

减肥语录励志的段子

1.
希望新的一年，你增长的不再是体重，而是知识与见闻。你可以做到的，为了自己。
- 2.7天跑步减脂瘦身计划：有氧+力量+饮食，避免反弹、皮肤松弛！
- 3.一个女人如果连自己的体重都控制不了，何以掌控自己的人生。
4.
你连自律都做不到，还说什么不甘于平庸。间歇性踌躇满志，持续性心灰意冷，看着别人一天天变得瘦而美，自己却在找借口中虚度过。停止浑浑噩噩，别让不自律击倒你的减肥目标。
5.
衣服只能穿大码的吧？穿裙子不敢露腿吧？你知道穿S号是什么感觉吗？知道被人家公主抱是什么感觉吗？馋了？吃啊！加油，你是最胖的！
6.
人生如水，我们既要努力适应环境，也要努力改变现状环境，努力去减肥，追求那个更瘦更优秀的自己，实现自我。
7.
想有好身材就去锻炼，想有好看的脸就去学化妆！做了结果不一定完美，不做就只能想想而已！
8.
对自己狠一点，逼自己努力一点，再过几年你将会感谢发狠的自己，恨透今天懒惰自卑的自己。

9.
让自己瘦了变美，自然拥有气质，自然拥有更美好的希望。减肥成功没有偶然，只有保持一种积极进取的态度，满怀信心地一步一步往前走，最后成就步步高的人生。
- 10.你拿自己的身材、体重当狗屎，那么老天爷就拿你的身材当草稿纸！
11.
这个世界不属于80后，也不属于90后，更不属于00后，它属于脸皮厚。
- 12.没有外在的气质和美貌，别人不会愿意花时间了解你的内在。
13.
好身材会主动上门吗？钱会天上掉下来吗？别人会喜欢一个不独立又胖的人吗？
14.
你讨厌的女生，现在已经从130减到90了，而且还胖不起来，现在又瘦又好看，穿着你喜欢又穿不进去的衣服，挽着你喜欢的男生和你打招呼，但你却拖着胖胖的皮囊，一点气势都没有，败得一塌糊涂。
- 15.不是你不自信，而是你太肥胖油腻，一旦坚持下去，世界因你美丽！
- 16.不用健康安排，凭坚持不懈去努力忍受就会很苗条，忍受饥饿。
17.
在最好的青春年华，你却变成了一个胖子，挡住了丘比特向你射来的箭。
- 18.减肥是一个时尚的话题，你正在追赶潮流，你是一个懂得时尚的人。
- 19.当生活给你一百个理由哭泣时，你就拿出一千个理由笑给它看。
- 20.瘦下来的人生开挂！7天消灭身上赘肉，不用饿肚子一天比一天瘦。

21.

瘦子穿衣是百搭，而胖子穿衣非但百搭，还得定制！你说丢脸不丢脸！

22.

身体是生活的本钱，没有健康的身心，一切都无从说起，平时注重锻炼减肥，使自己拥有标准的体重，健康的体魄，稳定的情绪。

23.婴儿肥确实很可爱，可是你是大人啊，有几个人会喜欢双下巴啊。

24.死了都要瘦誓不达目标不罢休，绝食多苦只有这样才能瘦下来。

25.

我跟你讲，这是个残酷的社会，你不紧要有真本事，外表也狠重要、女生一定要爱自己。

26.

你身边可能有这么一个女孩，一天天再喊要减肥要减肥，可是她打不过薯片，打不过酸奶，打不过炸鸡，打不过奶酪，于是她换了句话，谁再说我胖，我挠死他。

27.

你说男人不看腿不看臀，不看身材不看脸，呵！别开玩笑，难道要看你的内脏吗？

28.

减肥，对女孩子来说，是通向美的必经之路，如果你不先瘦下来，怎么整容，怎么挑衣服，全部都是白搭。

29.

在体重秤前哀声叹气，脱衣服脱袜子地斤斤计较，这些瘦子从来都不在乎！

30.变瘦不一定能挽回心爱的人，但你能挽回那个破败不堪的自己。

31.

别人的马甲线也不是躺在沙发上长出来的，每天都要坚持自己的健身计划。

32.

