رجل ينشرصورة صادمة له بعد خسارة "152" كيلو من وزنه

شارك كول بروشاسكا، من ولاية كارولينا الجنوبية، صورا صادمة على مواقع التواصل الاجتماعي لجسمه عقب خسارته للوزن.

وقال كول: "خسرت حوالي 152 كغ، معظم الناس لم تكن مؤمنة بي لكنني أؤمن بنفسي".

و تركت رحلة خسارة الوزن الشاقة التي عاشها كول جسده مترهلا بشكل لا يصدق، حيث كان وزنه قبل الرحلة حوالي 270 كغ.

وواظب كول على اتباع حمية غذائية صحية وممارسة الرياضة بشكل يومي.

و حصل كول على دعم المتابعين، حيث قال أحدهم: "أنا متأكد من أن هذا مصدر إلهام كبير للآخرين".