

モデル業界のシークレットが遂にそのベールを脱ぐ！

初公開！ 元ファッションモデル・早乙女 唯 が語る、

カリスマモデルの

スーパーダイエット！

【モデダイ】



■著作権について

「初公開！元ファッションモデル・早乙女 唯が語る、カリスマモデルのスーパーダイエット！」

（以下、「マニュアル」と表記）は著作権法で保護されている著作物です。

マニュアルの使用に際しましては、以下の点にご注意下さい。

- 「マニュアル」の著作権は、オフィス・ネクストドリームに属します。
- 著作権者の事前許可を得ずして、マニュアルの一部または全部を、あらゆるデータ蓄積手段（印刷物、ビデオ、テープレコーダーおよび電子メディア、インターネット等）により複製および転載することを禁じます。

■使用許諾契約書

第1条 目的

この契約書は、本マニュアルに含まれる情報を、本契約に基づきあなたが非独占的に使用する権利を許諾するものです。

第2条 一般公開の禁止

本マニュアルに含まれる情報は、著作権法によって保護され、また秘匿性の高い内容であることを踏まえ、あなたは、その情報をオフィス・ネクストドリームとの書面による事前許可を得ずして出版および電子メディアによる配信等により、一般公開並びに転売してはならないものとします。

第3条 契約解除

あなたがこの契約に違反した場合、オフィス・ネクストドリームは何の通告もなく、この使用許諾契約を解除することができるものとします。

第4条 損害賠償

あなたが本契約の第2条の規定に違反した場合、あなたは本契約の解除に関わらず、直ちにオフィス・ネクストドリームに対して、違反金として、違反件数と販売価格を乗じた価格の10倍の金額を支払うものとします。

第5条 その他

マニュアルは、あなたが行う健康増進活動における健康化を目的としておりますが、期待通りの結果が得られず、万一如何なる障害が生じた場合においても、オフィス・ネクストドリームは、その結果に責任を負うものではありません。

はじめに

皆さん、こんにちは。

健康に無理なくやせるドットコム「早乙女 唯」と申します。

ホームページに書いた通り、元ファッションモデルです。

私が一身上の都合でモデル界から去って、かれこれ数年になります。

ここ何年かゆっくりとした時間を過ごすことができ、心身共にリラックスした毎日を送っています。

しかし、一般人、主婦という立場から、様々な雑誌やインターネットでダイエットに関する宣伝やうたい文句を見て、いつも疑問に思うことが2つあります。

それは・・・

なぜ、こんなにもダイエットで悩んでいる人が多いのだろう。

なぜ、ダイエット業界から流れてくる情報は、こんなにもウソが多いのだろう。

この2つです。

私は職業柄、体重&ボディラインのコントロールには非常に気を遣ってきました。

しかし、巷に流れる雑誌や広告にあるようなダイエットをしたことは一度もありません。

ちゃんと、人間の体の構造に沿った、理に叶ったダイエット法で体重やボディラインを調節してきました。

それは、モデル界に長きに渡って伝わる伝統的なメソッドで、私が新人研修で教官や先輩方から学んだダイエット法です。

そのメソッドとダイエット業界や雑誌が流している情報とは、あまりにもかけ離れていることが多いのです。

私は、いつしか、「ダイエット業界は、皆さんがやせないようにウソの情報を流しているのではないか。」という疑問を持つようになりました。

落ち着いて考えてみれば、当然のことかもしれません。

ダイエット業界にとって、自分たちの開発した「やせる」商品で、お客様にやせられては困るのです。

なぜなら、本当のダイエット法を完全公開して、お客さんがみんなやせてしまつては、業界は商売あがったりだからです。

美容室やファッション関係のようにリピート客がいなくなり、お金を落とすくれなくなります。

だから、ダイエット業界は、ウソの情報を流して、あなたがやせないようにコントロールしているのです。

したがって、多くの女性にとって、ダイエットは永遠のテーマになっています。

これは、重大な問題です・・・

なぜなら、今、日本では、肥満が大きな問題になっているからです。

日本中の老若男女が、間違ったダイエット法で苦しみ、自分に自信を失い、自暴自棄になっています。

肥満が人生を狂わせることだってあるのです。

私は真実のダイエット法を知る、数少ない人間の1人として、このことを世に広めていかねばならないと決心しました。

と同時に、真実のダイエット法も、沢山の人たちに伝えていきたいと決心し、このサイトを立ち上げました。

私にとって、はじめての1人だけの挑戦でした。
モデル時代には沢山の仲間がいましたから。

不安になる時もありましたが、これまで私が個人的にダイエット法を指導してきた友人達から「唯、頑張って！」等、励ましの言葉をいただき、ここまで漕ぎつけることができました。

