

暑いのも、あと少しの辛抱ですね！！

9月になりました。本っ当に今年の夏は暑くてシンドかったですね。私的には生まれから一番暑く感じました。ただ、そんな季節もそろそろ終わりです。夏バテに注意しながら、気持ちを入れ替えてここからまた頑張りましょうね！

筋トレ・ダイエットに 必須のモチベーション

みなさんはどのようにモチベーションを維持していますか？
筋トレもダイエットも、見方によってはある意味辛く苦しいものです。

しかしそれを上回る強い思いがあれば、筋トレもダイエットも自分が新たに生まれ変わるためのプロセスと感ずることが出来て、常にヤル気が沸いてくるものです。その思いがモチベーションです。

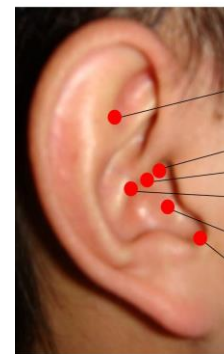
最近私は、ユーチューブでボディビルダーの方の動画を頻繁に見ています。するとじっとしていても汗ばんできて筋トレをしたくてウズウズします。そして以前よりも1セット多く頑張れています。素晴らしいです。

皆さんも自分なりにモチベーションを上げてくれるものを見つけて、それを常にイメージし続けると、もっと楽しくて効果が上がると思えますよ！

私のトレーニングが 加速してきました

モチベーション動画のおかげで、さらにハードに追い込めるようになりました。怪我にだけは注意して、引き続き頑張りたいと思います！

加圧 + 耳ツボで ダイエット



加圧トレーニングの 脂肪燃焼効果 耳ツボダイエットの 食欲抑制効果

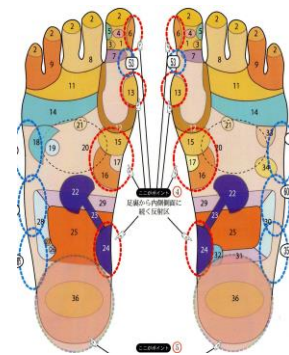
この2つをセットにして、あなたのダイエットを早く確実に成功へ導きます。食事制限が苦手な方には特にオススメです！

体験カウンセリング 45分 3,000円

私は 足ツボを強くオススメします！！

今年で49才になる私ですが、ご覧のとおりとても健康で元気です。その源となっているのがこの足ツボです。

私が足ツボで良くなったと実感できたことは、
首肩腰痛・手足のシビレ・偏頭痛
視力・老眼・耳痛・股関節やヒザの痛み
尿のスッキリ感・肌荒れカユミ・乾燥肌
大腸炎・副鼻腔炎・便秘・ムクミ
風邪の諸症状、さらに歯痛まで



細かく調べればもっともっとあると思います。

とにかく何でも良くなってしまおうのが足ツボなんです。是非皆さんにも私の施術を受けて頂き、おぼえて、実践して、足ツボマスターになり、**現在から将来に渡って健康の不安を最小限にして楽しい人生を過ごしていただきたいです。**

現在ご利用中のメニューのお時間を調整して、簡単な体験からでも対応出来ます。どうぞお試しになってみてくださいませ！！