

ノーリバウンド ダイエット

運命を変えるカラダへ



たった90日で女優のような
輝く自分に変身できる芸能美容術

過去のスリムだった自分に
戻り自信を取り戻したいと
思いませんか？

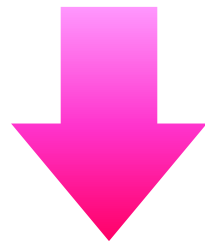
見た目の影響力が必要だと
思ったことはありませんか？

いつまで？

人の中にもれた自分でいますか

女優やミスユニバース候補生が行っている

美ボディー & 魅力的なテクニック



人前で自信を持って自分を表現でき

圧倒的な存在感とオーラを放つ女性になれる



実行プラン



カウンセリング

- ・メタトロン測定でカラダ分析



ファスティング

- ・腸内デトックスで腸をキレイに



睡眠

- ・睡眠の質を高めてやせるカラダづくり



食事

- ・リバウンドしないための食事法でメリハリボディをキープ

ロードマップ

スキル

1ヶ月目

2ヶ月目

3ヶ月目

◆1ヶ月目 ダイエット

- ・メタトロン測定
- ・カウンセリング
- ・腸内デトックス
- ファスティング6日間+回復食4日

◆2ヶ月目 食事・睡眠指導

- ・体質に合わせた食材選び
- 調理法
- 食べ方
- ・睡眠の質を高める環境づくり
- 眠れるカラダづくり
- ファスティング6日間+回復食4日

◆3ヶ月目 オーラ磨き


- ・5つのジャンル別オーラの創り方
- ・グローバルアクション
- ・メイクレッスン
- ファスティング6日間+回復食4日

ダイエット期間

キープ期間

オーラ磨き期間

カウンセリング

- 
- ・ **メタトロン測定** カラダに合う食材をチェック
800箇所を経絡の流れを測定 & 改善
 - ・ **目的の明確化** やせる理由と何kgやせるのか
未来の理想の自分を明確化
 - ・ **ストレスの原因の把握** 生活習慣を乱す悩みやイライラ

測定結果をもとに個別指導

ファスティング (腸内デトックス)

ファスティング

- ・ **基礎知識** ファスティングのやり方
腸の仕組みと酵素の働き
菌の役割
- ・ **準備** 1日 野菜中心の食事
- ・ **実践** 6日間 カラダの細胞をゆるめてデトックス
(1回目 6日、2回目 9日、3回目 6日)
- ・ **回復食** 4日間 ゆるめた細胞をしめる期間
(初めての回復食はこちらで用意します)

脳の習慣が変わる→思考パターンが変わる

脳内デトックス

減量

代謝アップ



睡眠

睡眠

・ 現状を知る力

メタトロン測定
睡眠計測

・ 正しい選択をする力

睡眠講義


・ 眠れるカラダづくり

姿勢指導
ストレッチ動画
睡眠サプリ
快眠パジャマ

成長ホルモンの分泌

眠るだけでやせるカラダづくりで体型をキープ

食 事

- 
- ・ **食 材** 理想の体型をつくる食材の選び方
(陰陽バランスを整える)
 - ・ **調理法** マクロビオティックをベースにした
心と体のバランスがとれる調理法
 - ・ **食べ方** 食べる順番、時間で過食をふせぎ
少量でも満足できる食べ方

やせたカラダをキープ・リバウンドしないカラダづくり

◆ やせたことによって

自分の魅力に気づき磨いて個性を創ります。
芸能人や女優が使うテクニックを
用いて魅力的なあなたを演出していきます。
どこにいても中心人物になれる影響力を身につけ
キャリアアップすることができます。