私の所へやってきた方々は、ホームページで紹介したように、どんなダイエットを実践してもやせられずに、

「体質なんだから仕方がない」
そういうあきらめの気持ちで私の所へ来られたケースが多かったようです。

口コミで伝わったモデルのダイエット法、通称【モデダイ】でしたが、その効果は絶大で、「痩せたよ〜」「やった〜、10kg減に成功」などと様々な反響があり、私自身、とても嬉しく思いました。

その人たちの笑顔を見て、気付いたことがあります。

私はこれまで、モデルとして自分のステイタスを上げるためだけに、必死で突っ走ってきました。

会社を代表するトップモデルとして様々な舞台に上がり続けてきましたが、スポットライトを浴びていた時よりも、なぜか友人に「ありがとう、本当にやせたよ！」と言われた時の方が、暖かな充実感を覚えるのです。

なぜなのかは分かりません。

ただ、自分の経験が人の役に立った時、人を幸せにできた時、自分を頼りにしてもらえた時、人間って一番充実を感じることができるんじゃないか、そんな気がしてきました。

さあ、今度はあなたの番です。

これまで頭の中にあった、ダイエットに関する一切の知識をリセットして下さい。

私が指導するダイエット法は、もしかしたら医学的な根拠や理論などないかも知れませんが、私がモデルとして積み上げてきた10数年の中で、一度として失敗のなかった真実の方法です。

