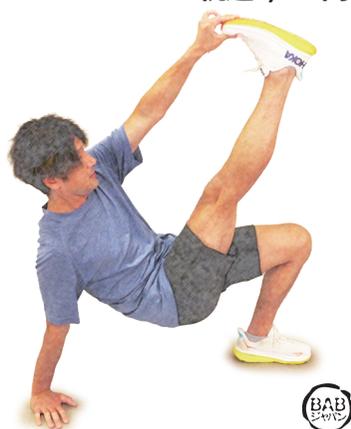


- ・「健康なカラダづくりの本質とは何だ？」
- ・「幸せを感じるココロとは何だ？」
- ・「誰もが継続できる運動とは何だ？」
- ・「適切な運動の負荷とは何だ？」
- ・「質の高い運動とは何だ？」

日高靖夫 著 税込1,540円



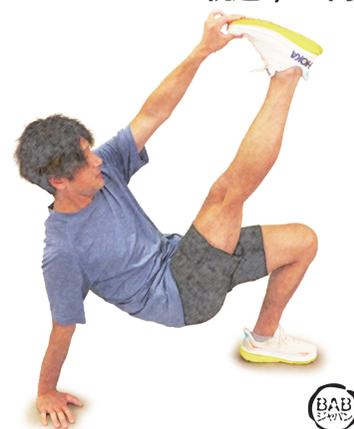
どれか1つでも気になった方は
この本を手にとって下さい！！

あなたに合うトレーニングを教えます！

張力フレックストレーニング

- ・「健康なカラダづくりの本質とは何だ？」
- ・「幸せを感じるココロとは何だ？」
- ・「誰もが継続できる運動とは何だ？」
- ・「適切な運動の負荷とは何だ？」
- ・「質の高い運動とは何だ？」

日高靖夫 著 税込1,540円



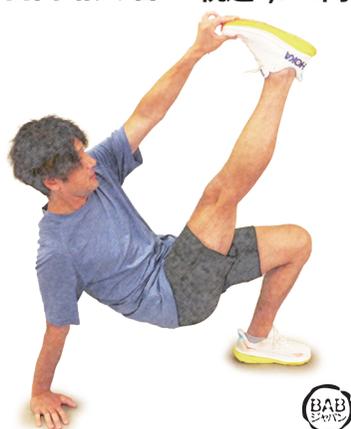
どれか1つでも気になった方は
この本を手にとって下さい！！

あなたに合うトレーニングを教えます！

張力フレックストレーニング

- ・「健康なカラダづくりの本質とは何だ？」
- ・「幸せを感じるココロとは何だ？」
- ・「誰もが継続できる運動とは何だ？」
- ・「適切な運動の負荷とは何だ？」
- ・「質の高い運動とは何だ？」

日高靖夫 著 税込1,540円



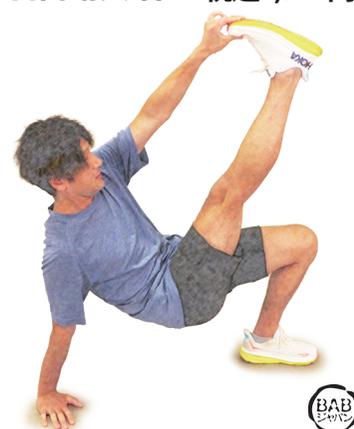
どれか1つでも気になった方は
この本を手にとって下さい！！

あなたに合うトレーニングを教えます！

張力フレックストレーニング

- ・「健康なカラダづくりの本質とは何だ？」
- ・「幸せを感じるココロとは何だ？」
- ・「誰もが継続できる運動とは何だ？」
- ・「適切な運動の負荷とは何だ？」
- ・「質の高い運動とは何だ？」

日高靖夫 著 税込1,540円



どれか1つでも気になった方は
この本を手にとって下さい！！

あなたに合うトレーニングを教えます！

張力フレックストレーニング