



Carmen Electra's Aerobic Striptease Fit to Strip-Disc 02

卡門伊蕾卓 有氧舞孃系列 2.



【產品內容】

規 格：DVD 單片
片 長：56 分鐘
級 數：普遍級
產 編：WD-3002

【DVD 規格】

發 音：英語
字 幕：英文、中文（繁體、簡體）
音 效：Stereo

【產品介紹】

性感名模—卡門伊蕾卓、好萊塢明星御用舞蹈老師—羅賓安婷、全美資深健身教練—麥可卡森，聯手打造有氧舞孃，塑造性感致命的完美女人！

你做膩了傳統的有氧運動嗎？你渴望有小野貓（Pussycat Dolls）的火辣身材嗎？新世代美眉不但追求運動後的健康，還要在運動中保持性感美麗。現在就由好萊塢名模卡門伊蕾卓帶來魅力橫掃全球、名人為之瘋狂的時尚運動—性感有氧舞。強力的有氧訓練、性感的舞蹈動作、多元的曲風選擇、明星級的專業課程，讓你在香汗淋漓的同時，達到體態輕盈苗條的效果，更展現舞孃身段、散發魅惑風采！

國內第一部教授「性感」的有氧課程，從雕塑曲線到舞出性感、從柔軟肌肉到強化體能一應俱全。在此套完整的系列 DVD 中，羅賓安婷及麥可卡森將提供舞蹈及塑身方面的專業指導，並由卡門伊蕾卓獨特的步驟式教學帶領美眉們一步步從入門新手進階到專業舞者，來成就自信、雕塑曲線。教你利用最性感的肢體舞動鍛鍊出和她一樣的完美曲線，讓你擁有國際巨星般的完美體態及誘人魅力！

有氧舞孃系列 2.—我就是天生舞孃

在系列 2.是要鍛鍊你的體能與雕塑曲線，由健身教練和卡門帶領你上這堂強勁的有氧課程。課程主要著重於強化肌肉、緊實鬆垮的贅肉，並且透過一些局部運動，幫助你對付頑強的大腿、臀部和小腹贅肉，讓你帶著無比的自信展露你完美的線條！