

“85后”教练带学员组团来报名

“2018烟台之星瑜伽大赛”正火热报名,扫码看视频,瑜伽学起来

本报5月31日讯(记者 曲彦霖)“我们公司报团队赛、单人赛、双人瑜伽。”5月30日,一位“霸气”小姐姐前来报名“2018烟台之星瑜伽大赛”,她就是烟台利沙瑜伽健身有限公司的创办人张少芳,此次她带领学员“强势来袭”,直言比自己参赛还紧张。

据张少芳介绍,烟台利沙瑜伽健身有限公司在幸福九隆生活广场和锦绣新城西门对面有两家店,“我在幸福片区做了快十年了。”张少芳虽然是一名“85后”,但却是一名资深瑜伽人。她告诉记者,公司有瑜伽会员一千人左右,首次带领学员参加瑜伽大赛,感觉比自己参赛还紧张,“回烟台创业之前,自己参加再大的活动也没什么

感觉,现在组织学员会员们参赛,很紧张。学员们对此次瑜伽大赛十分期待。”

瑜伽是一项修身养性的健身运动,齐鲁晚报《今日烟台》与烟台健美健身运动协会、烟台东方文化市场联合主办的“2018烟台之星瑜伽大赛”旨在为参赛者提供一个展示的平台。为了让更多的朋友能够学习瑜伽的基本体式,让参赛者更好地了解本次大赛规则,主办方特邀本次大赛评委、烟台健美健身运动协会会长纪明丽老师携资深瑜伽教练于淑美、崔晓洁为大家进行拜日式及团体赛初赛三个规定动作解析,大家可以扫描二维码跟着视频学起来。

本次“2018烟台之星瑜伽

大赛”分初赛、复赛、决赛,大赛邀请专业评委根据参赛者表现进行评分,得分高的参赛者晋级。

单人赛、双人赛初赛需在6分钟内完成拜日式规定套路;复赛需完成前屈、后展、平衡、倒置四个类别中的规定体式,每类各选取1个体式完成;决赛进行自编动作展示,音乐自备,要求时间控制在4分钟以内。团体赛初赛需完成战士二式、树式、三角伸展式三个规定动作展示,每个动作保持10秒钟。复赛、决赛均为自编动作展示,音乐自备,要求时间控制在4分钟以内。

本次瑜伽大赛的评委纪明丽告诉记者,评委在评分时会根据参赛者或参赛团队的艺术

表现,音乐与体式动作编排是否切合,形象服装,动作完成质量等综合进行评定。

另外,纪明丽提醒参赛者,双人、团体项目自编套路须含有肢体连接的体式,配合默契,情感交流自然;集体项目至少有3次以上队形变换;自编套路体式动作中需包含前屈、后展、扭转、平衡、四个类别,并合理进行编排。如果参赛者能在动作编排中做到这些,并在规定时间内完成展示动作,那得分自然不会落后。另外,如果您有“绝活”,能做出高难度瑜伽体式,必然是加分项。

想和港城的瑜伽高手们切磋一下吗?现在就报名吧,只要一个电话,您的瑜伽之旅马上

开始!报名热线:曲女士 15106456961,李先生 15253522272,李先生 15563860770。



扫码看视频,全民学瑜伽。

国网蓬莱市供电公司

圆满完成全国马术盛装舞步锦标赛保电

5月27日,2018年“蓬莱和圣杯”全国马术盛装舞步锦标赛圆满落幕,至此,国网蓬莱市供电公司顺利完成了此次赛事的保电工作。

为保障活动安全可靠供电,蓬莱市供电公司成立以总经理为组长、分管副总经理为副组长、各相关部门主要负责人为成员的保电领导小组,以运维部主要负责人为组长的

保电工作小组及大辛店所、刘沟所、紫荆山所、配电运检、带电作业工作人员组成的4个专业保电小组,总计53人参与。各保电小组对10千伏辛店线等4条配电线路及5户高压用

户设备进行特巡,重点对配电线路的接头、开关、环网柜等进行巡视检查,对线路开关的“三通”进行检查、测试,1台400千瓦应急发电车按照要求放置指定位置。由于220千伏

霞沈Ⅱ线跨越马术比赛现场,该公司组织高压巡线3名工作人员对线路通道开展不间断特巡,全力保障赛事安全可靠供电。

(通讯员 王雪奇 张斌)

挂失启事公告

办理范围:招商、招聘、转让、出租、招生服务、休闲娱乐及各类生活服务资讯
电话:15866477490 QQ:1715284486

投资贷款

大额资金 寻项目合作

房地产、交通、旅游、新能源、矿产冶金、机械、建材、石化、市政基础设施、水产、冷链农产品加工等第三产业,轻松解决资金周转,高薪诚聘地区代表。
电话:13965101677

全国优质项目直投

本公司实力雄厚,为企业和个人的房地产、矿产、环保、教育等优质项目提供资金周转和项目合作。高薪诚聘各地商务代表
18656377302 贾经理
邮箱:18656377302@163.com

