



実用書 (武道・スポーツ) 人文書 (精神世界) **ご担当者様**
BAB ジャパン 新刊 DVD 案内 **11月下旬** 発売予定

武道武術雑誌 『秘伝』
12月号 (11/14 売)
で本 DVD の関連記事掲載

肉体的な効果だけではなく、集中力・精神力、生命力も UP
修行の達人が極めた新ウォーキング術。

日常が道場
FAST
WALKING

成瀬雅春先生の 速歩の道場



日常即道場。"歩き"を極める！

本 DVD では人気のウォーキングの効果を最大に高めることを目的に成瀬式速歩術を丁寧に解説。初心者でもすぐに取り組みながらも奥深い、超実践的な内容となっています。

予定収録時間◎60分 価格◎5,500円 (10%税込)

収録内容

■上手に歩くための練習 ■速歩の練習① ■速歩の練習②…三原則の具体的実践法 ■速歩にチャレンジ！

指導監修◎成瀬雅春 なるせまさはる
ヨガ指導者。書籍&DVD『クンダリニー・ヨガ』DVD『心は鍛えられる』『呼吸の道場』『ヨーガの道場』(BAB ジャパン)等、著書、DVD 多数。



関連 BOOK 好評発売中
**精神と体を変える！
速歩のススメ**

著◎成瀬雅春 四六判 180頁 1,540円 (税込)

【書店様向けホームページ】
<http://www.bab.co.jp/shop.html>

FAXでのご注文→ ☎ 0120-190-162 書店様FAX用注文専用フリーダイヤル

E-mailでのご注文→ shoten@bab.co.jp 書店様注文専用メールアドレス

☆重版、新刊、パブ etc. 弊社の出版情報をご希望の方も上記アドレスへご連絡ください (空メールで OK!)

新刊申込書	書店帳合	注文扱い	商品名	DVD 成瀬雅春先生の 【速歩の道場】 枚
			発売	株式会社 BAB ジャパン 〒151-0073 東京都渋谷区笹塚1-30-11 TEL 03-3469-0135 FAX 03-3469-0162
				予定収録時間◎60分 価格◎5,500円(10%税込) ISBN978-4-8142-0582-0

既刊申込書	書店帳合	注文扱い	商品名	書籍 精神と体を変える！ 【速歩のススメ】 冊
			発売	株式会社 BAB ジャパン 〒151-0073 東京都渋谷区笹塚1-30-11 TEL 03-3469-0135 FAX 03-3469-0162
				著◎成瀬雅春 1,540円(税込) 180頁/四六判 ISBN978-4-8142-0564-6