

# LUISAN BRINGT MÄNNER IN FORM!

## Nachhaltig und ohne Sportprogramm. Und Frauen natürlich auch.

**Patrick Hayo verlor dank LUISAN 40 Kilogramm in fünf Monaten. Seit fünf Jahren hält er sein Gewicht! Mühelos, wie er selbst sagt. Das Top Magazin sprach mit ihm.**

### TOP MAGAZIN:

Herr Hayo, Sie sehen sehr schlank aus. Schwer vorstellbar, dass Sie einmal fast 130 Kilo auf die Waage gebracht haben. Wie war es dazu gekommen?

### PATRICK HAYO:

Ich war eigentlich immer relativ normalgewichtig, aber als meine Frau und ich vor ungefähr neun Jahren mit dem Rauchen aufhörten, ging mein Gewicht kontinuierlich nach oben. Bei meiner Frau nicht, aber bei mir. 2008 wog ich 126 Kilo, bei einer Größe von 1,82 Meter.

### TOP MAGAZIN:

Haben Sie deutlich mehr gegessen?

### PATRICK HAYO:

Vom Gefühl her nicht. Heute weiß ich, dass ich einfach falsch gegessen habe, zu fett, zu süß, zu wenig frisch und vor allem zu unbewusst. Ich arbeite in der IT-Branche. Da geht es oft stressig zu. Arbeits- und Essenszeiten sind unregelmäßig, und wenn ich abends nach Hause kam, wollte ich einfach schnell satt werden. Da meine Frau auch berufstätig ist, haben wir uns hauptsächlich von Fertiggerichten ernährt, eine Pizza bestellt oder schnell ein Fast-Food-Restaurant aufgesucht.

### TOP MAGAZIN:

Wie sind Sie zu LUISAN gekommen?

### PATRICK HAYO:

Auf einem Flug in die USA kam ich an den Punkt: „Jetzt reicht's“. Ich war so eng in den Sitz geklemmt, dass ich mich über Stunden nicht bewegen konnte. Eine Bekannte hatte mir von LUISAN erzählt. Sie selbst hat zehn Kilo mit dem LUISAN-Vitalprogramm abgenommen. Sofort nach meiner Rückkehr machte ich einen Termin.

### TOP MAGAZIN:

Im März 2008 hatten Sie Ihren ersten Termin bei Frau Dr. Rinneberg, der ärztlichen Leiterin von LUISAN. Bereits im September hatten Sie 40 Kilo abgenommen und halten seither Ihr Gewicht von 86 Kilo. Wie war das Abnehmen möglich?

### PATRICK HAYO:

Um ehrlich zu sein, war ich nach dem ersten Termin bei Frau Dr. Rinneberg sehr skeptisch und hatte so meine Zweifel, ob es wirklich möglich ist, durch Ernährungsumstellung und die Anwendung von Maschinen zur Bindegewebsstraffung, langfristig erfolgreich abzunehmen.

### TOP MAGAZIN:

Und?

### Das LUISAN-Vitalprogramm

Gesunde und dauerhafte Gewichtsreduktion unter ärztlicher Leitung. Selbst bei starkem Übergewicht ohne Skalpell und Sport. Ernährungsumstellung und modernste Geräte zum Abbau von Fettzellen und zur Gewebsstraffung machen es möglich.

### PATRICK HAYO:

Es ist möglich und das sogar relativ schnell und vor allem nachhaltig.

### TOP MAGAZIN:

Können Sie das genauer erklären?

### PATRICK HAYO:

Zunächst wird man gründlich untersucht und es wird festgestellt, ob irgendwelche Erkrankungen vorliegen, wie zum Beispiel Bluthochdruck oder Fettstoffwechselstörungen. Danach wird ein erstes realistisches Abnehmziel vereinbart und ein individueller Ernährungsplan erstellt, der auch persönliche Vorlieben und vor al-



Dr. med. Anna-Luise Rinneberg, Ernährungsexpertin und ärztliche Leiterin von LUISAN, gratuliert Patrick Hayo zu seinem Erfolg, der dank LUISAN 40 Kilo in fünf Monaten (!) abnahm und seit fünf Jahren mühelos sein Gewicht hält

lem den Ablauf des Alltags berücksichtigt. Schnell bekommt man einen Eindruck, worauf es bei der Ernährungsumstellung ankommt: wenig Kohlenhydrate, kein Zucker, dafür reichlich Eiweiß und viel frisches, saisonales Gemüse.

Ich habe in der ersten Woche drei Kilo abgenommen und das motiviert natürlich. Wie auch die Gerätemassage-Behandlungen. Sie unterstützen nämlich die Zellen beim Fettabbau und straffen das Bindegewebe. Ich hatte während meiner gesamten Abnehmphase nie Probleme mit schlaffer Haut oder mit Hunger.

### TOP MAGAZIN:

Im September 2008 hatten Sie ihr Wunschgewicht von 86 Kilo erreicht. Wie

schaffen Sie es, dieses Gewicht zu halten?

### PATRICK HAYO:

Eigentlich mühelos. Ich weiß heute, worauf es in meiner Ernährung ankommt. Frau Dr. Rinneberg vermittelt einem sehr praxisnah, wie einfach es ist, sich ohne großen (Zeit-) Aufwand gesund zu ernähren. Wichtig ist einfach, bewusst mit dem Essen umzugehen. Ich wiege mich sehr selten, merke aber sehr wohl, wenn ich zwei, drei Kilo zugelegt habe. Der Hosensbund wird enger. Dann esse ich bewusst leichter und mache einen Termin zur Gewebsmassage bei LUISAN.

### TOP MAGAZIN:

Das heißt, Sie bringen Ihre Fettzellen wieder auf Trab?

Endermologie - zur Unterstützung des Fettzellenabbaus und zur Gewebestraffung



### PATRICK HAYO:

(lacht) Ja, so könnte man das nennen, aber zusätzlich zu dem guten Körpergefühl sind Termine bei LUISAN mentale Auszeiten für mich. Die ich jedem nur empfehlen kann.

### TOP MAGAZIN:

Herr Hayo, vielen Dank für das Gespräch.

## INFORMATION

### LUISAN – Médecine esthétique

Ganzheitlich gesund abnehmen,  
weil Medizin und Schönheit  
zusammengehören.

Ernährungsumstellung auf Basis  
neuester Stoffwechselerkenntnisse

Einsatz modernster Verfahren zur  
Fettzellenreduktion und Hautstraffung:  
LPG-Endermologie,  
Osmolipolyse Ultrasonic, Lipomassage  
Mikrostromtherapie zur Entgiftung

### Medizinische Leitung:

Dr. med. Anna-Luise Rinneberg  
Franz-Altmeier-Straße 25  
D-66693 Mettlach-Tünsdorf  
Tel.: + 49 (0) 68 68 - 12 68

»» www.luisan.de