

薪殿 薪殿加盟 薪殿

产品名称	薪殿 薪殿加盟 薪殿
公司名称	广东薪殿国际贸易有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	广东省东莞市东城街道火炼树社区东莞大道11号 环球经贸中心
联系电话	13302695969

产品详情

薪殿国际招商，薪殿国际代理，薪殿国际加盟，薪殿国际美容加盟

按1摩4个穴位可以减肥

百会穴

位置：百会穴位于头顶正中线与两耳尖连线的交点处。

瘦身作用：这个穴位可以缓解身心的紧张与压力。饭前按1摩这个穴位，不仅能清爽头脑，还能控制饮食用量，从而改善体质，减少脂肪的摄入。

地仓穴

位置：这个穴位位于嘴角左右两侧0.5毫米处。

瘦身作用：当胃部处于高温状态下时，我们的食欲就会增加，按1摩这个穴位，薪殿加盟，可以降低胃温，从而抑制食欲。所以，当你明明已经很饱但又想吃东西的时候，不妨多按1摩这个穴位。

中脘穴

位置：腹部正中line肚脐以上大约4寸处。

瘦身作用：按1摩此穴位可以刺激中脘，具有控制食欲的作用，并有安1神的效果。可有效防止因客观环境因素引发的过量饱食。

手神门穴

位置：从手部小指向下延伸至手掌根部末端凹陷部位，交会于手腕横纹处。

瘦身作用：用餐前按1摩可安定心神、减少焦1虑，避免因压力大、心因性所引起的过度饮食问题。

薪殿国际集团始创于1996年，总部设立于台中市。公司拥有自主农产品土壤培育技术、及无尘空间活菌培育技术，通过科学的培育、生产和管理，做到产品每一个生产环节的可预见、可控制、可追溯，保障产品质量。公司的所有产品粹取于植物、种子、水果等，有独特的蔬果净地土壤种植基地，独创的土壤培育技术，成就了独特的农产品，在台湾畅销23载。

薪殿国际连锁加盟，薪殿国际招商加盟，薪殿国际品牌加盟，薪殿国际健康食品

科学减肥5个方法

1.减少热量的摄入。

如果你将每天的热量摄入减少100千卡，那就可能在大约5个星期后减肥4公斤。

2.改变饮食结构。

不减少饮食量，而相应改变饮食的结构。用各种水果、蔬菜和谷物取代高脂食物。此外，可以用流质食物代替日常膳食，但要注意选择的食物应充分提供给你所需的营养素。

3.户外运动。

每周进行3~5次户外运动是消耗体内脂肪，提高活力的好方法，但每次时间应在30分钟以上。也可步行减肥，每周至少5天，每天走45分钟，行程约5公里，注意要保持一定的速度，不要太慢。

4.举重运动。

靠力量锻炼也能使你减肥，因为举重能增加肌肉，肌肉越发达，人体新陈代谢就越快。力量训练不太适合年纪较大的人，为避免受伤，zui好请教练。

5.多喝水。

喝水可以加速体内代谢循环，促进脂肪的燃烧。此外要少喝饮料，饮料中糖分过高，对身体健康不利。

薪殿国际集团始创于1996年，总部设立于台中市。公司拥有自主农产品土壤培育技术、及无尘空间活菌培育技术，通过科学的培育、生产和管理，做到产品每一个生产环节的可预见、可控制、可追溯，保障产品质量。公司的所有产品粹取于植物、种子、水果等，有独特的蔬果净地土壤种植基地，独创的土壤培育技术，成就了独特的农产品，在台湾畅销23载。

减1脂和减肥有什么区别

不少妹子都把减1脂和减肥混淆了，简单的称体重，只要体重有下降，就觉得自己减肥有效果了，其实体重变轻了就是减1脂。这个观念是错误的，那么怎么辨别减1脂和减重呢，薪殿美容加盟，小编和大家分析一下。这些方法可以帮助大家分清自己是减1脂了，还是减重了

方法一：找个专业的仪器测试一下就知道

减1脂顾名思义就是把身体的脂肪减下去，薪殿，这个是更符合健康的理念，而减重可能只是简单的减掉身体的水分，

方法二：量一下三维是否出现变化

出现减1脂效果的人，他们的皮下脂肪和内脏脂肪多会慢慢减少，因此三围也会发生变化，而减重的人，体态变化没有减1脂的人那么大。

如果自己的减1脂，其实身体的肌肉变化会很明显的，刚开始的时候会瘦，过一段时间之后，自己可以明显感觉到身体出现了肌肉。这是因为脂肪在减少，肌肉就变得明显了。而减重可能是水分和脂肪一起都减掉了。

薪殿国际集团始创于1996年，总部设立于台中市。公司拥有自主农产品土壤培育技术、及无尘空间活菌培育技术，通过科学的培育、生产和管理，做到产品每一个生产环节的可预见、可控制、可追溯，保障产品质量。公司的所有产品粹取于植物、种子、水果等，薪殿代理，有独特的蔬果净地土壤种植基地，独创的土壤培育技术，成就了独特的农产品，在台湾畅销23载。

薪殿-薪殿加盟-薪殿(优质商家)由广东薪殿国际贸易有限公司提供。广东薪殿国际贸易有限公司(www.u cs101.com)是广东东莞,美容、减肥的翘楚，多年来，公司贯彻执行科学管理、创新发展、诚实守信的方针，满足客户需求。在薪殿国际领导携全体员工热情欢迎各界人士垂询洽谈，共创薪殿国际更加美好的未来。