

予約殺到につき、ただ今、予約待ち！！

# 『B3ダイエットコース』

第5期11月スタート満員御礼

第6期2月スタート募集開始 限定3名様

B3ダイエットは元プロキックボクサー考案のトレーニング、現代医学の最先端の食事療法を組み合わせた効果の出ざるを得ないダイエット&ボディメイクメソッドです。

正直に言います。初めは「大変」だと思います。

それでも本気で体重を減らしたい、健康的になりたい、できるならばスタイルも美しい&カッコよくなりたい方は、一度ご連絡ください。



9か月間の変化です

<体重>	113kg	→	70kg
<体脂肪率>	36.2%		18.2%
<ウエスト>	123cm		79cm

◎今回のニュースレターを見て気になった方で、『私にも詳しい案内が欲しい』という方は、お電話、もしくは、ホームページからお問い合わせください。

お問い合わせは **0562-32-1242**

※ホームページからの資料請求は、トップページ→『お問い合わせ』→『お問い合わせ内容』で「B3資料請求」をチェックしていただき必要事項をご記入の上、送信して下さい。

# B3ダイエット卒業生からの喜びの声

B3ダイエットを卒業された方からの喜びの声を掲載させていただきますね。



先生! あっという間の3か月でした。  
毎回先生と楽しく会話をしはから あれはあれという間に8kg減量成功!  
年を重ね 何をしても痩せなかった体が、自分でも驚くくらい本当に  
変わりました。

振り返れば、トレーニング中は先生が付き切りで励ましてくれてし  
食事制限は先生のアドバイス通り食べては いけはい物も  
食べなければOKで、お酒も飲めたり ランナにも行けたし...  
そんなに大変だった記憶もはく 成果が出て 大満足です。  
3か月間で運動と食事制限の習慣がついたので 卒業してからも  
目標体重に向けてダイエットを続けていきます。  
最終目標は 身軽な体で 老後も楽しく生きる!  
先生! 有意義な3か月をありがとうございました。

東海 市・町 氏名 A



食事制限もあり、長い3ヶ月に30kg減、2ヶ月しかか  
かという間の3ヶ月でした。

トレーニング方法、食事の制限方法など、ここを学ぶことができた。  
ここから、階段を降り、夜中を歩く、運動量が増える...と  
思っています。本当にありがとうございました。ありがとうございます。  
これ、ここからでもさらに頑張ります。

長崎 市・町 氏名 Y.K

