

■ Press Release

各位

2016年10月11日

今度こそ痩せる！もうリバウンドしたくない！そんなすべての女性のために
『自宅でカンタン！やせる&10年後もキレイが続く 女子のライザップ』
 10月11日（火）日本文芸社より、初の女性向け RIZAP 本が発売！



当子会社である RIZAP 株式会社（本社・東京都新宿区、代表取締役社長 瀬戸 健）はグループ会社である日本文芸社（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：中村 誠）より、RIZAP の女性向けメソッドを盛り込んだ書籍『自宅でカンタン！やせる&10年後もキレイが続く 女子のライザップ』を 10月11日（火）に発売することをお知らせ致します。

RIZAP では、これまで様々な書籍を発売して参りました。現在、全国書店にて講談社「ライザップごはん決定版おうちで簡単」、扶桑社「自宅でできるライザップ運動編」「自宅でできるライザップ食事編」、SBクリエイティブ株式会社「モリタクの低糖質ダイエット」、株式会社経営塾「一冊まるごとライザップ」、あさ出版「ライザップはなぜ、結果にコミットできるのか」を好評発売中。全体で 36 万部以上を売り上げるなど、非常に注目をいただいております。

そんな中、今回はキレイに痩せたい全ての女性へ RIZAP メソッドのすべてをお伝える、初の“女性のための RIZAP 本”が新発売いたします。男性のお客が多いのでは？とイメージされることもある RIZAP ですが、実は現在 RIZAP に通っている方々の 6 割超が女性。“女性にこそ RIZAP！”の秘密を初公開しております。

今回の『自宅でカンタン！やせる&10年後もキレイが続く 女子のライザップ』では、女性達特有の悩み「年齢と共に体型の変化が気になる」「お肌の調子が良くない」「健康的な生活をしたい」に対する解決策や RIZAP の管理栄養士が監修する太らない食事術・外食でのオススメメニューなど、女性にとってうれしい情報が盛りだくさんです。また、「ムキムキになるんじゃないの…?」「忙しくて私には通えない…」と悩んでいる方にこそ読んでいただきたい、実際に RIZAP へ通うお客様のリアルなお声を大公開しております。RIZAP でボディメイクに成功した方々の極秘食事内容から、女性ホル

＜ 本件に関するお問い合わせ ＞
 RIZAP 株式会社 PR 事務局 担当：渡辺・朝比奈
 TEL：03-6744-9689 FAX：03-5337-0636 Mail：press@rizapgroup.com



モン・美腸・美肌メソッドまで、一生モノのキレイを手に入れたい女性必読の情報を掲載しております。

RIZAPのマンツーマンで寄り添うメソッドを元にした、女性が10年後ももっともっと輝くための心とカラダ作りのすべてが分かる一冊になっております。今後も様々な角度から、RIZAPの3日坊主にさせない独自メソッド本をお届けして参ります。

■ 書籍概要

【タイトル】 自宅でカンタン！ やせる&10年後もキレイが続く 女子のライザップ

【発売日】 10月11日（火）※地域によって発売日が異なります

【発行所】 日本文芸社

【取り扱い店舗】 全国の書店、コンビニエンスストア 他

※取り扱いのない店舗もございます。※コンビニエンスストア店頭での事前予約、注文等は受け付けていません。

【価格】 750円（税抜）

【目次】 PROLOGUE：心もカラダもよみがえる！ RIZAP式“女子限定”メソッドの秘密大公開

PART 1：実際に体験した医師が語る RIZAPメソッドでキレイになれるワケ

PART 2：カラダがみるみる若返る！ 一生太らない食事術

【関連画像】 ※下記よりご査収ください

<http://xfs.jp/cw9hJ5>

■ 会社概要

■ RIZAP 株式会社

<http://www.rizap.jp/>



「結果にコミットする。」をコンセプトに、パーソナルトレーニングジム「RIZAP(ライザップ)」を運営。2012年2月の1号店オープン以来、店舗拡大とともに急成長を続ける「RIZAP」は、一般のスポーツジムとは異なり、ゲストの夢、理想、真のニーズと本気で向き合う資質を持った人材を厳選。「人生最高の体と自信、そして期待を上回る感動を提供する」ため、パーソナルトレーナーの品質にこだわり、ゲストの理想の体型の実現を全力でサポートするプロ集団です。現在、国内83店舗、海外6店舗を運営。新規獲得会員数は累計5万6千人を超えています。

■ 株式会社日本文芸社

<http://www.nihonbungeisha.co.jp/>

日本文芸社

趣味・健康といった広く読者が求める知識ニーズに応えるため、「日常生活において役立つ“知識”の提供と“大衆娯楽”の出版を通じて社会貢献すること」を出版理念とし、雑誌部門においては「ゴルフレッスンコミック」「週刊漫画ゴラク」を柱とする青年コミック誌を中心に、さまざまな趣味、娯楽雑誌を展開。また、書籍部門では実用書をはじめ一般書、新書などの商品構成をもつ総合出版社。2016年4月よりRIZAPグループ会社の傘下となっています。

« 本件に関するお問い合わせ »

RIZAP 株式会社 PR 事務局 担当：渡辺・朝比奈

TEL：03-6744-9689 FAX：03-5337-0636 Mail：press@rizapgroup.com