

table of  
**contents**<sup>2</sup>

YOLO.style  
MAGAZINE For Training & Sports Woman  
Vol.7 2019 Spring

093 トレーニングから生理のことまで  
知りたいを  
『YOLO』誌上でも特別公開

- 094 トレーニング前に知っておくべき4つのこと
- 095 太もも、ヒップ、ウエストのための自宅トレ
- 101 いつものトレーニングをおさらい!
- 102 トレーニング女子の生理との上手なつき合い方

104 CULTURE

- 105 MOVIE / DVD
- 106 BOOK
- 107 MUSIC
- 108 APP
- 109 FOOD

110 YOU ONLY LIVE ONCE.

Cal / Hawaii

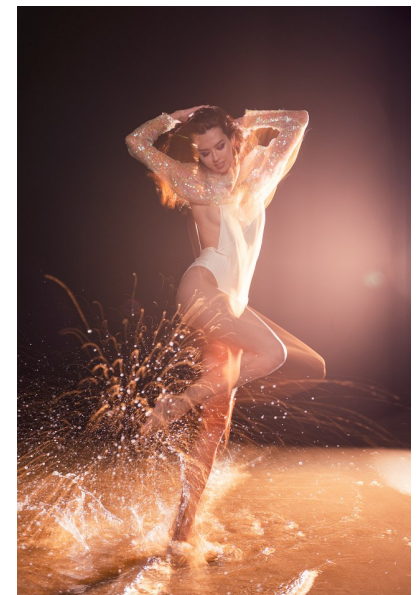
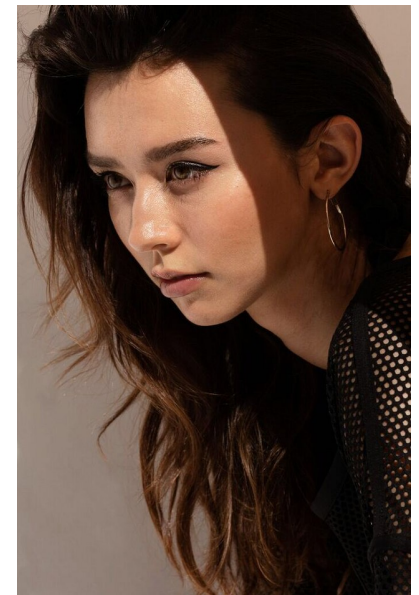
- 122 EVENT REPORT & NEWS
- 124 INFORMATION
- 127 INDEX



YOLO style spring '19 Model: Alexa

YOLO . style

005



# ALEXA LUCZAK

Height 5'9" Bust 33" Waist 24" Hips 34" Dress 2 US Shoe 5 US  
Hair Brown Eyes Hazel

**PREMIER**  
MODELS & TALENT