

金吉鸟珠江路旗舰店 本周六将举办街演 丰厚礼品等你来拿

本周六下午2点到4点,金吉鸟珠江路旗舰店将联合新世界百货,举行街演大型互动活动。届时,将由金吉鸟资深教练为大家进行搏击操和踏板等运动项目的现场示范。不仅如此,教练们还将走下舞台,手把手地带领观众学习最新的运动姿势和动作要领。表现出众的观众还将现场获赠金吉鸟送出的精美礼品!

真情回馈新老客户

上周五晚,为回馈老客户,迎接新客户,金吉鸟在珠江路店举行了一场别开生面的公开课。到场的新老会员共计80多人,挤满了200平米的大型健身房。健身房内灯光四射,四面都是玻璃墙,墙根摆放着各色大大小小的瑜伽球。大家跟着台上5位活力四射的教练一同练习搏击操,每个人都练得汗流浹背,不亦乐乎。

随着欢快、激烈的音乐,金吉鸟操课主管 Holly 带领大家舞动青春,从第一节“热

身运动”,第二节“格斗训练”,一直到第七节“冲刺、互动”,随着欢快、激昂的音乐,在场所有会员双手搭在前一个人的肩上,跟着教练开始绕场跑,场内欢声笑语一片,在会心的对视中,把气氛一次又一次推向高潮。

公开课的举办十分成功,课后许多会员留下来向教练请教动作要领和健康知识,索取金吉鸟珠江路旗舰店的课表。教练们顾不上擦去额头和身上的汗水,细心为每一个会员答疑解惑,恰如其分地体现出品牌健身俱乐部教练扎实的专业技能、知识和良好的职业素养。

4000平米旗舰店开业

占地4000平米的金吉鸟健身俱乐部珠江路旗舰店,于9月8日揭开神秘的面纱开门迎客!该店位于珠江路新世界百货四楼,设施先进,高薪聘请经验丰富、曾经成功运作多家大型健身俱乐部的上



金吉鸟的教练每个都很棒 快报记者 辛一 摄

海管理团队,悉心打造南京一流的健身俱乐部。

敢为天下先的是,该旗舰店拿出120平米的面积开设了时下最流行的钢管舞课程,成为南京首家专业开设这时尚、前卫课程的健身俱乐部!

一张专业的斯诺克桌、两张台球桌和两张乒乓球桌,丰富了会员的休闲生活,锻炼之余还可以邀上好友一起休闲。

名冠快捷旅馆:精品旅馆精神享受

旅店除了是有故事的地方,更是日益成为人们生活的必需。位于清凉门大街177号的“名冠快捷旅馆”以其个性化的配套与服务,脱颖而出成为南京本土经济型旅店中的佼佼者。

人们白天忙碌地工作,夜晚便要回到自己的家中,“名冠快捷旅馆”便承担起“家”的使命,为那些身在旅途的心灵准备一个温馨的港湾。“名冠快捷旅馆”在业内口碑佳,整体的环境和服务享受达

到三星级标准。门庭典雅大方,内部环境时尚怡人、干净整洁卫生、配套设施齐全。让人始料未及的是,这样令人满意的舒适型酒店每间房价只需要100多元,而且还能够享受免费杂志、免费宽带上网等多项超值服务,除此之外,还有免费早餐赠送,诚恳待客的名冠人,一直以为顾客提供热情周到的服务为己任。无论远道而来的朋友,还是追求浪漫的年轻人,名冠快捷旅馆都会是您一个不错的选择!



“东来顺”的绝招:“涮羊肉”和“北京烤鸭”

拥有中国驰名商标和中国连锁百强企业的荣誉,北京东来顺饭庄是当之无愧。始建于1903年的东来顺作为百年老店,继承弘扬了清真菜肴的饮食精华,历经百年沧桑,几代人潜心钻研,赢得了“中华第一涮”的美誉。如今南京人也有口福到“东来顺”,最令人叫绝的还是“涮羊肉”和“北京烤鸭”。

“涮羊肉”融百年精华

近百年来,“东来顺饭庄”在秉承传统的同时,博采众长,创造了涮羊肉独特的色、香、味、形、器的和谐统一,形成了

风味涮肉的八大特色:选料精,刀工美、调料香、火锅旺、底汤鲜、糖蒜脆、配料细、辅料全。东来顺对羊肉的质量,从羊的产地、种类、羊龄到用肉部位,都有严格的规定,因此东来顺的羊肉肉质细嫩、没有腥膻异味。经过一百多年的发展,目前羊肉主打产品已经有十余个品种,除传统精品羊肉外,还开发了磨裆肉、手切肉、杜泊羊、西冷羊肉、小肥羊等产品。

尝尝正宗的北京烤鸭

北京烤鸭是东来顺饭庄颇具“京味”的一款美食。此鸭孵

出后放养一两个月,就得关进暗房里去群养,饲料是用糠麸拌匀捏成拇指般的条子,晒干了水分,隔一两天逐只抓出来,进行填塞喂养。一只2公斤重的“填鸭”,能片出100余片鸭肉片,而且大小均匀如丁香叶,口感酥香鲜嫩、肥而不腻、香浓醇厚,净肉的鸭架还可以加白菜、冬瓜煮汤,别有风味。在“东来顺”吃“北京烤鸭”大厨可是到您身边现片让您吃哦!

东来顺特惠消息:正宗北京烤鸭现价58元/只,原价可是98元/只哦!

