

冬日暖身,做个SPA

在寒冷的冬天,做SPA是许多都市人美容养生的主要方式之一,让身体浸润在温暖的水中,再做一个全身按摩,洗去满身疲惫的同时又能美肤健体,真是惬意至极。让我们追随SPA达人,一同感受这无与伦比的美妙体验吧!



在芳香国度里游走

在SPA达人欣怡看来,SPA是一个芳香馥郁的国度。印象最深的,无疑是今年夏天做的咖啡豆SPA。“之前我以为咖啡豆SPA是用咖啡豆泡个澡,可洗澡过程中没有用到咖啡。”欣怡说,在做全身按摩的时候,美容师端了碗被研磨过的咖啡豆过来。咖啡豆触碰到皮肤的感觉很粗糙,但蛮舒服,可以去角质。很快,整个房间里充满了浓浓的咖啡味。全身被舒服地按摩了一个小时,咖啡豆一点一点地覆在了她的身上,欣怡感觉自己

● SPA达人:欣怡,24岁,时尚编辑

仿佛也变成了一颗咖啡豆……
欣怡觉得,SPA是她生命中不能缺少的一部分,每当生活、工作中遇到烦恼,只要去享受一次SPA,很快就神清气爽、焕然一新。

● SPA小贴士:

1.在做SPA前后的一个小时内,不要进食。但要充分喝水,以加强做SPA的效果。

2.做SPA频率不可过高,一周一次为宜,否则对身体有害无益。

现代快报记者 周青

精打细算做SPA

“第一次做SPA是和闺蜜结伴去的,我们在双人间里,一边做着精油按摩,一边聊天,感觉特别放松。”28岁的霏霏对SPA可以说是一见钟情。

但因为SPA的价格不低,刚工作不久的霏霏也舍不得经常去消费。可SPA的诱惑力实在难挡,于是霏霏就开始关注SPA的优惠、团购活动。“一般大型SPA机构的优惠活动不多,可

● SPA达人:霏霏,28岁,行政文员

能是一个季度推出一次优惠促销,也可能是某个月推出一次感恩小回馈,我会定期关注他们的官网。”霏霏说,此外,自己在团购网上购买过不少于10次的SPA项目,大部分物超所值,但一些规模较小的SPA馆,从服务、设施都给她留下不好的印象。

● SPA团购小贴士:

1.注意资质,建议只关注几家自己认可的SPA会所,而不是团购有什么就选什么,以免不必要的麻烦。

2.团购提供的SPA有不少是商家新推出的SPA类型,为了得到顾客的认可,服务一般较好,所以不妨挑选些新类型尝试。

现代快报记者 彭莉

2014年度(第六届)

现代快报时尚红颜榜评选系列报道2

上周,2014年度(第六届)现代快报时尚红颜榜评选正式拉开序幕,作为评选活动的互动环节,“搜全城,女神快出动”一经推出,就得到众多女神们的关注。不少美容院在得知本次活动后,也想要推荐店里的“女神”顾客,在美容院里掀起了一股评选小热潮。参与者杨曦说,现在很多女性去美容院不仅是为了变美,更把它当作一种生活方式,认为“美容院是每个女人最好的闺房”。

晒美容故事,赢超值好礼

美丽传递仍在继续,即日起至12月18日,分享美容院、美发美甲店的变美趣事,或是婚纱摄影拍摄过程中的温馨瞬间。即有机会获得夏普车载空气净化器、“丝丝绸”真丝围巾、欧盟标准采云间茶叶、价值千元的免费美容保养体验等精美礼品。中奖名单将在下一期《悦生活》周刊以及微博微信上同步公布。

实习生 嵇苏婷
现代快报记者 彭莉

参与方式

扫描现代快报悦生活微博,微信二维码

1. 微博编辑话题#美丽传递#+美容经历或美丽寄语@现代快报悦生活;
2. 微信编辑话题#美丽传递#+美容经历或美丽寄语,发送给主页君;
3. 加入QQ群讨论:91950556-78033868;
4. 热线互动:025-84783580。



江苏金桥国际旅行社

★南京四星旅行社 ★国家指定出境组团社 ★江苏诚信旅行社 ★27年旅游服务经验

喜迎元旦跨年巨惠

400-025-9176

金桥国旅官网 www.jinqiaoguolv.com

<p>中国香港澳门双园超值精彩5日游</p> <p>迪士尼+海洋公园 12月多团期可订</p> <p>优惠价 2550 元起</p>	<p>首尔半自助5日</p> <p>南京出发 两天自由行动 东航直飞 当地四星级酒店 12月18/25/27日</p> <p>优惠价 2380 元起</p>	<p>日本本州+奈良纯玩6日(南京往返)</p> <p>2014年12月25日 2015年1月1/8/11日 </p> <p>优惠价 5980 元起</p>	<p>泰国泰美风情6日</p> <p>南京出发 一报还非回 四星 赠送600元自驾 12月多团期可订</p> <p>优惠价 3199 元起</p>	<p>柬埔寨探秘6日</p> <p>上海出发 柬埔寨国家航空 全泰四星酒店 2015年1月21/23/28日 </p> <p>优惠价 3299 元起</p>	<p>汤山一号温泉</p> <p>特惠价: 148 元</p>
<p>巴厘岛4晚6日</p> <p>南京直飞 全泰四星酒店 2015年1月10/15/20/ 25/30日</p> <p>优惠价 4999 元起</p>	<p>春节团期 普吉岛浪漫6/7日</p> <p>南京往返 全程无自驾 送机票-订座200元/人 2015年2月16/18/21日 </p> <p>优惠价 8380 元起</p>	<p>元旦团期 德法意瑞+新天鹅堡9晚11日(南京往返)</p> <p>双飞直航 12月21/23日 2015年1月2/11/23日 </p> <p>节日价 9499 元起</p>	<p>春节团期 美国西海岸10-11日</p> <p>上海直飞洛杉矶 入住四星品牌酒店 2015年2月16/18日</p> <p>优惠价 14599 元起</p>	<p>春节团期 澳大利亚-新西兰9晚11日</p> <p>2015年1月10/14/20日 2015年2月3/11/20/28日 </p> <p>优惠价 15699 元起</p>	<p>经典黄山三日</p> <p>特惠价: 448 元</p>
<p>哈尔滨太阳岛-亚力山大滑雪场玩双飞休闲4日</p> <p>冬季出发 超值优惠</p> <p>优惠价 1650 元起</p>	<p>昆明芒市瑞丽腾冲双飞6日</p> <p>游中国最美第一城 看特色火山公园</p> <p>优惠价 1280 元起</p>	<p>昆明大理丽江西双版纳经典环飞8日</p> <p>环飞产品 不走回头路 全云南 特色行程</p> <p>优惠价 1350 元起</p>	<p>海南海口双飞5日</p> <p>超值特价 海口往返 全泰入住四星酒店 12月天天发团</p> <p>优惠价 1480 元起</p>	<p>佛山桂林阳朔休闲双飞5日</p> <p>12月超值特惠 享了指定大团对公司</p> <p>优惠价 960 元起</p>	<p>武夷山赏红叶三日</p> <p>特惠价: 298 元</p>

地址: 总社 南京市中山北路219号宏图大厦9楼
分店: 江东中路102号万达广场商务楼A座908室
新街口: 南京市中山南路49号茂业世纪广场16楼B2室
鼓楼店: 中山北路28号江苏商厦31楼3108室

400-025-9176 85809829