

PRESSEMITTEILUNG

Autorin von SpringerWienNewYork mit Multimedia-Staatspreis 2007 ausgezeichnet

Dr. Rosa Aspalter nimmt für KiloCoach, das interaktive Ernährungsprotokoll, den Multimedia Staatspreis 2007 in der Kategorie Gesundheit, Wellness und soziale Dienste entgegen.

Wien 2. Oktober 2007 – Am 25. September 2007 wurde im Wiener Konzerthaus „KiloCoach“ als Categoriesieger bekannt gegeben. Dr. Rosa Aspalter, Autorin des Buches „KiloCoach™“, ist Initiatorin und Leiterin der Internetplattform KiloCoach. Für die Jury waren die praxisnahe, userfreundliche Umsetzung und die sehr einfache Vermittlung von sehr komplexen Inhalten und Daten ausschlaggebend für die Entscheidung. Eine Expertenjury entscheidet jedes Jahr über die erfolgreichsten und besten Multimedia-Produkte Österreichs. Die Jury setzt sich aus Vertretern von Wirtschaft, Politik, Lehre und Forschung sowie Fachjournalisten zusammen.

KiloCoach, ein Online-Portal für erfolgreiches Abnehmen, bietet ein vollständiges Service für alle, die sich bewusst ernähren und dabei abnehmen möchten. Alle Daten – Ausgewogenheit der Ernährung, Soll- und Istwerte, Erfolge – sind jederzeit abrufbar und werden von Experten individuell kommentiert. KiloCoach bietet länderspezifische Datenbanken mit hinterlegten Kalorienangaben für über 14.000 Speisen und Getränke in Österreich (www.kilocoach.at), Deutschland (www.kilocoach.de) und der Schweiz (www.kilocoach.ch) an.

Das Buch „KiloCoach“

Ernährung begleitet uns ständig und bedarf laufender Anpassung. Mit einem Blick aus der 'KiloCoach-Perspektive' wird der Leser erstaunliche Entdeckungen machen. So erfährt man Wissenswertes über den biologischen Vorteil, Fett zu speichern, über effektive Zielverwirklichung bis hin zu konkreten Anleitungen zum erfolgreichen Abnehmen. Auch die genussvolle Seite des Essens kommt nicht zu kurz. Wer die neue Sichtweise gleich umsetzen will, kann auf der KiloCoach-Website sein eigenes Ernährungsprotokoll führen und sich coachen lassen. Abnehmen und dauerhaftes Wunschgewicht sind kein Geheimnis, sondern ein realistisches Ziel für jeden.



<http://www.springer.com/978-3-211-33546-8>

KiloCoach™

Abnehmen ist lernbar

Aspalter, R.; Schitter, E.

2006, 200 S., Hardcover

ISBN: 978-3-211-33546-8