信じて下さい。

やせるやせないは体質ではないのです。

できるできないではなく、**やるかやらないか**の問題です。

この手の悩みは深く、本当に憂鬱になります。
時には、投げ出したくなる時もあるでしょう。

その気持ちはよく分かります。
でも、まずは1ヶ月間、このマニュアル通りに生活してみてください。

全然、大変なことではありません。
全然、きついことでもありません。

はっきり言います、こんなカラダなど**誰でも作れる**んです！

もう一度言います、スレンダーボディなんて**誰でも作れる**んです！

私のメソッドを使えば、あっけないほど簡単にやせていきます。それも**美味しい食事をお腹いっぱい食べながら**

私は、モデルしか知らない裏のダイエットマニュアルを出し惜しみなしで完全公開することに踏み切りました。

それは、私のHPでも書いた通り、ダイエット業界の流したウソの情報により、あまりにも沢山の人が苦しんでいる姿を見てきたからです。

ダイエットなんて、コツさえわかれば「こんな簡単なことだったのか」と拍子抜けするほど、簡単なんです。

とてもシンプルで誰にでもできるメソッド、それが「モデダイ」です。

さあ、いよいよこれからそのメソッドをあますところなくお伝えしていきます。

心の準備はいいですか？

勇気を出してはじめての一步を踏み出してみてください。
きっとあなたも笑顔を取り戻せることでしょう。

私の友人のように・・・

〈追記〉

今日は何月何日ですか？

このマニュアルを読み始めた今日が

あなたにとっての

人生逆転 の **記念日** になるんです。

だから、今日という日をよく覚えておいて下さいね。

「モデダイ」を実践して、そして・・・

いい女になりましょうよ！



PS いよいよ次のページから、

プロのモデルしか知らない裏のダイエットマニュアルをお披露目します！

◆ このマニュアルの読み方

この「モデダイ」は、7つの章からできています。

読みやすく、理解しやすいように、1つの章につき、1つのシークレットを明かしていきます。

いきなり、一気に読んでしまってもいいのですが、1日につき1章、つまり1日に1つのシークレットを実践しながらマスターしていくのがお勧めです。

人間は1度に理解できることは、3つまでといわれています。

1日1つのシークレットに絞れば、より理解が深まり、ダイエットが加速することでしょう。

あなたは、1週間後、無事に7つのシークレットを全てマスターし、ダイエットの達人になっていると思います。

もう怖いものはありません。

毎日、ビクビクしながら体重計に乗る必要はないのです。

はっきり言います。

このダイエット法を知った次の日から、体重計に乗るのがとても楽しみになります。

なぜって？ もう言わなくてもお分かりでしょう (^ε^)♪。

はやる気持ちは分かりますが、シークレットは欲張らず、1日1つずつが鉄則です。

実際、私の新人研修の時も、指導教官は、ダイエットの秘訣を1日1つしか、教えてくれませんでした。

慌てなくても時間はたっぷりあります。

あなたは、人生大逆転のチケットを手に入れたのです。

じっくり攻めていきましょう。

※ e-book 版を購入された方は、パソコンで読むのではなく、一度プリントアウトしてお読み下さい。読んだ内容の理解が、より確実になります。

はじめに	・・・	2
このマニュアルの読み方	・・・	8
第1章 ◆ ダイエットに一番いい飲み物、それは〇〇だった！	・・・	10
コラムⅠ ミネラルウォーター代もバカになりませんよね。	・・・	14
コラムⅡ スポーツドリンクを飲んではいけない！	・・・	16
第2章 ◆ モデルが食事の後に必ず行うあることとは？	・・・	17
コラムⅢ 脳で食べるな！	・・・	21
コラムⅣ リバウンドはダイエット業界がでっち上げたウソだった！	・・・	24
第3章 ◆ 人の体を一番太らせる物質！その意外な正体とは	・・・	28
コラムⅤ マ○ドナルドはなぜ太るのか？	・・・	32
コラムⅥ トップアスリートは試合前、どうやって減量するのか？	・・・	34
第4章 ◆ ダイエット業界の迷信“太りやすい体質の人は水でも太る”、 実は本当！	・・・	35
コラムⅦ なぜ、出し惜しみなしなのか？	・・・	38
第5章 ◆ トップシークレット！モデルの夕ごはんメニュー	・・・	40
コラムⅧ ダイエットにとって、3時のおやつは御法度！	・・・	50
第6章 ◆ モデルがショーの直前にチョコレートを食べる本当の理由とは	・・・	51
コラムⅧ クッ○ーダイエットの矛盾	・・・	56
コラムⅨ ダイエットは長いスパンで	・・・	59
第7章 ◆ 誰も疑わなかった朝食神話のウソとホント！	・・・	62
コラムⅩⅠ ショー直前！門外不出のシークレット“ラビットダイエット”	・・・	69
あとがき	・・・	73

第1章 シークレット I

- ◆ ダイエットに一番いい飲み物、それは〇〇だった！



第1章 ダイエットに一番いい飲み物、それは ○○ だった！

いきなり最初からいいことを教えましょう。

ダイエットに一番よい飲み物って何か知っていますか？ちなみにモデルはこの飲み物を常に携帯して、肌身離さず持ち歩いています。

絶対に手放しません。

その飲み物とは・・・

実は・・・ **水** だったんです。



ドテッ！（倒れる音）

「なんだ、なんだ、さんざん煽っておいて、答えがただの **水** ですか！」こんな怒りの声が殺到しそうですので、ここで簡単に説明しておきます。

モデルは、ペットボトルをズボンのベルトから下げたり、トートバックの中に忍ばせたりして、常にミネラルウォーターを携帯しています。

なぜって？

実は、・・・

水には、脂肪を溶かしやすくする働きがあるんです。

誰でも活動すると、脂肪が新陳代謝によりジワジワと燃焼していきます。

その脂肪を溶かしやすくする物質こそが、**水** なんです。

水分が不足していると、脂肪も溶けにくくなります。

私は、新人時代、指導教官に「1日に水を**8回**飲みなさい」と言われました。

つまり、

- ① 朝、起きた後
- ② 朝食後
- ③ 10時頃
- ④ 昼食後
- ⑤ 3時頃
- ⑥ 5時頃
- ⑦ 夕食後
- ⑧ 就寝前

の計8回です！



ここまで徹底しなくてもいいのですが、少なくとも1日6回はコップ1杯の水分を摂っていただくと、あなたのダイエットは**加速**します。

ちなみに私は、現役のモデル時代、ミネラルウォーターを1日**最低** 2.5リットルは、飲んでいました。

今でも1日、2リットルの水を欠かしたことはありません。

慣れてくると別に何ともなくなります。
おしっこの回数が増えるくらいで・・・

また、固いウンチが水分で軟らかくなり、お通じもぐっと良くなります。

ついでにいうと、水は溶かした脂肪をカラダの外に流出させる働きもあるのです。

水、飲みたくなったでしょ (^ε^)♪。

あっ！言い忘れてましたが、

食事中に沢山の水分を摂取すると胃液が薄まり、食べ物を消化できなくなりますので、ご注意ください。

食事中の水分は少なめにお願いします。

水分の摂取は、麦茶やウーロン茶でもいいのですが、やっぱり水が一番です。純粋な水分は、何よりも体への吸収率が違います。

それから、気合いの入ったダイエットがたまに「1日5リットル飲みました。」なんて言うてくる場合がありますけど、飲み過ぎです！

お腹がタツプンタツプンで、ゲップや吐き気に悩まされるはずですよ。何事もやりすぎは禁物です。

ダイエットは、じっくり、無理なく、長いスパンでやるんです。

焦らなくても大丈夫、

“ 近い目標には集中力を、遠い目標には忍耐を ”

