

Elisabeth Wallgren, 43: Benen blev slankare med vakuuum

slät utan
kniv
3 nya metoder

Ju fler barn, desto fler celluliter. Fyrabarnsmamman Elisabeth tyckte groparna på benen var så störande att hon funderade på kirurgi. Men hjälpen kom från annat håll...

Förra sommaren gömde Elisabeth Wallgren benen i capribyxor.

– Det kändes inte alls bekvämt att visa benen. För varje barn har celluliterna bara blivit fler och fler, säger hon.

Framför allt har groparna satt sig på lår och rumpa. Och trots att Elisabeth har kört tre tuffa spinningpass i veckan har ingenting hänt.

– Jag funderade faktiskt på att göra en fett-sugning av låren. Men operationen är ganska komplicerad och det finns en risk för infektion.

Därför tvekade hon i det längsta – och snubbade över Hypoximetoden i stället. Behandlingen går ut på att man cyklar i ett lågintensivt tempo i en vakuuum-maskin.

– Redan efter par pass märkte jag en skillnad. Nu, fyra veckor senare, har jag gjort tre nya hål i bältet och lårens omfång har minskat med 3 centimeter per ben!

Förutom att hon ätit något mer proteiner än tidigare har hon levt som vanligt.

– Ibland har jag unnat mig lite extra god mat och dryck och jag har dragit ner på mina spinningpass. Ändå kommer jag snart i kläder som jag inte kunnat ha på flera år.

Kuren har fungerat som en sporre för Elisabeth.

– Nu ska jag bara ta bort de sista kilona, sen åker shortsens på. ●



Elisabeth om resultatet:

– Jag är glatt överraskad även om jag inte ser så jättestor skillnad just på låren. Däremot känns celluliterna annorlunda, de är mjukare på något sätt och benen är slankare.

Så funkar Hypoxi

Metoden bygger på en kombination av vakuuum och fettförbränningsträning. Ben, rumpa och mage är lämpliga områden att behandla. Blodcirkulationen i det behandlade området ökar, temperaturen höjs med två grader och kroppen börjar använda fett som bränslekälla. Det gör att man blir fastare i hullet. Många går dessutom ner i vikt och minskar sina mått. För att få effekt krävs tre träningspass i veckan à en halvtimme. Efter fem veckor kan man ha minskat en klädstorlek.

Biverkningar: Inga.

Pris: En kur med 12 behandlingar kostar cirka 5 550 kr.

Var: Planet Fitness i Stockholm.



OBS! Hypoxi hjälper inte om man är kraftigt överviktig. Man kan inte heller göra behandlingen om man har åderbräck, bröstimplantat eller sjukligt högt eller lågt blodtryck.

Spänst & snygg solbränna ▶▶▶