1. フルメイクレッスン
2. グローバルアクション
3. 女優テクニック

1. フルメイクレッスン

- ・個性を活かしたメイク
- ・TPOに合わせたメイク

ひとめ見たら忘れられない
華やかでインパクトのある
美しさを創ります。



2. グローバルアクション

芸能人が使っている

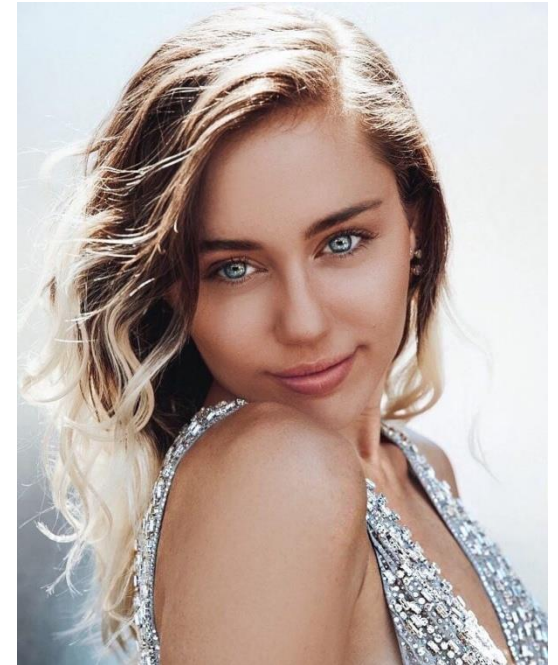
立つ・座る・歩く・笑顔・挨拶・聞く・話す

7つのグローバルアクションを用いて

世界に通用する影響力とオーラを

創ります。圧倒的な存在感で

周囲の人をくぎづけにします



3. 女優テクニク

女優やモデルが魅力的に見えるメソッドであなたをプロデュース

- ・ アクティブ・キュート・セクシー・クール・ゴージャス

5つの特徴を活かしたジャンル別オーラのつくり方

- ・ ウォーキング、ポージング、流し目、座り方、足の組み方、声のトーン、セクシーなしぐさ

- ・ 魅せる感情表現（喜怒哀楽）

豊かな感情表現で表現力が増し、相手の心をひきつけます。

◆講座 3ヶ月間 3時間 全6回

1. メタトロン測定 現状分析・食コンサル
 2. 目標設定・ファスティング導入説明
 3. 回復食・調理法・食べ方レッスン
 4. 睡眠・メイクレッスン
 5. ビューティーレッスン① グローバルアクション
 6. ビューティーレッスン② 女優テクニク
- ※ 5、6は何回でも受講可

◆個別コンサル（メンタルケア、食事睡眠指導） ZOOM 月2回 60分

◆LINEサポート 随時

初回限定特典

特典 1

ダイエットアプリで
毎日の食事を管理 & 指導

日	項目	記録	食べたもの・変化・気付いたこと等
1	朝	8分目	 朝はトースト1枚のみ
昼	8分目		 お弁当も野菜中心

夜	6分目		 野菜中心のおかず、夜6分目に慣れてきた
間食			
体重	50kg	昨日より-1kg	
睡眠	5.5h	今日は寝付きが良かった	
メモ	きみか	朝、昼8分目、夜6分目のサイクルに慣れてきたんですね 素晴らしいですね	



