

目標達成 おめでとう!!

楽しく

私 ダイエットに成功したら

余分な肉をそぎ取って旅行に行ったり
買い物したり 楽しく素敵な日々を
送りたい

スタート H23年 9月13日 をしま〜す!

54才
せりま

151.0cm

目標

H23年12月12日

61.7kg

自分に勝つ!

93日 - 7.5kg

48

H23年12月15日

54.2kg

kg 達成!

☆☆私はワクワクチャレンジする☆☆

☆☆私は内面から輝いている☆☆

☆☆私は強い心を持っている☆☆

途中くじけそうになったけれど
風エン花エンに米田薬局長さんや
やさしくてホッとあるので頑張りました。
あ!「頑張らなくていいんだよー(^o^)」
とか、言われそうです。

自分のイメージしている姿に「しづう」でも近づけて
なんかウキウキします。

ありがとう ごぞいました!

イメージ
とっても大事で〜あ

身長 151.0cm

54歳 せりま

