

まるで
別人!?

ドラマチックに
変わった
体験者たち

体重6.4kg減!ウエスト5.6cm減!



体重5.3kg減!ウエスト13cm減!



シリーズ
100万部
『ゼロトレ』
著者最新刊!



あなたが世界最先端の「やせる動き」
あなたには
何秒かけて
下ろせるか!?

『DROP MOTION 下ろすだけダイエット』

動画&カレンダーつき! 石村友見 サンマーク出版 003885-2001

やせたい部位を
狙い撃ち!