

独立して 14 年で得たもの

これまで多くの患者さんに関わり、
多くの経験とスキル、そして…
大きなお腹を得ました。

カッコ悪い見た目…
ぶくぶくしたお腹…
首が隠れるほどの二重アゴ…
まんまるになった顔まわり…

やばい！これじゃあ
奥さんにも馬鹿にされるし
子供にも笑われる。

が、もっとひどいのは…

- ・頭ボーッとする
- ・すぐ眠くなる
- ・朝起きてても疲れ取れない
- ・集中力つづかない
- ・良いアイデア浮かばない

など、頭も働かず、気力も
体力も落ちてしまったことです。

治療家として最悪の状態です。
というわけでダイエット始めて、
どうせならみんなでやりたいので
治療家の先生を巻き込んで
スタートしたダイエットプログラム。

半強制的にやせられて
体重マイナス 10 %の成功率も
なんと 90 %以上。
(70 キロの人なら 63 キロになる)

忙しい治療家でも
自宅で 1 日わずか 5 分の筋トレ、
1 日 3 食もしっかり取れるという、

忙しい人にぴったりの
オンラインダイエットプログラムです。

「本当に痩せるんですか？」

という人のために証拠写真をたくさん
用意したので募集ページで確認して
欲しいのですが、

なにより、ジムに通ったり
毎日何時間もトレーニングする必要もなく、
ジムと同じかそれ以上の効果を得られる。
(時間の大幅削減！)

そんなプログラムです。

大手のように広告費や設備費、
有名人モデルも使ってないので、
クオリティを維持したまま
価格は大手の 10 分の 1 以下です。

「自分だけではやせられない」
「やせるきっかけが欲しかった」
「ビシバシやせる指導をして欲しい」
「この機会に理想の体型をつくりたい」
「一生物の食事と運動の知識・習慣を手にしたい」

というあなたはこの機会に
肉體改造にチャレンジしてください。

一緒にダイエット頑張りましょう！

スマホダイエットの詳細はこちら

↓↓↓

URL

では！

健康は全ての基盤です。

人間ドックで引っかかって実感したのですが、
健康は全ての基盤です。

思考力、集中力、行動力。
そして、ここぞという場面で踏ん張れる底力。
ハードワークも乗り切れるスタミナ。

時間は誰しにも平等ですが
時間内にたくさん行動できれば
その分、人生に余裕がでます。

ぶくぶく太った体でいいことはないです。
お客さんからだらしないと思われる。
仕事できないと誤解される。
なぜか一人だけダラダラと汗をかく。
寝ても疲れ取れないし頭ボーッとする。
病気リスク高まる。

など、本当にいいことないんです。

「でも、ダイエット大変だし…」

わかります。

最初の一步目、とても辛いです。

だからきっかけが必要です。

マザーテレサのように優しくも、
北斗晶のようにビシバシお尻を
叩いてくれる存在。
そして一緒にやせられる仲間。

=====

A：今日、体重計乗ったら、○キロ痩せてました！

B：なにー！？私も頑張ろう！

=====

=====

A：あれ、先週よりお腹細くなったんじゃない？

B：え？そうかなー、えへへ。

=====

と言いあえる存在は必要です。

スマホダイエットは
そういう場所です。

スマホダイエットの詳細はこちら

↓↓↓

URL

受付締切は○月○日までです。

では！

朝一のルーティーン

私の朝一のルーティーンですが、
(誰が興味あんねん)

7時になったら野菜ジュースを
ゴクッと飲んで。

5 分間だけ筋トレ。

ゆっくり腕立てとスクワット、
あと、トレーナーに教わった
秘伝のメニューを 1 個します。

これをやるだけで
全身の細胞が目覚め、
ぐわーっと頭が働き始めます。

最高にいい 1 日になります。
筋トレは最強です。

太った→筋トレ
ストレスが溜まった→筋トレ
彼女にふられた→筋トレ
仕事がかどらない→筋トレ
衰えを感じる→筋トレ
自信喪失した→筋トレ
モテたい→筋トレ
肌きれいになりたい→筋トレ

筋トレで全て解決できます (笑)

