水着を着た時にお腹がたるんでいてはシャレにならない！ そのお腹に危険注意報！ ダイエット緊急値下げ！ ７月１７日まで iPhone iPad 電子書籍 『一日7秒で腹は凹む 著者蓮水カノン』

水着を着た時にお腹がたるんでいてはシャレにならない！
そのお腹に危険注意報！ ダイエット緊急値下げ！ ７月１７日まで
iPhone iPad 電子書籍 『一日7秒で腹は凹む 著者蓮水カノン』 （出版社 扶桑社 ×
アプリ製作会社 株式会社アドベンチャー）
●ぽっちゃり体系はＥＤや薄毛の始まり！？
●一日７秒の継続で人生はバラ色！？ 痩せるメリットは大きい！

今までのダイエットの常識は…。
◆世界最速のダイエット
◆「巻くだけ」「書くだけ」はもう古い。
◆必要な時間は「7秒だけ」！

『 一日7秒で腹は凹む 』 著者 蓮水カレン
iTunes ストアリンク iPhone iPad iPod電子書籍
電子書籍 ８５円 書籍定価 ７５６円

App Store
からダウンロード

http://itunes.apple.com/jp/app//id483284745?mt=8

iPhone・iPad電子書籍アプリ
開発社 株式会社アドベンチャー電子書籍一覧サイト
iPhone電子書籍ランキング1位を獲得したアプリが３５アプリ以上あり
http://iphone.adventure-inc.co.jp/

株式会社アドベンチャー
２０１２/７/１３
アップル関連製品のサービスを提供する株式会社アドベンチャー（本社：東京都渋谷区、代表取締役 中村俊一 http://www.adventure-inc.co.jp/
）は、株式会社扶桑社（本社：東京都港区、代表取締役 久保田榮一
http://www.fusosha.co.jp/index.html ）から出版されている「一日7秒で腹は凹む
著者蓮水カノン」iPhone、iPad電子書籍アプリを緊急値下げいたしました。

◆目次
一日7秒で人生は変わる！
お腹ポッコリは“人生最悪”の象徴だった

「体重」から「体型」のダイエットへ
諸悪の根源は筋肉バランスの歪み
“五つの要素”をトータルで調整
そして、“一日7秒”に結実
急増する男の“凹ませたい”願望

第1章 なぜ腹は出るのか?

食べれば“前後”はたるむ
重力でも“上下”はたるむ
四足歩行動物の名残りがたるませる
デスクワークも危険な要素
正しい“気を付け”ができない
老廃物が滞留する恐怖のサイクル
筋肉が多いほどポッコリ!?
強すぎる背筋は考えもの
小さい骨盤は肉が乗りやすい
筋肉量と骨盤は食べ過ぎを増長
それでも男性は凹みやすい!
お腹ポッコリと下痢の因果関係
胃腸が悪い天頂ハゲと肝臓が悪い剃り込みハゲ
男性はED、女性は尿漏れに!?
お腹ポッコリ解消は万病に効く!

第2章 一日7秒で腹が凹む驚きの仕組み
腹筋を鍛える必要なし!?
重力に抗って腹筋を立てろ
お腹が凹むポージングを体に叩き込む
クリーニングするかのように一気にプレス!
一日7秒が効果的なワケ
男性のポッコリ基準値とは?
ウエストはアンダーよりマイナス4cmが目標
下っ腹はアンダーと同じサイズで合格ライン
“たるみ幅”がお腹ポッコリ度合いを決める!
“たるみ幅”の測り方とは?
“たるみ幅”別・お腹ポッコリレベル診断
理想のたるみ幅は6cm
最終的にはペッタンコMAXも減らせ!

第3章 一日7秒で腹を凹ませる究極のメソッド
O脚、X脚の人はエクササイズから
“つま先立ち”のオプションで腹ペタ効果を上げよう
重力の力を借りてラクに7秒間引き締める
フカフカの布団で行うのはNG
17項目

第4章 さらに腹を凹ませる技術
12項目

第5章 タイプ別ポッコリ解消法
9項目

著者 蓮水カノン

◆操作方法
画面上部分をタップするとメニュー画面
画面左下をタップするとページ進む
画面右下をタップするとページ戻る

―――■アプリ制作会社 株式会社アドベンチャーiPhone iPad 電子書籍一覧サイト ―――
★株式会社アドベンチャー iPhone、iPad、android、電子書籍ニュース
・iPhoneブックランキングで４月６日まで１位を４２日間継続獲得
・６月のiPhoneブックランキング１位獲得 ２３日獲得
・アンドイドコミックランキング１位３位４位６位９位１０位獲得 １位獲得５１日目

【 iPhoneアプリ事業 】 http://iphone.adventure-inc.co.jp/
iPhone電子書籍ランキング１位を獲得しているアプリが３５本以上

