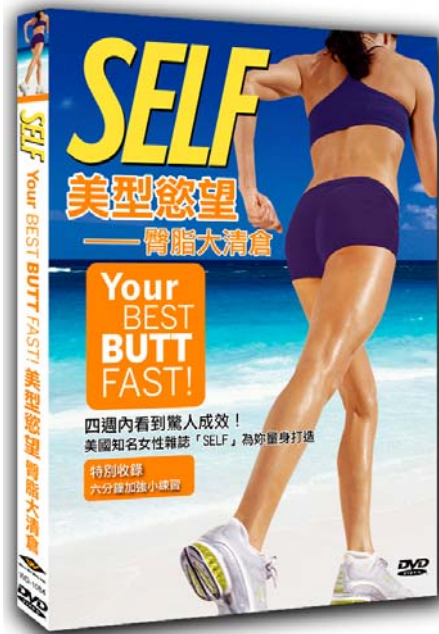


美型慾望—臀脂大清倉 DVD

SELF Your BEST BUTT FAST!



【產品規格】

規	格：DVD 單片
片	長：46 分鐘+特別收錄 6 分鐘
級	數：普遍級
產	編：WD-1084
發	音：中文 / 英文
音	效：STEREO
字	幕：中文（繁體、簡體）

【內容介紹】

四週內看到驚人成效！

快速瘦身秘笈 挑戰自我完美曲線 可選中文配音

美國知名女性雜誌「SELF」為妳量身打造

知名塑身專家教你打擊肥肉快速見效

維爾莉特莎琦(Violet Zaki)是紐約頂級健身專業指導老師和武術專家，除了是認證教師外，維爾莉特也是空手道黑帶高手，維爾莉特教你提托惱人的鬆垮臀，讓妳擁有緊實完美的彈力俏臀。

當紅瘦身雜誌專為女性量身打造

「SELF」系列是由美國當紅的健康瘦身雜誌所製作，這是一系列請專家特別為女性各部位設計的塑身需要，發行的實用教學影片，只要短短的四週，讓你發現驚人成效。具有豐富經驗的健身教練，讓你的心跳達到某一個程度後開始燃燒多餘的脂肪和贅肉，課程分成不同階段，依照你的能力做最適合自己的調整，你只需要一雙運動鞋和一組啞鈴，就能快速幫助完成你的減重夢想！

美型慾望—臀脂大清倉

專門訓練臀部的肌肉，利用前踢、側踢和後踢來鍛鍊所有主要的肌肉，讓妳心跳加速燃燒更多熱量，如果要完整的鍛鍊臀部，妳得在不同的方向做各種不同的動作，尤其是在整個訓練課程中隨時收臀，能幫助妳確實的活動到妳的肌肉，並且達到最佳效果。想要擁有性感的俏臀，「美型慾望—臀脂大清倉」一定讓妳快速擁有人人稱羨的性感美臀！

特別收錄 ●六分鐘加強小練習