

10/29(日)朝日新聞 半五段掲載!!

おかげ
さまで
大好評♪

大型パフ仕込中!



食事革命

Yuto Nagatomo's Food Revolution

長友佑都の

祝! W杯出場を決めたカラダ改造!
疲労回復、集中力アップ!
食事で僕は生まれ変わった!

3か月で
胃腸&花粉症
改善
美肌効果も

マガジンハウス
定価: 本体1400円 (税別)

イタリアに渡った当初、
食事はイタリアンの外食ばかり。
「美味だったがカラダは喜んでいなかった」
と語る長友選手が、
30歳を目前に、肉体改造に挑んだ!
食を武器にして、心身を健康にしたい
全ての方に読んでいただきたい1冊です。

そろそろ **革命を起こさないか?**

書名	著者名	ご注文数
長友佑都の食事革命	長友佑都	
ISBN: 978-4-8387-2959-3	四六並製	本体: 1400円 (+税)

保留にて承ります。
大変申し訳ございません!!

貴店番線印

ご注文は マガジンハウス 受注センターまで (担当:)
TEL: 049-275-1811 FAX: 0120-468-127
chumon@magazine.co.jp (番号はお間違えのないようにお願いします。)

※出庫に際しましては部数調整・品切れの場合もございます。ご了承ください。

マガジンハウス 営業部