



为期一个半月的2012年“瘦身大擂台”在春夏时节如火如荼地举行，得到了很多瘦身达人的追捧和喜爱，在历年的“瘦身大擂台”活动中也涌现出很多通过活动瘦身成功的人士，本期是2012瘦身大擂台的最后一期了，哪些是本届表现最出色的播主，答案立刻揭晓！

瘦身播主 苗条现身

□小霞



瘦身播主: 龙龙
瘦身方式: 健身、瑜伽
瘦身成果: 一个月瘦8斤, 塑形效果明显
瘦身感言: “我很享受运动, 瑜伽带给我的改变!”

我是一名文员, 上班时基本上是坐着的, 因此, 下腹部和臀部很容易堆积脂肪, 看到晚报组织的“瘦身大擂台”活动, 我选择了健身这种减肥方式。第一次去银座健身的时候, 教练先是给我做了体能测试, 针对我想塑形的需求, 还特别为我推荐了一些器械运动和瑜伽等操课。在这一个月的时间里, 我几乎每周都去三四次健身房, 瑜伽课更是几乎一节没落过, 不仅瘦了8斤, 感觉身体的柔韧性和形体也更加好了, 瑜伽这项运动真是非常适合我们女性练习, 我很享受运动, 瑜伽带给我的改变!

生完宝宝后, 我的体重飙升到130多斤, 看到晚报组织的“瘦身大擂台”活动后, 我第一时间选择了欧蔓纤丝的仪器减肥法。第一次去, 减肥顾问通过测量身体数据、饮食习惯等制订了专属我的瘦身方案。接下来, 我就享受到了传说中的“懒人减肥法”, 先是减肥师力度适中的按摩, 然后是一个小时的聚能生物波, 在仪器的震动中, 我觉得身体的脂肪真的慢慢在燃烧, 在消失。一个半月, 我竟瘦了20斤, 很多朋友看到我, 都说我比以前至少小了5岁, 真是瘦身又减龄, 太让人兴奋啦!



瘦身播主: 王女士
瘦身方式: 仪器减肥
瘦身成果: 1个半月, 瘦身20斤
瘦身感言: “瘦身又减龄, 太让人兴奋啦!”

瘦身播主: 张洁

瘦身方式: 暖腿经络护理
瘦身成果: 1个月, 腿围瘦了2公分
瘦身感言: “不仅腿部塑形效果明显, 还改善了很多腿部症状”



因为工作长时间站立, 我的腿部经常出现浮肿, 到了夏天, 都不敢穿裙子, 在“瘦身大擂台”活动中, 我选择了柔婷美容的暖腿经络活络护理。第一次做的时候, 先用能量养生足浴桶在腿部蒸15分钟左右, 然后是美体师有针对性的按摩, 按摩的时候穴位不通的部位会有些胀痛, 做完后, 感觉整个腿部从视觉上就瘦了, 而且很轻松, 坚持了七八次以后, 我惊喜地发现腿部瘦了2公分, 水肿现象改善明显, 而且感觉周身轻松!

瘦身播主: 赵小姐

瘦身方式: 经络减肥
瘦身成果: 25天瘦了10斤
瘦身感言: “终于可以穿性感蕾丝啦!”

从“瘦身大擂台”招募报名开始的第二天, 我就在长城减肥总院开始了瘦身过程, 我属于那种下半身偏胖的体型, 所以我几乎很少穿裙子。坚持了3周, 每周都按减肥师规定的时间按时到店, 我的毅力使得我的减肥效果非常明显, 25天我整整瘦了10斤, 现在的我, 终于可以穿上性感蕾丝啦!



