

思いのほか、らくにやせる事ができました。体が軽くなり、動きやすくなりました。着れなくなった洋服が着れるようになり、とってもうれしいです。春になり、やす着になり、みんなに見てもらいたいぞ〜。リバウンドしないよう、自己管理していきたいと思います。

68.6kg  
↓  
60.0kg

★ - 8.6kg ★



48歳  
女性