

Sanacontrol®-Anwendungsbeobachtung

22.11.2010 - 19.12.2010

Probanden:	1	2	3	4	5
Persönliche Daten	Christa L.	Manuela W.	Beate M.	Monika Sch.	Sonja H.
Geburtsjahr	1973	1980	1971	1967	1984
Körpergröße in cm	176	179	165	160	168
Ausgangsgewicht in kg	89,0	79,0	90,0	80,0	119,0
BMI	28,7	24,7	33,1	31,3	42,2
Zielsetzung für den Test					
Abnehmmotiv: *	X Steigerung der Fitness Wiederlangen des "Wohlfühlgewichtes" Erhöhung der Lebensfreude Gesundheitliche Gründe	X Beweisen, dass man auch mit 50zig sein Gewicht erfolgreich reduzieren kann	X X X X	X X X X Ja, nach Hüft OP Mehr Selbstbewusstsein	X X X X Gesundheit
Anreiz, Sanacontrol® zu testen (4 Wochen): *	X Abnehmziel 2-3 kg Abnehmziel 3-5 kg Abnehmziel > 5 kg Anpassung der Ernährung Einschränkung von Zwischenmahlzeiten, Snacks und Naschereien Unzufriedenheit oder schlechte Erfahrungen mit anderen Produkten	X Ein Produkt zu testen und dabei noch abzunehmen, meine Erfahrungen weiterzugeben	X X X	X X X X Habe es auf normalem Weg nicht geschafft	X X X X
Andere Motive (welche?)	Ständig Hungergefühle				
Einnahme: *	Wasser/Mineralwasser	Tee, Wasser	Apfelsaft-Schorle	Wasser	Apfelschorle
Anwendungserfolg					
in welchem Getränk? morgens mittags abends	X X X	X	X X	X X X	X X X
Gewicht am Ende der 1. Woche in kg	87,9	78,2	89,2	79,1	116,2
Gewichtsverlust nach 1 Woche	-1,1	-0,8	-0,8	-0,9	-2,8
Gewicht am Ende der 2. Woche in kg	87,1	77,6	88,7	77,6	115,9
Gewichtsverlust nach 2 Wochen	-1,9	-1,4	-1,3	-2,4	-3,1
Gewicht am Ende der 3. Woche in kg	-	77,1	88,0	77,4	115,1
Gewichtsverlust nach 3 Wochen	-	-1,9	-2,0	-2,6	-3,9
Gewicht am Ende der 4. Woche in kg	-	76,6	88,0	76,0	114,6
Gewichtsverlust nach 4 Wochen	-	-2,4	-2,0	-4,0	-4,4
BMI	28,1	23,9	32,3	29,7	40,6
Figurverbesserung: *	deutlich (wo?) etwas (wo?) keine Veränderung keine Veränderung/nicht relevant	Meine Lieblingshose knieft nicht mehr am Bauch. X	Gesicht, Bauch	Bauch	Im Gesicht Die Hose knieft nicht mehr so :)
Weitere Beobachtungen während der Testperiode					
Hungergefühle: *	deutlich weniger etwas weniger wie immer	X	X	X	X
Veränderung der Essgewohnheiten: *	Essensmengen ungefähr halbiert ca. 1 Drittel weniger gegessen Ernährung auf gesündere Kost umgestellt Verzicht auf Snacks und Naschereien genauso gegessen wie immer	X X X	X X X	X X X	X
Einsparung bei den Lebensmittelausgaben (auf Monatsbasis): *	< 30 Euro 30 - 50 Euro > 50 Euro	X	X	X	Man kauft keinen/weniger Süßkram und ist bewusster
Veränderung im Bewegungsverhalten: *	mehr Aktivitäten/Bewegung weniger Aktivitäten/Bewegung unverändert	X	X	X	Das war vorher nicht wenig
Zusammenfassende Beurteilung:	War die Einnahme einfach und angenehm? Beschwerden oder Nebenwirkungen (welche)? Wurden Ihre Erwartungen an das Produkt erfüllt? Würden Sie das Produkt weiterempfehlen? Was können wir verbessern?	ja keine bisher bin ich zufrieden ja	ja keine ja ja	ja teils ja	Die Einnahme ist relativ angenehm, allerdings... kommt gleich danach ein unangenehmes Völlegefühl auf Meine Erwartungen wurden übertraffen! Ich würde das Produkt uneingeschränkt weiterempfehlen! Viell. ist es mögl. das Produkt noch individueller zu dosieren?
Fazit und Produktbewertung:		Schneller abzunehmen wünscht sich ja jeder, aber ich denke mit Sicht auf die Gesundheit bin ich mit dem bisherigen Ergebnis zufrieden.	Werde auf alle Fälle im neuen Jahr nochmal eine Packung Sanaform kaufen. Es geht zwar langsam, aber das ist ja auch besser so.	Bin sehr zufrieden, gutes Produkt.	Bisher bin ich mit der Abnahme sehr zufrieden. Das Hungergefühl hält sich in Grenzen.

