



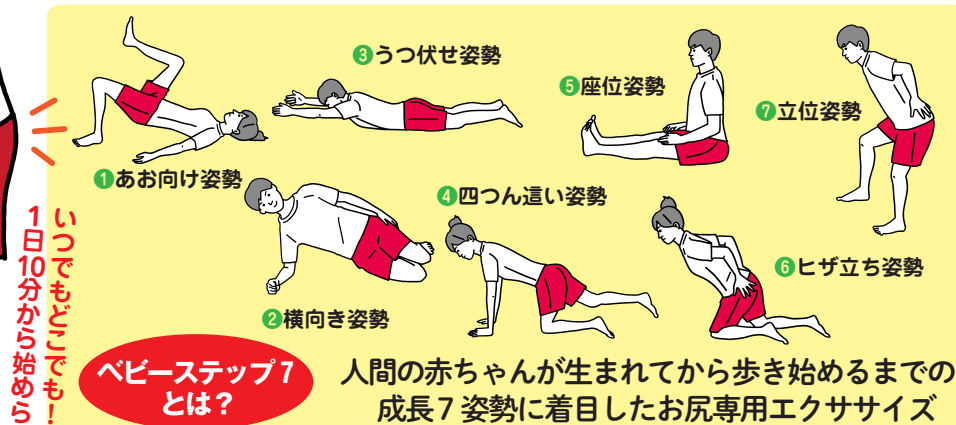
お尻が目覚める エクササイズ

カラダがみるみる整う

著◎松尾タカシ

お尻年齢リセット術

「ベビーステップ7」でカラダ改善！



いつでもどこでも！
1日10分から始められる

日東書院本社・定価 1540 円（税込）



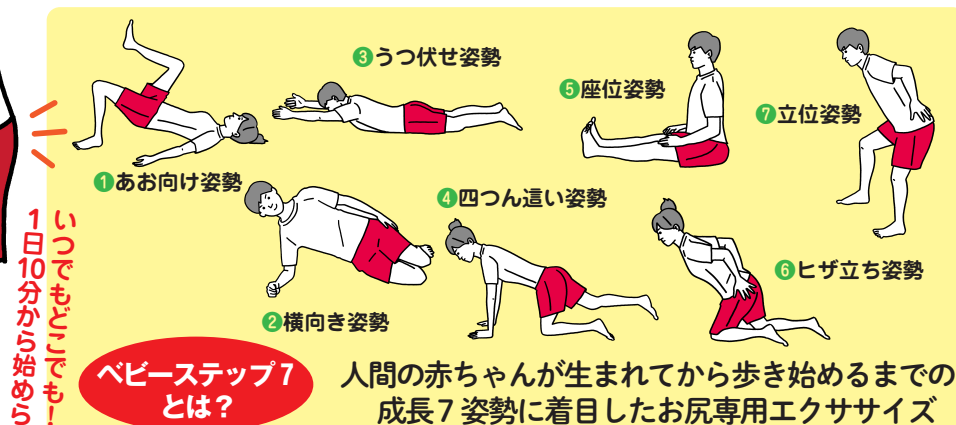
お尻が目覚める エクササイズ

カラダがみるみる整う

著◎松尾タカシ

お尻年齢リセット術

「ベビーステップ7」でカラダ改善！



いつでもどこでも！
1日10分から始められる

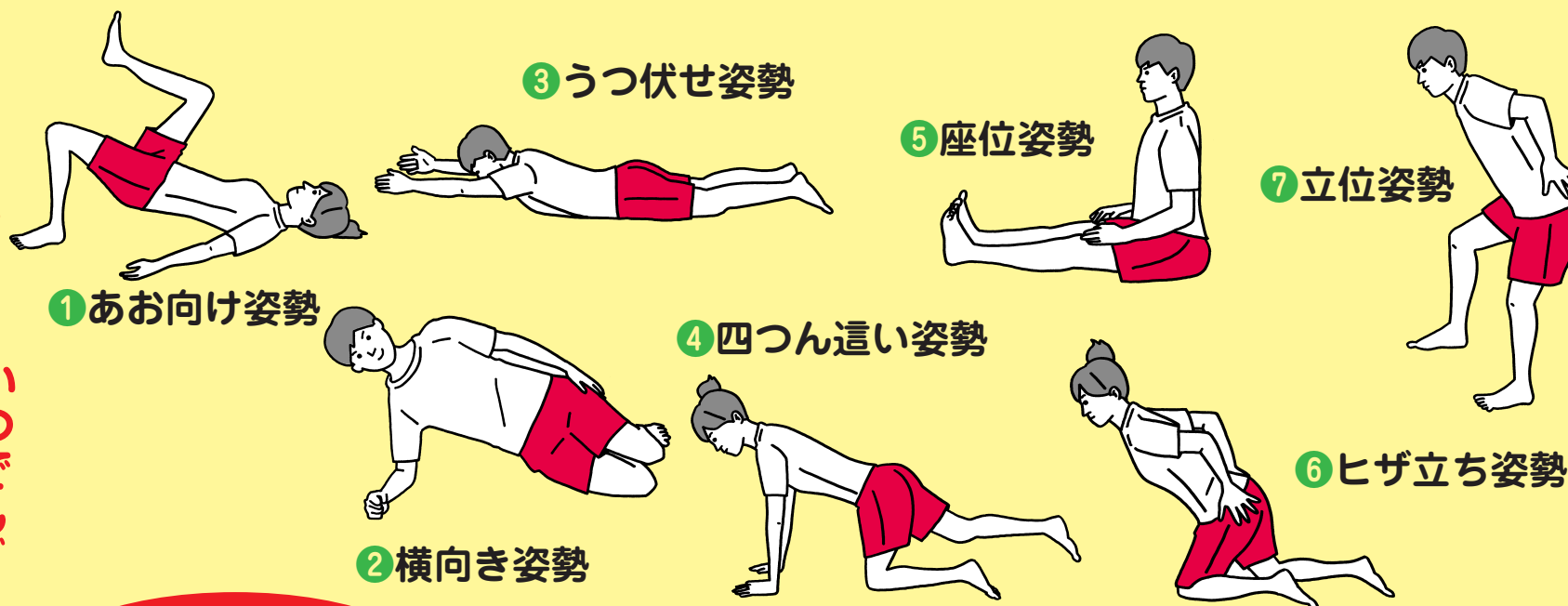
日東書院本社・定価 1540 円（税込）



お尻が目覚める エクササイズ

カラダがみるみる整う 著◎松尾タカシ
お尻年齢リセット術

「ベビーステップ7」でカラダ改善！



いつでもどこでも！
1日10分から始められる

**ベビーステップ7
とは？**

人間の赤ちゃんが生まれてから歩き始めるまでの
成長7姿勢に着目したお尻専用エクササイズ

日東書院本社・定価 1540 円（税込）