

理想のバストをイメージし楽しく目標を達成しよう！

自分のなりたいバストのイメージを書き出そう

(例) おわん型でハリのあるバスト



「こんなこと言ったら笑われちゃうかも…」なんて誰にも遠慮することなく思う存分書き出していきましょう！

理想のバストになったらどんなことをしたい？

(例) ニットのワンピースを可愛く着ておでかけする！



現在の自分と比較して落ちこまないこと。
理想は原動力になるので
ワクワクするものをイメージすること。