* Bitte Zutreffendes ankreuzen (Mehrfachnennungen möglich)

Probanden:	6 Angela J.	7 Conny B.	8 Nadja H.	9 Ruth P.	10 Siegfried B.
Persönliche Daten	1964 178 88,7 28,0	1969 182 119,0 35,9	1978 176 71,2 23,0	1954 160 69,0 27,0	1976 183 119,0 35,5
BMI					
Zielsetzung für den Test					
Abhimmotiv:*	Steigerung der Fitness Wiedererlangen des "Vollflügelgewichtes" Erhöhung der Lebensfreude Gesundheitliche Gründe Andere Beweggründe (welche?)	X X X X	Das ist wohl der Hauptgrund Alte Kleidung tragen können Zunahme von 8 kg nach Rauchstopp	X X X	Ich fühle mich so nicht mehr wohl Gewichtsreduzierung für Sport Ich möchte auf 95 kg Der Bauch
Anreiz, Sanacontrol® zu testen (4 Wochen):*	Abnehmziel 2-3 kg Abnehmziel 3-5 kg Abnehmziel > 5 kg Anpassung der Ernährung Einschränkung von Zwischenmahlzeiten, Snacks und Naschereien Unzufriedenheit oder schlechte Erfahrungen mit anderen Produkten Andere Motive (welche?)	X		X X X	X X
Einnahme:*	in welchem Getränk? morgens mittags abends	Wasser Wasser mit Diätlimo Zwischen Frühstück und Mittag Am späten Nachmittag	Cola light / Wasser	Wasser-Saftgemisch	Wasser/Tea X X X
Gewicht am Ende der 1. Woche in kg	89,8	118,5	70,3	68,5	117,5
Gewicht am Ende der 2. Woche in kg	88,5	117,9	70,8	67,8	-1,5
Gewicht am Ende der 3. Woche in kg	87,9	118,1	69,9	66,0	-2,1
Gewicht am Ende der 4. Woche in kg	86,8	-	69,0	65,0	-2,9
Figurverbesserung:*	deutlich (wo?) etwas (wo?) keine Veränderung nicht beobachtet/nicht relevant	1,1 -0,2 -0,8 -1,9	-0,9 -0,4 -1,3 -2,2	-0,5 -1,2 -3,0 -4,0	25,4 34,5
Weitere Beobachtungen während der Testperiode	Bauch und Oberschenkel X	Bauch Hose ist etwas weiter	X		Bauch Beine, Gesicht
Hungergefühle:*	Schneller satt	Besonders abends weniger Hunger, schneller satt	X	X	X
Veränderung der Essgewohnheiten:*	Essensmengen ungefähr halbiert ca. 1 Drittel weniger gegessen Ernährung auf gesündere Kost umgestellt Verzicht auf Snacks und Naschereien genauso gegessen wie immer	Weniger Snacks Etwas weniger, aber abends viel weniger Schwierig zu schätzen, da ich für die ganze Familie einkaufe	X X	X X X	X X X
Einsparung bei den Lebensmittelausgaben (auf Monatsbasis):*	< 30 Euro 30 - 50 Euro > 50 Euro		X	X	X
Veränderung im Bewegungsverhalten:*	mehr Aktivitäten/Bewegung weniger Aktivitäten/Bewegung unverändert			X	X
Zusammenfassende Beurteilung:*	War die Einnahme einfach und angenehm? Beschwerden oder Nebenwirkungen (welche)? Würden Ihre Erwartungen an das Produkt erfüllt? Würden Sie das Produkt weiterempfehlen? Was können wir verbessern?	Einfach und angenehm Teilweise nach der Einnahme ein leicht ja ja	X keine ja ja	X keine ja	ja nein ja ja
Fazit und Produktbewertung:*	Habe leider viel "gesundigt", mehrere Weinchenessen und Gebäck, trotzdem kann ich sagen, dass man nach der Einnahme nicht mehr so viel essen kann/mag.	Es mindert deutlich das Hungergefühl Ich werde es auf jeden Fall weiter nehmen, je nach Bedarf Um sich kalorienbewußter zu ernähren, ist es sehr empfehlenswert.	Einfache Handhabung, kann überall unauffällig genutzt werden und wenn der Magen sich erst angepaßt hat, wird es immer einfacher. Sehr zu empfehlen!		Sehr gut geeignet, um einen wirklichen Wandel im Essverhalten herbeizuführen. Ganz wichtig ist der Sport und die Disziplin. Es fängt an Spass zu machen, auf die nächsten 5 Kilo.

* Bitte Zutreffendes ankreuzen (Mehrfachnennungen möglich)