

# 玩转时尚休闲 为奥运激情加速

8月8日,奥运的激情将被点燃。如果担心奥运的炙热会让自己一时难以适应的话,完全可以利用这24个小时的时间做好热身——既可以到酒吧里放松,提前感受一下狂热的气氛,也可以和喜欢“飙歌”的朋友们一起去KTV引吭高歌,抑或是和深爱的那个他(她)体验一次情侣瑜伽,用放松来缓解紧张的神经。整整24个小时,玩转时尚的休闲方式,为奥运激情提速吧。

## 泡吧, HIGH 到天亮

从上世纪90年代初南京第一间酒吧“奥杰”开业到今天,这个城市的各个角落,已经散落了大大小小将近300家酒吧,直到南京1912街区在那个散发着民国味道的地方着陆,于是,南京的酒吧业便有了气候。于是,奥运开幕的前一天,就可以早早踩好点,找到自己喜欢的去处,准备HIGH到天亮。

在南京,每一个酒吧都有自己的特色,又都有自己的声音,可以去乱舞蹦迪,可以去极地听摇滚,也可以去天堂尝试暧昧,只要你愿意,都可以成为自己在奥运来临前的“准备活动”。记者从1912街区了解到,街区内各个酒吧

基本都安装了大屏幕电视,准备在奥运开幕当天全场转播奥运盛况。

除了1912街区里的人气酒吧玛索、苏荷等几家,喜欢去档次、品位比较高的酒吧的,可在那些高档酒店寻觅到,比如玄武饭店的“卡萨布兰卡”、金陵饭店负一楼的“金森”、金丝利喜来登的“丹尼爱尔兰吧”、丁山的“海阔天空”等等,这些酒吧消费水准要较其他酒吧高出许多。在那里,可以欣赏到激情四溢的外籍歌手的异域风情的原味演绎,可以看到在南京工作和旅游的老外,气氛比较热辣。



1912街区酒吧外景

## KTV, 挥洒你的激情



资料图片

邀上几个“麦霸”,到KTV里K歌,也是这24个小时中一个不错的选择,作为一项全民性的娱乐活动,唱歌永远不落伍。

七夕那天,可以和他(她)唱几遍《甜蜜蜜》,开幕式当天,则来个奥运歌曲包场,为晚上看开幕式做个准备,人数够多的话,还可以来上一曲《北京欢迎你》,像MTV里那些明星一样排一个出场顺序,想怎么玩就怎么玩。

其实,卡拉OK这种大众化的娱乐消遣方式在南京已经风行了至少有10年,从最初的在歌舞厅里拿着点歌单排队等号,到现在的自助式、量贩式KTV,卡拉OK已经成为

南京人最喜闻乐见的一种娱乐休闲活动。近200家不同规模、不同档次的KTV分布在各个繁华地段,成为人们一展歌喉的舞台。据悉,南京的各家KTV也都会在奥运期间做一些让利促销,包括包间时段的价格,酒水的价格等等。目前各家KTV的收费大致分为整包和按小时计费,一般下午时段的整包价格比较便宜,中包的价格一般在50元左右,有的还会送饮料、小吃;晚间的时段大多是按小时计费的,根据包间的大小每小时收费从30到300元不等,各家都会有诸如买2送1,买时段送酒水之类的促销活动。

## 情侣瑜伽 为爱意加分

在方兴未艾的瑜伽热潮中,双人瑜伽渐渐受到关注。闭上眼睛想象一下,在柔美曼妙的音乐衬托下,两个身着瑜伽服的情侣或面对面,四目相望、双手轻握;或背贴背、发鬓相抵,配合着呼吸法做着精心设计好的动作……在北京上海等城市,双人情侣瑜伽已成为一种时尚,目前,南京的明道、金吉鸟等瑜伽馆已经在双人瑜伽的基础上增加了情侣瑜伽的课程。中国式的情人节里,用这样一种时尚运动来表达爱意,用眼睛看见爱情,让身体感受浪漫,点燃爱的激情的同时还能纤体塑身。

