



Anne Sofie, da hun vejede 20 kilo mere og ikke havde den store lyst til at blive fotograferet.

Ærgerlig måtte hun se til, når veninderne shoppede nyt og lækkert tøj. 15-årige Anne Sofie vejede 20 kilo for meget og kunne ikke passe noget af det smarte tøj. – Jeg så konet ud og ligende en frue, men nu har jeg mod på alt det sjove, siger Anne Sofie, der efter en kostomlægning har tabt sig 20 kilo.

Nu passer Anne Sofie størrelse 36:

JEG TABTE 20 KILO

15-årige Anne Sofie har altid været lidt større end sine jævnaldrende. Hun har en sød tand, og selv om hun prøvede at begrænse mængderne af søde sager, gik det gang på gang galt.

Resultatet udeblev da heller ikke, for Anne Sofie vejede snart meget mere end sine veninder.

– Det begyndte at irritere mig, at jeg aldrig kunne få smart tøj. Jeg måtte købe mit tøj i nogle helt andre butikker end dem, veninderne brugte. Jeg lignede ikke en 15-årig, men en frue. Min selvtillid var heller ikke specielt god, husker Anne Sofie, der fik fat i nogle bøger om kostomlægning og nogle slankeopskrifter.

Godt hjulpet på vej af sin familie forfulgte Anne Sofie

målet om at blive slank med en imponerende stålsathed. Chips, sodavand og slik blev skiftet ud med salat, grøntsager og masser af magert kød. I dag vejer Anne Sofie 20 kilo mindre og er en perfekt størrelse 36.

Hun kan nu vælge tøj fra de butikker, hun har lyst til. Men Anne Sofie har svært ved at finde den helt rigtige stil. Hun ønsker noget ungt og friskt og gerne noget lidt specielt.

Det flotte væggtab har givet hendes selvtillid et gevaldigt løft, så i dag er Anne Sofie ikke længere bange for at stikke lidt ud fra mængden.

– Jeg vil så gerne finde en tøjstil, som er helt min egen. Skille mig lidt ud. Jeg er ikke længere bange for andres blikke, siger hun.

FRA XL TIL SLANK



ANNE SOFIE

Navn: Anne Sofie Kudahl Dam
By: Fly ved Skive
Stilling: Skoleelev
Højde: 172
Vægt før: 82
Vægt nu: 62
Tøjstørrelse før: XL
Tøjstørrelse nu: 36
Sådan tabte jeg mig: Kostomlægning



Med sine 15 år har Anne Sofie endnu en ung og klar hud, der kun behøver et strejf af makeup for at tage sig bedst ud.



– Jeg er vild med den måde, Sanne har stilet mig på. Jeg føler mig ikke for malet i ansigtet, og tøjet må jeg bare have. Jeg kan godt lide, at det er lidt kækt, siger Anne Sofie.

Sanne har givet Anne Sofie lov til at sprælle i kort nederdel fra Diesel, rød top fra Second Female og skjorte fra Ichi. Om taljen har Anne Sofie et rødt, frækt bælte fra Dixie. På fædderne bærer hun støvler fra Puma, og endelig på hænderne handsker fra Friis & Co. Tøjet er venligst udlånt af Gnist i Fredericia.

STYLISTENS RÅD TIL ANNE SOFIE

– Anne Sofie har en ung og klar hud, som endnu ikke har brug for megen makeup. Hun bør bevare sit naturlige look, men gerne bruge masser af lipgloss, eventuelt med glimmer, hvis det skal være ekstra festligt. Det passer fint til hendes alder. Hun har en tendens til en lidt fedtet hovedbund, så hun skal huske at bruge en god shampoo, så håret ikke klasker. Med hensyn til tøjet, så er der næsten ingen begrænsninger. Anne Sofie er ung og slank og kan tillade sig at sprælle og lege med masser af stilarter, tejsnit og farver. Hun skal bare springe ud i det!



Hos Salon Epcut i Fredericia løftede Sanne Anne Sofies hår ved at klippe det i etager og pjuske det godt op.

Tekst: RIKKE HAST
Foto: GREGERS KIRDORF

ANNE SOFIES BEDSTE SLANKERÅD

– Når jeg får lyst til noget sødt, så laver jeg mig en stor portion frugtsalat. Jeg snitter alle mulige forskellige frugter ud i små terninger. Så rorer jeg en creme af græsk yoghurt, sødemiddel og vanilje. Derefter blander jeg det hele sammen. Det er simpelthen mums, lover Anne Sofie.



Læs i næste uge: SLANK SOM EN 20-ÅRIG

Efter at have smidt 53 kilo er 44-årige Jane lige så slank, som da hun var 20 år. Men hun har oplevet, at det er svært at finde alderssvarende og lækkert tøj til sin nye, flotte figur. – Jeg vil gerne være flot i tøjet, men jeg er lige blevet mormor og er ikke interesseret i at ligne en 17-årig, siger hun.