です。

ここでいう

近い目標とは、1日2リットルくらいの水を飲むこと

遠い目標とは・・・もちろんダイエットで10～20kg減のことです。

そうですね・・・(^ε^)

※ ある先輩モデルが、「冷水を飲むと、体が冷水に冷やされないように、エネルギーの燃焼活動が活発に行われるようになる」とも言っていました。

そういえば、冷水を飲んで3分ぐらいすると、何となく体温が上昇するような感覚になることがあります。

※ もちろん体のことを考えると、お奨めは常温の水分ですけどね。



コラムⅠ ミネラルウォーター一代もバカになりませんよね。

「ダイエットってお金がかかるわ。」
「サプリメントに健康器具にサウナスーツに・・・」

そんなダイエット者達の嘆きの声をこれまで何度も聞いてきました。

しかし、私、早乙女は断言します。

そんなものは、ダイエットに必要ありません！

私が現役時代から現在に至るまでに使ったダイエット費用は、ミネラルウォーター代ぐらいのものでした。

ここで内輪話を一つ、モデル仲間が一番人気のあったミネラルウォーターは、“contrex”でした。 → http://www.contrex.co.jp/index_2.html

味はちょっとまずいのですが、マグネシウム等のミネラル分が一番豊富で、基礎代謝を促すからということでした。

でも私に言わせれば、そんな高価な水は、必要ありません。

私はお金がなかったので1本100円がよく分からないメーカーの水を使っていましたが、1日2~2.5リットル飲み続ければ、見る間にダイエット効果は上がっていきます。

大事なものは銘柄ではなくて飲む量なのです！

しかし、1本100円でもバカにならないとお考えのあなた！

よく分かります、その気持ち。

私も、このミネラルウォーター代さえなくなれば、どんなに懐が楽になるかといつも考えていましたから。

そんな人たちのためにとっておきの“モデルの知恵”をプレゼントします。

実は・・・大変良い物を見つけたのです (^-^)/。

それは、ペットボトルに入れて振るだけで、水道水をミネラルウォーターに変えてしまうという、魔法のような商品です。

これです！

(元氣の水) → <http://www.nihonkousen.com/>

これは、なかなかナイスな商品です！

実際に飲んでみても、市販のミネラルウォーターと
なんか変わりありません。

水道水のカルキ臭さがあつという間に消えていき
ます。

これは、ズバリ！買いですね。



～ 元氣の水 ～

我が家でも、大型の2リットル版を買って、みんなで飲んでいます。

私の後輩で、現在トップモデルの女性も、これを愛飲しているようです。

ダイエッターのお財布に優しい&優れた商品の紹介でした。

PS 断っておきますが、この会社からは何ももらっていません。(-;-)
すべて私の体験 & 独断と偏見からお奨めしています。(^_^)v

欲しい人は、早速、下の URL へ飛んでみましょう。(*^_^*)

→ <http://www.nihonkousen.com/> (元氣の水)

↓ サンプルマニュアルはここからコラムⅣに飛びます。
目次と違いますが、ご了承下さい m(_ _)m。

コラムⅣ

リバウンドはダイエット業界がでっち上げたウソだった！
早乙女がダイエット業界の裏を大暴露！

リバウンド・・・ダイエットを辞めて、しばらく元の生活に戻ると、ダイエットする前の体重よりも太ってしまうこと。

リバウンド、誰でも聞いたことのあるダイエット用語です。今や常識、標準語にすらなっています。

恐ろしいことです・・・

何故ならば、このリバウンドこそ、**ダイエット業界がでっち上げたウソ**だからです。

そのウソが一人歩きをして、今や標準語にすらなろうとしています。
ダイエット業界はさぞやウハウハでしょう

自社のダイエット製品でやせなかったことを正当化するためのデマ！
リピートのお客さまを集客するためのデマ！
そのデマをほとんどのダイエッター達は、信じ込んでいます。

だから、「あなたの会社のダイエット製品、効果が全然ないわよ！」と怒鳴り込んでくる消費者は、ほとんどいないのです。

仮に行ったとしても「リバウンドしたんじゃないんですか？」の一言で一蹴された挙げ句、「今度出た、この新商品なんかいかがですか？」と、逆に商品のセールスを受ける羽目になります。

何と都合の良い話でしょう (￣□￣;)!!

