

# 休闲范儿避暑——游泳池戏水 别是“到此一游”

花几十块钱，在游泳池里待上几小时，降降温、戏戏水，再像小鱼儿一样自由自在游上一会儿，这大概是夏天很多人会选择的消暑方式吧。每到酷夏，大大小小的游泳馆都是场面火爆，人气指数跟高温同步增长。



离报社很近的全民健身中心就有一个室内游泳馆——未来水世界。记者前往探访，办了一张50元一次的次卡，不限时。

三楼的泳池很大，人也相对较多，但池水很透明，从一角看它的对角线，连对角线那段的池底都清晰可见。浅水区总是有很多小孩子以及陪伴的家长。既不是小孩又不是家长的我，实在不好意思久留浅水区。很多人索性不游了，就泡在水里，跟一同来的朋友聊天，他们感慨着这么多人怎么游啊，又说泡一下降降温也好的，能游么就游几下。由于不限时，所以很多泳客游累了就上来得打打牌。池子里面还有小气泡咕咕嘟地往外冒，据我的经验，那一定是水循环系统在抽陈水补新水了。

在池子另一侧，还设有36-38℃的水疗池，不管冬天还是夏天都可以为游泳

的人冲浪按摩驱寒气，而且，桑拿房汗蒸房一应俱全，干湿分开。另一侧还有一个老人在鹅卵石小道上走路按摩脚底。夏天到游泳池戏水，就像黄金周去夫子庙一样，很多人只能“到此一游”而已。不过当记者转战四楼，发现这里的“游人”少多了，原来4楼是“游泳培训班”，成人班的上午班次、幼儿园培训班和私教都可以在这里上，还配有VIP包间可以休息呢。

事实上，很多人游泳，最关心的是水质。是不是早晨的水质好，下午的水质差？工作人员打消了记者的疑虑：“其实水都是24小时循环的，馆内和防疫站都会定时测水质保证大家的健康。不仅过滤，新水源不断进入，每天都有工作人员进行水底吸尘、消毒。”而3楼的设备间内，各种设备密密麻麻。文/现代快报记者 昂浩

## 游泳提示

- 1.一般游泳馆入场口都有标志牌，规定一定要携泳帽入馆，戴泳帽是为了卫生，既保护头发又防止头发上的油渍污垢污染水质，尤其是女同志，不戴泳帽的话，掉下来的头发很容易堵塞游泳池的排水孔。我们是24小时循环池水的，如果排水孔被头发堵住，那池水就得不到有效循环了。这个规定，对游泳馆和顾客都是有好处的。
- 2.游泳前先冲淋，也可以保持池水清洁。如果希望享受干净的水质，每个人都得有公德心。
- 3.选择水质干净的游泳馆，水质必须是每天循环过滤加新水的，而不是仅仅过滤的。

越休闲 悦生活

## 孩子暑假 锻炼学习两不误

振道跆拳道既能教授礼节又能锻炼身体身心，已成为家长的首选。跆拳道“礼仪廉耻，忍耐克己，百折不屈”更是被每一个跆拳道爱好者所崇尚。振道目前已有25家直营专业跆拳道馆，通过系统化的课程学习，让孩子变得有礼有自信。

风之舞作为南京第一家专业少儿舞蹈培训品牌，自创立之初，就定位为专业从事少儿舞蹈机构，常年开办少儿形体、民族舞、中国舞等，并开设22家连锁机构，专业的舞蹈教练、科学合理的教学课程，为少儿的舞蹈练习奠定了坚实的基础。使孩子在做一些局部的练习时，不至于觉得枯燥，并且在不知不觉中提高了他们的表演能力。另悉，溧水店已经开业了！

咨询电话：振道68997000；风之舞68995000

## 未来水世界 夏日的正确选择

未来水世界是集游泳、健身、水疗、美体、按摩、休闲于一体的高档运动场所。主要由贵宾泳池、SPA水疗池、桑拿（芬兰）浴、冲淋区、按摩区、棋牌室、VIP包间等部分组成。努力为VIP客户提供保姆式服务，营造舒适如家的运动氛围。