信用卡 取现 代还

五区上门服务

电话:18769438220

信用卡取现代还

15098662888

精美信用卡 取现 代还 提额

15688594401

快速放款

当场放款 1-30万房产易贷
信誉贷汽车质押
快银行有贷款可二次贷款
15552213877

信用卡取现代换

养提额,到账快费用低,办理秒到正规Pos机,诚接中介,联系电话6268411。

18553523489

车辆信息

收金杯、全顺、大小面包车、越野、轿车。

电话:13280975533

高价现金收购货车

13863811919

烟台最高价收车

专业评估 上门看车
13506455522

高价收1-5吨货车

13964505346

敏祥车行高价收车

15653512080

高价收购各种品牌二手车

15853503356

超高价收二手车

18660599999

装饰建材

●专业水电暖安装15553515679

电脑服务

●上门电脑维修6611182
管道疏通

莱山区顺通管道服务部

13583511075 工商注册

货运物流

烟台骏马货运

天津、北京专线
烟台至河北全境、山西全境、内蒙全境、宁夏全境
电话:2142800 13954599155
烟台幸福南路1号(烟大物流院内)

上海宝鑫物流

烟台—杭州—宁波
电话:13062714188、0535-6851219
地址:烟台市芝罘区冰轮路20号海流物流园7-9栋

家政服务

●仁康保洁承接大厦日常保洁802114

百缘家政保洁公司

单位、家庭擦窗,打蜡、玻璃幕墙、理石翻新、地毯清洗、工程开荒、开荒保洁
15854515934

搬家服务

顺达搬家 6660266

移空调长短途

瑞祥搬家 6342200

空调安装、维修、充氟

征婚

王大姐专业征婚19年

会员万人,成功率高,保成。电话:6150345
地址:大海阳立交桥桥下往北10米路东

李大姐专业征婚交友

女,45,本,离,165,财务,车房全,年轻美丽。
女,52,丧,164,退,车房全,品貌兼优。6257804

开锁服务

宝通开锁换锁(五区)

更换超B级、C级锁芯6701110

医疗门诊

●专治蛇盘疮及后遗症1328799268

皮纹排毒法治牛皮癣

不吃药,不打针,纯中药,不复发,不留黑印,红印,愈后和正常皮肤一样,免费体验,无效退款,湿疹,青春痘,手足癣7-10天看到明显效果,需要请联系王丽梅大夫。咨询电话:13953525778(微信电话同步)地址:烟台芝罘区只楚小沙埠卫生所

祖传秘方专治肾病

慢性肾炎、肾小球肾炎、尿频、肾虚腰痛(签约治疗)15864059700

祖传专治哮喘,慢阻肺,肺心病,吐白痰。

季先生13105291261

厂房租售

租售

福海路大型商业网点(适合服装加工、商超、汽车美容、健身、洗浴、培训、办公、娱乐、仓库等),另有6000平酒店对外承包。电话:4001850019 2132169 2132179

大莱山莱院路,厂房一幢,土地面积3800平,厂房面积2000多平,两证齐全,可过户,现出让,15954504668,13356929111

高价回收

●收酒店蛋糕制冰小吃设备13356949905

商业信息

●缝纫活计件加工日结账15063830005

翻身做土豪

保本的现货白银 原油开户
模拟账户体验 6376937

处理多种锅炉及制造设备

13505358061

大正水暖太阳能

批发太阳能热水器及配件,家用净水机,卫浴花洒,304不锈钢水龙头。
电话:18953582018

烟台磁山有地产一处,对外招商新能源开发项目合作。

孙先生:13002751336

招聘信息

高薪诚聘护士

支农里社区医院诚聘护士5名,档案管理员1名,药学1名,要求:女性,有护士资格证书者优先录用,签合同交五险,免费住宿,工资2600—3500元,干三天休一天,电话:13963813166 13723977731。

招聘

招聘B2驾驶员30名,开自卸车,工资六千两班倒,半个月白班 半个月夜班,全新自卸等着您,有意者请拨打:13963879006 13356907630

烟台领航集装箱制作有限公司,招聘:二保焊工,铆工,包吃住,工资面议。13356923339。

高薪诚聘

世界100强综合金融生活服务公司招聘多个岗位:
要求:25-30岁 待遇:月薪5000元以上,双休,交保险。
电话:6562122 15653890803

因部门扩建

急聘:人事助理、业务经理、储备干部
工资3000-1万,双休,交保险,年龄25-45岁
已婚已育者优先。电话:13854566177

空气治理

除尘器 脱硫塔

13573599710

遗失声明

●莱阳晓飞二手车交易服务有限公司(370682200016562)营业执照正本不慎丢失,声明作废。

不动产继承公示

王猛对原登记于王爱华、王延名下下的不动产申请继承登记(坐落五龙南路169号院内0004-2-102号的不动产,产权证号:莱字第00057810号,土地证号:莱国用(2010)第5744号)。现根据《不动产登记暂行条例实施细则》之规定,对该申请进行审查并予以公示。从2018年6月1日至2018年6月21日止。如对该申请有异议者,须在公示期间向不动产登记机构提出并提交书面材料,据以复核。公示期满无异议的,即予登记并颁发《不动产权证书》。

特此公示

公告

2018年6月1日
现房屋所有权人宋吉赛到莱阳市不动产登记中心申请办理不动产权转移登记,房屋座落:儒林小区0005-6-401号,土地证号:莱国用(2011)第2456号,产权证号:莱字第00062483号权属性质:国有,用途:住宅,建筑面积:84.24平方米。根据物权法第一百四十七条规定,房产已过户,第一手房主李培林、于莉联系不到本人,现对此情况予以公告。若对公告的权利及他项权利有异议者,请于15个工作日内到莱阳市不动产登记中心提出,逾期没有提出异议的,莱阳市不动产登记中心将依法准予登记。

2018年6月1日