

健康美体

怎样拥有美丽身材

罗丹招聘5名形体管理女助理, 年龄45岁以下

女人一生保持美丽是对家庭和社会的责任。

爱美是每个女人的天性, 不同年龄有不同的风采和韵味, 如花的岁月, 青春漂亮; 告别单纯, 经过岁月的沉淀, 妩媚动人、优雅大方, 如一杯好茶和陈酿美酒般的回味无穷。而一个好身材, 是体现女性优雅气质最重要的标签。

每个女人都有自己独一无二的美, 有些人只是没有发现和保持自己独有的魅力。那些有一定经济基础, 对生活品质有更高追求的女性, 不会满足于简单地减肥, 她们对身材有更高的要求。想要身材更协调和美丽, 首先要解决影响身材美观的最重要几个部位: 胸部扁平下垂, 显得身材老化, 严重影响女性气质; 后背堆积过多赘肉, 感觉臃肿懒惰, 使上身变短, 影响身材比例协调和美观; 腰腹部赘肉堆积, 影响女人迷人风采和健康; 臀部松垮下垂, 毫无性感可言, 使下身变短, 严重影响视觉美观。这些部位的变化, 不做及时管理将使你的体态显得更加衰老, 严重影响整体气质和自信。

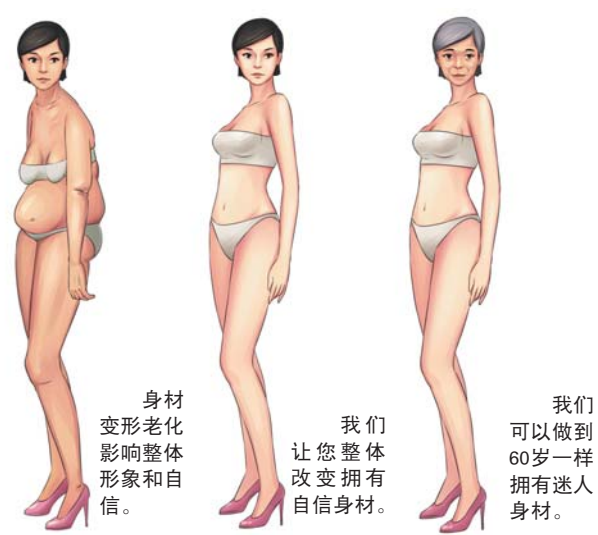
罗丹形体管理是真正通过专业调整身材对整体气质做出合理改变的专业身材管理机构, 能够做到: 一、准确消除后背影响美观多余的赘肉, 使背弓更光滑, 上身显得修长, 看起

来魅力十足; 二、提升下垂变形的胸部, 帮你管理流失的胸部脂肪, 使胸部丰满挺拔, 充分突出女性的高贵气质和自信; 三、消除腰腹部多余脂肪, 使小腹平坦, 腰腹部达到合理尺寸, 恢复女性迷人风采; 四、提升收紧松垮下垂的臀部, 使臀部浑圆上翘, 下身明显拉长, 整体感觉亭亭玉立, 妩媚动人、气质出众。

漂亮的容貌只能记住瞬间, 优雅的气质让人尊重和难忘, 好的身材需要修饰和管理。罗丹形体管理通过内部调理、外部管理, 使身材比例更协调, 立体饱满、曲线生动, 保持身材原有优势, 提升整体美感, 让你40岁、50岁、60岁一样拥有迷人身材和优雅气质, 更自信地生活, 让美丽超越年龄。

案例:
林女士, 45岁, 身高166厘米, 体重75公斤。她2010年来到罗丹形体管理, 2003年腰部曾做过吸脂手术; 在2003年到2010年, 多次在美容店做不同形式的减肥及美容。罗丹给她分析身材时, 发现她腰部由于吸脂手术有些凹凸不平, 腰围尺寸90厘米; 背部脂肪肥厚; 胸部由于多次减肥, 导致胸部脂肪松懈及严重流失, 身材严重变形。

吃对她来说是种负担和压力, 一提到吃, 她就担心身材变



形, 身材走样是她的一块心病, 找不到更好的方法, 严重影响自信。她说她到罗丹形体管理是看到一个朋友气质的巨大改变后慕名而来。

在罗丹形体管理, 无需节食、手术, 通过3个月的综合管理, 使胸部变得结实饱满, 消除后背多余脂肪, 腰围降到75厘米, 林女士身材的各个部位逐渐趋于完美, 比例更协调, 整体气质有了很大提升, 朋友看到她的时候都非常惊讶, 都说像变了一个人, 更自信更美丽了。2012年底给林女士做回访, 测量身材各部位数据, 检测各部

位的形状, 仍然保持调整后的效果。林女士感慨万分地对罗丹说: “幸好有你, 让我不再为身材的变形而感到压力, 老公也很惊讶, 怎么现在不节食了反而身材更漂亮了, 是你给我们爱美女士一个更自信的生活, 让我们可以轻松愉快美丽地生活, 这种释然的感觉真的太美妙了, 这么多年, 为了身材, 钱没少花, 却让身材越来越糟, 在罗丹形体管理给我这样一个几乎完美的结果, 物超所值; 谢谢罗丹形体管理, 也谢谢罗丹”。