长城减肥总院 ——您身边的 减肥专家

说起减肥, 您可能听过也尝试过各种各样的方法, 其中, 中医的经络减肥法是最被大家认可和推崇的, 它倡导绿色健康减肥, 并能同时调节内分泌失调、产后肥胖、失眠等症状。

长城减肥总院的主要减肥方式就是经络减肥, 建立在中医理论基础之上, 通过刺激腹部和腿部的相关部位, 不仅减少腹部脂肪, 还能减少臀部腿部脂肪, 达到全身减肥的效果, 对身体无任何副作用, 不饥饿, 不乏力, 不节食, 安全有效。

除了安全健康的减肥方式, 长城减肥总院的宗旨“从不向顾客硬性推销任何产品和卡项”, 而是追求专业的服务, 也使它成为消费者最信赖的减肥机构, 成立十多年来, 为成千上万的人群带去苗条和美丽。

春季减肥正当时, 长城减肥总院将为您提供最专业最贴心的瘦身选择!

●总院地址: 涿源大街29号圣凯摩登城633室
电话: 86150686
●八一店地址: 济南大厦北门斜对面
电话: 86907056



齐鲁晚报
都市消费
D08 擂台秀
2012.5.18 星期五

ROUTING 柔婷 SALON

健康美容, 内外兼修, 美丽一生!

70分钟

塑造健康修长迷人的双腿!
改善腿部浮肿现象, 帮助腿部脂肪燃烧, 疏通经络, 调节气血, 改善腑脏功能及淋巴排毒功能。

首次体验只需38元

暖腿经络活络护理

护理特色: 二通一排一补

- 一通表皮, 加速腿部血液循环, 起到疏通表皮, 毛孔的作用。
- 二通经络, 通过刮痧和经络按摩疏通腿部六条经络, 改善因气血淤滞造成的腿部问题。
- 一排毒素, 利用特别腿部专用精油配合腿部经络疏通手法排出湿气和毒素。
- 一补气血, 针对腿部穴位的温灸疗法达到祛风寒, 补气血的作用。

能量养生足浴桶功效:

能量养生足浴桶是结合了先进负离子技术、热能量、传统足底按摩原理, 通过负离子能量蒸汽机, 将带有负离子能量的雾水作用在腿部, 激活腿部老化细胞, 补充腿部能量; 通过热量加速腿部血液循环, 起到排除湿气和毒素治疗水肿; 通过足底按摩刺激足底反射区域, 起到提高全身脏腑机能的作用!

操作流程: 全程时长: 70分钟

能量蒸腿 (15分钟) → 经络刮痧 (腿后15分钟) → 舒松减压按摩 (腿后10分钟) → 经络刮痧 (腿前10分钟) → 舒松减压按摩 (腿前5分钟) → 脚底能量按摩 (8分钟) → 温灸 (腿前7分钟)

咨询热线: 13695416167 15318847846

柔婷专业美容护理 ROUTING PROFESSIONAL BEAUTY CARE

欧蔓纤丝 减少彼此拥抱的距离

ITALIAN WOMAN DAISY BEAUTY INSTITUTIONS

“拥抱马尔代夫”大型公益活动招募

应广大顾客朋友的热情提议, 报名截止日期延期一周。自5月24日前, 将你与闺蜜、亲人、爱人的拥抱照片附上姓名与联系电话, 发送至活动邮箱 yongbaobici@163.com 中, 就有机会获得马尔代夫浪漫双人游。尽情享受异域风情, 迷失于北纬4°的浪漫.....

一等奖: 马尔代夫双人游 二等奖: 减肥年卡一张 三等奖: 减肥月卡一张
凡参与此活动, 老会员可获 300 积分, 新顾客可获 200 元代金券。

★ 仅需98元即可享受总价值420元的特效瘦腹+特效薄背

文东店 82772555 文化东路29号七星吉祥大厦B座609室	华龙店 87067555 华龙路嘉恒大厦B座1004室	经十店 86959555 千佛山医院对面 三庆汇文轩东座20D	建设店 82790555 建设路世纪佳园9号楼1单元701室
伟东店 67810555 伟东新都1区3号楼1单元201室	解放店 81850555 解放路历东花园5号楼4单元801室	洪楼店 86569555 洪楼海蔚广场商务大厦1906/1907室	杆石店 86100555 经七路杆石桥三箭银苑A座2001室