

ਖ਼ਬਰ ਜੋ ਕਰੇਂ ਅਸਰ !

नाशिक | Sunday, 20 September 2026

तमन्ना भाटिया ने वेट लॉस ट्रांसफॉर्मेशन से चौंकाया, नया ग्लैमरस लुक बना चर्चा का विषय

Publisher

Published on 12 Sep 2025



बॉलीवुड और साउथ फिल्मों की जानी-मानी अभिनेत्री **तमन्ना भाटिया** इन दिनों अपने **वेट लॉस ट्रांसफॉर्मेशन** को लेकर सुर्खियों में हैं। हाल ही में उनका एक वीडियो सामने आया है, जिसमें वह बेहद फिट और ग्लैमरस नजर आ रही हैं। उनका नया लुक देखकर फैस हैरान रह गए हैं और सोशल मीडिया पर उनकी जमकर चर्चा हो रही है।

तमन्ना के नए लुक ने फैस को पूरी तरह चौंका दिया है। कई लोगों ने उनके कॉमेंट सेक्शन में लिखा – “[\[?\] \[?\] \[?\] \[?\] \[?\] \[?\] \[?\] \[?\] \[?\] \[?\] \[?\] \[?\] \[?\] \[?\]](#)” कुछ ने कहा कि तमन्ना की मेहनत और डेडिकेशन ने उन्हें फिर से फैशन और फिटनेस आइकन बना दिया है।

सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर उनके वीडियो और फोटोज तेजी से वायरल हो रहे हैं। हर कोई उनके **ग्लैमरस अवतार** और फिटनेस जर्नी की तारीफ कर रहा है।

रिपोर्ट्स के अनुसार, तमन्ना ने अपने वेट लॉस के लिए न केवल डाइट पर ध्यान दिया बल्कि रेगुलर एक्सरसाइज और योग को भी अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाया। फिटनेस ट्रेनर्स का कहना है कि तमन्ना ने कार्डियो, स्ट्रेंथ ट्रेनिंग और पिलाटेस जैसे एक्सरसाइज के जरिए अपने शरीर को टोन किया है।

इसके अलावा उन्होंने हाई-प्रोटीन डाइट, हाइड्रेशन और संतुलित पोषण पर भी फोकस किया। यही कारण है कि उनकी त्वचा भी हेल्दी और ग्लोइंग दिख रही है।

तमन्ना हमेशा से ही अपनी खूबसूरती और फैशन सेंस के लिए जानी जाती हैं, लेकिन इस बार उनका फिटनेस ट्रांसफॉर्मेशन उन्हें और भी आकर्षक बना रहा है। वीडियो में वे वेस्टर्न आउटफिट में नजर आईं और उनके कॉन्फिडेंस ने लुक को और खास बना दिया। फैस लगातार लिख रहे हैं कि तमन्ना का यह अवतार उनके करियर की नई शुरुआत जैसा है।

तमन्ना भाटिया हाल के दिनों में कई बड़े प्रोजेक्ट्स में नजर आई हैं और आने वाले समय में भी उनके पास कई फिल्में और वेब सीरीज हैं। उनके वर्कआउट और फिटनेस लेवल को देखकर यह साफ है कि वह अपने किरदारों के लिए भी पूरी तरह समर्पित हैं। उनका कहना है कि फिटनेस न केवल स्क्रीन पर अच्छे दिखने के लिए जरूरी है, बल्कि मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य के लिए भी यह बेहद अहम है।

फिल्म इंडस्ट्री में फिटनेस के कई उदाहरण मौजूद हैं, लेकिन तमन्ना का नाम अब उन सेलेब्रिटीज़ में शुमार हो गया है, जिन्होंने अपने ट्रांसफॉर्मेशन से फैस को प्रेरित किया है।

विशेषज्ञों का मानना है कि उनकी जर्नी युवाओं और खासकर महिलाओं के लिए प्रेरणादायक है, जो अक्सर वर्क-लाइफ बैलेंस के चलते फिटनेस को नजरअंदाज कर देती हैं।

इंस्टाग्राम और ट्विटर पर उनके वेट लॉस ट्रांसफॉर्मेशन की तस्वीरें ट्रेंड कर रही हैं। लाखों लोग उनके इस लुक पर लाइक्स और शेयर कर रहे हैं।

कई फैन्स ने लिखा – “तमन्ना भाटिया का यह वेट लॉस ट्रांसफॉर्मेशन न केवल उनकी खूबसूरती को बढ़ा रहा है, बल्कि उनके करियर और पर्सनल लाइफ में भी नई ऊर्जा ला रहा है।”

तमन्ना भाटिया का यह वेट लॉस ट्रांसफॉर्मेशन न केवल उनकी खूबसूरती को बढ़ा रहा है, बल्कि उनके करियर और पर्सनल लाइफ में भी नई ऊर्जा ला रहा है।

DISCLAIMER: the views/contents expressed/presented herein, within this advertorial and promotional feature are the sole and exclusive responsibility of individual clients/expert/their authorised representative/Publisher, to which effect, publication house/its representative/affiliates are not responsible/liable whatsoever.