

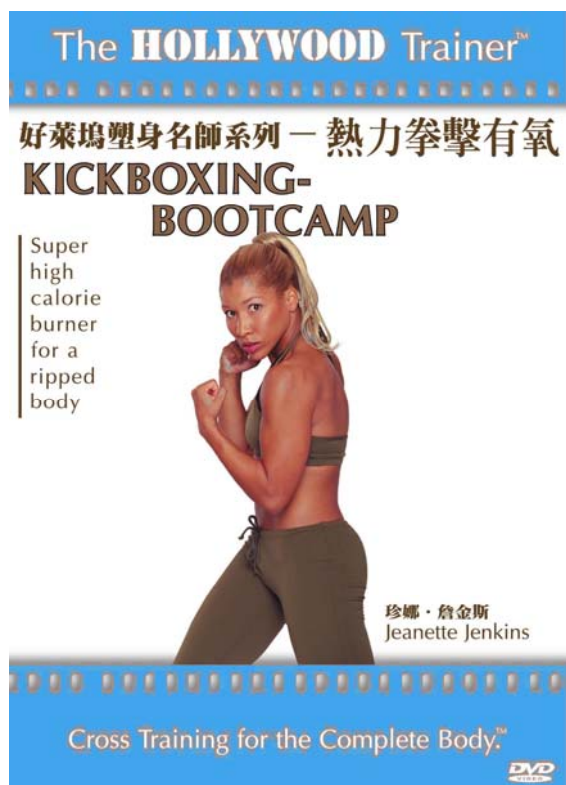


南強國際影視傳播有限公司

TEL : 02-82216511 FAX : 02-82216495

Jeanette Jenkins The Hollywood Trainer KICKBOXING-BOOTCAMP

好萊塢塑身名師系列－熱力拳擊有氧



【產品內容】

規 格：DVD 單片
產 編：WD-3008C
片 長：52 分鐘

【DVD 規格】

字 幕：英文、中文(繁、簡體)
發 音：英文、中文
音 效：Stereo

【產品介紹】

珍娜·詹金斯 (Jeanette Jenkins) 在美國健身界有 12 年的經驗，是好萊塢最受歡迎的私人健身指導教練，也在電視台主持有關健康、減重的節目。許多好萊塢明星、製片、模特兒、運動員…等都是她的學生。『好萊塢塑身名師系列』是珍娜針對各個不同部位的雕塑需要，所推出的實用教學 DVD，能在最短的時間內達到最佳的塑身效果，一推出即備受皇后拉蒂法、塔恩曼寧…等好萊塢明星推崇！

《熱力拳擊有氧》

在珍娜的口令下(可選擇中文發音) ” 馬步、側踢、打拳、…” 左勾拳跟多餘脂肪說再見，右勾拳精進肌肉線條，急速燃燒超高卡路里的拳擊有氧，配合重量訓練，以最具感染力的節奏爆發。四大方向、強效訓練：增進心肺適能、加強肌力、延長肌耐力、並改變你的身體組成，用趣味十足又帶勁的拳擊組合動作，踢開煩悶生活!

準備好水瓶或小啞鈴，讓活力衝到最高點！強力雕塑從頭到腳 !!