金良酸菜鱼 百闻不如一尝

酸菜鱼,一道原本很普通很不起眼的菜品,却像流行歌曲一般在风行,成为餐餐必食的主菜。尤其是南京金良酸菜鱼,早听说好吃得非比寻常!宁海路南师大加油站对面巷内和西康路海大大学旁都有。宁海路的是老店,最近重装过了开业,真是环境温馨典雅,菜肴价廉物美。

去了金良,才明白酸菜鱼

原来可以这么好吃!我们点了小盆(20块)的酸菜鱼,一端上台就已经香气四溢了,第一块鱼入口,真是惊喜异常!鱼肉非常入味、入口嫩滑香辣,就像在吃嫩豆腐,酸菜的脆嫩香酸、汤汁的香浓麻辣加上鱼肉的鲜而不腥,真是美味中的极品啊!鱼肉吃完,用汤汁拌饭也是另一种享受。除了酸菜鱼,金良的徐州地锅鸡、六合头道菜也是很

正宗地道好吃的。特色纸锅、干锅、地锅、铁板、水煮、煲仔系列,乡村土菜、家常小炒等,金良菜肴品种丰富,应有尽有。

问过老板才知道,金良酸菜鱼是特聘川菜大厨,秉承祖传秘方,在色香味美上注重“麻、辣、鲜、香、嫩”,以水库养的活鱼为材,为了保证鱼的新鲜,店里坚持每天进货,绝对保证上桌的都是刚刚宰杀的游水鱼。

特色创新菜为福亿祥酒楼店庆添彩

近日,香港福亿祥酒楼的后厨部进行了一场别开生面的厨艺大比拼,不少创新菜肴在本次竞赛中脱颖而出,成为福亿祥酒楼新鲜菜谱的推荐菜品。

比赛要求选手选取一种特色菜品及十多款创新菜为参赛作品,专业评判小组根据菜品的色、香、味、形,从菜量、口味、

装盘等方面进行打分。本次参赛作品创意精美、构思独特,特别是糕点“香芋榴莲酥”、创新菜肴“千岛湖有机鱼头”“养颜鱼籽鹅肝酱”“小青龙爆响螺”等集色、香、味于一体,博得了评委们的一致好评。

福亿祥酒楼总经理李宋耀透露,为欢庆香港福亿祥酒楼

风雅泰淮店两周年店庆,回报客户长期以来的支持,酒楼再次推出招牌特色——海鲜佳肴,每位28元的鱼翅和每斤298元的澳龙让您美味与实惠兼得。此外,午餐6.8折,晚餐8折,也作为店庆特价酬宾活动,而且不限大厅和包间,时间将一直延续到9月底。

金吉鸟健身连锁

瑜伽 · 器械 · 跳操 · 游泳 · 教练培训

热烈祝贺“金吉鸟健身俱乐部”珠江路旗舰店盛大开业!

金吉鸟瑜伽

外教授课 · 十家直营连锁 · 一流环境 · 优秀管理团队
网址: <http://b572828.xici.net>

庆金吉鸟健身俱乐部珠江路店盛大开业!

●金吉鸟专业瑜伽馆所有门店:
年卡8折酬宾 (特价年卡不参加)
常温年卡: **1504元**
高温年卡: **1904元**
(以上价格为折后优惠价,顶级店上浮160元)

备注: 本公司拥有此活动的最终解释权 更多优惠, 请电询

龙江顶级店: 龙江新城市广场二楼运动品牌专卖区 电话: 86371997
龙江二店: 龙江新城市广场二楼海澜之家旁 电话: 86371997
虹桥顶级店: 中山北路281号新城市虹桥中心三楼 电话: 83171399
瑞金路顶级店: 龙蟠中路317号达美御园南二楼 电话: 84796899
珠江路精品店: 珠江路88号新世界中心B座1102室 电话: 84721128
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
牌楼巷会所店: 牌楼巷47号-1金吉鸟 万源健身会所内 电话: 86663232
苏州新区店: 苏州新区绿宝广场不夜城1楼 电话: 0512-61710118

金吉鸟健身俱乐部

庆珠江路店9月8日盛大开业

每月仅需
115元起

万源店 全面特惠
游泳+健身 年卡1880元

珠江路店: 珠江路88号新世界百货四楼(珠江路、丹凤街路口) 电话: 84533678 84533677
龙江店: 龙江新城市广场餐饮广场4楼(同能KTV、老媽火锅店上) 电话: 86299976, 86299979
虹桥店: 中山北路281号新城市虹桥中心三楼 电话: 83171399
万源店: 牌楼巷47-1(万源大厦附楼) 电话: 86663232 86619295

金吉鸟瑜伽学院

权威证书, 国际通用!

普拉提培训特惠报名中!

瑜伽培训全日制班、周末班
资深导师 + 印度外教 = 双优学习
跟课实习 + 权威证书 = 信心百倍
免费重修 + 特色赠送 = 巩固提升
就业指导 + 推荐工作 = 100% 成功

本月报名更有学习大礼包赠送!

学生、教师、军人优惠 1000 元!

新街口肚皮舞会员班特惠报名中!

咨询热线: 025-84799686 18913857337
咨询QQ: 794950222
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·大正跆拳道馆

跆拳道国家示范团
江苏训练基地中韩合作大正跆拳道俱乐部

暑期班、周末班特惠招募中

地址: 中山北路281号新城市虹桥中心三楼
金吉鸟健身俱乐部内 电话: 83171399
其他10家大正跆拳道分馆信息详见:
<http://www.clazhengtkd.com>