

**FYTTE2月号 好評発売中！**

今月は年末年始の豪華3大付録つき！



巻頭特集では、手間無く、そして確実なやせ方をFYTTEが誇る「スーパー読者」のみなさんが大公開してくれます！  
自宅エクサだけで76kgやせた人、67kgやせて彼と結婚した人など、ダイエットストーリーも満載でお届けします。

さらに、今月はBetty BoopとFYTTEのコラボで「やせるおやつ携帯用ケース」オリジナル付録がついています！  
ドライフルーツやナッツ、大豆バーなど、ちょっと小腹がすいたときに役立つおやつをいつでもどこへでも持ち歩けるかわいいケースです。

また、今話題の美木良介さんのロンググレスをネットで動画配信するサービスもあり、見逃せない企画満載です！！

カバーガールは初登場の杏さん。  
リアル9頭身でスタイル抜群の杏さんのボディづくりのマル秘わざをインタビューでたっぷりとうかがっていますので、そちらも必見ですよ～

忙しい毎日かと思いますが、FYTTEをチェックするのはお忘れなく～♪

**フィット2月号 12月21日(水) 発売 特別定価630円**

※全国の書店・コンビニ等でお買い求めください。

ツイート 24 | チェック | いいね! | B! 1 |

**スーパー成功読者の必勝やせアワード発表！**

- 別冊第1付録：カロリー手帖 ピザ&サイドメニューのカロリー
- 別冊第2付録：Betty Boop×FYTTEオリジナル 携帯間食ケース
- とじ込み付録：呼吸だけでやせちゃうBOOK

世界一級美女になる血液型別食事法  
ダイエット&ビューティ都市美伝説大検証！  
携帯小腹食でラクやせっ！



- ・インド式脚もみで即効ブーツ美人になる！
- ・美ことばカード新春大プレゼント
- ・お家おこもりエクサグッズでどれだけやせる！？を検証
- ・悪運断ち切り術でなぜか人生がうまくいく人に！
- ・忙し女子のテキパキ時間ダンドリ術  
「寒くても体を動かしたくなるウェアありますか？」
- ・女性のツライ“痛み”に即対応術
- ・シリコンスチーマーでホカホカ低カロリー冬野菜満腹おかず
- ・ナゴヤウィメンズマラソン目指せ！完走&キレイやせ！



2012年1月23日 (月)  
\*都合により内容が一部変更になることがあります。

巻頭特集

付録

■今後注目の最強のやせネタ、フィットがつかんだ！2012年最新流行ダイエットで冬太りに勝つ！

■別冊第1付録：カロリー手帖 機能性食品のカロリー

■別冊第2付録：お風呂に貼れる特別素材！釈由美子 全身ポスター付き！ お風呂エクサシート

■とじ込み第1付録：少女時代のボディを作った！韓流カリスマトレーナー美脚成型エクサDVD

■小倉優子、スザンヌ、人気モデルetc. 美ポディー女が実演 ハマリやせめし大公開

■特集■

代謝がUPするとやせる！メカニズムを徹底解剖  
練馬保育園の給食に習う500kcalおやつ&定食レシピ  
カラダ年齢チェックテストでやせスピードUPボディになる



このダイエットがすごい！  
2011-12流行ダイエットベスト10  
ショップ学研  
Amazon.co.jp



管理栄養士 watanoさんのかんたん、満足 やせ\*ごはん  
ショップ学研  
Amazon.co.jp  
セブンアンドアイ  
楽天ブックス



FYTTE カロリー手帖2011/12年版  
ショップ学研  
Amazon.co.jp  
セブンアンドアイ  
楽天ブックス



DVD付き 榎木式カーヴィーダンスで部分やせ！  
ショップ学研  
Amazon.co.jp  
セブンアンドアイ  
楽天ブックス