

## Les électro-body-sculpteurs - 1/1

**Ha, cette merveilleuse machine qui fait les efforts à notre place...**

Ha, cette merveilleuse machine qui fait les efforts à notre place. Je m'en suis acheté une dernièrement et croyez-moi, je ne suis pas pleinement satisfait. Voyons comment ne pas se faire avoir avec toute ces promesses.

Premièrement, ne croyez surtout pas que vous perdrez toute vos petites pognées d'amour rapidement. Ça fais déjas deux mois que j'ai le mien et croyez-moi, je n'ai même pas vu de résultat vraiment concret. J'ai bien regardé les différents produit qui étais sur le marché et croyez-le ou non, ils sont tous identiques sur le point de vu du résultat. Seul les couleurs et les designs change. Donc pourquoi en acheter une qui vous coutera la peau des fesses?

Deuxièmement, quand nous faisons de l'exercice, notre corp déguage beaucoup de chaleur, ce qui fait ouvrir les pores de notre peau et qui fait sécréter de la sueur. C'est ce qui permet au muscle d'avoir accès à un peu plus d'oxygène. Les saunas en sont un très bonne exemple. Ces engins ne le fond pas puisque vous voulez rester assis en attendant le fin de votre cycle.

Et troisièmement, ne pensez surtout pas que vous allez devenir svelte simplement en utilisant ces produits. Un bon régime et une alimentation équilibré aide vraiment. Consultez les guides alimentaires, ils ont souvent des bons trucs.

Donc, si vous prenez ces points et que vous les réunissez, vous constaterez que y'as rien de mieu que l'exercice physique pour maigrir. Conseil, j'ai trouvé une solution formidable. Juste avant de prendre mon bain le soir, je fais couler juste de l'eau chaude ce qui créer beaucoup de vapeur. Je me met l'engin sur le vendre ou les bras et je reste assi sur le rebord du bain afin que mon corp est toute la chaleur mais sans aller dans l'eau évidemment puisque la machine est électrique. Ca donne le meme effet qu'un véritable sauna et le temps que je termine mes sessions d'environ dix minutes chacune, l'eau à eu le temps de refroidir un peu. Merveilleu non? Ne vous gênez pas pour faire de l'exercice en même temps, ca sera beaucoup plus bénéfique.

Pour terminer, je vous donne quelques nom de produit disponible: Abtronic, le Bodyshaper, Absolution (c'est celui que j'ai) et le Ab sonic. Biensûr, il y en as encore beaucoup, la compétition est grande mais n'oubliez pas. Ca ne donne rien de plus d'acheter la machine la plus cher, elle fonctionne tous sur les mêmes principes

Sur ce, si vous avez des conseils que j'ai oublié de dire à ceux que ca interesse, n'ésitez pas à laissez vos commentaire.