というわけで、スマホダイエット
かなりおすすめですよ。

大手ジムの 10 分の 1 の価格。

そしてトレーニング業界も
びっくりの全額返金保証。

あなたはやせて魅力的になるか。
返金してもらい太ったままか。（失礼）
最初から参加せずに太ったままか。（失礼）

プロのトレーナーが
最高の食事、筋トレの習慣を
半強制的にたたきこみます。

「やせるきっかけが欲しかった」
「1 度、プロの指導を受けてみたい」
そんな人にはぴったりです。

スマホダイエットの詳細はこちら
↓↓↓
URL

悲痛な叫びをいただきました。

「うちの旦那は
油っこいものが大好きです。
私がダイエット食にすると
旦那が嫌がります。

ダイエットした方がいいのは
むしろ旦那の方なのに！」

「最近、彼氏が太りました
カッコ良かった頃に戻って欲しいです。
でもやる気なのは私ばかり…」

分かります。

私がダイエットしてる時
奥さんがケーキ食べるのを見ると
膝がガクツとなります。

一緒に住んでいる人がいると、
自分だけダイエットって
難しいです。

特に、別々の食事メニューは
心理的にも、労力的にも大変です。

1番いいのは、一緒に頑張ることです。

ということで、
夫婦・カップルでの参加を

オッケーにしました。

「私はお尻キュッと上むき、くびれ作って、顔まわりシャープに！」

「俺は、肩幅がっしりの逆三角形に！」

など、それぞれの理想体型に
合わせて指導していきます。

2人で最高のカラダを
手に入れましょう！

スマホダイエットの詳細はこちら

↓↓↓

URL

では！

最近、テレワークで太ったという人が増えてますよね？

ジムに行けない、外に出れない、
でも今まで通りに食べてしまう。

寝巻きのまま仕事しているから
たまにピシッとした服着たら
きつくて入らない。

で、ずっとぶかぶかの服をきてる。

太ったことに気づかず
ますます食べてしまう。

と、新種のニートのような話を
よく聞きます。

今なら間に合います。

スマホダイエットの詳細はこちら

↓↓↓

URL

受付は〇月〇日までです。

では！

日付が切り替わった瞬間、窓口がピシャッと閉じます。

スマホダイエットの詳細はこちら

↓↓↓

URL

想像してみてください。

今日から約 2 ヶ月後、
プログラム終了日の○月○日。

会う人々からは

「あ！痩せたでしょ？すごい！」

と見た目の変化を褒められ…

シャープな顔、引き締まったお腹、
キュッと上に向いたお尻のあなたは
実年齢より 10 歳以上、若々しく見える。

「ダイエット成功したぞ！」

と自信が手に入るだけでなく
余計な脂肪を削ぎ落としたカラダは
前よりも疲れにくくなっている。

食事後、とつぜん眠くなったり
ボーッとなることもなくなり。
思考力や集中力が上がったのも実感する。

前よりテキパキ動けるようになり
生産性が高くなっている。

...

カラダを整えれば
あらゆる面で好影響があります。

- 1 日 5 分の筋トレと
- 3 食の健康的な食生活。

前向きな仲間たちと一緒に
あなたもポジティブな習慣を
つけてみませんか？

最高に楽しいですよ！

スマホダイエットの詳細はこちら

↓↓↓

URL

では！

あと〇時間で受付終了です。

スマホダイエットの詳細はこちら

↓↓↓

URL

1日3食、5分の筋トレで体重-10%、
過去参加者の成功率は90%以上。

価格も大手の10分の1

筋トレ、本当に楽しいです。

若返り効果や美肌効果もあり、
夜も熟睡できて疲れも取れる！

全身の血の巡りが良くなり、
凝った肩や腰にも効果テキメン。

1日動き続けられるカラダになる。

最高のリフレッシュにもなる。

いいことづくしです。

あなたもムダな脂肪を削ぎ落として
生産性の高いカラダを手に入れませんか？

日付が変わると同時に、
受付窓口がガシャーンと閉まります。
このチャンスを逃さないでください。

最小コストで最大のリターンを手に入れる！！

スマホダイエットの詳細はこちら

↓↓↓
URL

では！

「毎年、冬は年越しにかけて太ります（泣）」という人はチャンス
です。

太るところか、痩せていく。
あなた史上、最高のカラダになり
仕事仲間やお客さんにも驚かれる。

2021 年、
そんな始まりにしませんか？

過去参加者の成功率は 90 %以上。

これまで 50 名以上の方が参加して
参加者を痩せさせた実績は
平均、マイナス 5 ～ 10 キロ。

暴飲暴食、無駄な消費を避け、
すらっと綺麗な見た目を手に入れ、
体調も改善されていく。

いいことづくしです。

しかもこのプログラムは、
1 日 3 食なので空腹感もなく、
1 日 5 分の筋トレなのでつらくない。

- ・寝ても疲れが取れない
- ・体臭がキツくなった
- ・午後は動くのがだるい
- ・頭がぼーっとして生産性が低い
- ・食後、急激な睡魔に襲われる
- ・ビジネスへの意欲が低下した

