



...Il tuo centimetro
My Happy Lab
 ti darà grandi soddisfazioni!

i consigli di **ERMINIA...**

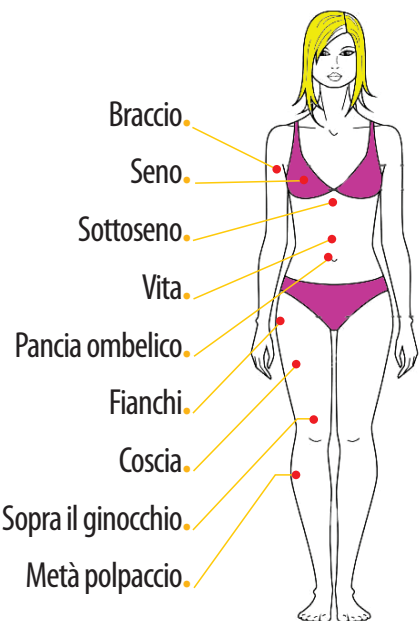
Integratori, alimentazione, prodotti e costanza ti premieranno.
 Ricordati che i **centimetri** sono più importanti dei **KG** che perderai!

E' importante prendere le misure sempre esattamente nello stesso punto.

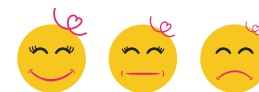
Fallo una volta a settimana, perché farlo più volte non ti farà dimagrire più velocemente.



START! SI PARTE...



	PRIMA 0 GIORNI	1° SETTIMANA 7 GIORNI	2° SETTIMANA 14 GIORNI	3° SETTIMANA 21 GIORNI	4° SETTIMANA 28 GIORNI	5° SETTIMANA 35 GIORNI	6° SETTIMANA 42 GIORNI	7° SETTIMANA 49 GIORNI	8° SETTIMANA 56 GIORNI	OBIETTIVI RAGGIUNTI
Braccio										
Seno										
Sottoseno										
Vita										
Pancia ombelico										
Fianchi										
Coscia										
Sopra il ginocchio										
Metà polpaccio										



RICORDA: anche se volte hai sgarrato con l'alimentazione o saltato qualche trattamento, **NON MOLLARE! Il tuo obiettivo è sempre raggiungibile.**

Il mio obiettivo è quello di farti dire **Wowww!**

Per avere risultati tangibili prendi gli integratori, **mangia sano prediligendo proteine e verdura** ed usa i fantastici prodotti **My Happy Lab** con costanza. Trovi tutti i protocolli di lavoro a prova di pasticcone su www.myhappylab.com. Per appuntamenti di consulenze personalizzate scrivimi su **whatsapp 392 666 22 11**