★iPhoneブックランキング７月１３日１０時 出版社 ブック最高ランク 総合最高ランク

１位 東大生が教える習慣を変えると頭が良くゴマブックス 最高１位 総合５位
２位 女医から学ぶ魅力が10倍増すセックス アドレナライズ 最高１位 iPhone
iPadダブル総合１位実績
４位 遅刻・締切いつもルーズな人のｸｽﾘ ｱｽｶ・Ｆ・ﾌﾟﾛﾀﾞｸﾂ 最高２位
１１位 ﾅｾﾞ男は女の気持ちがわからないのか ゴマブックス 最高１１位
１４位 一瞬で人の心を読むヒント こう書房 最高１４位
１６位 いただきセックス！Ｈな疑問大全集 リイド社 最高１位 総合１位
２０位 SPA! 記憶力革命 １週間で変わる 扶桑社 最高８位
２１位 「今度こそ絶対！」続けるコツ ｱｽｶ・Ｆ・ﾌﾟﾛﾀﾞｸﾂ 最高２１位
２５位 女も知らない女のカラダ 経済界 最高１位

●iPhone 電子書籍ランク５０位中１７アプリ １００位中３１アプリがランクイン

★iPhone iPad新着アプリ
・一瞬で人の心を読むヒント ７月１１日リリース
・ココロをつかむ心理術 ７月１１日リリース
・「今度こそ絶対！」続けるコツ ７月１０日リリース
・なぜ、男は女の気持ちがわからないのか ７月１０日リリース
・まるなま ４コマ漫画雑誌 芳文社 ７月 ９日更新
・ＳＰＡ！２本立 人は1週間でこれだけ変わる ７月 ４日リリース
＆30代からの革命的に記憶力を向上させる方法 ７月 ４日リリース
・習慣を変えると頭が良くなる 東大生が教える ７月 ３日リリース
・しあわせ美人のつくりかた 著者 倉田真由美 ７月 ３日リリース
・絶対に負けない 勝負論 著者 井出洋介 ７月 ３日リリース
・裏ﾜｻﾞ大辞典SUPER円滑な仕事.人間関係＆恋愛月 ７月 ３日リリース

・遅刻・締切 いつもルーズな人のクスリ ７月 １日リリース
・できる人はすぐ決める 一優柔不断と決別せよー ６月２２日リリース
・頭がよくなる 東大クイズ150 FINAL ANSWER ６月２２日リリース
・私の東大クイズ 悩みから生まれた１５５問 ６月２２日リリース
・3カ月でプロポーズさせる銀座ﾏﾏの極上ﾃｸﾆｯｸ ６月１５日リリース

★アンドロイドコミックランク７月１３日１０時 出版社 最高ランク

１位 有吉弘行 オレは絶対性格悪くない 太田出版 最高１位
３位 加藤鷹 秘技伝授 ＫＫロングセラーズ 最高１位
４位 女医から学ぶあなたの魅力が10倍増すｾｯｸｽ アドレナライズ 最高１位
６位 女医が教える最高のセックス メディアタブレット 最高１位
９位 好かれる人の魔法の言葉 こう書房 最高９位
１０位 一流芸能人がやっているウケる会話術 こう書房 最高１位
１３位 加藤鷹 秘技伝授完全潮吹き入門 ＫＫロングセラーズ 最高３位
１６位 銀座No.1ホステスの心をつかむ話し方 こう書房 最高２４位
１７位 純次のことわざブック 青山出版 最高１５位
１８位 ヤレる女を５秒で見抜く！ 扶桑社 最高１位
１９位 そのエロテクニックで大丈夫！？ 女性編 クリエーターズギルド 最高１８位
２０位 たった３秒で心をつかむ魔法のﾃｸﾆｯｸ こう書房 最高１７位
２２位 遅刻・締め切ルーズな人のクスリ ｱｽｶ・Ｆ・ﾌﾟﾛﾀﾞｸﾂ 最高２２位
２４位 人を洗脳する賢者の黒い言葉 ぶんか社 最高２４位
２５位 そのエロテクニックで大丈夫！？ 男性編 クリエーターズギルド 最高２１位

●アンドロイドコミックランク５０位中２１アプリ １００位中３８アプリがランクイン

――――――■当プレスに関するお問い合わせ先――――――
社 名 ： 株式会社アドベンチャー
ＵＲＬ ： http://www.adventure-inc.co.jp/
所 在 地 ： 〒150-0002 東京都渋谷区3-15-3 土屋渋谷ビル 5階
ＴＥＬ ： 03-5774-5775
代 表 者 ： 中村 俊一
ＭＡＩＬ ： i-phoneteam@adventure-inc.co.jp
担 当 者 ： 西川 剛司
担 当 者ツイッター： @adv_iPhone http://twitter.com/#!/adv_iPhone

Generated by ぷれりりプレスリリース
https://www.prerele.com