このような悩みがあるなら

肉体改造が最高の解決策です。

仕事にも良い影響があります。

見た目も若々しくなり、
自分に自信を持てるようになり、
お客さんからの見る目も変わる。

私自身、この 10 年間で
20 キロ太りました。

鏡にうつる自分を見るたびうんざりして、
ズボンのチャックが閉まらなくなり落胆…

せっかくおしゃれな洋服を着ても
だるまさんがおめかししている
ようにしか見えず。

外に出るのも、患者さんの前に
立つのも嫌になりました。

「これはまずい」

ということでダイエットを始め
最近ようやく元に戻せたところでは

学生の頃の体重に戻すのに
実に 6 ヶ月もかかりました。

で、思ったこと。

「日頃から気をつけるのが一番ラクだー！」
ということ。

食生活と運動の習慣さえつければ、
私みたいな苦労も必要なく、

理想の体型をいつもキープできます。

スマホダイエットでは、
1日5分、1日3食で無理なく、
健康的な習慣をつけられるんです。

とてもおすすめですよ。

スマホダイエットの詳細はこちら

↓↓↓

URL

では！

恥ずかしい思い出はトラウマになります。

しかしトラウマに打ち勝てば
人生最高の経験（財産）に。

リフォーム会社社長の
櫻井さんはこんな経験を
語ってくれました。

=====

結婚式の衣装合わせに行きました。

私がタキシードを着るなり、
妻、母、義母の 3 人が
揃って大笑い。

タキシードを着ると、
お腹が出ているのが
物凄く目立つのです。

そこで、人生初の
ダイエットを決意しました。

とは言え、結婚式まで、
あと 2 ヶ月半しかありません。

ダイエットをするにしても、
高校を卒業してからの 20 年間、
運動をしてこなかったのだ、

きつい運動はしたくないですし、
無理な食事制限も
したくはありませんでした。

そんな時に目に入ってきたのが

「1日5分の運動」

「寝ながら痩せる」

の文言でした。

そんな馬鹿な！

と半信半疑ながらも、
最初の2週間は
肉体の変化は見られず、

「やっぱ駄目か・・・」

という思いがよぎりました。

「体内では確実に変化が
起こっているのに、もう少しで
体重も落ち始めますよ。」

と言って頂き、
その通り3週目から
みるみる体重と体脂肪が
落ちていきました。

当初 61.7kg あった体重は、
開始からちょうど2ヶ月で
54.3kg の 7.4kg 減、

21.1%だった体脂肪は
14.7%の 6.4%減 です。

結婚式まであと1週間あり、
更に絞れた細マッチョな体で
迎えられるので、

みんなの驚く顔を見られるのが
楽しみで仕方ありません。

=====

櫻井さん、お見事！

一生物の経験だからこそ
これは本当に嬉しいですね。

で、この後、
こんな話もしてくれました。

=====

そして、たった 5 分で
ここまで肉体変化できたのも
驚きでしたが、

それ以上に驚きだったのが、
仕事面での変化です。

私は会社を経営していますが、
肉体改造を始めてから、
新規事業を立ち上げることになり、
大幅に収入も増えました。

肉体改造と仕事は
全く関係なさそうですが、

そんなことはなく、
肉体改造を始めてから
私の行動量は 3 倍になりました。

よく成功哲学の本などで

「行動が行動を呼び、
アクションがアクションを生む」

ということが書かれていますが、
まさにその通りのことが起こり、

1 日のうちの“5 分の運動”という
小さな行動を起こすことによって、
次から次へと様々な行動を
直ちに起こせるようになりました。

僅か5分の行動が 3 倍の行動を生み、
そして3倍の成果を得られる。

カッコいい肉体を手に入れられて、
同時に収入も増える。

本当に嬉しい限りです。
感謝しかありません。
ありがとうございました！

=====

『僅か5分の行動が 3 倍の行動を生み、
そして3倍の成果を得られる。』

まさにそういうことなんです。
これは体験した人にしか分かりません。

健康への投資は、人間関係、
仕事、趣味、アイデア、全てに
いい影響があります。

昨日から受付開始した
スマホダイエット。

櫻井さんも参加されました。

かなりおすすめです。

スマホダイエットの詳細はこちら

↓↓↓

URL

受付締切は○月○日まで。

では！

ムキムキ → おデブ → ?

私はやせていた時期も、
太っていた時期も経験してます。

なので言えると思うのですが
太ってていいことはありません。

だらしないと思われる、
仕事できないと誤解される
臭いと言われる
一人だけダラダラと汗をかく
寝ても疲れ取れない
頭ボーッとする
病気リスク高まる
アレのとき重いと言われる

など、本当にいいことないんです。

「でも、ダイエット大変だし…」

わかります。

最初の一步目、とても辛いです。

だからきっかけが必要です。

マザーテレサのように優しくも、
北斗晶のようにビシバシお尻を
叩いてくれる存在。（トレーナー）

そして一緒にやせられる仲間。

=====

A：今日、体重計乗ったら、●キロ痩せてました！

B：なにー！？私も頑張ろう！

=====

=====

A：あれ、先週よりお腹細くなったんじゃない？

B：え？そうかなー、えへへ。

=====

と言いたえる存在は貴重です。

スマホダイエットは
そういう場所です。

あなたも「今日から」始めましょう！

スマホダイエットの詳細はこちら

↓↓↓

URL