

今年こそ、痩せるぞ!



●マガジンハウスがおくる、最強ダイエットムック

| | 書名 | 内容 | ご注文数 |
|---|---|---|------|
| 1/28(火) 発売 NEW! | an・an SPECIAL 2014決定版 絶対きれいに痩せるスーパーダイエット マガジンハウス編 ISBN:978-4-8387-8890-3 発売:2014/01/28 定価:743円+税 | 好評の「an・an」ダイエットムック、2014年版です！運動が苦手な人でもトライしやすい方法も登場。 | 冊 |
|  | Tarzan特別編集 30days of Exercise 30日でキレイをつくる vol.1 くびれ&バスト 7刷 マガジンハウス編 ISBN:978-4-8387-8786-9 発売:2012/09/27 定価:476円+税 | 簡単なエクササイズを1日1種目、30日間続けるだけ！正しい呼吸法や別方向から見たフォームに加え、やりがちなNGポーズまで紹介。 | 冊 |
|  | Tarzan特別編集 30days of Exercise 30日でキレイをつくる vol.2 美脚&ヒップ 6刷 マガジンハウス編 ISBN:978-4-8387-8787-6 発売:2012/10/25 定価:476円+税 | 女性の為の「Tarzan」第2弾！少女時代みたいなスマートな脚、ミランダ・カーみたいなキュートなお尻に近づけます。 | 冊 |
|  | Tarzan特別編集 30days of Exercise 30日でキレイをつくる vol.3 下腹&骨盤 6刷 マガジンハウス編 ISBN:978-4-8387-8788-3 発売:2012/11/22 定価:476円+税 | 30日間、しかも1エクササイズ15回だけ続けるだけで、骨盤のゆがみは解消でき、ポッコリ下腹もスッキリ凹みます。 | 冊 |
|  | 巻くだけ！おやし腹凹ダイエット(ベルト付き) 5刷 重版中！ 竹内しのぶ監修 マガジンハウス編 ISBN:978-4-8387-8840-8 発売:2013/06/21 定価:980円(税込) | 付属のベルトを巻いて、日常生活を送るだけで、お腹が凹む！もちろん、男性だけでなく、女性も使えます。 | 冊 |
|  | クロワッサン特別編集 下半身を鍛えれば、痩せられる。 2刷 マガジンハウス編 ISBN:978-4-8387-8870-5 発売:2013/09/09 定価:743円+税 | 「足と腰」は動きの要。無理なく続けられ効果の高いエクササイズを厳選、一冊にまとめました。 | 冊 |

※出庫に際しましては、部数調整の可能性もございます。ご了承ください。

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。)



貴店番線印