Ressort: Lifestyle

Jennifer Love Hewitt verrät ihre Fitnessgeheimnisse

Los Angeles, 18.02.2013, 08:19 Uhr

GDN - Die US-Schauspielerin Jennifer Love Hewitt zeigt ihre Bikini-Figur auf dem neuesten Cover des US-amerikanischen Magazins "Shape". Der Grund für ihre Fitness sei der Tod ihrer Mutter im vergangenen Juni, verriet die 33-Jährige dem Magazin.

"Wenn das Leben dich so hart trifft, dann kann trainieren dein Leben retten." Die Schauspielerin kombiniert Yoga, Tanz und Plyometrie, eine Art Schnellkrafttraining, um ihren Körper in Form zu bringen. Außerdem trinke sie viel Wasser. "Ich fühle mich besser und sehe besser aus", sagte Hewitt, die früher nicht immer glücklich mit ihrem Körper war. 2007 war sie am Boden zerstört, als wenig schmeichelhafte Bikini-Fotos in den Medien erschienen. "Damals trainierte ich nicht und ernährte mich schlecht", sagte sie. Auch heute würde sie ihren Körper manchmal am liebsten verstecken. "Dann sage ich mir, ich werde das schon rocken." Sie sei geschmeichelt gewesen, mit fast 34 Jahren noch einmal das Covermodel zu sein. "In Hollywood habe ich manchmal das Gefühl, mit 34 Jahren solle man seine Koffer packen."

Bericht online:
https://www.germandailynews.com/bericht-7877/jennifer-love-hewitt-verraet-ihre-fitnessgeheimnisse.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