

脱メタボで人生薔薇色！「男前ダイエット！」

発売日：10月20日（月）予定

メインターゲット：30代～50代の男性
体裁：A4変版（天地285mm×左右210mm）
総ページ：74P（表1～4含む、4C52P、1C16P）

予価：800円（税込み840円）
部数：20000部（予定）

★広告申込締切★

純広 9月17日（水）

【企画意図】

●働き盛り、男盛り。人生だけでなく体にも脂が乗っている男性諸君に捧ぐ、ダイエットの超基本教本。“男気あふれる元祖！日本の男！”のイメージでありながらも、現代におしゃれ感も漂うダイエットムック

秋の健康診断前後で、メタボ対策を意識した男性諸君を狙う。

【構成】

【導入】...イカす男のやせる公式！

【第一特集】...ガツンと男前！ やせる食事術！

- ・ 知らず知らずにカロリー下がる！ できる男のやせる食事のコツ
- ・ ついに攻略！ 太らない酒の飲み方！
- ・ 外食カロリー対決

【第二特集】...ガツンと男前！ やせる運動術！

- ・ ちょいテクで差がつく！ 男脂肪を燃すウォーキング（4C6P）
- ・ 自転車で体脂肪燃やしてモテ筋もつく！（4C4P）
- ・ 男も黙る！ 加圧トレーニングの実力（4C4P）
- ・ 話題のエクサマシンの魅せる体になる！（4C4P）
- ・ 男前ランニングでモテる！（4C4P）

【その他特集】

- ・ おれのやせザマを見ろ！ 大量やせ男の実録ルポ漫画
- ・ 男を上げる！ ダイエット脳力アップ講座

掲載面	スペース	料金	原稿サイズ(天地×左右mm)
表4(オフセット4色)	1P	1,000,000	233×200
表2(オフセット4色)	1P	800,000	285×210
表3(オフセット4色)	1P	600,000	285×210
中面(オフセット4色)	1P	600,000	285×210

お問い合わせ先 (株)学習研究社 広告部第1営業室 TEL (03)5434-1061