

貴店名	
番線印	
冊数	
<p>2014年 12月11日発売予定</p> <p>ISBN978-4-99902566-3-0 定価 本体1000円+税 (注文委託)</p>	<p>サイドランチ刊</p> <p>新刊</p> <p>忍者ダイエツト</p>

忍者の呼吸法はロングブレス、忍者の食は代謝食、忍者の動きは有酸素運動。すべてのダイエツトは忍者に通ず！
忍者として生き、かっこよく痩せる。
迷えるダイエツターに捧ぐ極意の書。
こっぴに見参！



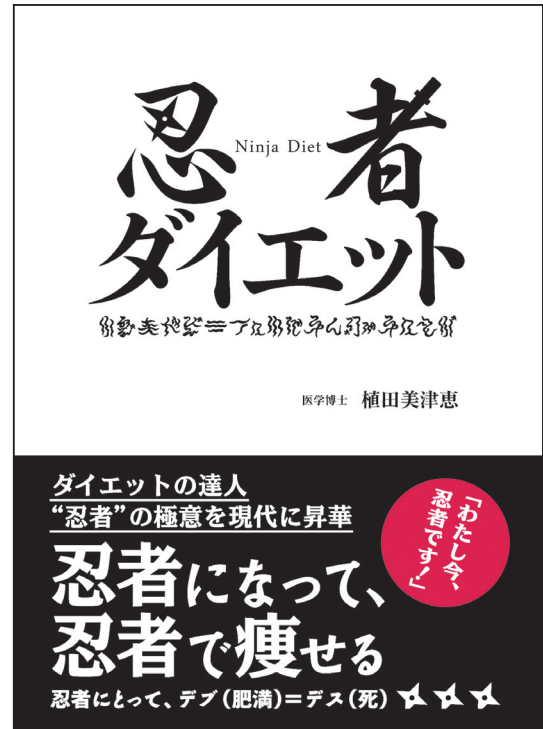
Side Ranch
http://www.sideranch.co.jp

株式会社サイドランチ

〒101-0021
東京都千代田区外神田 4-8-5
クレイン末広 6F
TEL : 03-5256-1003
FAX : 03-5256-1004
Eメール : book@sideranch.co.jp
Twitter : @Sideranch_Tw

植田美津恵 著
B6判変形 定価 本体1000円+税 (ISBN978-4-99902566-3-0)

忍者ダイエツト



☆ダイエットの達人
◇忍者の極意を現代に活かす
忍者にとって、デブ=死！
スリムであることが絶対条件であった忍者に宿る精神と修練を現代のダイエツトに昇華。
『戦国武将の健康術』を執筆し、医学博士として、数々の番組に出演している医療系コメンテーター 植田美津恵による著作。