

?shuuemura?????????????????—????????????????????60?????????????????
????????????

????????????????????????????????shuuemura [60????????](#)?????—
 ?????????????????????????????????

????????????????????70%???????????

????????????????

Step 1 ? ??????? 98%??

Step 2 ? **????** ???

???????1????????????????????????????

????????????????

??????**??** **??**?????????????????—

- ??????????????????????
- ?????????????????????????12?????

??

????????????????

Day 1 ???? ? ??????3?????????? ? ???????????30%

Day 2 ???? ? ???60????????????? ? ?????????????????????

Day 3 ???? ? ?????????????????? ? ?????? ???? ????????????

??????????????????????????????????????-??-??-??

???????

shuueemura

????????????????? ??????????????

shuuemura?????

???

shu uemura

???

???

?????



