

没有期限,可供多人使用

牡丹健身一卡通——更实惠的健身卡

轻盈薄衫、短衣短裙、美丽泳装……我们的身材在多彩的夏季开始了轻舞飞扬,但腰间的“游泳圈”、粗粗的上臂、厚厚的背部有点煞风景。办理一张健身卡,甩掉赘肉,成了许多“卡卡族”夏季的美丽心愿。

擦亮眼睛 办张超值健身卡

李女士去年10月份在西工区某健身房花了近千元办了一张健身卡,由于工作繁忙等原因,到现在为止,她去了健身房5次,而卡马上就要到期。涧西区的张女士上个月花

了好几百元在市区某健身房办了一张健身卡,她说,近日调到新区上班,手里这张健身卡成了“鸡肋”,退不能退、转手没人要,束手无策。

近日,记者暗访了几家健身房的主管和几名会员,发现我市健身行业竞争激烈,服务内容大同小异,健身教练水平相差无几,大多数健身房的健身卡限制日期;有的健身卡虽然办起来便宜,但消费时还要另花钱;有的卡只能个人使用等,存在陷阱嫌疑。

那么,有没有让大家把健身的钱花在刀刃上的更实惠的健身卡呢?

资深“卡卡族”赵先生业余生

活的最大爱好就是去健身房锻炼身体,他对我市多家健身房健身卡的优劣了如指掌,并向记者推荐了一种超值、实惠的牡丹健身一卡通。

牡丹健身卡: 时间不限 内容形式多样

据了解,这种牡丹健身一卡通是无期限的,并且是不记名卡,可以供多人同时使用。该卡可以按次收费,如果消费金额达到年卡的标准,即可实现一年内无限次免费消费,如果达不到年卡标准,按实际结算。所以持有该卡,可以让你完全无后

顾之忧,不花一分冤枉钱。

持有该卡,可以健身,且不受地点、场馆的约束。目前全民健身自有场所包括新区体育中心网球场、新区综合体育馆(羽毛球馆)、乒乓球馆、全民健身特别减肥中心、全民健身教练培训中心(器械、私教、团操、瑜伽等)、全民健身俱乐部(原丽云健身西工店、丽云健身瀍河店)、完美健身南昌路店。

咨询电话:65920566 63900900
62616666 64315005
(本刊记者 景庆霞)

互动活动:自本日起,全民健身为牡丹健身一卡通征集广告语,被公司选用后奖金1000元,同时,凡

参与活动者均赠送全民健身体验卡5张。体验项目:乒乓球、羽毛球、网球、健身、特别减肥等。请于30天内邮至或送达新区报业大厦3楼西厅休闲部。邮寄时请写明身份证号码、姓名、联系方式。



510斤:瘦一点 再瘦一点

——韩影宫“暑期畅减无极限”活动单日减肥记录遭曝光

假期减肥,几乎是每个爱美人士的必修课。面对如此庞大的减肥群体,各大减肥机构打起价格战,纷纷推出优惠活动,经过效果、价格、服务的认真比拼,特别是138名顾客单日减肥510斤记录遭曝光之后,韩影宫暑期不限时间、不限次数的畅减特惠卡再次胜出,成为了众多减肥者的首选。

510斤 洛阳胖女狂减肥

138名顾客当日人均减重3.7斤,共计减重510斤,7天人均减重

8.9斤,如此惊人的减肥记录,被赘肉折磨着的洛阳胖女怎能不拥入韩影宫?

“放假之前,我还是人人嘲笑的小胖妞。办暑期特惠卡10天了,随时都能到韩影宫减肥,特别方便,现在我的体重减了11斤,开学之后,我一定会让同学们大吃一惊的。”提起减肥效果,这个小姑娘高兴地合不拢嘴。

7天 轻松秒杀三重肉

不节食、不运动、不吃药、不打

针,身材每秒都在变,7天消灭肥肚臃、“大象”腿、背挤肉,为什么?

韩式速减从人体发胖的根源入手,针对顾客体形,施以不同方案,双向打通、双向调节,生态内调技术配合高效智能纤体塑身仪,5天强化加速,7天碎脂雕塑,减肥塑形效果3倍提升,创出这样的减肥纪录当然在情理之中。

99元 速减营热度不减

暑期特惠卡火爆的同时,适用于所有减肥者的韩式速减卡热度

不减,7天速减,仅需99元,瘦一点,再瘦一点,轻松突破你的瘦身极限。

如果你是减肥失败者、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,赶紧来试试吧。

减肥热线

纱厂路女子会所:63926577
定鼎店:65261086
关林店:65959086
南昌店:64615338



本版统筹:白鸽
13707691425

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致,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)
瀍河店: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

夏天如何做个白嫩水女人

炎炎夏日,防晒便成为当下不得不说的话题。如何才能保持肌肤的白嫩?如何才能晒不黑呢?相信这是许多爱美的MM关心的问题。其实想要晒不黑很简单,做到以下几点在夏天做个白嫩美人也不是难事!

干性皮肤——防晒又补水防晒

方案:干性皮肤在夏日最不能忽略的就是补水,只有皮肤有了充足的水分才能维持皮肤的代谢,肌肤看上去才能晶莹剔透。

混合性皮肤——双管齐下防晒

方案:一张脸却分成两个截然不同的区域。T字部位油光亮亮,易长痘痘及粉刺并造成毛孔粗大,而两颊及眼睛周围却如荒漠,极度缺

水,干巴巴的。我们要针对不同部位采取不同的举措,这种皮肤最好不要偷懒哦,按区补充不同部位的需要。

油性皮肤——清爽不油腻防晒

方案:油性肌肤因体内荷尔蒙的关系,毛孔粗大、油光满面,这是属于最容易患青春痘或黑头粉刺的肌肤。这类的肌肤补水是关键,维持肌肤的水油平衡,防晒霜的选择上也要清爽为好。

敏感性皮肤——安全第一防晒

方案:敏感性皮肤不要自作主张地选择防晒品,否则有可能引起皮肤过敏,得不偿失。最好选择药妆品牌的防晒霜最好,比较安全。

晒后恢复白晰方案

方案一:补充大量水分。日晒后的肌肤水分已经大量流失,因此时刻保持肌肤的水分充足是肌肤的首要条件,因此,你需要买一瓶肌水(雾化特制保湿化妆水,分子量极小,可直接透过皮肤渗入皮下),经常喷在脸上,既镇静皮肤又保湿嫩肤。进入室内即可随时喷在无妆的脸上。海洋矿物水效果也非常好。

方案二:美白化妆水的双重呵护

含有植物美白成分的化妆水不仅可以起到二次清洁的作用,同时也可以通过水分的迅速渗透而达到收敛和美白的作用,如果你以往用的只是普通的,不如把它换成特殊

的化妆水吧!

方案三:专业的

美白修复。如果可能的话,尽量一周或十天到美容院作一次常规护肤,在美容师指导下选择适合年轻肤质的疗程,进行美白和特别护理;或者使用周护理产品和精油系列,请美容师为你操作并按摩,效果可能胜过平时在家里一个月的成绩!
(小美)

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!

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

青春痘痤疮粉刺为何反复发作