

1 週間完全無料体験

キレイな体型でいたい方へ



Q. 30歳を過ぎたところから
体型が変わってきました。なぜですか？



A. 女性はおおよそ30歳を境に毎年約1%ずつ**筋肉**が
減っていくことが原因のひとつとされています。

なぜなら…



Q. 今から**脂肪を減らして**昔の体型に戻るには、
どんな方法がありますか？食事制限でもいいんですか？



A. 食事制限だけのダイエットはおすすめしません。
大切なのは**筋肉**をつけることです。

なぜなら…



食事制限だけの
ダイエットは、
脂肪と同時に
筋肉も落とす



筋肉が減ると
脂肪が
燃えにくい
体になる



普通の生活に
戻ると
リバウンドする
可能性が高い

リバウンドしない
ためには
**筋肉を増やす
ことが大切！**

筋肉の量

体の脂肪量

今の健康度

病気のリスク

疲れやすさ

今の
現状が
無料で

わかります

1回だけでも大歓迎♡

気軽に体験しに来て下さい☆☆

カーブスダイソー長久金店:059 367 7717