はっきりと言っておきます。リバウンドなんて人間の体では、あり得ない現象です。

一度ダイエットに手を染めたら最後、カラダが太りやすくなるなんて、どう考えてもダイエット業界のためにあるような都合のいいウソです。

10年以上、この世界で仕事をしてきましたが、モデルがりバウンドしたなんて話、見たことも聞いたこともありません。

私だって太ることはあります。HPに書いた通り、大食漢ですから。でも正しいダイエットの仕組みさえ知ってれば、太っても、すぐに元に戻るんです。

大体2～3kgくらいなら2日。遅くとも5日あれば充分です。

もちろん、お腹いっぱい食べながらですよ。

はっきりと警告しておきます！

巷に流れている**ダイエットの常識**には、**ウソが多すぎる**のです。というよりも、**ウソだらけ**です。

なぜか・・・考えてみれば簡単なことです。

あなた達にやせてもらっては、**ダイエット業界は商売あがったり**だからです。

ダイエット業界は、業界全体でウソの情報を流して、あなた達がやせないようにコントロールしています。

だから**ダイエットは女性にとって永遠のテーマ**になっているのです。

そんなバカな！とお思いのあなた。

では、聞きますが

糖分はいくら摂っても太らないということを知っていましたか？

アルコールをいくら摂っても太らないということを知っていましたか？

知らなかったでしょう。

そんなこと、モデルの世界では**常識**です。

ついでに言うと、この2つもダイエット業界がでっち上げたデマであり、一人歩きを始めたウソなのです。

※ この2つについては、あとで詳しく説明します。

何のためにこんなデマを・・・？
さっき、話した通りですが、

腹が立っているの、**もう一度言います！**

ダイエット業界は、あなたにやせられては困るんです。
あなたがやせた時点で、それ以上商品が売れなくなるのですから。

継続的に売り続けるために、あなたがやせないようデマを流し続けているのです。

かわいそうなのは、それを鵜呑みにして、悩み続ける全国のダイエッター一達です。

カラダの悩みは深刻です。特にそれが女性だとなおのことです。

でも、もう心配はいりません。

私は、ダイエット業界と違い、あなたから継続的にお金をしぼり取る必要はありません。

だから本物の情報を、
それも一流のモデルしか知らないトップシークレットまで出し惜しみなくさらけ出すつもりです。

大いに期待してもらって結構です。

**期待以上の極秘情報と！
金額以上のシークレットを！**

必ず提供してご覧に入れます。



特に次の**第3章は必見**です。シークレット中の**トップシークレット**を公開します。

あなたの気持ちが揺らがないように、ここで強く言っておきます。

今からあなたへお伝えする“モデルダイエット”は、**正真正銘、本物のダイエット**です。

唯一、正しいメソッドといってもいいでしょう。

私には、そこまで言い切る自信があります。

その証拠に、**これがニセモノなら、私はショーや撮影会には出ていないはずですから。**

このマニュアルは、私が自分のカラダをモルモットにして、これまでの10数年間、検証を続けてきた結晶です。



もう悩まなくても大丈夫

大分、前置きが長くなりましたね。

それでは、最高のシークレットをご覧に入れますので、第3章にお進み下さい。

コラムⅦ なぜ、出し惜しみなしなのか？

景気が回復してきたとはいえ、日本はまだまだ厳しい時代が続いています。

本当に不景気です。

右を向いても左を向いても景気の悪い話ばかり。
まあ、ウチの旦那もそうなんです(+_+)・・・

私の周りにはいる人々は、ほとんどが貧乏人ばかりです。大体日本人の85%は貧乏人なんだそうです。

このマニュアルを買ってくださったあなたも、恐らく、多分・・・そうだと思います。

※ 違ったらごめんなさい m(_ _)m

あなたは、そんな金欠状態にもかかわらず、高いお金を払って、私の【モデダイ】を買ってくれました。

正直、この手の商品というのは、中身を見るまでは不安です。

でも、あなたは海のものとも山のものとも分からない私のマニュアルにお金を払ってくれました。

私に騙されるかもしれないにもかかわらず、勇気を出してリスクをとってくれたのです。

だから、あなたの**勇気**に対して、私も**最大限の誠意**で答えたいと思います。

