

美丽乳房 从选择京都薇薇开始

A到C的转变 完美得令你难以想象

刘女士是中医院妇科的医师，出于对女性身体的了解，一向很排斥市场上那些涂抹丰胸、药物丰胸和手术丰胸的产品，因为这些方式不安全，容易有副作用，对女性身体损害较大，有时丰胸不成反毁胸。

“从人体生理规律而言，像我这个年纪的女人乳房下垂、松弛是正常的，肌体本身开始代谢缓慢，激素减少，供求不平衡，导致肌肤也失去弹性慢慢变老，再加上生儿

育女哺乳时造成的硬伤，乳房健康已离我越来越远。虽然作为医生，平时的保养和饮食都很注意，应该比普通人的乳房更健康才对，但基本的养护已无法阻止乳房变老的趋势，看着胸部一天天萎缩、低迷，我心急如焚。在京都薇薇尝试做了没几天，就有了发胀的感觉。当时我很高兴，亲身体验后，在这么短的时间就有效果。于是我一下签了3个周期，开始了在京都薇薇的丰胸之旅。一个月后，我的乳房开始

变得丰满圆润，罩杯在慢慢变大，乳房越来越有弹性有光泽。现在距离我丰胸的时间过去1年了，但胸部还是坚挺有弹性，没有丝毫的反弹现象。”刘女士兴奋地表示，“京都薇薇，让将近40岁的我也感受到了胸部‘再发育’的幸福，真的太神奇了。”

地址：西工区王城大道与凯旋西路交叉口东建委大楼1楼
丰胸热线：63343997
63343990



签约减肥 无效退还 尊享终生服务

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！

十年经验，月减15公斤

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：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，无效全额退还。

一周速减，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。

哪儿胖减哪儿，任意选择

海韵仿生旋磁瘦身法，可满足您

哪儿胖减哪儿（腰腹、四肢），任意选择，还您美腰纤腿，立现窈窕身姿！

海韵特惠

280元瘦腿、瘦腰、减腹，使您立现美腰纤腿，另尊享860元超值服务。

老城店：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：关林车管所对面
美丽热线：62892939

100元，能减多少？

韩影宫4周年店庆100元欢乐瘦身卡火爆发行

100元能干什么？不吃药、不运动、不打针，能减几斤赘肉？能瘦多少腰身？100元能享受5次韩式速减、1次韩式丰胸和1次韩式美白，能平均减重8.6斤，瘦腰3厘米，这就是韩影宫欢乐瘦身给出的答案。

4年店庆感恩

100元欢乐瘦身卡倾情发行

时光飞逝，转眼韩影宫美容美体中心进驻洛阳4年了，在和洛阳爱美女性共同度过的日子里，在为那些减肥成功、丰胸成功、完成蜕变的女人开心的同时，韩影宫人也为

拥有那么多厚爱而感动，值此4周年店庆之际，韩影宫特别推出了“100元欢乐瘦身”活动，100元实现自己瘦身梦，享受韩影宫特色的韩式速减和韩式丰胸，活动一推出，就引发了不小的抢购热潮。

3.8斤试减记录

欢乐瘦身让我们重燃自信

“生完小孩后，我的体重猛增了30斤，郁闷得不想出门，韩影宫的美体师专门给我制订了产后恢复疗程，3个月后，减了整整26斤，现在我小孩3岁了，身材仍然火辣。听说韩影宫店庆推出了‘100元欢乐瘦

身’活动，今天专门带朋友来体验一下，她试减一次，减了3.8斤，效果挺满意的，相信韩影宫一定能让她和我一样，找回自信。”提起韩影宫的减肥效果，减肥成功3年的韩女士依然很兴奋。

7天蜕变

速减技术创造无数奇迹

7天，减重、消脂、平腹、塑形，整个人都年轻了，是什么让韩式速减在短短7天之内创造了一个个减肥奇迹呢？韩影宫速减技术采用轻盈道、精塑道与生态内调技术相结合，不但效果强度、舒适度及稳定性

均超越了原有设备，脂肪消耗更快更多，5天强化加速，7天碎脂雕塑，减肥塑形效果3倍提升。加入韩影宫，下一个实现7日蜕变奇迹的可能就是你。

美丽热线：
 枫叶店：63120778
 定鼎店：65261086
 老城店：63982166
 关林店：65959086



4种快速瘦身的有氧运动

有氧运动被认为是最好的健康减肥方法。有氧运动并非仅指各种有氧操，还包括跑步、骑自行车、游泳、跳绳等耐力性运动项目。注意有氧减肥的几个要点，为自己设计一个有氧运动处方，能够让你轻松减肥。

各种有氧操

初学者或体能条件不好的朋友并不适合跳有氧操减肥，太简单的达不到心率要求，比较复杂对身体的力量、灵活性、柔韧性要求都较高，一般人根本做不到。如果动作不

到位，也没什么效果，还容易造成伤害，虽然现在有各种十分吸引人的有氧操，但建议没有体能条件的朋友不要将有氧操作为减肥的方法。

游泳

游泳是很好的减肥方法，也是一种很好的全身性运动，并且对提高心肺功能十分有效，只是很多人不太会游泳，那么可以用在游泳池中快走来替代，这对提高心率效果非常好。不过会游泳的朋友也请注意用游泳来减肥，不是游泳比赛，不要追求速度，达到心率要求就可以

了，同时还一定要注意足够的摄氧量。

单车

现在很多健身房都有动感单车，这些单车的设计非常适合有氧训练，但一般单车训练室都太小，很多人在训练时，房间里很容易缺氧，虽然健身房这样设计是为了提高环境温度，使运动者大量出汗增强减肥功效，但并不赞成在减肥的同时放弃健康的做法。如果户外骑车减肥的话，建议选用山地车（只是城市里有限速，环境也不太好）。

跑步

户外跑步会受环境限制，选择跑步机也挺好，放开跑步机的扶手能增加8%的氧利用率和5%的心率，选择一定坡度的跑步机能增强减肥效果。在跑步机上使用间隔法锻炼，即可以用高速锻炼一会儿，转而至较低速度循环练习。（阁子）

本版统筹：白鸽
 13707691425