

普及連盟監修 書籍・DVD および タイ国ご案内



商品番号 B-0 DVDでわかるルーシーダットン 決定版52ポーズ(DVD付)

price: ¥1,890(税込) 会員price: ¥1,600(税込)

連盟オリジナル“SENマッサージ”を題名に入れ初めて大きく紹介する他、タイ料理レシピや、タイハーブの簡単な知識なども紹介されている、デザインが綺麗な書籍版です。



商品番号 B-1 美人王国タイ発! ルーシーダットン & SENマッサージ(DVD付)

price: ¥1,470(税込) 会員price: ¥1,200(税込)

連盟オリジナル“SENマッサージ”を題名に入れ初めて大きく紹介する他、タイ料理レシピや、タイハーブの簡単な知識なども紹介されている、デザインが綺麗な書籍版です。



商品番号 B-3 5分で効く! 効く! DVDでわかる ムエダイエツ(DVD付)

price: ¥1,890(税込) 会員price: ¥1,550(税込)

ムエダイエツのDVD付決定版。日本初公開のムエタイダットン、魅惑の舞ワイクルーは必見。現在全国に60名いる認定講師もこの本がきっかけになった方も多数(在庫少)。



商品番号 B-4 乾貴美子のがんばらないで最短キレイ! ルーシーダットン(DVD付)

price: ¥1,365(税込) 会員price: ¥1,100(税込)

連盟初の監修本。“ヨガにはまれなかった人へ”をキャッチフレーズに、好感度抜群の乾貴美子さんをナビゲーターとして、35ポーズをご紹介します。DVDも付いて、この価格はちょっと信じられないです。



商品番号 B-5 癒されながらキレイにヤせる ルーシーダットンダイエット

price: ¥880(税込) 会員price: ¥750(税込)

ヒットメーカー宝島社出版の廉価版。とは言ってもSENマッサージも紹介され、内容も充実。主にダイエットに焦点を当て、20のポーズをご紹介します。



商品番号 B-6 背中・お腹・お尻・脚が美しく! みるみる引き締まる! (DVD付)

price: ¥980(税込) 会員price: ¥800(税込)

ルーシーダットン・ムエダイエツのポーズをバランス良く紹介。人気雑誌“chouchou”の別冊版なので、DVDがついてもかなりお得な価格、お気軽に購入かが可能。



商品番号 D-1 ダイエツルーシー RUSIE DUTTON *Diet Rusie*

商品番号 D-2 リラクゼーションルーシー RUSIE DUTTON *Relaxation Rusie*

price: ¥3,150(税込、1本当たり) 会員price: ¥2,800

2本セットで、ダイエット編とリラクゼーション編に分かれています。撮影時に回転台を使用し、ポーズを360度から見せるなど、斬新な撮影テクニックを使い、スローエクササイズDVDとして画期的と話題を呼んだ傑作。本付録のDVDには見られないクオリティにぜひご購入を。



商品番号 D-3 キレイになる タイ式ヨーガ ルーシーダットン

price: ¥3,675(税込) 会員price: ¥3,200

NHKエンタープライズがルーシーダットンに着目した決定版。“キレイになる”をキーワードに、当連盟認定古川インストラクターが完全レッスン形式にて



商品番号 T-1 ワットポー ルーシーダットン テキスト

price: ¥1,800(税込) 会員price: ¥1,600(税込)

ワットポー直接監修。400年前にタイ国初のManuscriptとして発刊された木板本を、現代に甦らせた保存版。現地スクールでしか手に入らない超貴重な資料です。80ポーズが紹介され、その伝統医学的視点の効果は英語で解説されています(在庫少)。

