

# 目標達成 おめでとう!!

楽しく

私 ダイエットに成功したら

9号の好きな服を着ます。  
やせている友達をおどろかせます。

スタート平成23年9月7日

をしま〜す♪

69.6kg

目標

平成23年12月31日

122日間

100日に勝つ  
ゴール  
-9.6kg

平成24年1月7日

60kg

kg 達成!

☆☆私は強い心を持っている☆☆

☆☆私は自信から輝いている☆☆

☆☆私はワクワクチャレンジする☆☆

59才  
女学生

9月から週一回のアドバイスをいただきながら、無理なく減量できたことに驚いています。

40歳でこんなに減量できるとは...  
先日は、今まで縁のなかに9号サイズも着用でき、とほうれしかったです。

減量と一緒に食生活にかいのアドバイスやドローインも教えていただきながら、ある期間のダイエットでした。本当にありがとうございました。

