rund ums Abnehmen
www.vibono.de/coaching-briefe: Kostenlose Coaching-Briefe
www.vibono.de/blog: Hintergrundberichte und Coaching-Lektionen
www.facebook.com/vibono: Vibono Fan-Page mit täglichen News

Anlage: Bild