Ressort: Lifestyle

Halle Berry arbeitet hart für ihren Körper

Los Angeles, 29.10.2012, 08:34 Uhr

GDN - Ihr Aussehen hat Schauspielerin Halle Berry vor allem einem harten Sportprogramm zu verdanken. "In den letzten zweieinhalb Monaten hat sie ihr Training intensiviert und kombiniert nun ein 30-minütiges Ausdauer-Training mit anschließendem Workout mit Gewichten", sagte Berrys Fitness-Coach Nat Bardonnet der Zeitschrift "Us Weekly".

Laut dem Fitnessexperten achte die 46-jährige Schauspielerin neben dem Sport auch auf die richtige Ernährung. "Sie isst fünf kleine Mahlzeiten am Tag, meistens Fisch, Salat oder Suppen", erklärte der Trainer. Bardonnet ist von Halle Berry begeistert: "Halles Körper sieht mindestens zehn Jahre jünger aus, sie ist eine Inspiration."

Bericht online:
https://www.germandailynews.com/bericht-1332/halle-berry-arbeitet-hart-fuer-ihren-koerper.html

Redaktion und Veranwortlichkeit:
V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV:

Haftungsausschluss:
Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.

Editorial program service of General News Agency:
UPA United Press Agency LTD
483 Green Lanes
UK, London N13NV 4BS
contact (at) unitedpressagency.com
Official Federal Reg. No. 7442619