

# MAGAZINE HOUSE MOOK

2か月で-11kg!  
驚異のスリミングプログラム大公開!!

## SLIMMING PROGRAM 6秒 筋トレダイエット

境 貴子

美容矯正専門サロン  
「SALON C.ビューティディレクター」

# 好調です! 宣伝も続々

6/22 (日) 朝日新聞・朝刊  
6/25 (水) 夕刊フジ  
6/28 (土) 読売新聞・折込  
に広告を掲載します。  
電車内ステッカー等も予定。

- 思いっきり力を入れるだけ!
- 筋力がついて代謝アップ!
- 運動が苦手でも大丈夫!

2日に1回でOK!

引き締め効果絶大の  
簡単6秒メソッド

ウエスト・下腹部・太もも・ふくらはぎ  
ヒップ・二の腕・背中・バストアップ・小顔

MAGAZINE HOUSE MOOK 定価: 本体583円(税別)

～『6秒筋トレダイエット』とは?～

1回、たった6秒思いっきり力を入れるだけ!

2～3日に1回でOK

座ったままで、家事をしながらなど、いつでも  
どこでも簡単にできる

運動が苦手な人、時間がない人にもおすすめ

# ダイエットコーナーでの展開をお願いします! 男性にも人気です(意外ですが!)

ご注文は マガジンハウス 受注センター まで (番号はお間違えのないようにお願いします。)

TEL:049-275-1811 FAX:0120-468-127

6秒筋トレダイエット 2014/6/10 発売

| 貴店番線印 | ISBN / 雑誌コード                  | 本体価格  | ご注文数 |
|-------|-------------------------------|-------|------|
|       | 978-4-8387-8922-1<br>66430-22 | 583 円 |      |

○出庫の際は調整の可能性もあります。何卒、ご了承ください。

株式会社マガジンハウス 営業部