

**ユーコ・スミダ・ジャクソンのダイエット&エクササイズ DVDブック 待望の第3弾が6月発売決定!**

日本を代表するダンサー&アウェークニング提唱者ユーコ・スミダ・ジャクソンが誰でも日常的に手軽に、美しさを継続できるカラダを作るエクササイズを紹介

# Sカーブ・ダイエット

かんたんストレッチでメリハリ美痩身(パーフェクトボディ)を目指す!

マイケル・ジャクソンのツアーに日本人ダンサーとして唯一参加、現在は劇団四季や女優を指導するユーコ・スミダ・ジャクソンが、身体の骨格で首と腰にある「Sカーブ」に着目し、誰でもトライできるエクササイズを提案します。付録DVDを見ながら、呼吸からストレッチ、ダンスを取り入れた動き等のエクササイズで身体の基礎を整え、「自然なくびれ」「すっきりとしたデコルテ」「たぶたぶしない二の腕」「締まった太もも」などのポイントに合わせた誰でも日常的に継続して行えるメニューで、痩せるだけではなく長期的な美しさを手に入れるカラダ作りを実現します。著者自身の体験談やレッスン生の事例をからめた解説も充実。手軽に美しく痩せたいすべての女性に向けたダイエット&エクササイズDVDブックです。



## Sカーブ・ダイエット

かんたんストレッチでメリハリ美痩身(パーフェクトボディ)を目指す!

著者：ユーコ・スミダ・ジャクソン  
 予価：1,575円  
 仕様：A5判/112ページ/DVD付  
 発売予定日：2012.6.11

### ユーコ・スミダ・ジャクソンのダイエット本

第1弾：『ヨガを超えた『アウェークニング』なら憧れボディが手に入る!』(発売：2008.1.10)

第2弾：『ヨガを超えた『アウェークニング』なら無敵のボディが手に入る!』(発売：2009.3.18)

#### ★メディア掲載実績

TV番組：TBS『ウンナンのラフな感じで。』/テレビ東京『ソロモン流』

雑誌：ViVi/東京1週間(以上講談社)、non・no(集英社)/an・an/BOAO/Tarzan(以上マガジンハウス)、日経WOMAN(日経ホーム出版)、Body+(実業之日本社)、美人計画号(青春出版社)、VERY(光文社)、レタスクラブ(角川SSコミュニケーションズ)、25ans(ハースト婦人画報社)、FYTTE(学研)、LUIRE/ダンス・スタイル、他

#### ★ランキング実績

Amazon ダイエット部門 第1位(2008年2月付)



### YUKO SUMIDA JACKSON プロフィール

1966年熊本生。単身L.A.に渡りマイケル・ジャクソン、ベビーフェイスのワールドツアーに抜擢された初の日本人女性ダンサーとして世界的脚光を浴びる。以降、プリンス、ポーラ・アブドゥル、シーラ・E他、数々のアーティストのツアーやビデオクリップ、そしてアカデミー賞、グラミー賞、アメリカンミュージックアワードなどのステージで活躍、NYダンスカンパニー在籍中に、ニューヨーク大学で特別ダンス講師として教鞭を執る。フランス人デザイナー、ティエリーミュグレー直々の依頼でモデルとしてもパブリコレクションなどに出演、またキャセイ航空、IBMなどの米テレビCMにも出演、2007年には、Newsweek誌「世界が尊敬する日本人100」に選出され、2010年には人気ドキュメント番組『ソロモン流』(TX系列)にて特集が組まれる。2011年12月に代々木第一体育館で行われた「MICHAEL JACKSON TRIBUTE LIVE」ではその卓越したステージングと圧倒的なパフォーマンスで多くの観客を魅了し、大きな話題となった。現在は自らのスポーツウェア・ブランド“Yuko Sumida Jackson”を展開しつつ、独自に考案したエクササイズ『アウェークニング』を劇団四季や女優、モデル、そしてプロ・スポーツ選手へ指導、さらに後進の育成やフィットネスクラブの新規プログラム開発に従事している。2012年より文部科学省後援による、ダンス文化の普及振興と教育指導者育成のための機関『一般社団法人日本ストリートダンス認定協議会』の総合監修、専務理事も務める。



**特設サイト：<http://www.rittor-music.co.jp/awakening/>**

読者様、視聴者様用プレゼントも可能です。ぜひ貴誌にて情報掲載のご検討をお願いいたします  
 (掲載クレジットは下記でお願いします。)

リットーミュージック カスタマーセンター TEL：03-5213-9296 東京都千代田区三番町20番地

本リリースに関するお問い合わせ：リットーミュージック宣伝販促部 土屋/松本まで

pr@rittor-music.co.jp / <http://rittor-music.co.jp>

〒102-0073 東京都千代田区九段北3-2-11 住友不動産九段北ビル6F

TEL:03-5213-6262 FAX:03-5213-6282