

your perfect  
**body**

In wenigen  
Wochen zur  
perfekten  
Hochzeits-  
figur.

Evelyne  
Schärer (50)

# Traumbody @home

Easy in perfect shape for your Wedding  
mit [yourperfectbody.ch](http://yourperfectbody.ch)

**Kein Fitness Studio**  
**Kein Zeitlimit oder Öffnungszeiten**  
**Kein Jo-Jo-Effekt**

## **Keine Hochzeitsdiät – viel besser!**

**Ganz bequem zuhause mit den stärksten  
Methoden zu Ihrer Hochzeitsfigur!**

Natürlich kann man nur abnehmen, wenn man im Kaloriendefizit ist und isst. Damit Sie aber keine wichtige Muskelmasse verlieren, trainieren Sie in den eigenen vier Wänden als Braut und Bräutigam, oder mit Ihren Trauzeugen.

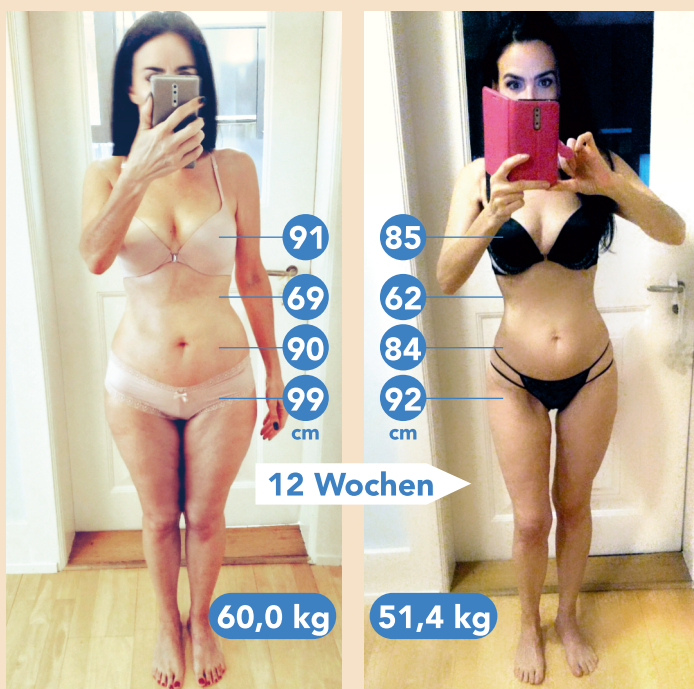
**Stark im Hochzeitsteam** oder die Braut sorgt ganz allein für Schnappatmung, wenn sie zum Altar geführt wird. Verblüffen Sie Ihre Hochzeitsgäste.

**In 4, 12 oder 24 Wochen** verlieren Sie überflüssiges Körperfett und bauen Muskeln auf. Keine Angst, es kann gar nicht zu viel Muskulatur aufgebaut werden, jedoch können Sie dem Winke-arm getrost Adieu sagen.

**10 bis 15 Minuten pro Woche** mit Power Plate oder wav-e, dem Hightech wireless EMS-Gerät. Die Ergänzung mit einer gesunden Ernährung, verhilft Ihnen zum perfekten Aussehen für den schönsten Tag im Leben.

Alles zur perfekten  
Hochzeitsfigur:

- [www.yourperfectbody.ch](http://www.yourperfectbody.ch)
- [www.fit3.ch](http://www.fit3.ch)
-  [yourperfectbody.ch](https://www.instagram.com/yourperfectbody.ch)



Evelyne Schärer, die wohl bekannteste Hochzeitsplanerin der Schweiz und bekannt vom deutschen TV, hat das Programm «YOUR PERFECT BODY» getestet. In 12 Wochen hat sie ganz einfach 8,6 kg Gewicht und 35,5 cm Körperumfang verloren! **Das sind 2 Kleidergrößen!**

Sie entschliessen sich für das YOUR PERFECT BODY Programm.

nur  
10 bis 15  
Minuten  
pro Woche

**WIR unterstützen Sie bei Ihrem Wunsch zu perfekter Hochzeitsfigur.**

Sie kaufen Ihr Hochzeitskleid oder Ihren Hochzeitsanzug bereits einige Monate vor dem schönsten Tag im Leben.

**In 4, 12 oder 24 Wochen verlieren Sie überflüssiges Körperfett und bauen Muskeln auf.**

Als einziges Brautmodengeschäft bietet Ihnen LILUCA einen **Last-Minute-Änderungstermin** an.

Bis vier Wochen vor Ihrem Hochzeitstag, haben Sie Ihren letzten Termin für die Anpassungen an Ihren Traumkörper.

Strahlen Sie am schönsten Tag im Leben mit Ihrer neuen Hochzeitsfigur und LILUCA.



### Power Plate

Krafttraining vom Feinsten und keine Angst, der Winkearm verschwindet und Ihre Arme sehen perfekt aus. Das Vibrationstraining ist auch der perfekte Start für Ihre Hochzeitsplanung, es werden unter anderem Glücksgefühle ausgelöst.

**POWER**  
*Formula*

Ergänzung mit einer gesunden Ernährung.



### Hightech wireless EMS

High Intensity Intervall Training HIIT ist in aller Munde und vielleicht steht es schon bald in Ihrem Wohnzimmer. Die elektrische Muskelstimulation ist nicht wirklich neu, Sie kennen es wahrscheinlich vom Physiotherapeuten. Genial wie sie alle Muskelgruppen trainieren, und wenn Sie wollen gleichzeitig mit individuellem Programm. Schliesslich hat die Braut ganz andere Ansprüche als der Bräutigam.

**lilUCA**

[www.liluca.ch](http://www.liluca.ch)