

2020年 9月 日 開催地域(東京) 講師名(田辺由香里先生)

アクティブ・ダイエットコースを受講して

お名前

年代(50) or () 歳

5月からスタートして11週間に5キロまで痩せられたのですが、
足の骨の歪みが発覚し、7月からほとんど運動ができなく
なっていました。夫の父が病気になる、検査や入院などで
外食ばかりしていたら、体重がリバウンドし始めてしまいました。
第1回目から結局3.7キロしか落とせませんでした。
足の治療が終わり、父の病状も落ちついたら、またデイリーチェック表が
つけられるようになりたいと思っています。
ダイエットメンバーの皆さんとのLINEがとても励みになり、いつか自分も、と
夢を持ち続けることができました。
田辺先生の細かいフォロー、アドバイスにとても感謝しています！

アクティブ・ブレインを ☒ 紹介 ☐ 協会 HP ☐ 講師 HP ☐ Facebook ☐ Twitter ☐ ブログ ☐ 書籍 ☐ 他メディア
知ったきっかけ その他 ()

※書き切れない
場合は、裏面も
ご利用下さい

この感想分をアクティブ・ブレイン協会や認定講師のホームページやSNS・ブログ等
に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック✓を入れて下さい。

☐ 実名で許可 ☒ イニシャルで許可 () ☐ 不許可