特典 2

自宅でできる
快眠ストレッチ動画
プレゼント

特典 3 講座期間中 L I N E 徹底サポート



相談無制限



特典 4 秘密のFacebookグループにご招待



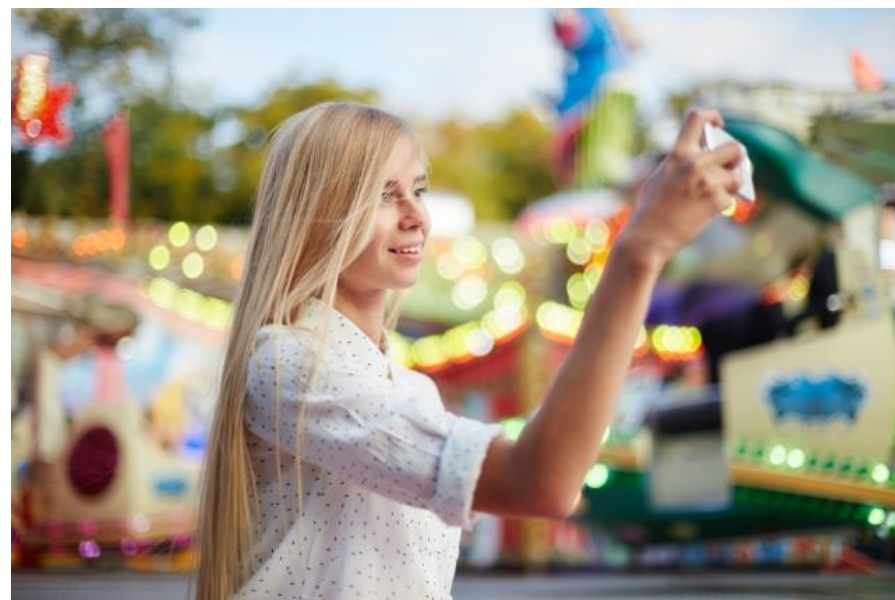
特典5 講座終了後もLINEでサポート



LINE相談 無期限

特典6

SNSで映えるスマホ
自撮りテクニック



特典 7

やせるカラダをつくる思考
小冊子プレゼント

特典 8

食べ方から分かる過去のトラウマ
チェックシート

特典 9

食べたいものから今の心理状態が
わかる自己分析表

特典10 快眠パジャマプレゼント

着るだけで副交感神経が優位になって
リラックスして快眠できます。



特典 1 1 快眠サプリプレゼント

リラックスハーブとして愛されているカノコソウが主成分
血管拡張、筋肉・神経の緊張をほぐす等の効果があり、
身体が睡眠に集中できる状態になりやすく、寝つき時間の
短縮、深い眠りのサポートをします。



特典 12 骨盤調整 & 背骨調整グッズ

首・腰・つちふまず「美の三大アーチ」を整えて
眠れるカラダ & きれいなボディラインをサポートします。



受講すると得られるもの

受講すると得られるもの

短期間で楽にやせられる



一生リバウンドしない体質
になることで**時間もお金も**
節約できて、好きなことが
できるようになる

受講すると得られるもの

外見がガラッと変わる
ことで自信がつく



影響力が身につく

仕事の申込みや人脈が
広がり売上げが上がる



受講すると得られるもの

やせて美しくなることで
男性（夫や恋人）の
モチベーションが上がり
収益もアップ
幸運の女神になれる



異性にモテるようになるので恋人ができる
男性が手放さない
魅力的な女性になれる

受講すると得られるもの

身についた影響力で
輝きを放ち、自分の
周りに人がたくさん
集まってくる



なりたい自分の姿
手にいれたい未来が
明確になり
人や世間に振り回されない
自分だけの幸せが手に入る
(自分軸で生きられる)



