

COMUNICAT DE PRESĂ

BUCUREȘTI, 23 MARTIE 2026

# Emily Burghilea lansează EmilyFit – aplicația care transformă vulnerabilitatea în putere și rutina zilnică într-un ritual de wellbeing

„Nu te-ai pierdut. Te reconstruiești.”

Dincolo de filtrele perfecte și standardele nerealiste, există o realitate pe care milioane de femei o trăiesc zilnic: oboseală, presiune, responsabilitate și, uneori, pierderea conexiunii cu sinele. Din această realitate s-a născut **EmilyFit**, noua aplicație lansată de Emily Burghilea – un ecosistem digital de wellbeing care integrează fitness, nutriție și mindset într-un sistem adaptat vieții reale, dedicat pentru femeile care nu mai vor promisiuni, ci rezultate reale.

## O poveste reală, dincolo de aparențe

După cea de-a treia naștere, Emily Burghilea a trecut printr-o perioadă profundă de dezechilibru emoțional. Depresia postnatală nu a fost doar un episod dificil, ci un moment de ruptură – urmat de o reconstrucție conștientă. Drumul către echilibru a dus-o până în Hong Kong, într-un centru de recuperare postpartum, unde a înțeles un adevăr simplu și esențial: mișcarea nu este despre estetică, ci despre supraviețuire emoțională. Întoarsă acasă, s-a lovit de realitatea pe care o cunosc atât de multe femei: lipsa timpului, epuizarea, lipsa unui sistem care să funcționeze în viața reală. Așa a început totul. Prin acest proiect, Emily transformă o experiență personală într-un instrument de impact pentru mii de femei.



## EmilyFit – mai mult decât o aplicație

**EmilyFit** nu este despre perfecțiune. Este despre consecvență. Nu este despre presiune. Este despre structură. Nu este despre comparație, este despre reconectare. Este spațiul în care femeile nu mai trebuie să aleagă între ele și restul lumii. Este un nou standard pentru femeile moderne.

Construită ca un ecosistem complet, aplicația oferă:

- Antrenamente inteligente, adaptate ritmului tău real;
- Planuri alimentare flexibile, fără restricții imposibile;
- Trackere integrate pentru calorii, hidratare și progres;
- Resurse de mindset, pentru echilibru mental și claritate;
- O comunitate vie, unde susținerea înlocuiește competiția.

**EmilyFit** se adresează femeilor care duc totul pe umeri – carieră, familie, responsabilități – dar care știu, în același timp, că au nevoie de un spațiu doar al lor. Nu este o aplicație despre „a arăta bine”, este despre a te simți bine, a-ți recăpăta energia, despre a nu te mai abandona.

## De la aplicație la mișcare

Nu doar un produs digital, ci începutul unei comunități și al unei mișcări, **EmilyFit** marchează apariția unei platforme construite pe o nevoie profundă: aceea de structură, sprijin și apartenență într-o lume în care femeile sunt așteptate să le facă pe toate, fără să ceară nimic.

Unul dintre cele mai puternice mesaje din spatele **EmilyFit** este acesta: sarcina și nașterea nu marchează un final, ci un nou început. Pentru multe femei, acesta este momentul în care începe cea mai autentică versiune a lor. „Vreau ca femeile să știe că pot să se regăsească. Că pot să se ridice. Că pot să strălucească mai puternic ca niciodată. Și că nu trebuie să facă asta singure”, spune Emily Burghilea.

Lansarea a fost deja marcată de evenimente și parteneriate relevante, iar planurile includ experiențe offline, întâlniri și activări care vor transforma această platformă într-un spațiu real de conexiune și creștere.

Aplicația este disponibilă în AppStore și Google Play, iar mai multe detalii puteți afla de pe website-ul [emilyfit.ro](http://emilyfit.ro).

„Nu te-ai pierdut, te reconstruiești.

Iar EmilyFit este alături de tine în fiecare pas.”