

# 酒足饭饱去“HIGH”吧

每年的10月31日是万圣节前夕,通常叫做万圣节前夜。不过这一天的气氛却远不像它的名称那样让人听上去就“毛骨悚然”。在南京,感受这种“洋”节日的地方自然是酒吧一条街了,吃饱喝足之后,真正的万圣节狂欢夜才刚刚拉起帷幕。

## 【万圣节传说】

关于万圣节由来的传说有许多版本,最普遍的认识,那是源于基督诞生前的古西欧国家,主要包括爱尔兰、苏格兰和威尔士。这几处的古西欧人叫德鲁伊特人。德鲁伊特的新年在十一月一日,新年前夜,德鲁伊特人让年轻人集队,戴着各种怪异面具,拎着刻好的萝卜灯(南瓜灯系后期习俗,古西欧最早没有南瓜),他们游走于村落间。这在当时实则为一种秋收的庆典;也有说是“鬼节”,传说当年死去的人,灵魂会在万圣节的前夜造访人世,据说人们应该让造访的

鬼魂看到圆满的收成并对鬼魂呈现出丰盛的款待。所有篝火及灯火,一来为了吓走鬼魂,同时也为鬼魂照亮路线,引导其回归。

在中世纪的中欧,曾有过基督教摧毁异教徒的历史。可是新年夜前的祭祀庆典从未真正消除,不过以巫术的形式出现。这也就是为什么我们现在的万圣节里,还留有巫婆的扫帚、黑猫、咒语等痕迹。

## 【万圣节狂欢】

万圣节是西方的“鬼节”,因此万圣节的象征物许多都来自鬼怪、魔怪的主题,

不过当中也有南瓜灯、稻草人这样惹人喜爱的象征物。无论是手里提的“杰克灯”或者餐桌、餐厅里的摆设,都以南瓜为主要形象。试着为这个节日花上一点心思吧。你可以选择一些“南瓜头”形状的储物罐、小摆设,或者动手制作一些大南瓜形状的餐巾、餐垫,将餐桌布置得独特、有气氛,这对于成功搞好一次派对起到非常重要的作用呢!

每当万圣节到来,孩子们都会迫不及待地穿上五颜六色的化妆服,戴上千奇百怪的面具,提着一盏“杰克灯”走家串户,向大人们索要节日的礼物。万圣节最广为人知的象征也正是这两样——奇异的“杰克灯”和“表演魔术或者给糖果”的恶作剧。

万圣节不仅仅是孩子们寻找乐趣的日子,也是大人们狂欢的节日。在南京的酒吧里,你可以打扮成恐怖的吸血鬼、可怕的女巫,或是英俊的王子或美丽的白雪公主,或者戴上其他自己喜欢的假面具——总之,万圣节之夜,吓人有礼,吓人无罪,当您在热舞中发现灯光忽然黑暗,恐怖音乐响起,有人从后面抱你的时候,请记得,一定要惊悚尖叫!! 越叫越High!

本版整理 快报记者 黄建军



酒吧已经在布置周末的万圣节派对

## 浩沙健身举办健身沙龙

10月26日下午,浩沙健身俱乐部的“快乐健身沙龙”在JEEP酒吧圆满举办。本次活动旨在建立起企业文化、品牌形象与会员间的桥梁,传达“我健身、我快乐”的健身文化,并以新颖的、前卫的体验式娱乐活动让会员提前感受到健身带来的快乐。



将拉丁和国际音乐舞蹈相结合,自成一套动感的、兴奋的、有效的健身系统。它的特点是通过有氧、间歇训练与快、慢节奏音乐相结合的形式进行塑形。

此外,浩沙的特色课程还有以下几种:BODY BALANCE“绿色有氧”,它融合西方芭蕾,东方瑜伽,太极的精华;BODY PUMP,当今世界最快的瘦身方法;BODY COMBAT是集团健身项目中最令人兴奋的项目,源自一系列搏击格斗动作。

本次活动中,浩沙的金牌教练们为会员们带来了精彩的表演,有尊巴、肚皮舞、瑜伽、莱美等。全场热烈的气氛与现场观众的良好互动,给会员们带来了一个难忘的下午。ZUMBA(尊巴)是浩沙主推的一项特色舞蹈课程。它将活力、动感的音乐与独特的舞步结合,让所有参与者在舞蹈的时候可以毫无顾忌,自由发挥,是一种“感受快乐”的运动。ZUMBA



## 【链接】

### 南京部分酒吧万圣节活动

#### TOUCHBAR2

10月29日~11月1日 “鬼迷,新俏”主题活动

11月上旬 “识淑女,知晚礼”活动

#### JEEP(吉普)酒吧

10月30日~11月1日 疯狂万圣节之夜,具体活动如下:化妆舞会,寻找你的魔女;群魔乱舞;美女与金刚;骷髅彩绘;幽冥地府,鬼哭狼嚎;贞子飞天;地狱杀人,狂魔实现;比赛说鬼故事,谁说得越恐怖,大奖就属于你。

