

2011 夏季美体节 “公开试减大会”今日开幕

试减时间:6月29日至8月20日 指定试减基地:韩影宫

□本刊记者 白鸽

屡屡减肥 次次受伤

减肥,难;节食减肥,更难;节食减肥后不反弹,更是难上加难。如果,男人说戒烟难,那么,女人一定会说,减肥更难!减肥对大多数女性而言,都是要终生与之斗争的。

目前,我市的减肥瘦身项目琳琅满目,大大小小兼做减肥项目的美容院更是遍地开花,这让很多想要瘦身的女性朋友无所适从,不少女性朋友在选择时往往是盲目的,其出现的结

果是一家不行再换另一家,不仅浪费了时间、精力和 money,有的甚至还会对身体造成或多或少或多的损害。有些女性朋友对减肥不能持之以恒,或者其体质不容易减,其减肥的难度就更大了。她们对各种减肥方法能试的都试了,什么节食、减肥药、健美操、瑜伽、按摩、点穴、抽脂等,但在减肥结束后一段时间,肥肉重又上了身,久而久之,心理上便有极大的挫败感。

公开试减 打消顾虑

减肥真的那么难吗?到底哪种减肥方法更适合自己?按照自己的体型和身体状况,减多少是合适的?本届美体节将围绕这一焦点问题首次推出“公开试减大会”,为广大消费者提供一个公开免费试减的平台。

什么是“公开试减”,“公开试减”的办法是什么呢?“公开试减”即试减对象的全体性,试减地点的多选性,试减方式的免费性,试减结果的公开性。为了方便广大读者在不同时间段的试减要求,本届美体

节特别将试减时限放宽,从6月29日至8月20日的美体节期间,读者持有关美体节“公开试减”消息的报纸,到晚报指定试减点——我市韩影宫6家连锁店,均可公开免费试减3次,让消费者实实在在看到减肥效果,并得到有关自己减肥塑形的个性化指导方案。

今年夏天 不瘦不行

减肥其实并不难,难的是坚持下去的恒心。据韩影宫负责人崔先生表示,减肥的最大动力,就是要在头脑中设立清晰的身材目标;而减肥的关键,就是要养成良好的饮食和睡眠习惯。比如一日三餐要按时不过量,适当补充乳制品,保持良好睡眠,吃饭要细嚼慢咽等。这些好习惯在养成以后要持之以恒,体型就不会变胖。如果对于那些体型本来较胖,只靠饮食不能达到瘦身效果的女性而言,就要采取其他的减肥辅助手段了,可以到专业的美容美体机构在专业人员的指导下瘦身。

今年夏天,我们将联合我市多家美容美体机构,采取“超级团购”的方式,让大家享受到低价位、高品质的瘦身方式,在这些瘦身团购项目中,相信总有一种瘦身办法适合你。这个美体节,有专家的指导,有姐妹们的鼓励,想不瘦都不行。

咨询电话:63217562
QQ群:109890805

Gooddiet



洛阳社区 洛阳人的网上家园

时事

文学

休闲

BBS

教育

户外

娱乐

BBS .LYD.COM.CN

广纳言论、开放包容的大型网络互动交流平台

注册人数超过**30万** 日均页面点击量超过**6万**