据金吉鸟和明道瑜伽馆的教练介绍,情侣瑜伽是通过身体和精神的爱抚,达到灵肉合一的境界,情侣们也可以用它消除各种疲劳,令身心得到最自由、最彻底的放松,同时还能让爱情持久保鲜。

快报记者 黄建军



## 金吉鸟进驻苏州

在完成其对南京市场的战略布局后,金吉鸟瑜伽开始走出南京,进军苏、锡、常了。

目前,苏州首家店落户在新区的绿宝广场,计划18个月内在苏州开六家直营店,无锡和常州两地也在紧锣密鼓地选址建设,外地市场的开拓将秉承“金吉鸟”一贯的“一流环境、一流师资、实惠价格”的高性价比的专业化经营路线,争取两年的时间,在华东地区完成战略布局,届时,金吉鸟的会员们将在异地实现通用锻炼。

据了解,区别于其他瑜伽培训学院以单一赢利为目的,已经在招生培训中的金吉鸟瑜伽学院,将会对“金吉鸟瑜伽”人才的储备打下坚实基础,其内部特训的“瑜伽馆管理人才”及“瑜伽馆经营”等课程,更是为“金吉鸟”这个品牌的发展壮大保驾护航!

金吉鸟瑜伽,一个南京本土的品牌,经过两年多的快速发展,以8家直营连锁店布局南京,成为南京规模最大,会员拥有数量最多,口碑最好的瑜伽品牌。金吉鸟瑜伽的管理团队,先后在上海、无锡、南京管理过5家大型健身会所,并在国内外多个品牌健身中心及瑜伽会馆进行深度考察,根据自身对市场的精确把握,首创的经营模式及运作技巧正被同行们争先模仿,很多制度及运作方式已经成为行业标准。

# 瑜伽 我只选择金吉鸟

外教授课 九家直营连锁 一流环境 优秀管理团队



**金吉鸟瑜伽**  
网址: <http://b572828.xici.net>

## 庆苏州店成功选址, 特大优惠中

- 1、瑜伽季卡、双人行年卡、暑期师生卡、2年卡 全面特惠
- 2、办理任一款瑜伽年卡, 另加500元, 送全年游泳(限本人同步使用)

**龙江顶级店:** 龙江新城市广场二楼运动品牌专卖区  
电话: 86371907

**龙江二店:** 龙江新城市广场二楼海澜之家旁  
电话: 86371907

**瑞金路顶级店:** 龙蟠中路317号达美御园南二楼(金润发斜对面, 地税局旁)  
电话: 84796899

**大行宫顶级店:** 太平南路2号日月大厦4楼  
电话: 84653299

**新街口精品店:** 石鼓路42号建华大厦2706室  
电话: 84702468

**山西路精品店:** 山西路67号世界贸易中心A座1203室  
电话: 83200879

**珠江路精品店:** 珠江路88号新世界中心B座1102室  
电话: 84721128

**牌楼巷会所店:** 牌楼巷47号(五台山旁)  
金吉鸟·万源健身会所内  
电话: 86663232 此处有瑜伽/游泳/器械/器械



**金吉鸟瑜伽学院**  
(全日制、周末班及业余班)

初中高级连读 4800元, 暑期学生特惠, 优惠 1000元

**证书**—由金吉鸟瑜伽学院核准颁发。

**师资**—Shiny 主讲, 金吉鸟权威教练之一, 印度瑜伽圣地多处游学。

地址: 新街口石鼓路42号建华大厦1304室(大洋百货后面) 咨询热线: 8479 9686



**金吉鸟万源健身会所**  
南 / 京 / 十 / 佳 / 泳 / 池

地址: 牌楼巷47号(五台山旁)  
电话: 8666 3232 8661 9295

夏季 (2个月) - 游泳卡 660元, 游泳 + 健身 760元  
特惠: (10个月) - 游泳卡 1260元, 游泳 + 健身 1460元

★ 游泳培训班火热报名中 ★

休闲、娱乐、健身南京论智文化代理

定版热线: 025-83853255

更多信息详见在 [www.025sina.com](http://www.025sina.com)