

“我在享受中瘦了20斤！”

主人公：Abby，25岁，在秀江南减肥四个月不到，体重由79公斤减至69公斤，目标是今年5月瘦到62.5公斤

秀江南大行官店，记者见到Abby时，她穿着白色的蝙蝠衫、牛仔裤，干净利索的打扮，尖尖小巧的下巴，脸部初现瓜子脸的雏形，甜美的笑容一直没变过，“你能想象出去年我还是158斤吗？今早我量了一下，只有138斤啦！”

瘦了20斤，罩杯没变小

白色、蝙蝠衫都是显胖的元素，只有瘦子才敢这样搭配。Abby向记者展示身上的衣服，“这件衣服是好几年前和朋友一起买的，最近才敢穿上身，没想到效果还不错呢。”

Abby记得，在秀江南减肥一个月左右，就明显看出裤子变宽松了，“当时何止是高兴，那简直是激动啊！”而现在她也有一个“矫情”的“烦恼”——不敢买衣服，“瘦得太快啦，衣服买来穿不了几天，多浪费呀。”

Abby悄悄透露，其实最让她激动的是，即使瘦了20斤，但胸部罩杯一点没变，“你看我的背部明显变薄，文胸扣子往里挪了一格，但罩杯还是正好。”这一点让Abby身边的人都为羡慕，因为众所周知，减重不瘦胸才是真正的成功瘦身。

“秀江南推出颠覆传统减肥观念与减肥方法的‘综合干预’减肥新模式，用科学指数来衡量你到底胖不胖，而不是随便说了算。减重减去的是多余脂肪，胸部当然不会变小。”秀江南大行官店齐店长说，Abby在5月份瘦到62.5公斤的目标，肯定能够实现。

看中的就是“无痛苦”的健康瘦

回忆起三个多月的减肥之路，辛苦吗？“没什么感觉啊，我觉得还挺享受的，没有刻意节

食，也没有刻意加大运动，就减少20斤了。”Abby笑着说，当时选择秀江南，就是看中宣传所说的“不痛苦”。“我自制力比较差，而且因为工作原因，常年在外用餐，如果减肥的条条框框太多，我肯定接受不了，这里不痛苦，而且很健康地减肥，我能接受。”

齐店长告诉我们，秀江南的美体师从客户进店就会开始帮助客户进行检测、沟通，在一系列科学有效的方案、体质分析、针对塑形等跟踪管理下，在血糖、血脂、基础代谢率这些方面下足功夫。每一位秀江南的美体师都会成为顾客减肥美体道路上的监督者和陪伴者，客户的减肥过程不再孤单辛苦。

延伸阅读：

秀江南借助全球首创的360°“非接触式”养生减肥疗法让很多女性受益，这个采用360°养生纤体仪环形透热射频技术，实现不口服、不痛苦、不节食、不创伤的健康减肥，深得业界与消费者推崇。

今年，秀江南将不仅完善现有的高科技减肥技术，更将推出颠覆传统减肥观念与减肥方法的“全新健康”减肥新模式，从不良生活干预、身体活动干预、热能溶脂干预、塑形紧致干预这四个方向，结合每个人的不同身体指标制定全方位的健康减肥方案，实现瘦身、美体、护肤三合一的完美效果。



春季，是时候管理你的体重了！

在春季管理自己的体重是最合适的时间，瘦身的效果会一步步体现在夏天穿衣上。看看瘦身窍门，少做无用功。

窍门1.晚餐吃蔬菜沙拉

晚餐吃得过多而运动过少的话，就会导致热量堆积，容易导致发胖。

但是，如果吃得过少又会导致你深夜由于饥饿而暴饮暴食或者无法安眠，这样对瘦身也是非常不利的。所以，低脂的蔬菜沙拉就是最好的晚餐选择。蔬菜是高纤维的低卡食品，增加饱腹感的同时，还能控制你对热量的摄入。

窍门2.改变生活方式

健康饮食和定期运动是最有效的瘦身方法。只有这两者相结合，你才能永葆苗条。很多女性都经历过节食瘦身失败的后果，这就是不运动带来的恶果。努力养成健康的生活习惯，不仅能让你永远苗条，还能收获健康的身体。

窍门3.零食选择新鲜水果

如果你是一个零食控，那就用水果来代替你的零食吧！新鲜的水果是非常理想的瘦身食品，它们含有丰富的纤维素、维生素、矿物质等对瘦身非常有利的营养物质，不仅能满足你对甜食的欲望，还能控制食欲。

越美丽 悦生活

280元减一个月

秀江南热推280元减一个月的全新减肥疗法真情体验活动。各家门店纳客人数有限，需及早预约，咨询电话：85637177。

- 国际减肥行业协会会员单位
- 国际减肥协会新锐机构
- 国际减肥行业协会百家名店
- 国际减肥协会机构
- 360°“非接触式”养生减肥疗法
- 国际减肥协会优秀养生减肥机构

只要你想瘦·我就敢承诺

健康减肥

只需28天

只要
280元起

承诺与消费者签订正式合同的机构
法律文本确保你健康减肥想瘦就瘦

不口服 / 不痛苦 / 不节食 / 不创伤 / 更健康

比方法 秀江南根据国人身体特性，经过长时间效果对比；现全面进入健康减肥新模式时代，四步综合干预，私人管家式服务。

比效果 推出颠覆传统减肥观念与方法的“健康减肥”新模式，四个方面结合不同指标制定健康减肥方案，确保“28天换个样”达到完美效果。

比承诺 承诺敢与消费者签订受法律保护“减肥成效正式合同”，无效退款的美容机构。

更健康 高科技仪器减肥，减脂肪不只减体重，减肥不伤害健康，在减肥同时更可调理多种亚健康，让你健康享瘦，健康、瘦身、美体多合一。

QQ: 516869345 1903529594

报名热线 / 85637177

扫一扫办卡即可
立减500元
(每天仅限10名)

江宁店

52747993

新街口一店

84718577

新街口二店

84732377

珠江路店

84798577

山西路店

83322857

瑞金路店

84514577

龙江路店

86276377

大行官店

86648377

现代快报

《悦生活周刊》全程监督并介绍