

健康美体

让身材增加你的自信



有魅力的女人才是真正美丽的女人。

知性、成熟、有内涵,再加上优美的体态,两者完美的结合才能彰显女性优雅高贵的气质,也是女性魅力真正的体现。这样的女性,到哪里都会受到所有人的尊重和爱戴,像奥黛丽·赫本,世人记住的不是她的美貌,而是她优雅高贵的气质。她的魅

力,赢得了全世界人民的尊重。

40岁的女人,经过岁月的沉淀,成熟、睿智,不缺内涵,如陈年的酒,最能体现女性成熟的美。然而,随着岁月的流失,不可避免会导致身体内部的老化和外部的变形,如后背出现难看的赘肉,显得上身臃肿;胸部脂肪流失,使胸部变小或者下垂,显得上身粗短,影响视觉美观;腰部脂肪大量堆积,影响身形的美观和协调;臀部松垮、下垂、发散,使大腿变粗,导致上下身比例失调等等体态的变化,直接影响女性着装效果和自信,要想合理准确地修复和保持优美体态,却非易事。

天使般的容貌敌不过魔鬼般的身材,这句话足以证明身材的重要。罗丹做形体管理多年,服务过很多40岁左右女性朋友,她们追求生活品质的更高境界:爱自我价值和他人的尊重。她们根本不缺乏体态美的意识,知道体态的美能够提升女性外在气质和魅力,也是最能

看得见的竞争力。很多人为了拥有漂亮曲线,保持优美的体态而苦脑,自己没有更好的方法,又找不到真正专业的身材管理机构,只能看着自己的身材慢慢变形。

很多上述情况的女性后来经朋友介绍,找到罗丹形体管理,刚来的时候,有的心存疑虑,不相信罗丹通过对饮食调整、身材整体的管理方案,就能达到理想的结果。通过了解,罗丹知道她们曾经有的去过减肥美体店,用过仪器、手法、节食等各种方法,结果都没有达到满意的结果,她们心里也知道:该试的都试了,只有更新、更独特的方法才可能有好的结果,后来通过事实证明真正最有效果的方法是最合理和最简单的方法。

首先,罗丹根据每个人的身材条件,按照她们的年龄、身高、体重及新陈代谢状况,设计出不同的饮食调整方案,再加上身材管理方案,无需手术,精确修复和调整影响体态的变形部位的缺陷:一、准确消除后背影响美

观多余的赘肉,使背弓光滑,上身变得修长,看起来魅力十足。二、提升下垂变形的胸部,管理流失的脂肪,使胸部丰满挺拔,更能突出女性的高贵气质和自信。三、根据身材比例,消除腰腹部多余脂肪,使小腹平坦,腰部达到合理尺寸,恢复女性迷人风采。四、上提收紧松垮下垂的臀部,使臀部浑圆上翘,下身明显拉长,感觉亭亭玉立,妩媚动人,性感十足。

通过罗丹有效的管理方案,修复和改变变形部位的不足,使她们的身材比例更协调,看上去立体、饱满、曲线生动,更加突出身材原来优势,再加上自身的成熟和稳重,最大程度提升和保持优雅高贵的气质。40岁的女性只要及时通过专业的身材管理,就能够保持优雅的体态,充分展现迷人的魅力。

罗丹形体管理希望更多热爱生活的女性和我们一起努力,能够长期保持优雅高贵的气质,让自己更自信地面对人生,实现自我价值。

咨询电话:13954555093

美容护肤

浴后乳液该怎样擦 保护身体肌肤



秋季天气干燥,汗腺和皮脂腺的活动减弱,全身皮肤紧绷,有时还会痒,所以在洗完澡后要注意身体肌肤的保养。

step 1 涂抹身体乳要分区

前胸、后背的油脂分泌旺盛,但身体其它部分如小腿或脚却容易干燥,因此,身体保养要有分区概念,前胸、后背要选轻质乳液才不会造成负担。

step 2 乳液涂抹要及时

洗澡完后3分钟内涂上身体乳。洗澡的热气让毛孔打开,这时马上擦乳液效果最好了,擦完乳液要穿上纯棉透风的上衣。

step 3 干燥部位要呵护

小腿和关节的部位是在秋季最容易干燥得最厉害的地方。因此,特别的区域就要有特别的呵护。在涂身体乳之前,先涂上精华液,再抹上乳液。湿精华的分子体积比乳液还要小,能够渗透到角质层下,滋润干燥的细胞。

step 4 按摩要轻揉

洗完澡后,用身体乳顺着身体血液循环,作柔和的圈状按摩,时间大约5分钟就行了,让皮肤稍有松弛感。扩张的细胞更容易吸收水分。轻揉肌肤可以使皮肤更好的吸收水分,赶走秋季干巴巴的皮肤!

step 5 身体乳要按需使用

选择合适的身体乳液很重要。美白类身体乳,适用于肘部、膝盖等部位肤色偏深,显得很粗糙;深层滋润类身体乳,适用于干燥、粗糙、紧绷的皮肤;去桔皮类身体乳,适用于熟龄肌肤、产后、瘦身后皮肤上留下的妊娠纹和“桔皮痕”;纤体类身体乳,适用于身体水肿、白头;香氛类身体乳,适用于生活不规律,身体上总是冒出小痘痘或小红点的肌肤。

step 6 护肤保养需坚持

身体乳要每天早晚至少使用两次,才能有效地减少水分的流失,从根源上改善。同时令肌肤柔嫩平滑,充满弹性,只需4周。

美肤妙招

盲目祛痘等于花钱买“凶手”

父母盲目的爱差点毁了孩子的未来

18岁,正是享受青春大好时光的年龄,小林却为自己的容貌天天苦恼。原来,小林进入青春期后脸上开始长痘痘,父母给他买了很多祛痘产品,小林经常东抹西抹,结果痘痘没治好,却留下一脸的痘痕。小林父母在事业上很忙,等真正发现孩子的痘痘问题时为时已晚。小林的自信心受到极大打击:不爱笑了、不愿出门、考试名次跌了一大截。父母看在眼里疼在心里,却一筹莫展。

佐康为孩子赢回未来

一次聚会,朋友们都提到了佐康,不仅花钱少,效果也比那些昂贵的产品好得多,适合各种肤质,很多孩子的青春

痘都是佐康治好的。果然如宣传的那样,小林去了15天左右,原本桔子皮般凹凸的脸,就像重新换了一层新的皮肤,用手一摸细嫩光滑!看得小林妈妈乐开了怀:“孩子的前程差点让我耽误了,多亏了佐康,要不我真成了毁了孩子的‘凶手’,看来选祛痘方法还真不能盲目!”

提醒痘友祛痘要谨慎

不能盲目使用祛痘产品和随意祛除,不仅枉费金钱,更错过最佳祛痘时机。家长们要摆正心态,选对真正适合孩子皮肤的产品和专业的祛痘机构,才是祛除痘痘的根本。佐康祛痘是国际青春痘防治协会的理事单位,入驻烟台6



年来,用专业成熟的技术和效果,赢得了烟台痘友的一致好评。

“99元3次”体验健康祛痘,等你参加!

咨询电话:18663840980

 福田体检中心
YANTAI FUTIAN HEALTH CHECKUP CENTER

高科技专利技术,国内领先,造福烟台!

肿瘤超早期筛查

把癌症发现提前4-10年

5ml血液
查18种癌症

简单
全面
精准

癌症早期发现,治愈率为95%。肿瘤筛查很重要,千金难买早知道!

地址:烟台旅游大世界南门

咨询热线:6870000