



夏を乗り切る 「超健康体」を 手に入れる

24年間で10万人の健康を
みてきた著者が明かす、
究極の体調管理法

究極の体調管理
人生を変えるハイパフォーマンス計画
鈴木登士彦 著



究極の
体調管理
The ultimate way to
manage your health
人生を変える
ハイパフォーマンス計画

鈴木登士彦
Toshiko Suzuki

「背中」と
「おしり」
が美しい。
仕事ができる人は
10万人
を施術して
わかった!