

背部、胳膊塑形比减重来得明显

减肥特派员:许珮珊 减重5斤 机构:瘦狐体雕



以前戴文胸后背会勒出嘟嘟肉,现在完全不会,胳膊也细了。

点评(美体师 田旭):微胖的人塑形比减重常用

许珮珊的疗程由原来的“先排油后上仪器”改成了“先上仪器后排油”。因为前段时间的积累,徐珮珊的脂肪颗粒被激活,这有助于提高仪器打碎脂肪的效率,把上仪器的步骤提前可以让排油的效果更好。最近,徐珮珊食



量增加,加上例假快来了,体重下降并不明显。不对,对于微胖,塑形比减重来得更重要。

自述:看到塑形效果很好,兴奋!

减肥三大法宝:毅力+针灸

减肥特派员:Christina 减重10斤 机构:奇致美容医院



以前腿形像乐器葫芦丝状,往外鼓出一些肉,坐下来时,大腿间都没有缝。现在腿部线条竟然开始往上走了。这两天,她还摸到了自己的胯骨,以前根本摸不到的……

点评(针灸医生 吴兵花):虽然减重慢,但脂肪层在变薄

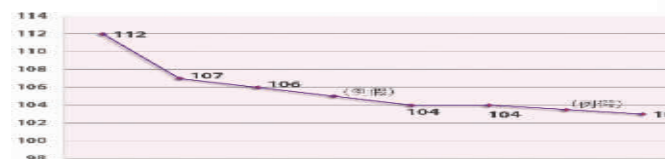
她减得不算快,但腰腹部的脂肪层明显在变薄。量腰围时,能明显感到她曲线的变化。刚过平台期,加上来了例假,我暂停了针灸,改用“埋羊肠线”,通过24小时不间断的穴位刺激来消脂,埋穴刺激还能提高人体免疫力。



自述:减肥前,我吃得狂少,体重下降,但便秘;针灸后,吃得多点,体重仍降,但排便正常了,再也不用受苦受难地“憋屈”了!

减肥 是一次身心灵的放松之旅

减肥特派员:申玉香 减重9斤 机构:西香记美容会所



过完端午,除了疏通经络,美容师秋月推胃占了整个按摩时间的一大半。缩胃、健胃的过程中,秋月的手法是一寸一寸往下走,申玉香则配合着呼气、吐气,调匀呼吸来帮助自己下垂的胃挺起。身体里的脂肪和劳累,全都输给了这一个小时按摩和热蒸的调理。

点评(美体师 胡秋月):减肥当中长期戒寒

端午过后,我把“植物精油按摩+木舱草药熏蒸+金毯裹体减肥”的方案暂停,改成“植物精油按摩+中医穴灸+木舱草药熏蒸”。主要是通过点穴,让她的经络再次通畅,加强新陈代谢。减肥过程中“戒寒”是根本,熏蒸后,她会出汗、皮肤更加细腻,这是因为木舱草药熏蒸具有暖宫和排毒的作用。



35天,减重20斤!

减肥特派员:大胖 减重20斤 机构:李琴经络调理



大胖减到305斤时遭遇平台期,其间李琴为他做了一次气血通。在疏通经络的基础上,运用按摩棒、经络刷、气罐定穴等,让他体内的气血运行得更快。之后,体重就从305斤突破到303斤,再减到299斤。

点评(经络推拿医师 谭强):他的胃从12个拳头缩到6个拳头大

一个人的胃最大能撑到1个篮球,差不多有12个拳头的大小,而大胖这周的胃恢复到差不多6个拳头大。他的胃,已经从“放”的状态调理到“收”的状态。店内电子秤只能称299斤之内的体重,这周他史无前例地告别了两个秤,改用一个大秤。为了突破平台期,我们给大胖做了“气血通”项目,因为对食物有一定的要求,大胖不喜欢做,所以用“气血通”突破平台期后,我们又调整治疗方案:以按摩、推胃、踩背等疏通经络,加强代谢为主,中间穿插拔罐祛湿,整个流程不变,但减肥重点有所突出。比如重点放松膝关节,减轻体重的压迫;还把医师由164cm的宫政换成181cm的我,针对难减、厚度很高的腰腹,个高的人面对高起的大肚脐更好发力。

