

今まで意志が弱く、ダイエット  
が出来なかつたですが、筋トレダイエット  
のおかげで頑張る事ができました。  
このまま維持していきたいと思ひます。  
先生、ありがとうございました。

59.3kg

↓

50.4kg

★-8.9kg★

35歳  
女性