

累計380万枚の大ヒット
平成最後の豪華版

TRFと一緒に楽しく踊ってやせる!

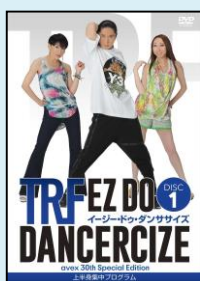


平成を代表するヒット曲をたっぷり収録
最新ダンササイズDVDが2/9(土)発売!!!

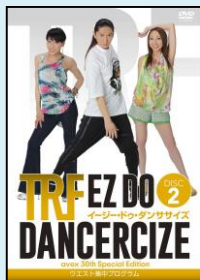
シリーズ累計380万枚の大ヒットDVD「TRF イージー・ドウ・ダンササイズ」シリーズ最新作が登場します。

「TRF イージー・ドウ・ダンササイズ」はエイベックス所属の人気ダンス&ヴォーカルユニット・TRFのメンバーが考案した、エクササイズプログラムです。振付を丁寧にレクチャーするエクササイズパートと実践のダンスパートに分かれており、順を追って習得できるのでダンス初心者の方でも安心して楽しめます。有酸素運動と筋力トレーニングの要素を取り入れたSAM、ETSU、CHIHARUによるオリジナルの振付で、ダンスしながらシェイプアップ効果が期待できます。今回は、エイベックス創業30周年、TRFデビュー25周年を記念して、豪華楽曲を収録。TRFはもちろん、globe、浜崎あゆみ、倅田来未、AAAなど1990年代～2010年代のヒットソング全15曲を使用し、5曲ずつのメドレーで収録しています。「上半身」「ウエスト」「下半身」と、3つカテゴリーに分かれており、目的別に集中して効果的にエクササイズができます。永久保存必至! 「イージー・ドウ・ダンササイズ」をLet's do it!

『TRF イージー・ドウ・ダンササイズ DVD BOOK NONSTOP EDITION』
価格：本体980円+税
発売日：2019年2月9日(土)



通常版(3枚組)の
良いところだけ!
をぎゅぎゅっと
まとめた特別ver.



★メドレー収録楽曲一覧(全15曲)★

- ①TRF「EZ DO DANCE」 / ②hitomi「CANDY GIRL」 / ③globe「Feel Like dance」 / ④TM NETWORK「Get Wild 2014」 / ⑤H Jungle With t「WOW WAR TONIGHT～時には起こせよムーヴメント～」 / ⑥東方神起「Reboot」 / ⑦AAA「Get チュー!」 / ⑧倅田来未「キューティーハニー」 / ⑨Every Little Thing「出逢った頃のように」 / ⑩浜崎あゆみ「Boys & Girls」 / ⑪SPEED「White Love」 / ⑫MAX「Give me a Shake」 / ⑬DA PUMP「ごきげんだけっ!～Nothing But Something～」 / ⑭三浦大知「EXCITE」 / ⑮TRF「Where to begin」

＜お問い合わせ＞ 株式会社宝島社 広報課

東京都千代田区一番町25番地 TEL 03-3239-0967 FAX 03-3288-1305