



TTYoga专业瘦身增高瑜伽 顾客增高案例1

[第一页](#) [第二页](#) [第三页](#) [第四页](#)



姓名：	冯小洁	性别：	女
年龄：	23	身高：	156CM（原）
增高：	5CM	瘦身：	效果显著

我是2004年初购买并练习瘦身增高瑜伽的，那时候是大四，工作已经找好了，功课比较闲，身高总是一块心病，于是上网搜索到了你们的网站，又研究了几天瑜伽才决定购买。

开始练习觉得有点困难，可能我比较胖吧，学校宿舍的房间也不大，每天只有下午同学出去了才练习。中途不懂的地方就登陆会员区问瑜伽馆的老师，老师回答的很好，就是很慢，自己接着摸索了几个星期才懂。现在看网站还送瑜伽基础光盘，看来越来越好了，我练习时是什么都没有，就一本教材，宿舍也没有电脑。

练习的过程很平淡，没有什么可以说的，大约5个多月快毕业时，同学们才知道我练瑜伽了，这个时候已经增高了3厘米左右了。然后工作（照片上是我的办公室），和同学合租一套小房子，练习环境好多了，到今年的3月份左右我量了是161CM还多一些，就是增高了5厘米左右吧。

现在我还是每天练习半个小时，虽然没有再增高，当作锻炼身体吧。



姓名：	陈静	性别：	女
年龄：	26	身高：	161（原）
增高：	4.5厘米	瘦身：	专业增高瑜伽非瘦身

接到贵馆张小姐的电话，让我写一段练习过程作为例子，感谢贵馆的看重，也谢谢贵馆的增高产品。其实我也只是按照教材上写的练习，没有创新也没有改造，说道心得，真的只有两个字：坚持。

我在练习增高瑜伽之前，已经吃了好几千块钱的各种增高药物，都没有作用，当时身体也很差，本来就打算健身的，练习贵馆的增高瑜伽算是一举两得。

我以前很少运动，虽然买了瑜伽，开始几个星期都没有仔细看，后来还是贵馆教练的督促才进行练习的。真的练习了一个月左右也就适应了，没有什么困难，每天晚上固定的就想到要练习，不过如果前面没有一个月的坚持，我想早就放弃了。因此希望准备练习这个网站瑜伽的朋友，万事开头难，一定要坚持，才能取得成功。

现在看来瑜伽不神秘，不单可以增高，还有锻炼身体的作用。

姓名：	绍辉	性别：	男
年龄：	18	身高：	162（原）



增高：	5.5	瘦身：	效果很好
-----	-----	-----	------

首先感谢浙中天地和专业瑜伽馆的瘦身增高瑜伽，她让我身高达到了军校招生要求，让我成功考上了我喜欢的学校，我一定会推荐给我的学弟学妹的。

我爸爸是军人，我从中学时就以考军校为目标在奋斗，但是到了高三时，才发现我的身高不够，体检线是1米65，而我就差3厘米，当时正式万分着急，和家人人什么办法都想过，还想做手术了，因为有危险就没有做了。

天地和瑜伽馆的瘦身增高瑜伽是我妈妈买的，其实我很瘦的，不用瘦身了，可我妈妈说买这种的合算。现在看来瘦身的是很好，我练习后比以前强壮了，问了才知道瑜伽瘦身对于我这种太瘦的人可以纠正，太好了。

现在军训已经快结束了，请同学拍了照片，电邮寄给你们。我的帐号在后面。



姓名：	周樱	性别：	女
年龄：	28	身高：	158（原）
增高：	4厘米	瘦身：	达到标准体型

我练习增高瑜伽只是想增高两厘米，长高160就可以了，毕竟我的年龄比较大，估计增高很多很难的，想以减肥为主，我练习前体重是6千克，真的很胖。我是汇款后第三天就收到快递来的瑜伽光盘了，效率很高。

由于比较胖，练习时动作非常的不标准，也不知行不行，总之是拼了。练了两个星期后称重发现反而重了两斤，仔细咨询了教练才知道是练习瑜伽导致胃口好，吃的太多了，然后注意控制饮食，以后体重每月开始下降，练习了大约半年，身材就不再变化了，照片上就是现在的我。身高也增加了4厘米。

如果大家要用瑜伽来瘦身，注意一定要控制饮食，不然一边吃一遍练是不能减肥的。

姓名：	张京涛	性别：	男
年龄：	24	身高：	170（原）
增高：	3厘米	瘦身：	专业增高非瘦身

