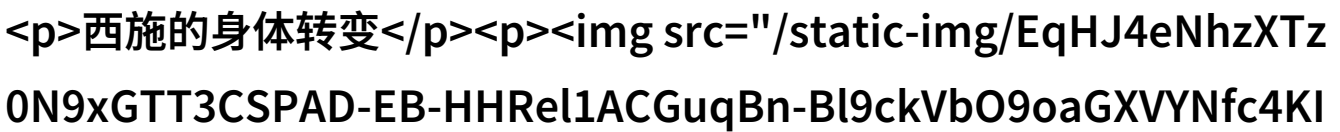


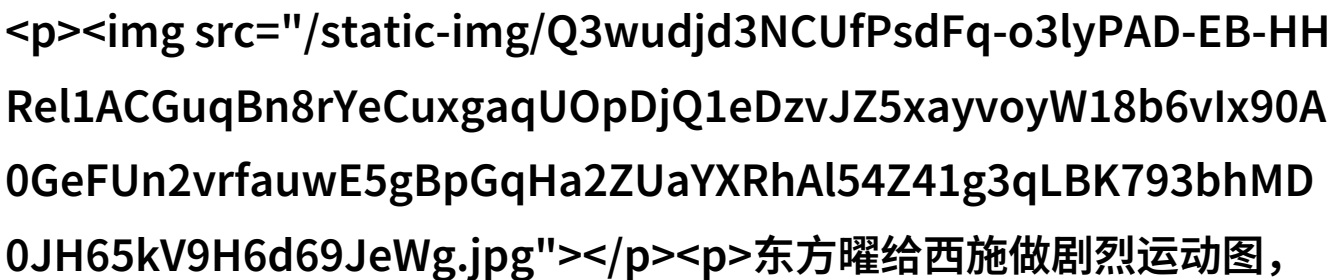
# 西施激情飞扬东方曜的运动奇迹

西施的身体转变



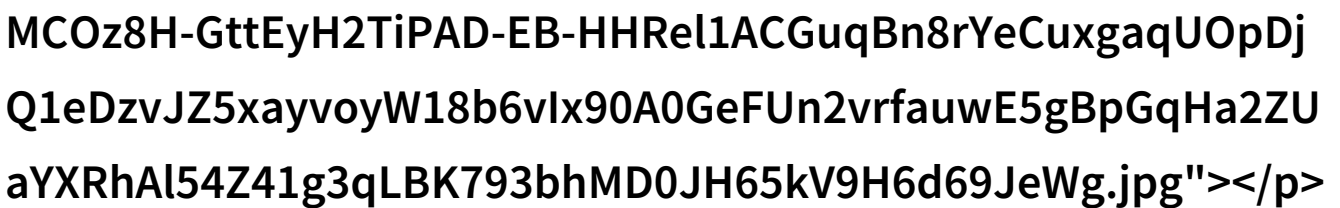
东方曜给西施做剧烈运动图，通过一系列高强度训练，让西施的体态从柔弱蜕变为修长有力。

运动对美容的影响



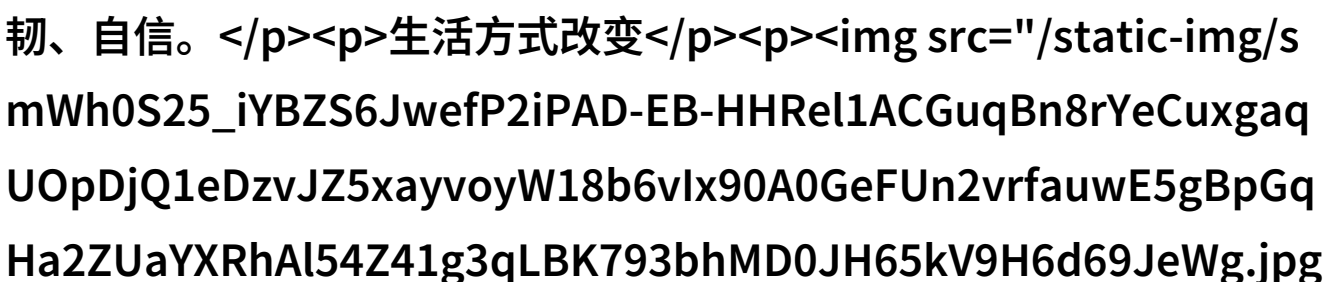
东方曜给西施做剧烈运动图，不仅锻炼了她的肌肉，还促进了新陈代谢，使她的皮肤变得更加光滑细腻。

精神上的变化



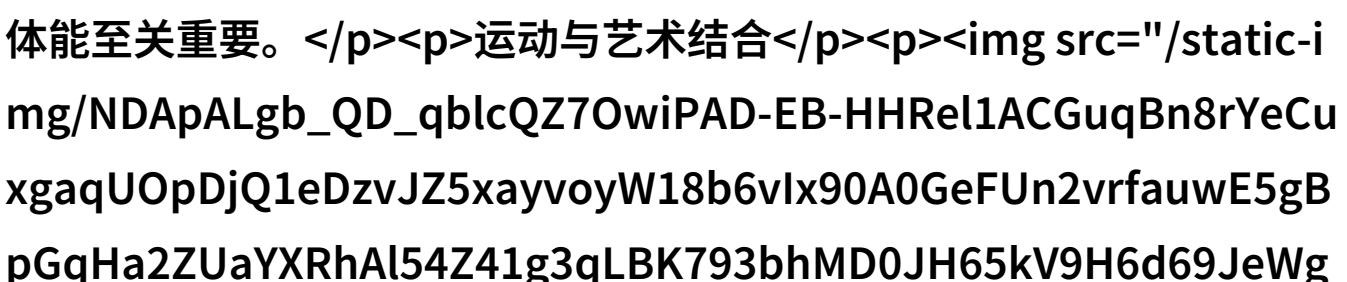
在东方曜给西施做剧烈运动图的过程中，西施不仅获得了身体上的变化，更重要的是，她的心理状态也发生了巨大的转变。她变得更加坚韧、自信。

生活方式改变



经过东方曜精心设计的剧烈运动训练，西施对生活方式也有了新的认识和理解。开始注重健康饮食和规律作息，这对于保持良好的体能至关重要。

运动与艺术结合



在进行剧烈运动时，东方曜巧妙地融入了一些舞蹈元素，使得整个训练过程既富有挑战性又充满艺术感。这种独特方法使得每

一次锻炼都成为一种享受，对于提升个人整体素质大有裨益。

成就与未来展望

通过东方曜精心策划并实施的一系列剧烈运动图案，西施不仅取得了显著成果，而且她也学会了如何持续保持这一水平，为未来的更多挑战打下坚实基础。

[下载本文pdf文件](/pdf/675191-西施激情飞扬东方曜的运动奇迹.pdf)