

Headline Program langsing bersama iSIHAT
Date 16 Aug 2011
MediaTitle Utusan Malaysia
Section Supplement
Journalist N/A
Frequency Daily
Circ / Read 197,952 / 833,287

Language Malay
Page No 8
Article Size 326 cm²
Color Full Color
ADValue 6,443
PRValue 19,329



Program langsing bersama *iSIHAT*

BERDASARKAN Kajian Kesihatan dan Kematian Kebangsaan (NHMS) dalam tempoh 1996 hingga 2006 kadar obesiti telah meningkat daripada 20.6 peratus kepada 43.1 peratus di kalangan orang dewasa.

Jadi ia bukanlah sesuatu yang mengejutkan apabila Pakar Pemakanan dan Kecergasan, Kevin Zahri Abdul Ghaffar menyatakan, menerusi pengalamannya mengendalikan pelbagai seminar dan perundingan kesihatan, 80 peratus masyarakat ingin menguruskan badan berbanding hanya 20 peratus yang ingin menambah berat badan.

Lantaran itu program Cabaran Sihat 6 Minggu Bersama Kevin Zahri & *iSIHAT* merupakan platform terbaik. Dengan tujuan untuk membantu golongan obesiti mengenai cara-cara mendapatkan berat badan ideal dan memberi pendedahan amalan cara hidup sihat, cabaran itu bakal mengambil masa selama enam minggu (setiap hari Sabtu) bermula 2 Oktober 2011.

Program yang dijalankan pada setiap hari Sabtu itu dimulakan dengan majlis

pelancaran serta bengkel yang dikendalikan sendiri oleh Kevin Zahri. Acara pada minggu-minggu seterusnya adalah senamrobik di gimnasium, aktiviti sukan air, *Jungle Trekking*, *Amazing Race* dan futsal.

Yang paling menarik ialah, prestasi para peserta akan 'dipantau' sendiri oleh Kevin Zahri yang akan memberikan bimbingan dan nasihat secara individu kepada setiap peserta! Yang pasti, kejayaan penurunan berat badan bukanlah satu-satu 'hadiah' yang akan dibawa pulang.

Tiga peserta yang menunjukkan peratus penurunan berat badan paling tinggi akan membawa pulang hadiah wang tunai sebanyak RM1,000 bagi tempat ketiga, RM2,000 (tempat kedua) dan RM3,000 menanti sang juara berserta dengan hadiah-hadiah sampingan!

Untuk makluman, Cabaran Sihat 6 Minggu Bersama Kevin Zahri & *iSIHAT* ditaja oleh Kementerian Kesihatan dengan kerjasama Institut Penyelidikan dan Perhutanan Malaysia (FRIM), Celebrity Fitness, Bizzy Body, Adidas dan JariSpa.

Sekiranya anda adalah warganegara Malaysia berumur 18 - 45 tahun sama ada lelaki atau wanita dan bebas daripada sebarang penyakit serta ingin menurunkan berat badan, penyertaan amat dialu-alukan.

Tarikh tutup penyertaan ialah pada 15 September 2011. Hanya 24 peserta yang akan terpilih. Kepada yang berminat, yuran penyertaan yang dikenakan RM370 seorang.

Jangan tunggu lagi, mulakan langkah pertama anda! Untuk makluman selain majalah *iSIHAT*, borang penyertaan boleh didapati dengan melayari laman sesawang kevinzahri.com/iSIHAT.

Borang yang telah lengkap diisi boleh dihantar ke Cabaran Sihat 6 Minggu Bersama Kevin Zahri & *iSIHAT*, Kompleks Sri Utusan, Lot 6 Jalan P/10 Kawasan Perusahaan Bangi, 43650 Bandar Baru Bangi, Selangor.

Sebarang pertanyaan sila hubungi Syarliz atau Rosnah pada talian 03-89262999.

Headline **Program langsing bersama iSIHAT**
Date **16 Aug 2011**
MediaTitle **Utusan Malaysia**
Section **Supplement**
Journalist **N/A**
Frequency **Daily**
Circ / Read **197,952 / 833,287**

Language **Malay**
Page No **8**
Article Size **326 cm²**
Color **Full Color**
ADValue **6,443**
PRValue **19,329**

