

2008年9月22日

報道関係各位

株式会社角川クロスメディア

---

ウォーカームックシリーズ初のウォーキングマガジン  
『今日からはじめる フィットネス・ウォーキング』発売

---

「東京ウォーカー」をはじめ全国7大都市で情報誌やエンタテインメント情報提供サイト「ウォーカープラス」などを手がける株式会社角川クロスメディア（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：福田全孝）は、9月19日にウォーキングをコンセプトにしたムック本『今日からはじめる フィットネス・ウォーキング』を発売いたしました。

近年、人々の健康意識の高まりとともに、ダイエットやメタボ対策、美容に効果があるとして、ますます注目が集まっている“ウォーキング”。『今日からはじめる フィットネス・ウォーキング』は、特に健康や美容に対する意識が高い30代～50代の男女を対象に、ウォーキングの視点からさまざまな情報を発信する、ウォーカームックシリーズ初のウォーキングマガジンです。

本誌の表紙には、美のカリスマとして活躍中のIKKO氏を起用。ウォーキングを始めたきっかけ、美脚を維持するための秘訣や意識すべきことなどを巻頭インタビューに掲載しています。特集誌面では、歩き方のコツや効果、グッズ、おすすめコースなどウォーキングに関連したあらゆる情報を取り上げています。別冊付録は3か月使える「ウォーキング&ダイエット手帳」。体重や体脂肪などに加え、歩いた距離やフィットネスを記録していくことで、理想のカラダに近づけていけます。

すべての人の「ウォーキングライフ」を応援する、充実した内容のムック本です。

詳細別紙



【『今日からはじめる フィットネス・ウォーキング』表紙イメージ】

## 『今日からはじめる フィットネス・ウォーキング』概要

### ■コンテンツ概要

- ・表紙&巻頭インタビュー・・・IKKO
- ・ウォーキング対談・・・荻原次晴×勅使川原郁恵
- ・第1特集・・・ずっと健康 ずっと美しく 歩き方バイブル
- ・第2特集・・・週末、癒しのウォーキングへ
- ・ミニ特集・・・10月4日「都歩の日」は多摩川を歩こう！
- ・インタビュー「Walking People」・・・八木沼純子／ルー大柴／桑野信義
- ・その他・・・イベントカレンダー、ノルディックウォーキング教室 他
- ・別冊付録・・・ウォーキング&ダイエット手帳（32ページ）

### ■媒体概要

誌 名：今日からはじめる フィットネス・ウォーキング  
体 裁：A4 変形、オールカラー 84 ページ、無線綴  
発 売 日：2008年9月19日（金）  
定 価：880円（本体838円＋税）  
発 行：角川クロスメディア  
発 売：角川グループパブリッシング

### ■会社概要

社 名：株式会社角川クロスメディア  
代 表 者：代表取締役社長 福田 全孝  
所 在 地：東京都千代田区富士見 1-3-11  
事 業 所：東京（本社）、神奈川、千葉、東海、関西、九州、北海道  
設 立：2006年4月1日  
資 本 金：2億5000万円  
U R L：<http://www.kxm.co.jp>

#### 【本件に関するお問い合わせ】

株式会社角川クロスメディア  
メディアコミュニケーション部 ターゲット戦略グループ 日下（くさか）  
TEL/03-3238-8476・FAX/03-5276-7261・[e-mail/kusaka-m@kxm.co.jp](mailto:kusaka-m@kxm.co.jp)