

お正月太りを徹底解消！RIZAP から新書籍の発売！
健康数値やぽっこりお腹が気になる、全ての 40 代以上の男性に向けて
『大人の男のライザップ』が 1 月 7 日から発売！



当社会社である 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、書籍『大人の男のライザップ』を 2017 年 1 月 7 日から書店・11 日からコンビニエンスストアにて順次発売することをお知らせ致します。

今回は初の“男性のための RIZAP”本を発売いたします。「若いころと比べて衰えを感じる」「健康数値がよくない」「ぽっこりお腹が気になる…」といった身体の転換期の悩みを抱える 40 代以上の男性のための RIZAP 式メソッドを掲載しております。健康やダイエットのために何かしようと考えながらも、やり方が分からなかったり忙しさを理由に後回しにしてきた方々にとっても、すぐにでも手軽に始めていただける内容が盛りだくさんです。

本誌では、実際のゲストや CM 出演の遠藤章造氏・井上公造氏が RIZAP でどんな体験をしたのか、健康改善への裏側を初公開しております。肝機能と脂質代謝数値が高く、肥満と高血圧に悩まされていたゲストが RIZAP へ通い、「こんなに劇的に改善した人はみたことがない！」と医師も驚く結果となった方の RIZAP 秘話など、余すことなく掲載しております。

また、自宅のできるトレーニングだけでなく、飲み会や会食・コンビニ利用の多い方にも参考にいただける食事メニューを掲載。オススメのコンビニ商品や居酒屋メニュー、ダイエット中に選ぶべきお酒まで、日々の生活ですぐに役立つ情報をお伝えしております。

年を重ねるごとにドンドン増える、メタボ・糖尿病・ロコモ・高血圧など、見た目だけではなくカラダに表れる不調の改善策や今後直面する医療費問題への解説など、見過ごすことのできない健康不安の解決方法も徹底解説しております。

本誌は、新年を迎えた今こそ、この一冊から健康改革をはじめられる内容となっております。RIZAP は今後も、皆様にとって有意な情報をお届けしてまいります。

<< 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

■書籍概要

- 【タイトル】 大人の男のライザップ
- 【発売日】 2017年1月7日から書店・11日からコンビニエンスストアにて順次発売
- 【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）
- 【コンテンツ】・ 体型&体質改善 / 大人専用ライザップ / ライザップメソッドの食事&運動はなぜ効くのか? /
・ 低糖質&トレーニングのすごい効果 / 運動不足から医療費ピンボーに転落! / 遠藤章造&井上公造インタビュー / ライザップメソッドで体質改善できるワケ / 歩けなくなり寝たきりになるロコモティブ・シンドローム / いつまでも元気に過ごすためにライザップ式の健康対策 / 始める前に、その驚きの効果を確認!!内科医が認めたライザップ式検査数値改善術 / 夢を夢のまま終わらせないライザップ式チャレンジシート / 6万人を支えたライザップのメンタル術 / カラダを変えるライザップトレーニング自宅・ジムでカンタン肉体改造!ボディメイクの最短ルート / 健康にコミットする低糖質の食事 /
・ なぜやせるのか? ライザップの低糖質食 / ライザップ式カンタン外食術 / 全115品目糖質量リスト

■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96店舗、海外5店舗を運営。新規獲得会員数は累計7万人を超えています。(2016年12月末日現在)

■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3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