

想变年轻？且慢动刀

刺激经络带来的“软减龄”，回春效果同样惊艳

提升轮廓、紧致皮肤、祛除皱纹……不开刀、不注射，只用按摩和理疗，同样能做到！而这一奇迹的创造者，就是今年在南京连续开出4家门店的传奇减龄机构——惠媛经络抗衰老中心。



指尖下的“第二春”

记者了解到，惠媛经络开展的减龄分为“面部减龄”、“眼部减龄”、“胸部减龄”等多个项目，但无一例外，核心方法都是手工刺激、疏通经络，因此统称为“经络减龄”。

做经络减龄，通过手指的“点、划、按、打”，一个小时就能看到明显的效果，尤其在紧致提升、颈部祛皱、祛黑眼圈等方面，甚至能与整形相媲美。

据介绍，相比医学减龄，经络减龄无任何创伤，因此也被称为“软减龄”。

“机理完全不一样，打个比方：就像是帮助一块板结的农田提高田力，医学减龄靠的是不断施肥，也就是注射，最终土地会变得越来越依赖化肥，而我们靠的是周期性的翻耕，让土地最大程度地恢复自然活力。”惠媛经络一位负责人这样解释。

经络、气血、肌肤，本是一体！

那么，作为一门纯手工的技术，惠媛的经络减龄为何会有如此神奇的效果？这还要从经络、气血、肌肤的关系说起。

经络减龄脱胎于传承千年的中医经络回春术，简单地讲，就是针对内因入手，通过刺激问题相对应的经络，改变气血运转节奏，由内而外一步步唤醒身体潜能、激活年轻态。

就像张惠媛经常挂在嘴边点拨刚入门的新弟子们的一句话：经络通则血清，经络塞则血浊，皮为血之余……你眼睛看到的是顾客脸上的问题，但心里想的是手上走的，一定是内在的气血和经络。

越美丽 悦生活

迎国庆期间，惠媛经络抗衰老中心各项特色服务，全程体验均为198元，有兴趣的读者不妨就近预约，实地考察。

咨询电话：85723799

2013全国大众跆拳道锦标赛举行 南京振道跆拳道 获得优异成绩



2013年全国大众跆拳道锦标赛在黄山市体育馆举行。全国大众跆拳道锦标赛是目前国内业余水平最高的跆拳道赛事，具有很强的观赏性和影响力。本次赛事由国家体育总局拳击跆拳道运动管理中心、中国跆拳道协会主办。安徽省体育局、黄山市人民政府作为支持单位，黄山市体育局、安徽省武术拳击运动管理中心承办，安徽省跆拳道协会、黄山市体育中心、中体保险经纪有限公司协办。共有国内111支代表队的1300余名参赛人员及媒体记者、裁判员、随队观摩团等共约3000余人参加。

“南京振道跆拳道”在此次活动中获得了3金、2银、1铜，以及8个前八名的优异成绩，其中傅家钰、刘腾宇、李一轩、吴妍分别获得了其参加项目的第一名。振道跆拳道为他们感到自豪，诚挚希望更多的青少年加入振道跆拳道，强身健体，增添荣誉！

热烈祝贺五台山健身会馆 开馆12周年 双节同庆 入会享千元健身豪礼

2013年，五台山健身会馆迎来12周年店庆；同时为迎中秋、国庆双节，9月1日起开展入会享千元健身豪礼活动。

五台山健身会馆开馆12年，让越来越多的健身者通过科学方式强身健体，增强自信。

2010年在全省范围内率先引进超声波局部脂肪化分解仪和POWER PLATE震动加速器，以帮助特定人群达到快速局部减脂塑形的效果。

2011年，开设深受白领喜爱的时尚钢管舞课程。

2012年针对上班族健身时间不充裕，引进30分钟革命性的核心肌群锻炼课程CXWORX，为健身者塑造平坦小腹和健康体型，帮助健身者在运动中找到自信。

2013年引进莱美最新课程SH'BAM，通过在流行音乐中配合简单而火爆的舞蹈动作，燃烧脂肪，实现从平凡人至大明星的魔幻变身。紧跟国际潮流，创造一流健身环境，不断增设健身项目，12年未曾间断。

越休闲 悦生活

五台山健身会馆为迎中秋、国庆双节，开展入会享千元健身豪礼活动。咨询热线：86618080, 86617006

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

学期卡特惠啦!

