

夏が似合うカラダへ。

# anan

Summer  
**大橋和也**  
虎にも勇気  
身体に宿る12000

23日(金)11時

上半身トレ  
プログラム

ヨガクリエイター・ayaの  
夏専用プログラム

スッキリ肌&デコルテ  
を作るビラティス

小顔を作る  
飲み物メニュー

見せたいこの顔になる  
簡単ストレッチ

魅せるカラダ。

背中・鎖骨・二の腕。2週間で見た目を変える！

CLOSE UP

**松田元太**

(Travis Japan)  
カーズを愛する男子

**IS:SUE**

学生時代、1人の時

アスリートの体質から

**橋本大輝**

20歳でプロ選手、日本代表

スペシャルゲストにア

**アン・ボヒョン**

記録の先にある情熱