咨询电话：84653885

**静界® 瑜伽**  
总机 68996000

健康 | 塑身 | 养生 | 静心 | 美丽人生  
南京第一家专业瑜伽会馆及教练培训基地  
常年开办：形体瑜伽 | 养颜瑜伽 | 理疗瑜伽 | 教练培训等

**暑期卡 特惠啦!**

详情请咨询各会馆 (男女不限, 12-60岁)

<b>玄武区</b> [钟灵街馆 68996121] [珠江路馆 68996119] [全民健身馆 68996126] [城金馆 68996116]	<b>秦淮区(含原白下区)</b> [夫子庙馆 68996108] [龙蟠中路馆 68996109] [瑞金路馆 68996104] [大行宫馆 68996102] [新街口馆 68996103] [石鼓路馆 68996114]	<b>鼓楼区(含原下关区)</b> [漓江路馆 68996106] [龙江馆 68996105] [五台山馆 68996105] [山西路馆 68996104] [四马路馆 68996123] [大观天地馆 68996124]	<b>浦口区</b> [浦口馆 68996102]
<b>江宁区</b> [麒麟门馆 68996122] [上元大街馆 68996107] [胜太东路馆 68996120]	<b>雨花台区</b> [雨花馆 68996111]	<b>建邺区</b> [莫愁湖馆 68996118] [奥体馆 68996110]	<b>栖霞区</b> [仙林馆 68996113] [迈皋桥馆 68996117]

---

**暑期卡 特惠啦!**

详情请咨询各会馆 (男女不限, 3-14岁)

<b>玄武区</b> [钟灵街馆 68996116] [全民健身馆 68996114] [珠江路馆 68996112]	<b>鼓楼区</b> [莫愁湖馆 68996111] [奥体馆 68996105]	<b>栖霞区</b> [仙林馆 68996110] [迈皋桥馆 68996106]
<b>秦淮区(含原白下区)</b> [夫子庙馆 68996117] [龙蟠中路馆 68996124] [瑞金路馆 68996103] [大行宫馆 68996101] [新街口馆 68996102]	<b>江宁区</b> [麒麟门馆 68996118] [胜太东路馆 68996115] [上元大街馆 68996109]	<b>浦口区</b> [浦口馆 68996106]

**风之舞™**  
总机 68995000

形体 | 自信 | 气质 | 修养 | 艺术人生  
南京第一家专业少儿舞蹈培训连锁机构  
常年开办：少儿形体 | 民族舞 | 中国舞 | 教练培训等

---

**振道® 跆拳道**  
总机 68997000

强身 | 瘦身 | 防身 | 修身 | 成就人生  
江苏省跆拳道大众赛团体第一名  
常年开办：少儿班 | 青成年班 | 黑带班 | 教练培训等

**暑期卡 特惠啦!**

详情请咨询各会馆 (男女不限, 3-60岁)

<b>玄武区</b> [城金馆 68997116] [珠江路馆 68997118] [大行宫馆 68997101] [钟灵街馆 68997120]	<b>鼓楼区(含原下关区)</b> [夫子庙馆 68997109] [龙蟠中路馆 68997108] [瑞金路馆 68997125] [新街口馆 68997110]	<b>秦淮区</b> [五台山馆 68997115] [南京大学馆 68997102] [山西路馆 68997103] [龙江馆 68997101] [漓江路馆 68997105] [四平路馆 68997123] [大观天地馆 68997123]	<b>栖霞区</b> [仙林馆 68997114] [迈皋桥馆 68997117]
<b>秦淮区(含原白下区)</b> [夫子庙馆 68997109] [龙蟠中路馆 68997108] [瑞金路馆 68997125] [新街口馆 68997110]	<b>雨花台区</b> [莫愁湖馆 68997106] [奥体馆 68997111]	<b>浦口区</b> [浦口馆 68997113]	<b>江宁区</b> [上元大街馆 68997107] [胜太东路馆 68997119] [麒麟门馆 68997121]

“风之舞”、“静界瑜伽”、“振道跆拳道”均为国家注册商标 常年法律顾问：“江苏省十佳律师”刘万福高敏律师