

约老山欢乐跑的朋友,来领装备啦

4月29日,五一小长假首日,2018中国南京“有氧老山”国际山地半程马拉松暨5公里公益跑活动,将在象山湖市民广场鸣枪开跑。21公里山地半程马拉松、11公里山地体验、5公里公益跑、发呆大会、亲子运动会……3月下旬,我们就向热爱运动的网友发出了“邀请函”。很快,几千个参赛名额被一抢而空。约老山欢乐跑的朋友们注意啦,装备已经准备好啦,你准备好了吗?

现代快报/ZAKER南京记者 刘静妍/文 施向辉/摄



快来领装备
老山管办供图

来美丽的老山放飞自我吧

边跑边赏景,记得到点要打卡

本次活动由南京老山有氧运动推广工作委员会、南京体育产业集团主办,南京绿源华峰投资发展有限公司协办,浦口区体育局、南京老山林场、南京老山旅游度假区管委会办公室指导,南京老山户外运动俱乐部、青奥产业南京有限公司、现代快报·ZAKER南京承办。

21公里国际山地半程马拉松是中国田径运动协会注册赛事,也是本次赛事的一大特色。选择11公里山地体验和5公里公益跑的选手,同样可以饱览象山湖大坝、象山湖水库等山水相映的好景致。

沿途,主会场、珍七路观景平台、石公山、吴洼口、老鹰山瞭望塔、老山森林公园西门等,都设置了医疗、补给点。

本次活动得到了华彬集团旗下能量型维生素饮料战马的大力支持。同时,4月16日刚刚进入南京市的全新便利店品牌——全时便利店,也为大家提供了士力架等能量补给产品。另外,中央商场罗森提供各色饭团,现场提供免费试吃;L.U.G好时提供多款手工饼干、手工面包、蛋糕等;还有怡宝赞助了本次赛事的选手饮用水。来自金吉鸟的专业教练为选手

提供赛前热身、赛后拉伸等服务。

为了保证选手安全,比赛将设置关门时间,21公里精英组和11公里体验组关门时间5小时,在规定的关门时间内未能完成比赛的选手,裁判员有权摘掉选手计时芯片,成绩无效。赛事组委会为21公里精英组、11公里体验组参赛选手提供芯片计时服务。本次比赛按组别采用净计时出发,选手在比赛过程中,必须在所有的打卡点打卡,如缺少任何一个分段点的成绩,则该选手的比赛成绩无效。

装备准备好啦,你准备好了没

4月21、22日,参加欢乐老山5公里公益跑的选手,可以凭身份证来领取装备哦。你可以选择4月21日到浦口象山湖公园领,也可以选择4月22日到新街口领取。

浦口区领取地点:象山湖

公园(沿山大道与象山路交界处),时间:21日10:00~17:00。公交线路:江浦客运站可换乘610/686,象山路北下,步行约300米即可到达。

市区领取地点:南京市洪武北路55号置地广场18楼1812

室(地铁1、2号线新街口站下7号出口德基广场出,步行约775米),时间:22日10:00~17:00。

21公里山地半程马拉松、11公里山地体验组,装备领取信息将于下周在“青奥空间”微信公众号有提示。

刚工作一年,我却不敢参加同学会

随着现代化建设越来越迅速,青年人的工作压力也越来越大,加班、熬夜现象时有发生。然而,在透支自己精力的同时,也给皮肤带来不小的负担,经常熬夜的人由于用眼过度、肤质下垂,出现严重的眼袋。

近日,南京的李女士表示,自己刚参加工作一年就长出一对臃肿的眼袋,因为这对眼袋让她看上去至少比同龄人老了十岁,搞得每次同学聚会都不敢去。“因为工作性质,我经常加班到深夜,皮肤也开始变得粗糙,但化妆后至少还可以遮掩一下。”确实,李女士的眼袋比较明显,虽然化了淡妆,但整个人看起来还是一副无精打采的样子。“有什么办法能改善一下吗?”李女士焦急地问道。

怎么把这显老的眼袋祛除呢?专业抗衰老肌肤机构思蒂贝尔的杨老师表示:“眼袋形成的主要原因是生活习惯和遗传。另外,因为工作压力长期睡眠不足、经常戴隐形眼镜、卸妆不够轻柔,这些都有可能致眼袋出问题。”杨老师还说,现在很多年轻人,由于熬夜长出来的眼袋,形成时间不长,年轻人的代谢也比较快,配合适当的仪器和手法,疏通淤堵受阻的眼部循环就能恢复。

据了解,一般用于祛眼袋的治疗方法有手术开刀法、不开刀仪器物理疗法等。手术祛眼袋存在一定的风险,可能会产生后遗症,而说到产品祛眼袋和去美容院按摩保养,大家的反映普遍都是见效缓慢或者没有效果。

对此,业内人士更建议大家使用相对安全有效的仪器祛眼袋方式。思蒂贝尔祛眼袋抗衰老机构采用的就是科技仪器疗法,非手术、不激光,祛除眼袋的同时,还同步紧致眼纹。用这种方法不需要侵入皮肤,不会留下伤口及后遗症。同时,采用仪器祛眼袋,对眼眶周围的血管、神经、淋巴管均无损伤,即做即走,快速平复,不影响工作生活。

针对李女士的现象,杨老师表示就可采取该机构的科技仪器疗法,即做即走。李女士也说道,“祛除了臃肿的眼袋,整个人就会变得精神很多,可以放心参加同学会了。”

美丽公告:
思蒂贝尔祛眼袋钜惠来袭——超值价1800元起!祛眼袋就送抗衰大礼包!礼包含:面部提升1次、祛眼角纹1次、瘦脸1次、肌肤护理1次,另每日前10名免费领取胶原蛋白原液1支!咨询电话:52306496、52212452。



思蒂贝尔
SIDI BETER

专业抗衰老肌肤机构

每天9点-19点, 免费现场观看实际效果

祛眼袋

我们更专业

让你的眼春意盎然

超值价 **1800**元起

不用开刀, 即做即走, 快速平复, 不误工作

适用于18-80岁年龄, 男女不限

采用定向清脂技术, 安全可靠, 无痕无痛。针对各类型眼袋和肿眼泡。

广告

新街口国贸店
58501958

山西路店
52218642

新街口建华店
52306496

龙江店
52212452