

11.10.2012 - 11:08 Uhr

Ruth Moschner schwört auf Hula-Hoop-Reifen mit Noppen

Berlin (ots) -

- Querverweis: Bildmaterial wird über obs versandt und ist abrufbar unter <http://www.presseportal.de/galerie.htx?type=obs> -

Was nach einem Erotik-Spielzeug klingt, verhilft Moderatorin und Autorin Ruth Moschner zu einem straffen Bauch: Hula-Hoop-Reifen mit Noppen. In der November-Ausgabe des neuen LOOX Magazins (<https://www.loox.com/>) verrät sie, was es mit den Noppen auf sich hat und ihren Weg einer genussvollen Ernährung.

Ihre Fans lieben ihre weiblichen Kurven. Dennoch hat Ruth Moschner kürzlich zwei Konfektionsgrößen abgenommen. Wie hat sie das geschafft? Sie treibt täglich 15 bis 20 Minuten Sport, zum Beispiel mit dem Hula-Hoop-Reifen mit Noppen. Mit Noppen? Die fröhliche Wahl-Berlinerin gibt im Interview des aktuellen LOOX Magazins offen Auskunft: "Ja, der hat innen solche Latex-Noppen. Klingt wirklich wie ein Sex-Toy. Aber der Reifen massiert durch diese Noppen das Bindegewebe am Bauch und macht diesen straff und schlank." Und sie ergänzt: "Alle meine Freundinnen haben den auch schon."

Das neue Buch von Ruth Moschner heißt "Backen für Angeber" mit vielen süßen Köstlichkeiten. Ihr Tipp für ein genussvolles Leben: "Ich achte auf eine ausgewogene Ernährung. Und da ist ein Stück Kuchen absolut erlaubt - und sogar wichtig." Im Gespräch mit LOOX erzählt sie, dass ständiges Kalorienzählen und Wiegen sie hingegen nur verwirren: "Meinen BMI - oder, wie ich ihn nenne, 'bissig und mies gelaunt inklusive' - kenne ich gar nicht." Und weiter gesteht sie: "Ich finde Leute toll, denen man Sinnlichkeit ansieht und spürt, dass die gern mal ein Stück Kuchen oder einen Braten essen. Ich glaube, solche Leute haben auch mehr Spaß beim Sex."

Den Ernährungsplan von LOOX-Expertin Ruth Moschner gibt es unter <https://www.loox.com/rmoschner>.

Das komplette Interview kann im LOOX Magazin 11/2012 nachgelesen werden. Das Heft ist für 2 Euro ab dem 16. Oktober im Zeitschriftenhandel und im Abonnement unter <http://looxabo.pressup.de/> erhältlich.

Über LOOX

LOOX ist eine medienübergreifende Marke für Training und Ernährung und umfasst ein Online-Portal und ein monatlich, bundesweit erscheinendes Magazin. LOOX wendet sich an fitnessinteressierte Männer und Frauen zwischen 19 und 49 Jahren, die bewährte Trainings- und Ernährungspläne von Experten suchen. Mit einer Vielzahl an Methoden, fachlichen Tipps und interessanten Reportagen ist LOOX der Impulsgeber für Fitness, Gesundheit und Lifestyle. LOOX ist ein Produkt der LOOX Sports GmbH in Berlin und wurde im Jahr 2011 von Rainer Schaller, Geschäftsführer der Fitnessstudiokette McFit, gegründet. Mehr Informationen unter: <https://www.loox.com>

Kontakt:

Franka Schulz, Manager Communications
Fon: +49 (0)30 343 49 10 16
Fax: +49 (0)30 343 49 10 99
presse@loox.com

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100051785/100726367> abgerufen werden.