受講すると得られるもの

自分の個性や魅力を活かせることでコミュニケーション能力が上がり、人間関係をスムーズに構築できる



ビフォー／アフター

B e f o r e

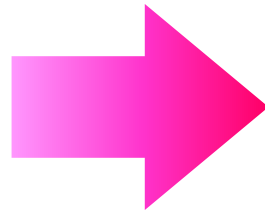
/

A f t e r

ビフォー／アフター



Before

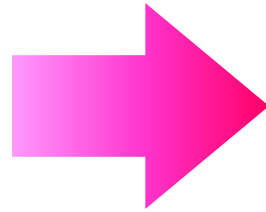


After

ビフォー／アフター



Before

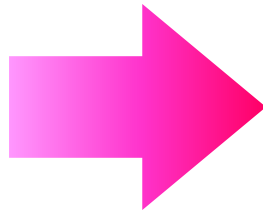


After

ビフォー／アフター



Before

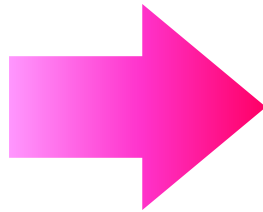


After

ビフォー／アフター



Before

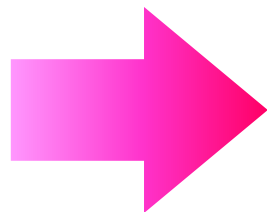


After



Before

ライナップで凹まなかったお腹



ポッコリお腹がスッキリお腹に



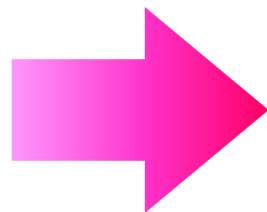
After

ビフォー／アフター



Before

15kg減



3ヶ月トータル
15kg減
人生が変わりました



After

ビフォー／アフター



Before

21号が
9号に

24kg減

3ヶ月後

蓄膿症、胃腸炎、腎盂炎
子宮筋腫、便秘、痔、等
あらゆる不調が改善



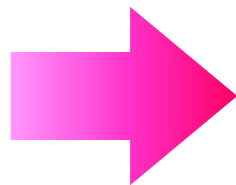
After

ビフォー／アフター

たった1回でメリハリのあるボディラインに



Before/After



1回目の
ファスティング

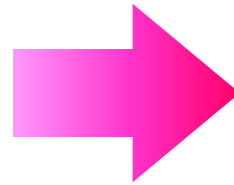


Before/After

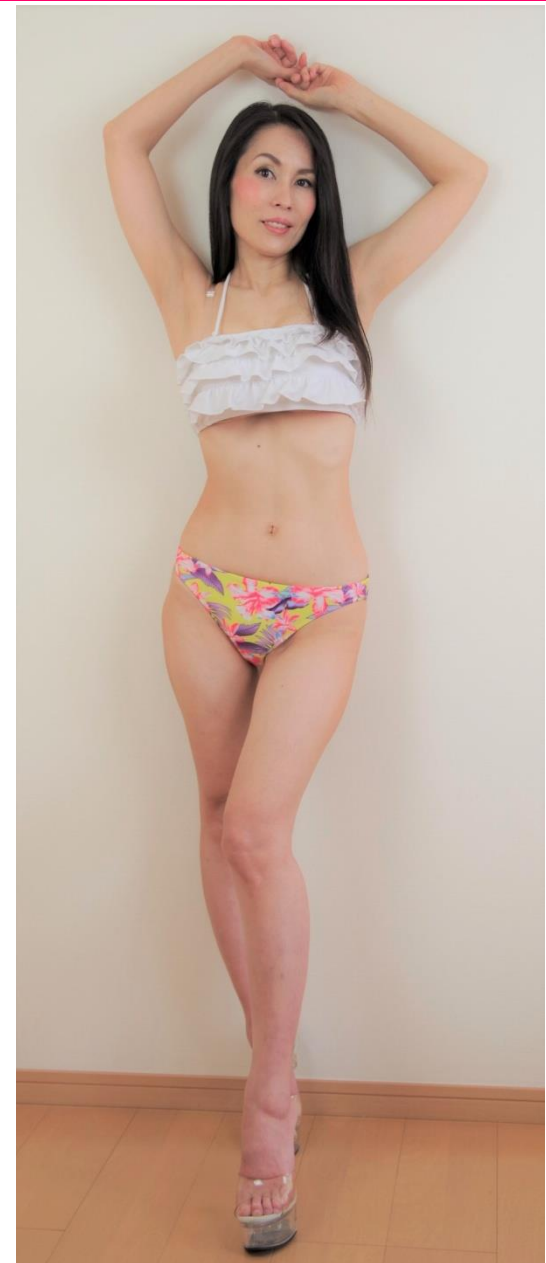
ビフォー／アフター



7年前



**現在
-16kg**



ビフォー／アフター



2013年
ミセス日本グランプリ
ファイナリスト

2020

ミスユニバースジャパン新潟
ミスグランドインターナショナル新潟
ミスユニバーシティー新潟

ビューティーキャンプ公認講師

 Niigata collection



他のダイエットとの違い

- 人生の目的を見つけることができる
- 自分の魅力や個性に気づき、活かすことができる
- やせられない思考癖を捨て、自己肯定力をアップ
- 食と心の密接な関係、自分の心理状態を把握して食事量をコントロールできるようになる
- ダイエットの正しい知識、成功するマインドを身につけ、結果を出せる行動ができるようになる
- 意識の高い仲間達と楽しみながら目標達成を目指す

講座料金

◆本講座で得られるノウハウ・価値

マクロビオティックインストラクター	80万円
ファスティングマイスター	50万円
上海中医薬大学中医食療士	55万円
アクションテクニク・女優オーラ	100万円
カイロプラクティック	340万円
美顔体操&ボディメイク体操	100万円
セミナー講師&ブランディング	200万円
睡眠指導士認定講師	70万円
コーチング&NLP	300万円
計	1,250万円

◆ 講座料金

3ヶ月 ~~85万円~~

本日だけの特別価格

 58万円

おわりに

すべての女性は、素晴らしい魅力を持っているのに体形にコンプレックスがあるだけでその魅力を活かすことができていません。

正しい知識と体形を維持できる生活習慣で、誰でも一生美しいカラダを手に入れることができます。

私は100人以上のダイエットをサポートしてきて、やせることで自分の魅力に気づき、夢を叶える女性をたくさん見てきました。

華やかな女優のように変身した〇〇さんが、スポットライトを浴びながら、〇〇さんのランウェイを歩いていけるように全力でサポートさせていただきます!!

パーソナルビューティーアカデミー代表 若杉王架