咨询电话: 13954555093

美容护肤

改掉坏习惯 夜间护肤最给力



很多MM累了一天, 晚上卸妆后随便拍一拍化妆水, 就懒得再做别的护理了。有些夜间的保养坏习惯不但不会有助于肌肤修复, 反而会影响肌肤的状态, 令肌肤比出门在外所受的伤害更大。一起来看看, 赶紧改掉这些对皮肤有害的坏习惯吧。

不彻底清洁或卸妆后不护肤

一整天下来, 彩妆在脸上呆了这么久会被氧化。就算不化妆, 各种各样的粉尘也会堆积毛孔, 给细菌繁殖制造一个温床, 肌肤会被闷得透不过气。况且不卸妆就睡觉, 脸上的污垢和细菌会蹭上枕头, 持续污染你的皮肤, 这样皮肤不过敏发炎或不长痘痘才怪。

彻底清洁后的护肤也需做好, 化妆水和精华是必不可少。加上夜间是肌肤修复的大好时期, 可以勤做一些面膜让肌肤得到密集保养。实在太累的话或对于懒MM们, 睡眠面膜就是最好的夜间粮食。

作息不规律、睡眠不足

熬夜、睡眠不足会直接导致起床眼睛红肿, 皮肤暗淡粗糙, 肤色不均, 长久不规律的睡眠更会导致黑眼圈、眼袋、皮肤加速老化或者皮肤炎症和过敏, 并且还会导致食欲增加、长胖。有研究表明, 睡眠不规律和睡得晚相比, 前者对人体伤害更大。

睡前吃甜食或夜宵

吃过多甜食不但会变胖, 还是美容和健康的大敌。甜食会导致血糖升高, 睡前吃甜食的话, 糖刺激胃酸分泌, 这些酸会在你的身体内停留一整晚。“糖化”后生成蛋白质并在体内积累。许多研究都证明了“糖化”是致使肌肤加速老化的原因, 甚至对大脑也有影响。

夜间深层焕肤

可别再小看夜间保养的重要, 专家发现, 晚上11点至凌晨5点是皮肤细胞生长和修复最旺盛的时候, 这时候细胞分裂的速度比平时快8倍左右。而且家里不会像外面一样空气严重污染、尘沙飞扬, 是护肤的最佳时期。

祛痘课堂

祛痘只需二十天

烟台佐康专业祛痘中心: 当次见效, 三次显效, 20天祛除!

笔者经过调查发现: 很多学生长痘以后, 焦急的家长就盲目地东治西治到处试, 脸成了试验田。其实祛痘也像生病看医生一样, 要选对地方, 而选择一家具有多年的祛痘经验和娴熟祛痘技术的祛痘场所, 会把长痘导致的皮肤损伤降到最低。所以在这提醒广大痘痘朋友: 祛痘是个系统疏通、调理、修复的过程, 一定要到技术成熟的祛痘机构, 以免因一些祛痘场所技术不佳, 处理不当而留下遗憾。系统而又专

业的调理, 才是祛除痘痘的根本。

祛痘要趁早

寒假过了一半时, 到烟台佐康祛痘的人就络绎不绝, “痘友”李玉(化名)的家长说, 孩子上高中了, 长的痘都是密密的那种, 店长说这种是压力痘, 和熬夜上火有关, 及时祛除好得快, 不伤皮肤。这不孩子放假就赶紧来了, 把皮肤系统调整和修复好。以后孩子到别的城市上学, 做吸油巩固也不花钱, 全国几百店联保售后呢, 孩子不

长痘, 家长也放心了。

据了解, 佐康专业祛痘中心作为国际青春痘防治协会的理事单位, 山东省第一家专业祛痘机构, 采用苗族祛痘产品和专业的毛孔疏通仪器, 凭借成熟的祛痘技术, 落户烟台7年来, 已为无数痘友解除了烦恼, 赢得了烟台痘友的一致好评! 针对各种反复发作, 难以祛除的青春痘、粉刺、痘印、毛孔粗大、乱用祛痘产品导致的激素痘、过敏, 当次见效、三次显效、二十天祛除严重痘痘。

学生祛痘, 免费检查皮肤



情况, 确诊类型, 免费定制祛痘方案。

“99元3次”体验健康祛痘等你!

咨询电话: 18663840980



情侣体检, 一人免单, 福田体检双节“1+1”

情人节玫瑰花艳艳, 元宵佳节月圆圆; 双节同庆在一天, 好运祝福一起传。双节期间, 福田体检中心特意为情侣们推出了体检“1+1”活动。

活动细则

活动内容: 凡在活动期间到体检中心体检或预约的情侣或夫妻, 所有的体检套餐均可享受“1+1”活动。即做相同体检套餐的情侣或夫妻, 可免一人的体检费用。**两人体检, 一人免单。**

活动时间: 2月13日--2月20日 活动时间有限, 预约敬请从速。

预约电话: 6872222 6875555 地址: 烟台旅游大世界南门 (滨海假日酒店东)

福田体检, 千万家庭的信任之选!

