Настя Каменских:

«Ах, если бы худеть было так же просто, как и петь!»

Друзья, сегодня я хочу побыть самой обычной девушкой, какой, собственно, и являюсь!

Да, шоу-бизнес и все дела, но такие банальные проблемы, как поломанные ногти, каблуки, недостаточное количество шмоток и лишний вес (о, Господи, этот пункт самый важный).

|  |  |
| --- | --- |
| настя 1.jpg | настя 2.jpg |

И сейчас вы будете в шоке: всю жизнь я борюсь с лишним весом!

* В 2004 году, когда я принимала участие в фестивале «Черноморские игры», я сидела на какой-то жуткой диете, потому что на попе росли «уши»
* Через год, когда в Америке мне вручали награду UBN Awards в замечательной номинации «Открытие года» я не могла себе позволить принимать эту награду с расползшимся животом… Море слез и страданий и снова какая-то чудная диета.

|  |  |
| --- | --- |
| настя 1.jpg | настя 2.jpg |

Мой продюсер Руслан Минжинский тоже твердил, что я должна быть секс символом, а секс символы не могут себе позволить носить «королевские размеры»!

Легко сказать, а что делать, если кушать хочется, а лишний вес появляется незамедлительно???

|  |  |
| --- | --- |
| настя 1.jpg | настя 2.jpg |

И, наконец, наш первый совместный клип с Потапом «Без любви» был такой эмоциональный и с соответствующей атмосферой, именно потому, что я опять страдала из-за лишнего веса и заклеивала рот, чтобы не съесть очередную вкусняшку!

В общем-то, мы прогремели и на Украину, и на СНГ, все называли меня секс-символом, вот только сам секс-символ себя так явно не чувствовал. Меня измотала борьба с лишними килограммами, хотя, возможно, по фото тех времен этого не скажешь!

После этого в мою жизнь плотно вошли съемки, записи в различных студиях, концерты и гастроли, а еще – продолжился мой неравный бой с лишним весом, вот только я все чаще стала проигрывать ему.

# Да, она же беременна!

Именно такие заголовки в последнее время стали появляться в прессе! Блин… Ну, это совсем не так, и меня посещают разные мысли, но в основном это смесь стыда, горечи и разочарования… Точнее, так было раньше!

Сегодня все совсем по-другому. В общем-то, я плюнула и сказала себе: «Да, я останусь без работы в итоге, шоу-бизнес выплюнет в прошлом секс-символа»! Вес просто было уже не остановить. Конечно, в интервью я говорила о том, что «так и надо», что «я горжусь тем, как я выгляжу»! Но, между нами девочками, всем же понятно, что это вранье?

|  |  |
| --- | --- |
| настя 1.jpg | настя 2.jpg |

Ах, да, и еще секрет (я же обещала делиться секретами): в Юрмале на «Новой Волне», когда все артисты общались с поклонниками и выступали с удовольствием на сцене, мне было стыдно просто показаться на глаза аудитории. Я пыталась найти какие-то платья, но тот кошмар, что у меня был с весом, с особой настойчивостью выпирал, был настолько очевиден, что мне хотелось провалиться сквозь … сцену. Впрочем, я была от этого недалека, так как с таким весом я рисковала просто пробить эту самую сцену насквозь!

Вот это фото облетело Интернет:



Если бы вы знали, как я его ненавижу, точнее – ненавидела!

# Я смогу!

Именно так я и сказала себе. Хватит всех этих унижений и злорадствования желтой прессы. Надоело видеть свое пухлое лицо во всех тизерных рекламах и на зазывающих баннерах с текстом, что Настю Каменских еще больше «расперло»!

Мне не хотелось вновь сидеть на неэффективных и мучительных диетах, и подруга посоветовала мне **пить зеленый кофе с имбирем**!

Я сначала села и проштудировала всю информацию об этом способе: сколько же девчонок смогло сбросить вес, и я так хочу ☺ По большому счету, терять, кроме веса, мне было нечего!

Что меня привлекло, так это отсутствие необходимости «жесткача» в виде занятий спортом каждый 2 часа и непонятных диет. Ждать больше было нельзя, фигура начинала напоминать материк Евразию.

|  |  |
| --- | --- |
| настя 1.jpg | настя 2.jpg |

Я сделала в тот же день заказ на официальном сайте, и уже через пару дней получила свой кофе по почте.

Ну, энтузиазма было много, и он полностью оправдался результатами, буквально через неделю я увидела заметные (!!!) результаты! Я стала чувствовать, как освобождаюсь от лишнего веса!

Я увидела, что худею, и стала летать! Я вновь забыла о депрессии и почувствовала себя секс-символом, в первую очередь, для себя. Буквально через 2 месяца я вновь вернулась в первоначально любимую мною форму.

|  |  |
| --- | --- |
| настя 1.jpg | настя 2.jpg |

Теперь каждый выход на сцену для меня – это праздник. Я уже никогда не буду такой, как раньше, не потому что боюсь осуждения прессы, а потому что я убеждена в том, что женщина должна быть красавицей-раскрасавицей для себя. В здоровом теле – здоровый дух, а разве может быть здоровый дух в огромнейшем теле, которое и двигаться-то с трудом может?

