

## REFERENCJE

Kiedy psują Ci się w domu różne przedmioty idziesz do kogoś, kto potrafi je naprawić. Uznałem, że skoro nie umiem się odżywiać również muszę iść do profesjonalisty. Wybrałem Łukasza.

Zaczynając miałem zerowe pojęcie o diecie, myślałem, że dostanę tak po prostu rozpiskę i pójdę gotować. Jakie było moje zaskoczenie, kiedy Łukasz zrobił wywiad dotyczący nie tylko dotychczasowej diety ale i nietolerancji pokarmowych, itp. Rewelacja - dostałem feedback w postaci wykalkulowanych wykresów i liczb co i jak robiłem źle, jak wyeliminować błędy i co poprawić. Dostałem szczegółowo rozpisaną dietę. Różnicę samego samopoczucia poczułem już po tygodniu, po dwóch miesiącach ludzie zaczęli zauważać, że schudłem a po czterech miesiącach przecierali oczy ze zdumienia. Osiągnąłem co chciałem, czułem się nieporównywalnie lepiej, masę różnych dolegliwości poszło w niepamięć.

Przyszedł czas na budowanie mięśni i znowu dzięki Łukaszowi efekty z samej diety miałem porównywalne do tych co koledzy po odżywkach. Różnica była jednak ogromna, kiedy oni odstawili odżywki w przeciwieństwie do mnie nie mieli siły ani energii. A moje efekty zostały do dziś (2,5 roku).

Podsumowując. Idąc do Łukasza chciałem tylko schudnąć. Dzięki profesjonalizmowi, indywidualnemu podejściu do klienta schudnięcie było "efektem ubocznym" gdyż otrzymałem dużo więcej. Polepszyło się moje zdrowie, samopoczucie, kondycja, świadomość jak bardzo ważne jest umiejętne dobieranie produktów. Kiedy teraz ktoś pyta mnie o dietę, myślę Łukasz. Szczerze polecam.

Marcin Mazurek