

正确的选择是成功瘦身的开始

海韵仿生旋磁减肥让你一“瘦”永逸

减肥无效、瘦身部位不准确、多次减肥重复反弹、屡减屡败、费时费钱。您想减肥一步到位吗?您想一瘦永逸吗?到海韵去吧!

签约承诺,成功保证

海韵仿生旋磁减肥,10年成功的减肥经验,大量的成功减肥案例,确保您减肥一步到位。海韵减肥签约承诺:3天无效,全额退还;1个月减重15公斤,2个月减重30公斤……

直至达到标准身材,不反弹。

科学减肥,安全奇效

自然仿生旋磁减肥采用高科技仪器迅速诊断肥胖原因,分人分类,量身制订减肥方案,不吃药、不扎针,可使肥胖者在24小时内减重1公斤~5公斤,1周内速减腰腹部多余脂肪,1个周期可使全身均匀变瘦(腰围、腹围可减10厘米~30厘米)。大幅度减肥后皮肤紧实,肥胖

伴随症也能得到不同程度的改善。

完美塑形,快速持久

海韵仿生旋磁瘦身法,可满足您哪胖减哪儿(腰腹、四肢),任意选择,还您美腰纤腿,立现窈窕身姿,让您更加完美出众,永无烦恼!

海韵特惠

280元瘦腿、瘦腰、减腹,使您立现美腰纤腿,尽显夏日风采。

高考学子凭准考证减肥,可享受做一个周期送半个周期的优惠。

老城店:中州东路西关九龙鼎东100米路南(市六中对面)
瀋河店:铁十五局机关41路终点站
涧西店:南昌路杜康大厦705室
关林店:车管所对面
美丽热线:62892939



韩影宫暑期特惠集训营火爆开营

7天减8斤 让你瘦上瘾

高温季节人体的新陈代谢旺盛,夏季的减肥效果的确更容易让人满意。在这个炎炎夏日、漫漫暑期,想不想趁此机会来个美丽大变身,给身边的人一个惊喜?那么,来韩影宫吧!无论您属于哪种肥胖类型,无论您曾经历过何种减肥困扰,来到韩影宫都会迎刃而解。爱美的你,这个夏天,别忘了与韩影宫的约会哦!

零运动 5类女人越瘦越上瘾

据有关媒体统计,每天有上万名顾客到韩影宫全国各地的连锁机构进行瘦身,其中屡次减肥失败者、

产后发胖的妈妈、中年身材走形者、久坐少动上班族、身材毫无美感者等5类女人尤为偏爱韩式速减。调查原因得知,韩式速减采用纯物理疗法,生态内调技术配合智能纤维塑身仪,真正做到了零运动、不节食、不吃药、不打针,安全舒适的减重方式让她们越瘦越上瘾。

8.6斤 7天秒杀三重肉

韩式速减营,首批营员7天平均减重8.6斤,腰腹变小、大腿变细、臀部上翘,身材似乎每秒都在变化。“选择韩影宫减肥之前,我是朋友们嘲笑的对象。肥肚腩、大象腿、

一抓一把的背赘肉,让我看起来虎背熊腰的,如何消除这三重肉,是我关心的话题。使用韩式速减仅仅三次,我的体重就减了8斤,现在我的体重已经减了15斤了,正在塑形,变身马上成功。”提起减肥效果,可能所有速减营的营员都会和这位女士一样兴奋。

99元 30天持续升温

韩影宫是减肥界的大品牌,很多姐妹都担心价格会很贵。其实并不贵,7天速减仅需要99元,小成本打造大美人,这样的机会,想迫切甩掉肥肉姐妹们怎能错过,开营

以来火爆异常,每天报名的人数持续递增,看来,今年领导减肥市场的,还是韩影宫。

韩影宫暑期特惠

为真情回馈广大师生,暑假期间,凡教师和学生持有效证件到韩影宫减肥,均可办理优惠幅度空前的暑期特惠卡,持卡者可享受暑期不限时间、不限次数消费。

咨询热线:老城店:63982166 枫叶店:63120778 景华店:64921066 纱厂路女子会所:63926577

青春痘是一种皮脂腺慢性病,其原因是皮脂腺分泌旺盛,导致毛孔堵塞形成一个粉刺的核心——微粉刺。微粉刺肉眼几乎看不到,从形成到长出皮肤表面需要6个月~9个月,而且,微粉刺堵塞毛孔易诱发炎症,是丘疹、脓包、结节和囊肿的始发根源。传统治疗方法只能清除皮肤表面的微粉刺,过一段时间微粉刺又会生长出来,形成痤疮并反复发作,所以根治痤疮,清除微粉刺才是关键!

