

新知趣聞

- ◆ 新運動商機 3大模式崛起
財訊雙週刊 no.667
- ◆ 新動經濟學——AI·社群·平台
能力雜誌 no.761
- ◆ 重訓不限年齡 高齡者也很可以
財訊趨勢贏家－有錢人的8個運動習慣
- ◆ 身穿黑色緊身衣和獸皮，擺出雕像的姿態——世界第一場健美比賽
故事 2020-11-25
- ◆ 日本異類健身房登台
喊出「5分鐘就有效果」
天下雜誌 no.779

科技健身

- ◆ 疫後大翻身——
虛擬運動市場崛起
彭博商業周刊/中文版 no.274
- ◆ 打造居家健身房，科技健身不求人
數位時代 no.301

健人餐桌

- ◆ 成功增肌減脂 蛋白質這樣吃才對
財訊趨勢贏家－愈吃愈享瘦
- ◆ 生酮、南海灘、區域飲食法
低碳飲食到底是什麼？
豐年月刊 2019/8月號



電子雜誌使用說明

CLICK!



達人領路

- ◆ 健身其實是心靈的鍛鍊
以此聆聽心靈的需求
小日子享生活誌 no.116
- ◆ 痛恨運動卻變健身教練！
筋肉媽媽一周課表大公開
經理人月刊 no.185
- ◆ 健身教練的奇妙職業故事
彭博商業周刊/中文版 no.259