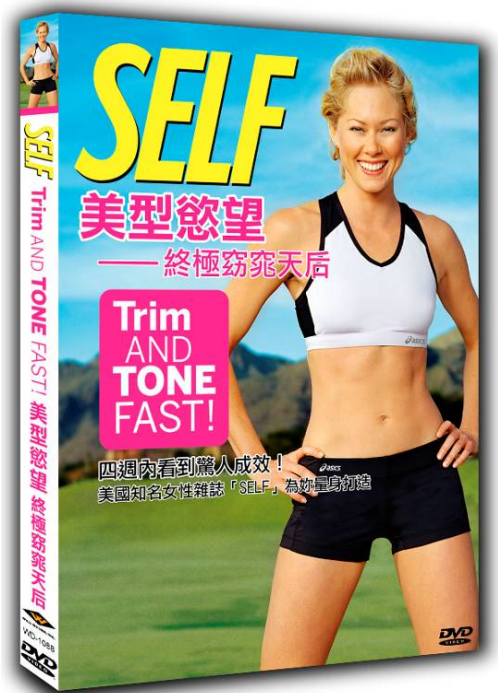




美型慾望—終極窈窕天后 DVD

SELF Trim AND TONE FAST!



【產品規格】

規	格：DVD 單片
片	長：60 分鐘
級	數：普遍級
產	編：WD-1088
發	音：中文/英文
音	效：STEREO
字	幕：中文（繁體、簡體）

【內容介紹】

終極纖勻的魔鬼身材！

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

金博莉史普琳(Kimberly Spreen)是健身集團著名的教練，也是電視運動節目的主持人，具有 15 年的豐富經驗，「美型慾望—終極窈窕天后」是綜合腿部、胸部、背部、肩膀和手臂、腹部和全身等六種部位的終極秘笈，跟著她一起打造一個全新完美的妳！

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—終極窈窕天后

「美型慾望—終極窈窕天后」是綜合「美型慾望」系列身體各部位的瘦身課程，濃縮各種技巧的精華，一連串的全身運動幫助你大量燃燒身體各部位的脂肪，很快的你就會擁有性感的美腿、緊實的腹部、及人人稱羨的彈力美臀！