私は確かに、今はしがない主婦ですが、この歳でもカラダのラインだけは人一倍美しいというプライドがあります。

その私が、モデル生活10数年で得たノウハウをすべてさらけ出すつもりで書いたのが、このマニュアルです。

出し惜しみは一切なしです！

だから、“モデルの夕ごはんメニュー”という門外不出のシークレットまで、今回特別に公開しました。

次の章は、モデルの**夕ごはん**についてです。

モデルは一体、夕ごはんにどんなものを食べているのか、知りたくありませんか？

そこまで書くのか、とお思いでしょう。

書きます。

さっき言った通り、出し惜しみは一切なしです。

早乙女ウソつかない (*^_^*)

テクニックやシークレットは伝えるためにあるものです、隠すものではありません。

この【モデダイ】を買ってくれたあなたにだけは、何としてもやせてもらわねばなりません。

そのためには、出し惜しみなどしている余裕はありませんから、

全開で行きます！



コラムⅧ ダイエットにとって、3時のおやつは御法度！

“カステラ1番、電話は2番♪”・・・3時のおやつといえば、このCMです。

ふ、ふるい・・・古すぎる！ あんた、歳なんぼや！（￣□￣;）!!

またもや、このようなツッコミが聞こえてきそうなので、次の話題に行きます。

知ってます？

3時のおやつは、ダイエットに最悪だって！

最悪というよりは、その時間におやつを食べるのは、もったいないんですね。

何のことか分からないでしょう。

「12時に昼食、7時に夕食、だったらその中間の3時くらいにおやつをとれば、太りにくいかも。」

このように考えているあなた、大変な間違いです！

ケーキやチョコレート、そんなおやつは**摂るべき時間帯がある**んです。それを次の第6章でお話します。

はやく知りたいでしょう。

だ～め！

明日のお楽しみだよ～ん！

では、また明日。

Good Night (-.-)zzZ

PS. ここまで書かれると読みたくなりますよね。
どうせみんな読んじゃうんだろうな・・・

┌ (へ) ┐



以上が、モデルダイエットの無料レポートです。

えっ？ 無料の段階でここまで書いてしまっていていいのかって？

何いってるんですか ㄣ (へ) ㄣ、

こんなものは、まだまだ **序の口!** です。

これくらいのこと、無料でお披露目したところで蚊に刺されたほど
もありません。

本編には、まだまだ原爆級の破壊力を持つ、
幾多ものダイエットノウハウがあなたを待っています。

→ <http://www.moderudiet.com/>

さらに！

本編購入者には、もれなく4つのプレゼントを用意しています。

①【モデダイ続編】

本編で話しきれなかった、さらなるシークレットをご提供！

現役バリバリ！現場の最前線で活躍する、早乙女の後輩モデル達が
実践中の、ある画期的なダイエット法を掲載した新マニュアル。

早乙女が引退した後も、現場で進化していたモデルダイエット！

現役モデル達のスーパーシークレットが満載！

②【モデダイ外伝】

かつて、早乙女の同期に一人だけ、痩せられなかったモデルがいました。

同期の新人モデル達がダイエットに成功していく中、なぜ彼女だけが痩せられなかったのか！

その秘密とは・・・

乞うご期待の最新レポートです！

③【モデダイ・マインドセット】

これまでリリースしてきたモデダイシリーズは全てダイエットのテクニックに関することでした。

はじめて早乙女が世に送るモデダイのマインドセットマニュアル。

モデルが持つ、強靱な精神力の秘密とは・・・

モデダイシリーズの最高傑作と呼び声も高い、ダイナマイトシークレットが爆裂！

④【モデダイ質問& FAQ 集】

早乙女に寄せられた質問や感想の中で特に多かったものを 30 点ほ

ど、ピックアップして掲載しました。

これであなたもモデダイに関する謎から解放されます！

ここであなたに宣言しておきます。

このマニュアルには、私が自分の体をモルモットにして、10 数年間取り組んできたモデルのダイエット法を出し惜しみなしで詰め込みました。

もし、本編を読んだからには、

これ以降のダイエットに関する書籍、用具、食品等、一切がなくなることをお約束いたします。

それでは、

【モデダイ】のホームページであなたをお待ちしています。

→ <http://www.moderudiet.com/>

元ファッションモデル

早乙女 唯

 Office Next Dream