

- Chinese Geneeskunst (tuina-afslankmassage en acupunctuur)
- Orthomoleculaire Geneeskunde
- Esthetische Behandelingen & gewichtsbeheersing

**Ingrid Spreeuw**  
Hillegom



Het is alweer een aantal jaren geleden dat ik voor het eerst bij Body2Balance kwam. Na de bevalling van mijn tweede zoon bleven de kilo's eraan zitten.

Voor mijn zwangerschap was ik al aan de zware kant maar het was er niet beter op geworden.

Vol goede moed ging ik onder begeleiding van Body2Balance aan de slag en viel 25 kilo af. In plaats van maat 44/46 in mijn trouwjurk had ik maatje 38.

Helaas door een moeilijke periode in mijn leven kwam ik weer aan. Zoals vele mensen ga ik dan eten als ik me rot voel, dus de kilo's vlogen er weer aan. Op dat moment maakte het mij ook allemaal niet uit tot afgelopen april. Ik was weer veel te zwaar en voelde mij alleen maar ongelukkiger en energieloos.

Body2Balance startte op dat moment een Challenge, 10 kg afvallen in 8 weken. Dat was voor mij net de trigger om een telefoontje te plegen en weer een afspraak te maken.

Inmiddels ben ik 16 kilo kwijt en voel me super goed, daarbij heb ik de hoofdprijs van de Challenge gewonnen, wat ik natuurlijk supergaaf vind. Ik heb veel meer energie en heb weer zin in winkelen, uitgaan en gewoon veel leuke dingen doen! Ik raad het iedereen aan die te zwaar is. Maak een afspraak bij Body2Balance, je krijgt ontzettende goede begeleiding...Ga ervoor!!