

Presseinformation, 28.3.2008

## **Weg mit dem Osterspeck: Machen Sie mit beim Gewinnspiel von BODYFRIEND, der einzigartigen Verwöhndiät mit Lieferservice, und gewinnen Sie eines von zehn Komplett-Packages**

**Auch wenn wir es aufgrund der derzeitigen Wetterkapriolen kaum glauben möchten: Der Sommer ist nicht mehr weit. Wer in der kommenden Badesaison eine gute Figur machen möchte, der sollte spätestens jetzt nach den Osterfeiertagen damit beginnen, verstärkt auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung zu achten. BODYFRIEND unterstützt Sie bei diesem Vorhaben und verlost insgesamt zehn Zwei-Wochen-Ernährungsprogramme. Einfach auf [www.bodyfriend.at](http://www.bodyfriend.at) klicken, beim Gewinnspiel mitmachen und mit ein bisschen Glück gewinnen.**

„Gerade in der kälteren Jahreszeit, wenn es früh dunkel wird und die Abende vorm Fernseher lang werden können, fällt es vielen von uns schwer, etwas Gesundes zu essen. Doch der Frühling hat bereits begonnen und der Sommer steht vor der Tür. Höchste Zeit also, sich wieder etwas bewusster zu ernähren und den Winterspeck loszuwerden. Mit unserem Gewinnspiel, bei dem wir unter allen TeilnehmerInnen insgesamt zehn komplette Zwei-Wochen-Ernährungsprogramme von BODYFRIEND verlosen, möchten wir eine kleine und vor allem gesunde Unterstützung auf dem Weg zu mehr Wohlbefinden geben. Sie werden staunen, wie unkompliziert es sein kann, sich gesund zu ernähren“, betont Nellina Mackinger, Geschäftsführerin von BODYFRIEND.

**Mitmachen und gewinnen.** Und so nehmen Sie am BODYFRIEND-Gewinnspiel teil: Klicken Sie einfach auf [www.bodyfriend.at](http://www.bodyfriend.at), füllen Sie die Gewinnspielfelder aus und mit ein bisschen Glück gewinnen Sie eines von zehn Zwei-Wochen-Ernährungsprogrammen von BODYFRIEND. Im Rahmen dieses Programmes erhalten Sie zwei Wochen lang täglich fünf frisch zubereitete Menüs bzw. Snacks von BODYFRIEND direkt an Ihre Haustüre geliefert. Die portions- und kalorienkontrollierten Speisen von BODYFRIEND, die von einem Team aus Köchen und einer Ernährungswissenschaftlerin entwickelt wurden, beruhen auf folgenden Grundsätzen: Hohe Qualität, ausgewogene Ernährung und schmackhafte Vielfalt. Zudem steht Ihnen in dieser Zeit eine persönliche Ernährungsberaterin telefonisch mit Rat und Tat zur Seite. Also, worauf warten Sie noch? Wir halten Ihnen jedenfalls ganz fest die Daumen!

**Das Geheimnis von BODYFRIEND.** Sich gesund zu ernähren, kann theoretisch sehr einfach sein. Doch meist essen wir aus Zeitgründen und Bequemlichkeit zu fett und zu süß. BODYFRIEND greift diese typischen Ernährungsprobleme auf und bietet in Kooperation mit einer Ernährungsberaterin eine sehr bequeme, sehr schmackhafte und sehr effektive Lösung, sich gesünder zu ernähren oder endlich das Wunschgewicht zu erreichen. „Die meisten Diäten bringen einen hohen Koordinations- und Zeitaufwand mit sich. Essen vorzukochen, spezielle Lebensmittel einzukaufen, die richtigen Zutaten zu wählen und dabei die Portionen zu kontrollieren, stellt insbesondere für berufstätige Personen eine große Herausforderung dar. Dazu kommt ein meist einseitiger Ernährungsschwerpunkt, die Unsicherheit, dem Körper zu geben, was er braucht, und das ständige Gefühl der Entbehrung. Das Geheimnis einer erfolgreichen Diät liegt darin, diese möglichst nicht spürbar zu machen, - und das ist einer der wichtigsten Grundsätze von BODYFRIEND. Lehnen Sie sich zurück, überlassen Sie alles weitere BODYFRIEND und verlieren Sie ab sofort spielerisch überflüssige Kilos“, bringt Nellina Mackinger, die Geschäftsführerin von BODYFRIEND, die Vorteile dieses in Österreich bislang einzigartigen Ernährungsprogrammes auf den Punkt. Neben einer Programm begleitenden, persönlichen Ernährungsberatung bietet BODYFRIEND insgesamt über 50 unterschiedliche Speisen – leckere Frühstückvarianten, Snacks, Mittags- und Abendmenüs. Der Clou: Die 5 Mahlzeiten am Tag enthalten nicht mehr als ca. 1200 Kalorien!

**Wir kochen & Sie verlieren Gewicht.** „Maßgeschneidert auf Ihre Bedürfnisse und Ihren Lebensstil werden Ihnen Ihre Menüs und Snacks wahlweise täglich oder wöchentlich für eine flexible Dauer von 2 – 4 Wochen an Ihre Wunschdestination geliefert. Sie haben die Möglichkeit, unsere Produkte gekühlt oder tiefgekühlt zu beziehen. Die tiefgekühlten Programme liefern wir wöchentlich per Post in einer Styroporbox mit Trockeneis. Die gekühlten Programme (derzeit nur innerhalb von Wien) werden täglich zwischen 2.00 Uhr und 5.00 Uhr morgens in einer Kühltasche, die mit Kühl-Akkus ausgestattet ist, an Ihre Haustüre geliefert. Jede Woche haben Sie die Möglichkeit, mit Ihrer persönlichen Ernährungsberaterin zu telefonieren und Ihre Fortschritte zu besprechen“, erklärt Nellina Mackinger.

**BODYFRIEND ist bequem und leistbar.** BODYFRIEND bietet neben der Healthy Lunch Box eine Vielzahl weiterer ernährungsbewusster Programme – von 3 – 5 Speisen pro Tag bis zur flexiblen Dauer des Programms. BODYFRIEND bietet Service für jeden Lebensstil und jede Geldbörse. „Wenn Sie Ihre durchschnittlichen täglichen Ausgaben für Essen und Restaurantbesuche in Betracht ziehen – durchschnittlich sind das rund € 15,- / Tag - , und Ihren Zeitaufwand für Einkaufen und Kochen bedenken, werden Sie erkennen, dass BODYFRIEND mit durchschnittlich € 4,- / Speise leichte und ausgewogene Ernährung zu sehr attraktiven Preisen bietet. Zudem genießen Sie den Luxus, von einer persönlichen Ernährungsberaterin und einer Köchin umsorgt zu werden und alle Speisen direkt an Ihre Haustüre geliefert zu erhalten“, betont Nellina Mackinger.

**BODYFRIEND jetzt bestellen.** Bestellen Sie noch heute Ihr BODYFRIEND-Wunschprogramm unter Tel.: +43 (0) 699 81334129, Fax: +43 (0) 1 8174955 3246, per E-Mail an [office@bodyfriend.at](mailto:office@bodyfriend.at) oder im Internet unter [www.bodyfriend.at](http://www.bodyfriend.at).

**PRESSEKONTAKT:** Birka Mackinger, E-Mail: [presse@bodyfriend.at](mailto:presse@bodyfriend.at), Tel.: +43 (0) 650/52 326 52; Bodyfriend e.U., Währingerstr. 168/6, 1180 Wien