

# SPRX WATER MIX ZERO

인스타그램 콘텐츠 가이드

## 이번 콘텐츠 핵심 메시지

### ① 요즘 핫한 #예나다이어트 체험

최예나가 선택한 SPRX의 워터믹스 제로 자몽맛을 직접 체험해보는 콘텐츠로 소개해주세요.

### ② 추석 전·후 탄수화물 & 식후 혈당 관리

추석에는 송편, 전, 잡채, 갈비 등 평소보다 고칼로리·고탄수화물 음식 섭취가 급격히 늘어나는 시기입니다.

특히 송편부터 전까지 탄수화물이 많은 명절 음식이 계속 이어지기 때문에 추석 전후에는 체중만큼 ‘식후 혈당 관리’도 중요하다는 메시지를 꼭 담아주세요.



## 콘텐츠에 꼭 넣어주세요

아래 내용은 필수 언급 포인트입니다.

### 1. “요즘 핫한 예나다이어트, 나도 시작!”

최예나의 관리템 / 예나다이어트 체험이라는 포인트를 콘텐츠 초반에 노출해주세요.

### 2. “추석에는 탄수화물 폭식보다 식후 혈당이 더 걱정”

송편, 전, 잡채 등 실제 추석 음식을 보여주면서 명절에 많아지는 탄수화물 섭취와 식후 혈당 관리의 필요성을 자연스럽게 이야기해주세요.

### 3. “하루 3포로 간편하게 혈당 관리”

워터믹스 제로는 식후 혈당 상승 억제에 도움을 줄 수 있는 건강기능식품입니다. ‘하루 3포 = 30분 산책한 것 같은 식후 혈당 상승 억제 기능성’라는 포인트를 꼭 소개해주세요.

---

## REELS / FEED 추천 흐름

“요즘 핫한 예나다이어트 나도 해봄”

↓

“근데 곧 추석... 송편부터 전까지 탄수화물 파티잖아?”

↓

명절 음식 / 식사 장면 /탄수화물 식사

↓

“그래서 이번 추석에는 칼로리만 보는 게 아니라 식후 혈당까지 관리해보려고!”

↓

워터믹스 제로를 물에 타는 장면

↓

“하루 **3**포로 간편하게 챙기는 예나다이어트 루틴”

↓

제품 + 마시는 모습

---

## CAPTION에 꼭 들어가야 할 핵심 키워드

예나 / 예나다이어트 / 추석 / 탄수화물 / 식후 혈당 / 최예나 /YENA

해시태그뿐 아니라 본문에도 이 키워드들이 자연스럽게 들어가도록 작성해주세요.

## 필수 해시태그 5개

#예나다이어트 #워터믹스제로 #추석다이어트 #혈당관리 #YENA

---

## 광고 표기

제품을 제공받은 콘텐츠의 경우

**#제품제공** 또는 **제품 제공** 사실을 명확하게 표시해주세요.