

健診前かけこみダイエット プログラムの概要

- ① セミナーご参加、マイクロダイエット28食ご注文
- ② お手元に届き次第ダイエットスタート
体重・腹囲・体脂肪率を測定 24日間、1日1食置き換え
- ③ 残り4食になったら1日おきに使用、徐々に通常のお食事に切り替え
- ④ 後半約1ヶ月間は3食ともバランスよいお食事に

