

「世界一受けたい授業」
(日本テレビ系)
「シューイチ」で話題の本

12万部
突破!

1分間
伸ばすだけで

肩こり、腰痛、
猫背が改善!!



元ラグビーW杯日本代表
「神の手」トレーナー考案の
奇跡のストレッチ!

スポーツをやっている人や
中高年のケガ予防にも効果的!

「1分間だけ
伸ばせばいい」



アスコム
定価: 本体1,300円+税

「世界一受けたい授業」
(日本テレビ系)
「シューイチ」で話題の本

12万部
突破!

1分間
伸ばすだけで

肩こり、腰痛、
猫背が改善!!



元ラグビーW杯日本代表
「神の手」トレーナー考案の
奇跡のストレッチ!

スポーツをやっている人や
中高年のケガ予防にも効果的!

「1分間だけ
伸ばせばいい」



アスコム
定価: 本体1,300円+税

「世界一受けたい授業」
(日本テレビ系)
「シューイチ」で話題の本

12万部
突破!

1分間
伸ばすだけで

肩こり、腰痛、
猫背が改善!!



元ラグビーW杯日本代表
「神の手」トレーナー考案の
奇跡のストレッチ!

スポーツをやっている人や
中高年のケガ予防にも効果的!

「1分間だけ
伸ばせばいい」



アスコム
定価: 本体1,300円+税

「世界一受けたい授業」
(日本テレビ系)
「シューイチ」で話題の本

12万部
突破!

1分間
伸ばすだけで

肩こり、腰痛、
猫背が改善!!



元ラグビーW杯日本代表
「神の手」トレーナー考案の
奇跡のストレッチ!

スポーツをやっている人や
中高年のケガ予防にも効果的!

「1分間だけ
伸ばせばいい」



アスコム
定価: 本体1,300円+税