19.01.2017 – 16:24 Uhr

Neu bei RTL II: "Meine Eltern, ihre Kilos und ich"

München (ots) -

Felix Klemme hilft übergewichtigen Eltern ihre überflüssigen Pfunde zu verlieren

- Sendetermin: Dienstag, 28. Februar 2017 um 22:15 Uhr bei RTL II

Eines steht für Anna-Lyn (6) und Luca (4) fest: Ihre Eltern sind zu dick. Im Alltag von Sandra (31) und Frank (34) stehen vor allem Döner, Pizza, Nutella und Fertig-Tortellini statt Obst und Gemüse auf dem Speiseplan. Der unvermeidliche Kilofrust, als Folge der schlechten Ernährung, wirkt sich zudem negativ auf ihre Beziehung aus. Und auch gemeinsame Familienausflüge bleiben auf der Strecke. Zusammen mit Personal Trainer und Ernährungsexperte Felix Klemme sollen Sandra und Frank ihrem Übergewicht nun endlich den Kampf ansagen.

Sandra (31) fühlt sich schon immer unwohl in ihrer Haut. Bereits in der Schule wurde sie von ihren Mitschülern gehänselt und entwickelte schon als Teenager ein schwieriges Verhältnis zum Thema Essen. Nach der Geburt ihrer Tochter Anna-Lynn (6) war Sandra sogar sportsüchtig, ging viel reiten und spielte in einer Softballmannschaft. Doch heute merkt man davon nichts mehr. Mit einem BMI von 41 ist die Zweifachmutter eindeutig zu dick.

Wenig besser sieht es mit Ehemann Frank (34) aus. Durch seine Selbstständigkeit ist für geregelte Essenszeiten kein Platz. Da greift er gerne zu Döner, Pizza und Bratwurst. Das Übergewicht bleibt da nicht lange aus. Doch nach einem Besuch beim Arzt vor einigen Wochen, ist für Frank klar, dass sich definitiv etwas ändern muss. Er beginnt mit einer Eiweißshake-Diät und treibt regelmäßig Sport. Erste Erfolge sind bereits zu vermelden, doch diese einseitige Diät ist auf Dauer nicht gesund.

Für beide muss eine langfristige Ernährungsumstellung her, denn der Kilofrust schlägt sich ebenfalls in der Beziehung und dem Liebesleben der beiden nieder. Auch gemeinsame Aktivitäten oder Ausflüge mit den Kindern gibt es kaum noch.

Anna-Lyn und Luca wollen mit Hilfe von Trainer Felix Klemme ihren Eltern beim Kampf gegen die Kilos helfen. Sandra und Frank sollen wieder Spaß an Bewegung bekommen, damit sich der Wunsch der kleinen Anna-Lynn, endlich Sport zusammen mit Mama zu machen, endlich erfüllt.

Kontakt:

RTL II Kommunikation
Eva Römhild
089 - 64185 6510
eva.roemhild@rtl2.de

Medieninhalte

Sandra (31) und Frank (34) wollen endlich wieder fit werden und mit ihren Kindern Anna-Lyn (6) und Luca (4) Sport machen. Coach Felix Klemme hilft ihnen dabei in "Meine Eltern, ihre Kilos und ich", ab 28. Februar 2017 um 22:15 Uhr bei RTL II. Weiterer Text über ots und www.presseportal.de/nr/6605 / Die Verwendung dieses Bildes ist für redaktionelle Zwecke honorarfrei. Veröffentlichung bitte unter Quellenangabe: "obs/RTL II"

Ernährungsexperte Felix Klemme versucht der Familie frisch gekochtes und gesundes Essen näher zu bringen. "Meine Eltern, ihre Kilos und ich" ab 28. Februar 2017 um 22:15 Uhr bei RTL II. Weiterer Text über ots und www.presseportal.de/nr/6605 / Die Verwendung dieses Bildes ist für redaktionelle Zwecke honorarfrei. Veröffentlichung bitte unter Quellenangabe: "obs/RTL II"

Diese Meldung kann unter https://www.presseportal.ch/de/pm/100001974/100798120 abgerufen werden.