И еще я теперь совершенно не боюсь гастролей, а ведь это всегда неправильное питание, перекусы в ночное время суток, недосып, стрессы. И так оно и будет, но только уже без лишнего веса, чему я несказанно рада.

Фраза «Попьем кофе» теперь вызывает у меня радостную улыбку! Я отвечаю «С удовольствием», вот только оно у меня свое, кофе, которое положило конец моим хождениям по мукам, бесконечным диетам и спорту через «не могу»!

|  |  |
| --- | --- |
| настя 1.jpg | настя 2.jpg |

На сегодняшний день я по-прежнему пью зеленый кофе с имбирем, никогда нет предела совершенству:

* Никакого плохого самочувствия
* Никаких последствий (негативных)
* Бодрость и замечательное настроение на протяжении всего курса!

Ух! Я стала намного стройнее, чем была в юности. Неужели я молодею? Надо написать об этом песню ☺ Я готова торжественно подтвердить, что вместе с весом уходит и стресс, и недовольство своей жизнью, и усталость с апатией! А как на меня смотрит мой мужчина… Хоть он и говорил, что ему нравится мой вес, я же понимаю, что он просто не хотел меня обижать.

Я не могу не отметить, что градус комплиментов стал значительно выше, и это тоже плюс в копилку зеленого чая с имбирем!

Да, друзья, теперь я пью кофе, а не считаю калории, и мне такой расклад – по-настоящему нравится! Зеленый кофе с имбирем это мой постоянный «ингредиент» на любой месте, где бы я ни находилась.

Я уверена, что и у вас получится, ведь я самая обычная украинская девчонка, и я смогла, не потратив многомиллионного состояния, я стала секс-символом для себя и для своего любимого, а пресса, папарацци… хотя, не буду лукавить, внимание и заголовки «Как Настя так похудела» мне тоже нравятся!

***Анна Ширко***

Настя, спасибо интервью, которое меня лично вдохновило наконец-то заняться собой! Всегда слушаю твои песни с удовольствием! К слову, некоторое время назад какой-то исследователь проводил анализ эффективности зеленого кофе с имбирем, так вот: он описал поразительные результаты! Я так же, как и ты смогла измениться благодаря этому продукту, так что подтверждаю каждое слово!

***Виктор***

Делал заказ для жены, она очень хотела похудеть. Я, признаюсь, сначала ее отговаривал, но результат превзошел все наши ожидания!

***Олеся Надина***

Ой, сделала заказ, надеюсь, придет скорее!

***Инга***

Я уже не раз слышала о зеленом кофе с имбирем, даже моя мама о нем рассказывала, утверждая, что ее коллега смогла похудеть на 15 кг. Прочла теперь это интервью и знаю, что сегодня сделаю заказ! Спасибо, Настя!

***София Семенова***

Почитала все отзывы в Интернете про зеленый кофе с имбирем, все найденные отзывы хорошие, поэтому приняла твердое сделать и себе заказ. Пью уже кофе около месяца, похудела на 10 кг. Аппетит отбился и приходить обратно не собирается ☺

***Светлана Краснова***

Вот только что пришел мой заказ: кофе Green Ginger. Я его так долго ждала, и моя ожидания полностью подтвердились! Все отлично! Энергии хоть отбавляй.

***Вика Стар***

Приобрела кофе по совету подруги. Она очень похудела, завтра начинаю курс. Держите за меня кулачки.

***Ирида Ардо***

Всю жизнь мучилась с лишним весом, как и рассказывает Настя Каменских, теперь одна надежда на это кофе! Заказываю!

***Валентина Ожегова***

Начала пить около недели назад, вдохновившись интервью… Результат суперский, ох, быстрее бы похудеть, хотя скорость и так реактивная ☺

***Лариса Сухович***

Заказала зеленый кофе с имбирем, но только сейчас решилась начать пить. Начну я, хватит ждать чего-то!

***Станислава***

Ребята, а мне поможет, если мне надо сбросить совсем немного?

***Ира***

Станислава, да, конечно, у меня как раз была именно такая ситуация!

***Олеся:***

А я вот сомневаюсь в результативности…

***Стешка***

Олеся, но ведь сомнения должны строиться на фактах. У меня факты таковы, что все помогает, как и рассказывает Настя и тысячи других похудевших женщин. Проверено, так сказать, на себе!

***Оксана Либерман***

Замечательно, на 3 кг меньше за 7 дней!

***Даня***

Не могу не поделиться своей радостью! Недавно купила Грин Джинжер и уже успела сбросить 3 кг!!! Сегодня сделала заказ в подарок для сестры!

***Ляля***

Девочки, вот мои результаты

(фото)

***Вика***

Ляля, классно!!!! Продолжай в том же духе!

***Маришка***

Начала пить кофе, при этом употребляла в пищу все, что хотелось, но продолжала худеть! Фантастика! К новогодним праздникам – самое то!

***Мадмуазелька***

Только начала пить Джинжер, но уже в восторге! Вот и мои фото:

(Фото)