

Tarzan®

創刊 35周年記念フェア

カラダを動かし、ココロを整えて、日々を健康的に過ごす。

「快適な生活のためのフィットネス!」が『Tarzan』のコンセプト。

トレーニング、ウェルネス、ダイエット、コンディショニング、
スポーツ、アウトドアなど、カラダと心にまつわる理論やメソッドを
深く、楽しく、分かりやすく展開します。