



1年で50kgやせた
医師がやっている
**おさんぽ
ダイエット**

超らくちん!
ジムいらずの「やせる歩き方」を
「やせた医師本人」が教えます。
健康効果も◎ 石原ひろあき 石原広章

まさかまさかの**3刷**

特別なエクササイズいらず!
さんぽ習慣でやせる方法を紹介

- 運動や食事制限が苦手
- お金をかけずに痩せたい
- 健康を気にする高齢者

こんな方に
おすすめ!

購入客層は...

女性 80% **特に 50代女性**

駅ビルやインショップ店舗での
展開がオススメです!

本書はダイエット本ですが、『1日1万歩を続けなさい』(9784478116586/ダイヤモンド社)などの、健康書とも並売をオススメしております!

貴店番線印	1年で50kgやせた医師がやっている		
	おさんぽダイエット		
	著:石原 広章/ISBN:9784426129293/四六/192P/本体1,350円		
ご注文数	拡材※パネルはご希望のサイズに○をお付けください		
ご担当()様	通常POP(5冊以上)	夏POP(5冊以上)	パネル(10冊以上)
	要	要	A4・A5