

PERSONAL COMPUTER HEALTH & FITNESS PROGRAM

SESSION
2

DETOX AND WEIGHT MANAGEMENT
(DISK CLEAN-UP)



Habang parami nang parami ang files sa computer mo, maaaring bumagal nang bumagal ito. Dapat magbawas ng mga pabigat na unused files.

TO KEEP YOUR COMPUTER IN SHAPE

1. Click "START"
2. Click "ACCESSORIES"
3. Click "SYSTEM TOOLS"
4. Click "DISK CLEAN-UP"



Pagkatapos ng DISK CLEAN-UP, kondisyon na ulit ang computer mo. Parang world-class athlete with 7% body fat.