

Erfolgsgeschichte

## **Nach Abnehmerfolg: Aileen braucht keine Männeruniform mehr zu tragen**

*Münster/Edinburgh, 5. März 2020.* Als Aileen Gray aus dem britischen Edinburgh für ihren Job bei den örtlichen Verkehrsbetrieben eine Männeruniform bestellen musste, wurde ihr klar, dass es an der Zeit war, etwas gegen ihre Gewichtsprobleme zu unternehmen.

Die 47-Jährige verlor mit einer Kombination aus Mahlzeiterersatzprodukten und persönlicher Beratung mehr als 30 Kilo. Inzwischen ist sie als Kontrolleurin in den Straßenbahnen ihrer Heimatstadt zu einer kleinen Berühmtheit geworden. Regelmäßig wird sie auf ihren beeindruckenden Gewichtsverlust angesprochen.

"Ich habe mich in Tops in Größe XL gequetscht, meine BHs wurden zu klein", erzählt Aileen. "Als ich über 120 Kilo wog, passte ich nur noch in eine Männeruniform. Ich trug Männerhosen in L und ein Herrenhemd in XXL, weil die Damengrößen nicht groß genug für mich waren."

Ihren Erfolg schreibt die Straßenbahnerin vor allem der persönlichen Unterstützung zu, die sie auf ihrem Weg zur Traumfigur von ihrer Beraterin erhalten hat. Nicht nur die Herausforderung passende Arbeitskleidung zu finden, auch ihre eingeschränkte körperliche Mobilität machte Aileen sehr zu schaffen.

"Das Laufen während meiner Schicht hat mir Probleme bereitet", berichtet sie. "Um zum Büro zu kommen, müssen wir eine Treppe hinaufsteigen. Oben angekommen, war ich nicht nur außer Atem, mir taten auch die Knie und die Knöchel weh. Mit zunehmendem Gewicht wurden auch die Schmerzen schlimmer, die ursprünglich von einer alten Motorradverletzung stammten. Hinzu kam ein schreckliches Sodbrennen."

Ein Gespräch mit einem Arbeitskollegen änderte alles. "Einer unserer Straßenbahnfahrer hatte kürzlich zwölf Kilo abgenommen und erzählte mir von Cambridge Weight Plan. Daraufhin habe ich mir das Programm online angesehen." Aileen wandte sich an eine zertifizierte Beraterin in ihrer Nähe, die sie von da an mit 1:1 Betreuung unterstützte. "Zu Beginn war ich noch etwas skeptisch, aber meine Beraterin hat mich motiviert."

Im Januar 2018 startet Aileen mit satten 123 Kilogramm Körpergewicht. Bereits im August desselben Jahres, nur acht Monate später, erreicht Aileen ihr Zielgewicht von 93 Kilo. "Ich habe einfach die einzelnen Stufen des Plans befolgt. So ist mir das Abnehmen sogar recht leichtgefallen", erzählt sie. "Nach der ersten Woche hatte ich schon dreieinhalb Kilo verloren, das gab mir gewaltig Motivation um weiterzumachen und durchzuhalten."

Aileen hat ihr Wunschgewicht seitdem gehalten und ist auch gesundheitlich wieder deutlich fitter. „Mein Sodbrennen ist viel besser geworden und ich habe auch keine Schmerzen mehr in den Knien und den Knöcheln, seit ich so viel abgenommen habe. Die Wertschätzung meiner Fahrgäste, die ich jeden Morgen sehe, motiviert mich zusätzlich weiterzumachen und dranzubleiben", fügt sie stolz hinzu.

Mittlerweile ist Aileen selbst CWP-Beraterin geworden, um auch andere Menschen auf ihrem Weg zu einem bewussteren Ernährungsverhalten und einem gesünderen Lebensstil zu unterstützen.

**Hinweis für die Redaktion:**

Den Text als Word-Dokument sowie die Bilder von Aileen Gray vor und nach ihrem Abnehmerfolg können Sie in Druckqualität [hier herunterladen](#).

**Über Cambridge Weight Plan in Deutschland**

Cambridge Weight Plan (CWP) kombiniert kalorienarme Mahlzeitenersatz-Produkte mit individueller Begleitung durch zertifizierte Berater. Rund 30 Millionen Menschen in mehr als 30 Ländern haben mit dem Programm erfolgreich abgenommen. Bundesweit ist eine wachsende Zahl lizenzierter Berater für das Unternehmen tätig. Sie beraten ihre Kunden und verkaufen die Produkte im Direktvertrieb. Cambridge Nutritional Foods GmbH, die Vertriebsgesellschaft von CWP in Deutschland mit Sitz in Münster, ist Mitglied im Bundesverband Direktvertrieb e. V. (BDD).

Weitere Informationen unter [www.cambridgeweightplan.de](http://www.cambridgeweightplan.de)

**Pressekontakt:**

Guido Balke, Tel: 0221 800 471-12, E-Mail: [balke@dieprberater.de](mailto:balke@dieprberater.de)