

ISBN978-4-87035-724-2
C0075 ¥1000E



定価: 1,100円
(本体1,000円+10%税)

梓書院

世界一簡単な美ボディメイク ラグレス・ワークアウト ホットスリムスタジオ / 塚原祥子 編著

梓書院



LUXLESS WORKOUT

世界一簡単な美ボディメイク
ラグレス・ワークアウト



200種類以上のやせるプログラムから厳選!

大人女子のための
“ラク”して“レス”する

魔法のプログラム

1日たったの

3分

でやせる!

女性専門
ダイエットスタジオ

HOT
SLIM STUDIO JAPAN

SHOKO
TSUKAHARA

BEST BODY JAPAN FUK
2018, WOMAN'S CLASS 優勝