

# コワいほどくびれる!腸もみダイエット



[コワいほどくびれる!腸もみダイエット 下载链接1](#)

著者:砂沢 やす枝

出版者:マキノ出版

出版时间:2009/6/2

装帧:28 x 20.6 x 1 cm

isbn:9784837661535

「ポッコリ腹がペタンコになって、ウエストがくびれた! 」

「がんこな便秘やガス腹が解消した! 」

「手足のむくみや冷えが消えた! 」

「アレルギーが軽減し、肌がきれいになった! 」

と、いま「腸もみダイエット」で驚くべき体験をされた人が急増中です。

この腸もみダイエットのポイントを一冊にまとめたムックが、発売になりました。

腸もみのわかりやすいやり方や、さまざまな効果を体験した実例集、腸もみの効果  
を高める食事から、あらゆる疑問に答えるQ & Aまで、厳選された情報が満載です。

また、付録のDVDには、5分足らずで実行できる基本の腸もみも収録。

毎日、自宅でDVDを見ながら、リラックスした状態で腸もみを続けることができます。

さあ、あなたも腸もみダイエットで美しい体を手に入れてください。

作者介绍:

目录:

[コワイほどくびれる!腸もみダイエット\\_ダウンロード1](#)

标签

评论

-----  
[コワイほどくびれる!腸もみダイエット\\_ダウンロード1](#)

书评

-----  
[コワイほどくびれる!腸もみダイエット\\_ダウンロード1](#)