



消费安全

现代快报2012年度
3·15安全消费特辑

3·15健身房 你会**正确**挑选吗



健身业消费

侵权档案

档案1: 六旬有余的胡女士在南昌市中山路的嘉莱特健身俱乐部办了一张年卡，双方口头约定，如健身过程中身体无法适应，可退卡。第一次健身时，她就高血压发作。胡女士出具了医院诊断报告，证明其患高血压病3级（高危）、颈椎病等病，不适宜健身。然而，嘉莱特健身俱乐部方面表示，顾客办卡时并没有如实告知病史，暂时无法退卡。

档案2: 西安市民陈女士，花了1700元在西安市太白路立交某健身中心办了一张年卡，经常加班的她并没有去消费过几次，于是陈女士想把自己的卡转到自己男朋友的名下，谁知，健身房告知其要缴300元的转卡费。陈女士气愤地说：“我当时办卡的时候，健身顾问并没有明确告知我转卡的任何信息，只是一味地推荐让我办卡，我觉得消费者在这样的商家消费实在没有安全感。”

档案3: 无锡加州健身俱乐部（永乐店）以700元一张年卡的低廉价格吸引了大批消费者前去健身。后该俱乐部在未通知会员的情况下突然关门，引起消费者的强烈不满，但健身房拒绝退卡。经工商南长分局调解，健身房承诺在三个月内帮消费者转让掉他们的会员卡，把钱退给消费者。

美安全·健身

C19 2012.3.15 星期四
责编:宋昱
美编:孙月 组版:郝莎莎

随着生活水平日益提高，健身房已成为越来越多人的宠儿，尤其是一些品牌健身房由于其口碑和齐全的设施，常常会拥有较多的粉丝。然而有一些不规范健身场所，往往打出极低的价格来招揽人气，但由于经营不规范，造成会员过多，出现洗浴排队、存放物品不方便等情况。所以，挑选健身房并不是越便宜越好，一定要选择适合的健身俱乐部。今天是3·15，对于如何正确挑选健身房，记者采访了南京市知名大型品牌健身会馆金吉鸟健身连锁董事长周荣，“企业要能正常经营，为消费者提供物有所值、物超所值的服务”周荣说。“会员入会时，如实介绍企业及应有的服务，一定不要做夸大或不实的宣传及承诺。在挑选健身房时，一定要首选大型的、有资质的品牌健身会馆。”同时周总也为读者如何正确挑选健身房支招！

快报记者 宋昱

地理位置:方便很重要

- 1、就近为宜。单身上班族可以选择公司附近的健身房，已经成家的最好选择离家不远的健身房。
- 2、查看车位。如果自己有车不在乎距离，那就要注意是否有足够的车位，停车是否方便等。
- 3、不选地下室。通风设备良好是健身房应该具备的基本条件。训练时，大量的汗液随身体排出，通风设备不好，很容易滋生细菌，产生难闻的异味。

健身教练:一定要专业

- 有巡场教练和私人教练。巡场教练可以在你锻炼时提供免费帮助和指导，也负责应对各种突发情况。私教是一对一给会员上课，其收费一般单独计算，并未包含在年卡内。如果是专业的私人教练，在初次训练时，一定会给你做一个全面的身体评估，包括：
- 1、身体基本指标：如身高、体重、体脂比、围度、心肺功能、身体柔韧性、新陈代谢率等。
 - 2、身体既往病史：如果患有心脏病、哮喘等易发疾病，需要经过专业医生同意后，方可进行锻炼。此外，还要记录有无锻炼基础、最大负重量、最多举起次数等。

课程设置:是否齐全

- 如果你想参加瑜伽、动感单车、搏击、普拉提等课程，就要注意：
- 1、收费：有些课程需要单独收费，每个健身房的收费标准不尽相同，事先应该了解清楚。

2、时间：每个月，健身房都会出一张详细的课程表，看看课程时间是否跟自己的时间相吻合。

3、效果：主要在于聘请的教练水平如何，因此要预先了解，看看各个课程教练的资料。

服务项目:价格合理

- 1、饮水：大多数健身房提供训练时的饮用水，不提供饮用水的需要看一下前台出售的各种饮料是否价格合理。
- 2、存放：看看储藏柜空间是否安全及空间是否充足，贵重物品能否寄存前台。值得注意的是，有的健身年卡中包含一个储物柜的年租金，有的则另外收费，而且价格很贵。
- 3、洗浴：察看冷热水是否均匀、洗浴间的数量是否充足、洗浴空间是否够大、通风是否良好。而且，洗浴间应该备有吹风机。
- 4、消毒：健身房在每天营业结束前还应对器械进行消毒。

器械:数量多品牌好

- 1、力量器械：应包括卧推架、龙门架、重量大小不等的哑铃和杠铃，每个肌肉部位至少配备2-3种不同的训练器械。
- 2、有氧器械：有氧单车、跑步机等是否都能正常使用，特别要留意一下跑步机等器械是否存在严重的排队现象。
- 3、国际知名品牌的健身器材安全性比较有保障。



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1200-4000m²。

联系人：周先生 电话：13390918587
联系时间：11:00-21:00
其它业务联系：025-83518366-822
联系时间：10:00-18:00

金吉鸟瑜伽

外教授课·十二家直营连锁·一流环境·优秀管理团队
网址：<http://b1175701.xici.net>

金吉鸟健身俱乐部

金吉鸟瑜伽学院

权威证书，国际通用！

春季特惠 每店限30名

购年卡 加58元，

2个月会籍、
瑜伽服一套，
瑜伽铺巾一条

另加198元可获得10个月免费游泳（7、8月份除外）

备注：已参加活动的年卡不参加此类活动。之前所有的年卡活动均取消。*更多优惠，请电询

双人行 1680元/年/人

注：购年卡 赠送运动大礼包，另加198元可获得10个月游泳（7、8月份除外）赠送。

万源店 游泳、健身特惠中

- 南湖顶级店：水西门大街213号美高美大厦（水西门、湖西街路口）电话：58991299
桥北顶级店：大桥北路48号弘阳广场C3栋四层（桥北大洋百货后面）电话：58298899
龙江顶级店：龙江新城市广场二楼运动品牌专卖区 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
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

- 桥北店：大桥北路48号弘阳广场C3栋四层（桥北大洋百货后面）电话：58298899
南湖店：水西门大街213号美高美大厦（水西门、湖西街路口）电话：58991299 58991300
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：84533677 84533678
龙江店：龙江新城市广场餐饮广场4楼（阿酷KTV、老妈火锅楼上）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

全日制班 周末班 晚班

- 45天基础学习
- +四门特色必修课
- +50节跟课实习卡
- +无限期免费进修
- +终生免费瑜伽讲座

另报名可选修
肚皮舞、钢管舞、有氧操、孕产瑜伽

开课时间：
全日制4月1日
周末班3月17日
晚班3月15日

肚皮舞年卡特惠85折!!!

咨询热线：84799686
咨询QQ：794950222
地址：太平南路2号，日月大厦4楼
公交线路：1，2，15，25，31大行宫下

金吉鸟少儿培训班

少儿芭蕾·国标拉丁·跆拳道 年卡仅需1680

- 龙江店：电话：86299976 86299979
龙江新城市广场餐饮广场4楼（阿酷KTV、老妈火锅楼上）
珠江店：电话：84533677 84533678
珠江路88号新世界百货四楼金吉鸟健身俱乐部内（珠江路、丹凤街路口）