

Ressort: Entertainment

Helen Hunt will keine Diäten mehr machen

Los Angeles, 03.01.2013, 08:44 Uhr

GDN - Die US-Schauspielerin Helen Hunt hat erklärt, dass sie keine Diäten mehr machen wolle. "Ich habe mir geschworen, nie mehr eine Diät zu machen, denn ich bin eine Verfechterin eines kontrollierten Ernährungsplans. Kleine Portionen sind der Schlüssel - mindestens fünf am Tag", sagte sie dem Fitnessmagazin "Shape".

Die 49-Jährige, die momentan in dem Film "The Sessions" in den Kinos zu sehen ist, liebt Sushi, "aber auch Salate mit Huhn, gegrillten Fisch und ab und zu gern auch mal ein saftiges Steak". Solange man jeden Bissen wirklich genießt, könne man sich durchaus mal etwas gönnen, so Hunt. "Aber eben alles in Maßen." Zudem versuche sie, fünfmal pro Woche für je 60 bis 90 Minuten Sport zu treiben. "Ich liebe Yoga, Pilates, Joggen, Radfahren, Wandern und Surfen", erklärte die Schauspielerin.

Bericht online:

<https://www.germindailynews.com/bericht-5117/helen-hunt-will-keine-diaeten-mehr-machen.html>

Redaktion und Verantwortlichkeit:

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