

关于减肥成功后的感言

- 1.听得最多的话，从“你怎么又胖了”变成了“你瘦下来真好看”！
- 2.减肥后的我又变得自恋了，每天拿着相机照自己。
- 3.你会发现自己做别的事情也会更加有毅力，不会轻易说放弃。
- 4.不要熬夜、到点起床！
5.
每个人都该美得不一样，只要不影响身体健康，外貌的一些缺憾可以去接受，反正时间还很长，还可以去努力，大家都会一点点变美的。
6.
我们那么努力地去改变自己，不是为了力挽狂澜，让那些不爱自己的人、讨厌自己的人重新喜欢上自己，而是让我们的灵魂更加独立，让生命因为更好的自身而充满意义。
- 7.老娘为了美能咬牙甩掉几十斤，还有什么可以难得倒我？
- 8.人小了，世界变大了，跳起来的时候，地心引力都会小一点。
- 9.相信瘦到90斤不再是所谓的梦想，而是现实中的你自己！
- 10.健身真的一点不难坚持，你会爱上越来越健康美丽的自己。
- 11.减肥成功，生活从此不同。
- 12.减肥就是养成一个好习惯，然后体重就下来了。

13.哈哈，人漂亮了，也就有男生追了，再也不想再胖回去了。

14.

我绝对不再允许，我也绝不再容忍，这样胖的自己。一个曾经那么爱吃肉的我，绝对没有办法想象有一天，我也会想控制自己的体重，想管理自己的人生。

15.

不瘦下来怎么知道会不会变好看，无论怎么样，起码不会再被别人用怪异的眼神看着。

16.一定要保持一个好的睡眠，睡眠紊乱很容易导致反弹。

17.

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。

18.不用太麻烦，一张瑜伽垫即可，拥有好身材，就是这么简单！

19.越早开始，就会越早受益。

20.减肥50斤，做一个不向”体重“屈服的美人。

21.

身边的人对自己的态度都变亲切了，满小区的狗狗见到都会摇尾巴，感觉世界充满了善意。

22.

我相信，我坚持到年底，一定可以瘦成一道闪电，更重要的是，我有了一种掌控感。

23.减肥成功之后，打开某宝的时候，可以喜欢什么就买什么。

24.

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。

25.继续打造自己的身材，永葆青春！

26.你做一件事，关键不是你得到了什么，而是成为了一个怎样的人。

27.你要相信减肥后，你一定会遇到更好的自己。

28.拒绝懒惰，坚持瘦身，可不能辜负主人的期待。

29.瘦，也没有那么难。

30.在健身房里流了一年的汗，不仅是为了外表，也是为了内心。

31.

让自己瘦了更美，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。

32.

无论你因为什么而决定减肥，当你费劲千辛万苦努力瘦下来，你要记住，从现在开始，你要学会为自己而活。

33.

当没有动力，懒于做出改变；当坚持不下去的时候，想想之前成功做完一件事的喜悦及轻松心情，你的怠惰、犹豫就会烟消云散。

34.如果你真正减过肥，你就会知道，减肥到底有多难。

35.

身体是生活的本钱，没有健康的身心一切都无从说起，平时注重减肥，使自己拥有标准的体重，健康的体魄，稳定的情绪。

36.拥有动起来的心态，并坚持下去，减肥成功100%！

37.

减肥这件事，说起来容易做起来难！不少人往往只停留在，口头决定上。

38.

当我下定决心减肥时，心情是比较沉重的，因为我觉得这是一场拉锯战，更是一场毅力之战，却在我坚持减肥两个月后，我竟然爱上了每天努力瘦身的自己，爱上了每天又忙又美的自己。

39.

我是一个正在努力变成瘦子的胖子，我知道她是一个减肥成功但仍在减肥的瘦子。

40.

我穿着和当年一样的T恤，但是感觉自己已经脱胎换骨，我为自己感到骄傲！

41.吃每一样东西不需要换算卡路里，除非是零食。

42.

饮食和休息因素大于运动因素，保证饮食干净合理、睡眠充足，就会事半功倍。

43.

真正健康的减肥是需要循序渐进的，要养成健康饮食的习惯，要有一定的毅力，只有做到了这样才能成功！

44.当我决定瘦下来的那一刻起，我不为取悦别人，只为我自己。

45.运动，只能让我瘦得比她快，瘦得体型会更好看。

46.一旦不再对自己进行管理，对人生的追求也就松懈了。

47.当你瘦下来，整个世界都变得很美好。

48.

减肥减掉的，真的不仅仅是赘肉，你还减掉了精神上的重压，让自己重拾心情，轻松上路。最大的感觉就是整个人好像脱胎换骨了。

49.

自减肥成功后，颜值担当的王丽终于被生活善待，重获了自信，感觉人生处处充满希望。

50.

减肥是一个困难的过程吗？在没有开始的时候，任何人都觉得，减肥是一个困难的过程。

51.我改变了自己的生活方式，我爱死现在的自己了。

52.减肥后改变了我，让我拥有崭新的生活。

本文链接：<https://duanjuziku.com/duanjuzi/13757dipjh.html>