#### A8 CLUB

10月31日 童话世界派对

## 金吉鸟开出特色班

金吉鸟瑜伽学院11月1日的肚皮舞班和11月8日的瑜伽教练班全面开课了。

金吉鸟瑜伽学院依托于金吉鸟专业瑜伽馆,并和印度政府官方认可的西瓦南达瑜伽研修学院联姻,作为其在国内唯一认可的分支机构,全面负责国内教练的培训和认证。

金吉鸟健身连锁一直秉承“高性价比”的经营宗旨,目前在江苏已拥有

金吉鸟专业瑜伽馆(10家)、金吉鸟瑜伽培训学院(1家)、金吉鸟专业跳操中心(2家)及金吉鸟健身俱乐部(2家)四大品牌。金吉鸟瑜伽学院本着“本源·经验·精准·实践”的宗旨,培养了一批批专业的瑜伽导师。

金吉鸟瑜伽学院是唯一一家被国际瑜伽联盟及印度当地政府授权的权威认证国内培训机构,证书全球通用。

## 金吉鸟瑜伽 我就喜欢

外教授课 十家直营连锁 一流环境 优秀管理团队

## 金秋十月, 特大优惠

网址: <http://b572828.xici.net>

1. 购任意年卡, 赠送瑜伽服一套及加送一个月会籍 (其它优惠年卡不参加该活动)
2. 双人行年卡, 2年卡继续特惠中
3. 南京虹桥店、苏州新区店超值预售特惠中

虹桥店: 中山北路虹桥281号虹桥新城市中心3楼  
预售电话: 8320 0879 8472 1128 (火热预售中...)

- 龙江顶级店: 龙江新城市广场二楼运动品牌专卖区 电话: 8637 1997
- 龙江二店: 龙江新城市广场二楼淘淘之家旁 电话: 8637 1997
- 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/地观局旁) 电话: 8479 6899
- 珠江路精品店: 珠江路88号新世界中心B座1102室 电话: 8472 1128
- 大行宫顶级店: 太平南路2号日月大厦4楼 电话: 8465 3299
- 新街口精品店: 石鼓路42号建华大厦2706室 电话: 8470 2468
- 山西路精品店: 山西路67号世界贸易中心A座1203室 电话: 8320 0879
- 牌楼巷会所店: 牌楼巷47号1金吉鸟·万源健身会所内 电话: 8666 3232  
此处有瑜伽/游泳/跳操/器械
- 苏州新区店: 苏州新区绿宝广场不夜城1楼 电话: 0512-8171 0118

## 金吉鸟瑜伽学院 (全日制、周末班)

唯一一家被国际瑜伽联盟及印度当地政府授权的权威认证机构

1. 集哈达、艾扬格、阿师汤嘎等体系于教学中;
2. 对人体解剖学和营养学、中医疗养有独到的授课方式和技巧;
3. 每周专门设制印度外教特色课程、双语瑜伽口令课(英汉);
4. 免费学习高温瑜伽、肚皮舞、拉丁舞等;
5. 免费在金吉鸟任一分店跟课见习瑜伽、跳操、游泳、器械健身等;
6. 免费推荐就业, 优秀学员优先安排留用;

初中高连读 5800元, 学生优惠 1000元 11月8日开课  
(免费在金吉鸟任一分店跟课见习瑜伽、跳操、游泳、器械健身, 优秀学员优先安排留用)

肚皮舞11月1日开班了! 劲爆价 880元 由印度新德里肚皮舞舞蹈学院、法国AAA肚皮舞培训学院王牌教练执教, 5-10支成品舞  
咨询热线: 025-84799686 咨询QQ: 79495022 地址: 新街口石鼓路42号建华大厦1304 公交线路: 16、27、33、34、35、38、100新街口南站下

## 金吉鸟健身俱乐部

## 虹桥店 预售特惠中

每满50名会员, 价格上调100元

一年卡特价 1680元 二年卡特价 2680元 三年卡特价 3480元

### 赠送礼品

1. 运动大礼包(大小毛巾各一、运动水壶一个)
2. 赠送2个月会籍(即延长2个月使用期限)
3. 私人教练免费3节课课程指导
4. 金吉鸟万源游泳健身会所的十个月免费游泳 (每个月, 8天两次, 另付400元押金不计使用)

设施: 有氧运动区、无氧运动区、动感单车、操房、高温瑜伽房、常温瑜伽房、果汁吧、休闲区、男女淋浴区、男女桑拿房等  
课程: 街舞、拉丁、爵士舞、健身操、健身球操、肚皮舞、形体芭蕾、杆铃操、踏板操、搏击操、动感单车、常温瑜伽、高温瑜伽(收费)、普拉提等

预售电话: 8320 0879, 8472 1128

虹桥店: 鼓楼中山北路虹桥281号虹桥新城市中心三楼  
预售咨询电话: 8320 0879 8472 1128

万源店: 牌楼巷47号(离五台山健身会所仅百米之遥, 旁有餐饮名店“翠亨村”) 电话: 86663232 (瑜伽、游泳、跳操、器械)

## 金吉鸟万源健身会所

南/京/十/佳/泳/池

秋冬季游泳特价卡 680元(4月) 游泳年卡 1510

健身年卡 1320元 游泳+健身年卡特价 1880元

瑜伽特价年卡 1380元

地址: 牌楼巷47-1(万源大厦附楼) 电话: 8666 3232 8661 9295

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