青春痘痤疮粉刺为何反复发作

韩医生专业祛痘采用内调加外用的方法,配合痤疮治疗仪全面疏通毛孔,彻底拔除微粉刺,从根本上解决痤疮反复发作的问题。皮肤表面的痘痘不管有多严重,7天~15天可全部消除,康复后不需药物维持。拥有祛痘+防复发两项专利的韩医生承诺:签约祛痘,反弹退还。

地址:涧西区文兴现代城(天津路与联盟路交叉口)13楼C6
电话:13903882050 64832566

如何选择适合自己的健身项目

完美的曲线,是女人一生的梦想,也是女人优雅浪漫的本钱。相信许多女人面对自己“丰腴的小腹”、身上的“违章建筑”,都想来个“脂肪大搬家”,可是减肥很难,持续减肥的意志力也很难,瘦下来后,不再胖回去,不再反弹更难。实际上,最难的选择有效的、适合自己的运动项目并坚持下去,养成“动一动”的习惯。

时下,运动项目犹如琳琅满目的商品,为大众提供了丰富多彩的选择:如有氧操课程的大众健身操、有氧舞蹈、搏击健美操、



时速单车(SPINNING)、健身球、水中韵律操、街舞、瑜伽(YOGA)、莱美国际健身体系、芭蕾、太极、跆拳道等;而有氧器械种类也非常多:有自行车、划船器、多功能椭圆运转机、台阶器;还有自由训练器械、机器器械训练等多种时尚健身项目。面对这么多林林总总的健身项目,怎样选择显得尤为重要:

大众健身操

项目特点:运动活动范围涉及全身每个关节,在一节50分钟左右的课程中,健身者在音乐、灯光、教练的口令、参与伙伴的鼓励与带动下进行有节奏的、循序渐进的有氧运动,可燃烧大量的脂肪,提高参与者的心肺功能,不失为减肥、保持体能、体形的首选。

不适合人群:心血管、高血压、糖尿病等病人不宜选择。

有氧舞蹈

项目特点:有氧舞蹈(AEROBIC DANCE)一方面能消耗较多热量,一方面能把许多舞蹈动作健美操化,不像健美操动作比较操化,它有许多风格,根据动作、音乐的不同特点分AEROBIC DANCE、HIP-HOP、FUNK、SALSA等有氧舞蹈。

适合人群:有舞蹈基础,以提升气质、保持优雅形体为目的的健身人群。

时速单车

项目特点:它是目前欧美最流行的有氧健身项目之一,有人把这项运动称作“自行车上的舞蹈”,通过运动使车轮不停地旋转,还可自行调节运动负荷,运动量可大可小,易学、易练又动感十足,从而达到减少腰腹部的赘肉、健美下肢和提高心肺功能的效果。

不适合人群:关节病痛者,体能差的人群。

瑜伽

项目特点:瑜伽一词的原意是“融合”、“和谐”,古代西藏和印度人修炼瑜伽意在追求自我和天神的合一。瑜伽并不是一种致力于追求身体上的高难度姿势和体位的竞技比赛,真正的瑜伽就是一种修身养性的生活方式。在中国的很多城市里,瑜伽就像一种时尚符号,练瑜伽在很多人心目中已经成为走向健康的代名词。

适合人群:以减轻压力、调节情绪为目的的人群。

(本刊记者 菲菲)

休闲美食好去处——西马沟生态园

朋友,你来过西马沟生态园吗?这是一家集休闲、娱乐、餐饮、垂钓于一体的综合性生态园区。

步入园区,映入眼帘的是翠竹掩映、碧水花红、鱼腾燕飞的自然景观,扑面而来的是沁人心脾的林间泥土气息,不绝于耳的是鸟鸣鸡叫狗吠的田园乐曲,徜徉于园区竹亭楼阁之上,你可以尽情地观赏田园美景,享受健康美食。

在翠竹掩映的农家小院里,你可以登高远眺绿染的山林,也可以品尝到原汁原味的农家饭菜和绿色无污染的健康美食:有香味扑鼻、滋补养颜的真正散养的土鸡汤,有汤鲜味美、香嫩滑爽的泉水沸腾鱼,有随点随摘的林间野菜瓜果时蔬和地地道道的农家饭……

拾阶而下,是竹林绿树下

一个原生态的竹亭,在炎热的夏日里,与家人朋友围坐在石桌前,品尝着香味醇厚、外焦里嫩的烤全羊、DIY式的韩国自助烧烤时,你会感到清凉和惬意……

当您和朋友推杯把酒,你们可到农家小院的棋牌室里娱乐放松,也可以到池塘边放竿垂钓,尽情放飞心情的愉悦……

当您和家人品尝农家饭菜之

后,您可让孩子到现实版的“开心农场”真正体会农耕和收种的快乐,让您的孩子到室外泳池、人工沙坑中尽情嬉戏,到林间酒吧尽情奔跑……

快乐的一天结束时,当您带着垂钓的鱼儿、采摘的蔬果、捡拾的鸡蛋和快乐无比的心情满载而归时,您将憧憬着下一次的到来,因为这里是您远离城市喧嚣、携亲带

友、放飞心情、品尝农家餐饮的最佳去处!

地址:涧西区西马沟东山(谷水大转盘向南1公里即到)
电话:62113166

