

## 유진, 김종국도 놀란 체중 관리법 공개 "매일 32층 걸어올라가"

등록 2025.09.24 00:00:00



[서울=뉴시스] 오는 25일 방송되는 KBS 2TV 예능 프로그램 '옥탑방의 문제아들'에는 드라마 '퍼스트 레이디'의 주연 유진이 게스트로 출연한다. (사진=KBS 제공) 2025.09.23. photo@newsis.com \*재판매 및 DB 금지

[서울=뉴시스]강주희 기자 = 배우 유진이 다이어트 비법을 공개한다.

오는 25일 방송되는 KBS 2TV 예능 프로그램 '옥탑방의 문제아들'에는 드라마 '퍼스트 레이디'의 주연 유진이 게스트로 출연한다.

방송에서 유진은 자신의 외모에 감탄하는 MC들에게 드라마를 준비하며 살을 뺐다고 밝힌다. 그가 공개한 다이어트 비법은 바로 계단 오르기.

매일 10분간 32층을 걸어 올라간다는 유진은 "허벅지 뒤와 엉덩이에 힘을 주고 오르니 힙업 효과가 있다"고 적극 추천한다.

이에 김종국은 "계단 운동은 세계적인 모델들도 추천하는 운동이다. 나도 5번씩 한다"며 공감한다.

유진은 숨겨진 팔씨름 실력도 공개한다. 과거 한 예능프로그램에서 우승을 차지했다고. 심지어 가수 겸 배우 이승기까지 이겼다고 밝혀 MC들을 놀라게 한다.

이어 주우재와 팔씨름 대결을 펼치며 '팔씨름 여제' 다운 털털한 매력을 뽐낸다.

두 사람의 팔씨름 대결은 주우재가 절규할 정도로 눈을 땀 수 없는 접전이었던 후문이다.

'옥탑방의 문제아들'은 오는 25일 오후 8시 30분 방송된다.

©공감언론 뉴시스 zooey@newsis.com

Copyright © NEWSIS.COM, 무단 전재 및 재배포 금지