详情请咨询各会馆 (男女不限, 12-60岁)

玄武区	鼓楼区	栖霞区	江宁区
【钟灵街馆 68996121】	【莫愁湖馆 68996118】	【仙林馆 68996110】	【麒麟门馆 68996122】
【珠江路馆 68996119】	【奥体馆 68996110】	【迈皋桥馆 68996108】	【上元大街馆 68996107】
【全民中心馆 68996125】	【奥体馆 68996110】	【龙江路馆 68996109】	【胜太东路馆 68996120】
【紫金馆 68996116】	【五台山馆 68996115】	【瑞金路馆 68996101】	
	【山西路馆 68996104】	【大行宫馆 68996102】	
	【西平路馆 68996123】	【新街口馆 68996103】	
	【大奥天地馆 68996124】		
		浦口区	雨花台区
		【浦口馆 68996112】	【雨花馆 68996111】
			【溧水区 68996125】

风之舞™

总机 68995000

纤体 | 自信 | 气质 | 素养 | 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

学期卡特惠啦!

详情请咨询各会馆 (男女不限, 3-14岁)

玄武区	鼓楼区	栖霞区	江宁区
【钟灵街馆 68995116】	【莫愁湖馆 68995111】	【仙林馆 68995110】	【麒麟门馆 68995118】
【全民中心馆 68995114】	【奥体馆 68995105】	【迈皋桥馆 68995108】	【上元大街馆 68995115】
【珠江路馆 68995112】	【奥体馆 68995105】	【龙江路馆 68995109】	【胜太东路馆 68995120】
秦淮区	鼓楼区	栖霞区	江宁区
【夫子庙馆 68995117】	【莫愁湖馆 68995111】	【仙林馆 68995110】	【麒麟门馆 68995118】
【龙蟠中路馆 68995128】	【奥体馆 68995105】	【迈皋桥馆 68995108】	【上元大街馆 68995115】
【瑞金路馆 68995103】	【奥体馆 68995105】	【龙江路馆 68995109】	【胜太东路馆 68995120】
【大行宫馆 68995101】	【奥体馆 68995105】	【大行宫馆 68995102】	
【新街口馆 68995102】			
雨花台区	鼓楼区	栖霞区	江宁区
【雨花馆 68995107】	【莫愁湖馆 68995111】	【仙林馆 68995110】	【麒麟门馆 68995118】
	【奥体馆 68995105】	【迈皋桥馆 68995108】	【上元大街馆 68995115】
	【奥体馆 68995105】	【龙江路馆 68995109】	【胜太东路馆 68995120】
	【奥体馆 68995105】	【大行宫馆 68995102】	
	【奥体馆 68995105】	【新街口馆 68995103】	
		浦口区	雨花台区
		【浦口馆 68995112】	【雨花馆 68995111】
			【溧水区 68995125】

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

学期卡特惠啦!

详情请咨询各会馆 (男女不限, 3-60岁)

玄武区	鼓楼区	栖霞区	江宁区
【镇全馆 68997116】	【五台山馆 68997115】	【仙林馆 68997114】	【麒麟门馆 68997121】
【珠江路馆 68997118】	【南京大学馆 68997102】	【迈皋桥馆 68997117】	【上元大街馆 68997107】
【大行宫馆 68997101】	【山西路馆 68997103】	【奥体馆 68997111】	【胜太东路馆 68997119】
【钟灵街馆 68997120】	【龙江路馆 68997101】	【奥体馆 68997111】	【麒麟门馆 68997121】
	【溧江路馆 68997105】	【奥体馆 68997111】	
	【西平路馆 68997122】	【奥体馆 68997111】	
	【大奥天地馆 68997123】	【奥体馆 68997111】	
秦淮区	鼓楼区	栖霞区	江宁区
【夫子庙馆 68997109】	【莫愁湖馆 68997106】	【仙林馆 68997114】	【麒麟门馆 68997121】
【龙蟠中路馆 68997108】	【奥体馆 68997105】	【迈皋桥馆 68997117】	【上元大街馆 68997107】
【瑞金路馆 68997125】	【奥体馆 68997105】	【奥体馆 68997111】	【胜太东路馆 68997119】
【大行宫馆 68997110】	【奥体馆 68997105】	【迈皋桥馆 68997117】	【麒麟门馆 68997121】
	【奥体馆 68997105】	【奥体馆 68997111】	
	【奥体馆 68997105】	【奥体馆 68997111】	
		浦口区	雨花台区
		【浦口馆 68997112】	【雨花馆 68997111】
			【溧水区 68997124】

“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”刘万福高级律师