

3·8 个性休闲计划

明媚春日 宠爱女人

情人节的鲜活玫瑰尚未凋零,三八节的温馨气息又扑面而来,在春暖花开、阳光明媚的三月,我们即将迎来一年一度的三八妇女节。春天,是女人最美丽的季节,女人们换上靓丽的春装,迎着和煦的春风,笑脸盈盈地在桃红柳绿的美景中穿行。在三八这个专属女人的节日里,女同胞们就该从沉闷的冬装里解脱出来,从工作的压力中释放出来,从家长里短的琐事中解放出来。女人,就该多宠爱自己一点,男人,更要宠爱你身边的女人! 快报记者 彭凌梅



宠爱女人之一 爱她 就送她健身卡

前不久,在网上看到一个有趣的话题:“全球女人的十大恶习”,看作者的遣词用句似乎非常愤懑,估计是某个遭遇了这些现象而“痛心疾首”的男性朋友了。尽管他说得很郁闷很主观,但也有些客观的可取之处——这十大恶习中第四条就是热情永不消退的“减肥”,该作者形容它为“老少皆宜风靡全球”。记者捂嘴偷笑,还真是这样!

但这也从另一个角度说明,女人十分在乎自己的身材。她们常常认为自己外表的某些缺陷应该归咎于脂肪,总是幻想要是没有了这些脂肪,自己就会立即变得完美起来。记者作为女性同胞的一员,当然也脱不了俗,常对着镜子捏捏腰上的“救生圈”,想象它如果能消失该多好,咱的身材就没啥好挑剔的了!

这样的美梦却并不是虚幻的,不能实现的。现在,越来越多的爱美女性开始认识到健身减肥的好处,而不像以往总是依靠药物或是节食来减少脂肪,毕竟后两种减肥方式可能存在风险或者容易反弹。而通过科学的健身来减肥,收获的可能的不只是健康有型的身材,还有积

极向上的心态,这就是运动的魅力!

近几年,南京健身行业有了长足发展,几大优质健身企业金吉鸟、明道、浩沙等都受到不少健身爱好者的青睐。古老的瑜伽早已从陌生的带着神秘色彩的新鲜事物,转变为都市女性最热衷的健身项目,“瑜伽已经成为我的生活不可分割的一部分,通过练习瑜伽,我能够得到身心的双重满足,除了在生理上消除疲劳、净化血液、消除脂肪,还能在心灵上得到平静。”金吉鸟会员赵女士在接受记者采访时如是说。据赵女士介绍,她练习瑜伽已经超过三年,身边的女性朋友也在她的影响下加入了瑜伽行列,将会有越来越多宠爱自己的女性见证瑜伽的魅力!

除了瑜伽,动感单车、跑步机、肚皮舞等健身项目也很受南京女性的喜爱,随着女性个性意识的解放,她们抛下羞怯,更是学起了钢管舞。金吉鸟健身教练表示:“不久前的‘钢管舞申奥’事件炒得沸沸扬扬,不管能不能最终成功,都向社会传递了这样一个信号——抛掉成见,钢管舞也可以是健康的健身运动!”况且,钢管舞除了塑造形体,还能迸发女人的性感热情呢,难道你不希望你的女友越来越有味道?

»活动链接

值此女人佳节到来之际,南京最大的本土健身连锁金吉鸟特推出“迎三八”特惠活动:在金吉鸟旗下专业瑜伽馆所有门店办理年卡,只要在优惠价格的基础上加38元,你就能获赠会籍2个月、瑜伽服1套和防滑瑜伽铺巾1条,总价值980元呢!另外,凡在金吉鸟健身俱乐部办卡前50名的会员,情侣卡每人只需1680元,每月仅需115元起,就有游泳、运动大礼包等倾情赠送哦!



宠爱女人之二 爱她 唱情歌给她听

唱歌,在古时的中国就很流行,南朝梁简文帝在《当垆曲》中就曾写道:“迎来挟琴易,送别唱歌难。”唱歌,是人表达内心情感的需要,抑扬顿挫的歌声中,所要诉说的感情以优美的旋律自然而然地感染着听众。

对男人来说,生命中最重要的人无外乎这三种:母亲、爱人(女友)、女儿。在三八节,想要表达对她们的情感,宣之于口似乎有些难为情,借歌曲来抒发情感是个不错的选择。那么,在这样的女士节日里,男同胞,带着心爱的女人去KTV唱歌吧!

唱给母亲听的情歌(注:不要想歪,读者:记者你多心了!)有很多,一些也因为加入了流行POP元素,在KTV得到不少人的点唱,比如潘玮柏和苏芮合唱的《我想更懂你》。爱情,永远是歌曲创作最主要的灵感源泉。纯情的有杰伦的《简单爱》,深情的有TANK的《非你莫属》、庾澄庆的《情非得已》,不羁的有谢霆锋的《因为爱所以爱》……如果你们之间产生了什么误会或是矛盾,想要挽回你们的感情,那么唱迪克牛仔的《有多少爱可以重来》吧!

»活动链接

三八节当天,凡到V-MAX唱歌的女士都将获得V-MAX赠送的好看又好吃的巧克力玫瑰一枝哦!

健康成就未来!



金吉鸟健身连锁

瑜伽 · 器械 · 跳操 · 游泳 · 教练培训

收购: 收购基础较好的健身俱乐部、瑜伽馆!

求租: 求适合开设健身俱乐部的场地,使用面积1200m²-4000m²。

联系人:周先生 电话:15251829391
联系时间:11:00-21:00

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://b1175701.xici.net>

迎“三·八”特惠!!!

●金吉鸟专业瑜伽馆所有门店:
办理年卡,在优惠价格的基础上加38元,赠送会籍二个月、瑜伽服一套、防滑瑜伽铺巾一条,总价值980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润之家旁 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:龙耀中路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

迎“三·八”特惠!!!

每月仅需115元起,游泳、运动大礼包等倾情赠送!

1680元/人 限前50名

情侣卡

万源店 新装特惠
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(阿酷KTV、老妈火锅旁) 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!

瑜伽培训新班开课(全日制/周末班)

特大喜讯 凡报名即送肚皮舞/钢管舞/健身操 特色课程三选一! 助您就业无忧!

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+特色附送=巩固提升
就业指导+推荐工作=100%成功

提前报名更有惊喜优惠!

肚皮舞会员班惊爆价480元!

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.dazhengtkd.com>