

# 美尻のカリスマ 岡部友が伝える 理想のお尻の作り方。 『美尻トレ 究極のヒップメイク』が amazonカテゴリー別ランキング1位を獲得！

全国書店でも好セールスを記録した他、12/11開催の出版記念セミナーも150名即完売となり、早くも重版が決定。岡部友スタイルのボディメイク術が現代女性のトレンドに。

株式会社 文藝春秋より岡部友『美尻トレ 究極のヒップメイク』が12月13日に発売されました。本書は、いま女性の間で注目を集めるボディメイクの中でも特にヒップに焦点を当てたものとなります。美尻トレーニングのトレーナーとして人気の岡部友が、究極のヒップメイク術をレクチャーしております。

岡部 友

美尻トレ 究極のヒップメイク

ベストセラー1位 - カテゴリ ダイエットエクササイズ



amazon

ランキング1位!!

ダイエットエクササイズ

全般関連書籍



amazonカテゴリ別ランキング1位獲得!  
全国書店でも好セールス記録中!!



岡部 友  
美尻トレ 究極のヒップメイク

ベストセラー1位 - カテゴリ ダイエットエクササイズ



ゴールドジム原宿アネックス店にて出版記念セミナーを  
12/11に開催。応募多数につき定員150名が即完売に。  
岡部友の美尻メイク術を多くの女性が体験。



掲載及び取材に関するお問い合わせ先/一般の方のお問い合わせ先  
株式会社ヴィーナスジャパン メディア担当 高城洋子 info@spiceupfitness.net

## ■商品概要

名称： 美尻トレ 究極にのヒップメイク  
 著者： 岡部 友  
 発売日： 2017.12.13  
 出版社： 文藝春秋  
 金額： 1,404円（税込）



## ■岡部 友（オカベ トモ）

フロリダ大学運動生理学部在学中、【NSCA-CSCS 公認コンディショニングスペシャリスト】 【ACSM-CPT 公認パーソナルトレーナー】を取得。2014年「分子整合栄養医学講座ファンデーションコース」修了。帰国後は数多くの女性にマンツーマンのボディメイク、ダイエット指導を行い、トレーニングとメンタルのトータルサポートが高く評価される。また、雑誌監修、セミナー講習、イベント講演だけでなく、フィットネスモデル、フィットネス関係通訳としても活動中。モデル、タレント、ダンサー、歌手、オリンピックスポーツ選手、マタニティーへの指導経験あり。夢はボディメイクを通じて“受動的ではなく、能動的な意志のある”Beauty”を提供すること、そして内面が強く、美しい日本女性を増やすこと。

2015年にはSpice up Fitness という会社を立ち上げ、2016年、女性によってデザインされた女性の体作りのための専用トレーニングスタジオを設立。青山店を2016年3月にオープンし、2017年9月には2店舗目の原宿店をオープン。

【Web】 <http://tomookabe.net>

【blog】 <https://ameblo.jp/tomomo1206/>

【Instagram】 [https://www.instagram.com/tomo\\_fitness/](https://www.instagram.com/tomo_fitness/)

## &lt;主な過去メディア出演&gt;

- ・TV
- NTV「人生が変わる1分間の深イイ話」(2017年9月11日 O.A)
- NTV「ズームイン!!サタデー」(2017年7月15日 O.A)
- EX「ぽっちゃりママのダイエット奮闘記」(2017年3月8日 O.A)

## ・雑誌

GLITTER (2017年9月) / Tazan「筋育のススメ」(2017年5月) / anan「麗しの美脚・美尻」(2017年4月) / Tarzan「運動不足に効く特集」(2017年4月) / anan「自分史上最高のカラダになる」(2016年1月) / Tarzan「女のヒップ」(2015年7月) / Tarzan「ダイエットに効かせる[筋トレ]活用術」(2014年11月) / FRaU「理想のカラダのつくりかた」(2014年10月) など

■掲載及び取材に関するお問い合わせ先/一般の方のお問い合わせ先  
 株式会社ヴィーナスジャパン メディア担当 高城洋子 [info@spiceupfitness.net](mailto:info@spiceupfitness.net)