初公開！スタンフォードで実践！

体内圧力を高め、細胞（セル）レベルで回復！

スポーツ医学の最新・リカバリー知見、オールコンプリート全集約！

世界最高学府のサイエンス × 最強スポーツチームの回復法

現役オリンピック金メダリスト・全米記録保持者も実践！

『スタンフォード式 疲れない体』

スタンフォード大学 スポーツ医局 アソシエイトディレクター・アスレチックトレーナー **山田知生**

サンマーク出版
368702P