自述:出差、过节,睡得比较

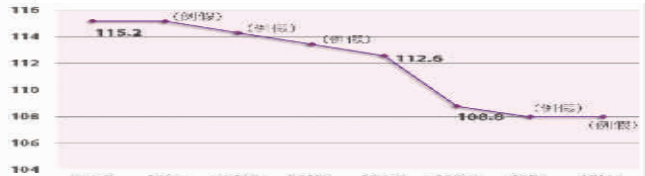


晚,饮食不规律,这些还是影响到了减肥,所以现在我还在摸索,注意改变自己的生活方式。比如出差的时候尽量减少喝酒;以前我都是凌晨2:00睡,早晨9:00起,而现在是晚上11:00~12:00入睡,早晨7:00起。通过在李琴的调理跟医师的沟通,不管是身体还是生活方式都更加健康了,这比单纯地减重和线条更有意义。

我左手腕上一直戴着快报发的“减肥红手圈”,已经坚持“减肥八戒”35天了!不过,这个红手圈还有一个功能,当手臂瘦了,它会第一时间“通知”我,最近红手圈终于有些松动了。没事我就喜欢在手上晃晃,看得见的减肥成果!减肥前3天,我去过趟国际车展,也拍了些照片,最近,爸爸妈妈发现我和车展那会的照片相比,瘦了很多,父母觉得挺逗的,我也挺开心的。

已经减到标准体重

减肥特派员:涂思慧 减重10.2斤 减重机构:青雅康秀



十分喜欢吃冰激凌、甜食的涂思慧,以往每个月克利斯汀和元祖的蛋糕券都会花掉1000块钱左右,就连冬天对冰激凌也照吃不误,宫寒问题不请自来。最初在青雅康秀做360°环形场养生纤体仪时,肚子那块始终不发汗,摸上去冰冰的。而这个月初,肚子开始排汗了。并且,例假的血块明显变少,皮肤的光泽度也变好了。

点评(珠江路店 杨店长):减重、排毒、养颜是流水线工程

给爱吃甜食,运动少的涂思慧使用360°养生纤体仪,进行“被动式运动”很适合她。按理说,身高160cm的她标准体重是112斤,所以现在她已经达到标准体重了!目前针对她的疗程主要是做后期保养,仪器也会调节成养生型。后期的保养除了养生,还有防止反弹、保持体重的作用。之所以涂思慧的皮肤光泽度会变好,跟360°仪器射频透热的原理是相关的,出汗也是排毒的手段之一,仪器不仅能代谢身体脂



肪,也能同时代谢毒素和体内的垃圾。

自述:减肥以来,尺寸确实瘦得很明显,以前很多穿不上的衣服现在都能穿上了。快报的减肥手册对我影响很大。手册上说要戒甜食,我现在真是完全戒掉了,脸上也清爽多了,原来油油的,可能就是甜食惹的祸。对于现在的体重,我很满意,但是减完之后皮肤变得有点松,美体师说后期会把润滑皮肤的基础油变成燃脂膏,有收紧皮肤的作用,可能那个时候皮肤整体看上去会更好。

西香记 美容·SPA·会所

药蒸减肥SPA

仅需**68元**立刻瘦下来

新街口全民健身中心12楼
025-84452669

祛斑 效果证明一切

每天10:00—19:00可观看实际操作效果

这是一个真实的**疑难斑** 祛除过程,斑龄17年

特别针对:孕斑、肝斑、暗疮、中毒斑、老年斑、缺水性斑、色素沉着、雀斑、晒斑、黄褐斑、遗传斑、反弹斑、内分泌斑、电脑辐射斑

龙江店 83378510 | 山西路店 83378956