别人能管住自己的嘴巴，别人就有资格笑，我们不想被人笑，就要坚持减肥！

33.

瘦，你就能把地摊货穿成大牌的感觉，胖，你就是天天穿大牌我觉得不好看，就是这么现实。

34.

你太胖了，别想着穿什么衣服显瘦，把身材和脸蛋管理好了，即使披上一身稻草，你也是全村最美的姑娘。

35.一个胖子的体脂率可以达到40%，而可爱的猪猪体脂率才15%！

36.

其实在你想放弃的那个瞬间，告诉自己再坚持一下再坚持一下，也就过去了。

37.只有胖子才会在人前喊减肥！真正想减肥的人早就开始行动啦！

38.

在一切还没有变好之前，我们只能学会等待、看书、减肥、旅行、工作。总之你的先成为自己喜欢的样子，你要的人才会来遇见你。

39.

记住，五官是要等到你脸上的肉肉全部退去之后才会显示出来的，如果你觉得自己胖着好看，那么瘦下来，你只会加倍好看。

40.

记住，最好的衣服就是你的身材，最好的整容方式就是减肥，加油，姑

娘。

41.

你有没有发现，瘦下来连背影都超美，而你却在花一样的年纪，活成了一颗多肉植物。

42.

下个月决定你穿什么衣服的，绝对不是天气，而是身材，身材，身材！

43.什么是管理身材，就是干掉一个曾经的自己再去惊艳所有人。

44.人生苦短，生活要有质量，别把最美的自己丢失在最好的年纪。

45.

如果我早点勇敢一次，人生会不会是另外的样子？那些我们尝试就可以触碰的美丽，现在就去尝试吧。

46.

朋友圈可以容忍你拍照开滤镜、瘦腿、瘦脸、磨皮、美白，可是生活不会给你长期自欺欺人的机会！

47.

把懒惰放一边，把丧气的话收一收，把积极性提一提，把矫情的心放一放，才能收获你想要的身材。

48.

每天必做的3件事，看脸，看称，看余额。如果脸不够美，称不够低，余额不够多，那么，我要继续努力。

49.

减肥是每个人都可以做到的，只要相信自己可以变得更加美丽，我一定会瘦身成功。

50.10斤20斤猪肉是什么概念，一脸盆啊，想象一下把一盆肉糊在身上！

51.

你变美了，变瘦了，变优秀了，你喜欢的人可能还是不喜欢你，可是喜欢你的人会越来越多，所以我们一定要为了自己变美，而不是别人。

52.

减肥不抱怨，靠自己，因为久了你就会发现，减肥不顺利时去抱怨，除了扰乱你的心情，什么用都没有。

53.你过得好不好别人未必知道，但是你一胖，别人一眼就能看出来。

54.

别忘了，你现任的前任比你瘦，你前任的现任比你瘦，你讨厌的人都比你瘦。

55.

减肥这件事，如果不在该完成的阶段把它完成，那它以后一定会不断跳出来烦你，并且越往后成本越高。

56.

你可以没有天分，可以不聪明，但你一定要努力、一定要坚持，这是你后天唯一可以自主把握的资本。

57.

今天的你，身上带着昨日光阴的投射，而明天的你会是什么样子，也完全取决于你今天的态度和作为，时光终究不会辜负每一个努力的人。

58.生活就是要把你折腾的死去活来，你要做的就是咬牙坚持下去。

59.

你可以继续胖，却无法阻止别人减肥的步伐，最后发现自己成了圈子里为数不多的胖子。

60.

没人能帮你，只能靠自己。如果你不想我喊你胖子就从现在开始别吃了

。喝水吧就，饿就去睡觉。

61.

如果你胖，谈个恋爱，要被对象挑，逛个商场要被衣服挑，找个工作要被公司挑，拍个照片要被镜头挑，所以，我希望你瘦下来，去挑自己喜欢的东西。

62.

四月不减肥，五月徒悲伤。平胸穷三代，腰粗毁一生。脸大不是病，腿粗要人命。

63.

拍照不敢往前迈是吧！衣服不敢穿浅色是吧！或许这就是胖子的最大悲哀！

本文链接：<https://duanjuziku.com/duanjuzi/kjek96h3zb.html>