



Neu in 2018: Weight Watchers Your Way - Mehr Flexibilität als je zuvor

Weight Watchers startet mit WW Your Way ins neue Jahr – einem Programm, das so viel Freiheit bietet wie keins zuvor. Die bewährten SmartPoints treffen 2018 auf die neuen zero Points® Lebensmittel – das sind mehr als 200 punktefreie Lebensmittel wie Eier, Mais oder Hähnchenbrustfilet. Das Resultat: Ein flexibles Abnahmeprogramm, das in jeden Alltag passt, satt macht und einfach ist.

Düsseldorf 19.12.2017 – Mit WW Your Way hat Ernährungsprofi Weight Watchers ein ganzheitliches Abnahmeprogramm geschaffen, das Teilnehmer individuell und frei leben können. Dabei gilt: Abnehmen? Unbedingt! Dabei hungern? Auf keinen Fall. Möglich machen's die neuen zero Points® Lebensmittel.

Mehr als 200 zero Points® Lebensmittel: Genuss ohne Punkte zählen

Das Feel Good Programm hat gezeigt, dass SmartPoints helfen, gesunde Lebensmittel auszuwählen und erfolgreich abzunehmen. Sie bleiben im Your Way Programm erhalten und Teilnehmer verfügen nach wie vor über ein SmartPoints-Tages- und Wochenbudget. Neu im Programm: zero Points® Lebensmittel. Das sind mehr als 200 nährstoffreiche Lebensmittel, die für Abwechslung und Freiheit auf dem Teller sorgen. Und das Beste: zero Points® Lebensmittel dürfen genossen werden, bis der Hunger verschwunden ist – kein Abwiegen, kein Punkte zählen, einfach entspannt essen. Mit dabei sind neben Obst und Gemüse auch Food-Liebhaber wie Lachs, Eier, Skyr, Tofu, Hülsenfrüchte (Mais, Erbsen, Kidneybohnen) oder Hähnchenbrustfilet. In der Praxis bedeutet das: Skyr mit frischen Beeren lässt das Punktekonto ab sofort unberührt, Caesar Salad kommt nur noch auf 5 statt 10 SmartPoints. Für noch mehr Flexibilität: Jeden Tag können bis zu vier Punkte gespart werden. Diese wandern ins Wochenbudget und können für besondere Anlässe genutzt werden.

Studienteilnehmer bestätigen: Mehr Flexibilität, weniger Hunger

Das neue Programm fußt nicht nur auf Weight Watchers langjähriger Ernährungsexpertise und ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen: WW Your Way wurde vorab in einer sechsmonatigen klinischen Studie* auf den Prüfstand gestellt und von Teilnehmern getestet.

Das Ergebnis: Erfolg auf der Waage und darüber hinaus:

- 93,6 bestätigen, dass sie sich mit dem neuen Programm gesünder fühlen
- 92,6 Prozent der Teilnehmer, die bereits frühere Abnahmeversuche hinter sich haben, berichten von mehr Flexibilität bei der Lebensmittelauswahl,
- 82,2 Prozent berichten, dass der neue Plan einfach umzusetzen ist und
- die Teilnehmer berichten von deutlich geringerem Hungergefühl sowie weniger Heißhunger

Oder um es mit den Worten einer Teilnehmerin zu sagen: „Abnehmen, ohne zu verzichten, und ohne dass es weh tut. Das kann doch gar nicht sein. Das ist zu schön, um wahr zu sein.“

Körpergefühl stärken, Umdenken fördern

Mit WW Your Way setzt Weight Watchers weiterhin auf eine ganzheitliche Abnahme, die auf drei Säulen basiert: Iss, was dir schmeckt, Schritt für Schritt bewegen und Einfach umdenken. Weight Watchers liefert somit nicht nur einen gesunden Ernährungsplan, sondern stupst die Teilnehmer auch in Richtung mehr Bewegung und einer neuen Denkweise. Mit jedem Schritt und jeder sportlichen Aktivität sammeln Weight Watchers Teilnehmer ActivPoints, die in der App gespeichert und auch über externe Fitnesstracker erfasst werden können. Und weil Körper und Geist im Team arbeiten, regt Weight Watchers seine Teilnehmer zum Umdenken an. Denn sich zu reflektieren, achtsam zu sein und einen positiven Fokus zu behalten, sind ebenso Erfolgsfaktoren wie die richtige Ernährung und mehr Bewegung.

Weitere Informationen unter www.weightwatchers.de

Pressekontakt:

Weight Watchers (Deutschland) GmbH
Unternehmenskommunikation: Andrea Hahn / Karsten Biermann
E-Mail: unternehmenskom@weight-watchers.de
Tel. +49 (0) 211 / 9686-163 oder -216

Über Weight Watchers International, Inc.

Weight Watchers International, Inc. ist weltweit der führende kommerzielle Anbieter für ein aktives Gewichtsmanagement und verfügt über ein globales Netzwerk aus unternehmenseigenen sowie in Franchise geführten Firmen. Jede Woche hält Weight Watchers über 32.000 Treffen ab, in denen die Mitglieder Unterstützung von ihrem Coach sowie Gleichgesinnten erfahren und lernen, eine gesunde Ernährung sowie einen aktiven Lebensstil in ihren Alltag zu integrieren. Auch bietet Weight Watchers online sowie mit der App zum Programm innovative, digitale Hilfestellungen und ist damit auch der weltweit größte Anbieter kommerzieller Online-Angebote zur Gewichtsreduktion. Diverse Produkte, Publikationen und Programme sorgen zusätzlich für nachhaltige Erfolge bei all jenen, die an Abnehmen und Gewichtskontrolle interessiert sind.