

12月7日是农历二十四节气之一的“大雪”，这预示着寒冬时节到了。人们为了保暖不得不添加衣物，可是很多爱美女士在冬季里也想保持苗条的身姿，所以市面上保暖塑身衣成为爱美女士冬天里的必备品。记者走访了日照市多家商场以及保暖衣专卖店，发现保暖塑身衣销售火爆。

女士美丽动人防臃肿
保暖塑身衣走俏市场

文/片 本报记者 王超

塑身衣柜台多 成百上千价差大

12月6日上午，记者来到日照泰安路上的一家商场，该商场的内衣专柜共有7个内衣品牌，几乎每家品牌都有保暖塑身衣。各品牌所售的塑身衣中，分为连体式、分体式、腰封式，局部塑身的背背佳式以及高腰束裤等。在面料上，主要以锦纶、氨纶为主。不同品牌、不同款式功能的塑身衣，价格少则三四百，多则两三千元。

陈女士是其中一家柜台的销售人员，据她介绍，所谓的保暖塑身衣跟普通的保暖衣不同的是，既保暖又有很大的弹性，会收紧身体多余的赘肉。陈女士挑出一款售价699元的保暖塑身衣说：“这种保暖塑身里面加羊毛绒，穿上后相当于穿一件羊毛衫，同时，

她在腰部和臀部都用有弹性的特殊材质做成，穿上后瘦身效果非常明显。”

塑身衣弹性大 成人衣似童装

记者注意到，适合1.65米女士穿的保暖塑身衣看起来只有三四岁童装大小。陈女士告诉记者：“这种衣服的弹性很大，不然起不到瘦身的效果。”

据介绍，保暖塑身衣是冬季里的热门销售产品，该商场平均每个柜台都能销售十件左右，主要消费的群体是20-30岁左右的年轻女士。还有很多冬季里结婚的新娘会选择这种保暖塑身衣，穿上它再穿婚纱既保暖也不显得臃肿。

在东港区上班的李女士从去年开始就选购这种保暖塑身衣。“穿这种保暖衣暖和也好看，就是会觉得不舒服。”李女士说，“站着的时候还好，

商场橱窗里展示的塑身衣。

坐下来会觉得呼吸有些不得劲，尤其是吃饭的时候也吃不下平时的饭量。”尽管有些不舒适，李女士还是选择穿上塑身衣以保持身材。

过于紧身压迫内脏 材质不好皮肤过敏

记者咨询了日照市中医医院呼吸科的医生，张医生建



议，一般的塑身衣不要选购太过于紧身的，会压迫内脏，限制呼吸造成呼吸困难。有的保暖塑身衣如果材质不好的话，皮肤无法正常的“呼吸”，还会引起皮肤过敏等症状。

他还建议说，爱美的女士如果想要身材完美的话还是要通过运动健身，塑身衣虽然会让完美身材立竿见影，但是对于健康也有一定的隐患。

相关链接

三招打造靓丽美腿

随着冬季的来临，人们穿的衣服也开始逐渐加厚。“其实想瘦腿很简单，只要做到3招瘦腿运动。”英派斯健身俱乐部瘦身教练孙琳说。

半蹲前行

1、在一个宽敞的地方，两脚分开，要宽过肩膀，脚趾向外，且膝盖超过脚趾；2、背部挺直，挺胸，收腹；3、保持这个姿势，一步一个脚印，并尽量扩大你的脚步，然后转身走回你的起始位置；4、完整走完20步，或者直到你的脚酸了为止。

腿部平衡

1、站直，把手放在长椅上，或椅子的靠背处，或台面边缘；2、向身体的右侧抬起你的右腿，脚伸直了。放下右腿，但不要着地。再向另一边抬起右腿；3、保持平衡，腿不要上下摇摆；4、每边重复25次。

下蹲抬腿

1、站直，背靠健身球紧贴墙壁；2、往前伸出手臂，并选择一个接触点，挺直往前走；3、向前伸展右腿，抬高到一个水平位置，尽可能与地面平行；4、左腿膝盖微微弯曲，脚跟和脚趾离地。如果能抬高脚趾，使脚背与小腿形成直角，你的大腿和臀部的肌肉将会得到更好的锻炼效果。缓慢下降，变成坐姿。以健身球作支撑，缓慢地抬着左腿上下蹲；5、慢慢回到站立姿势；6、左右腿各做10下，练习3次。（实习生 隋忠伟）

编辑：李玉涛 组版：张静

齐鲁地产风云榜邀您投票

(日照地区)

主办单位：齐鲁晚报

承办单位：齐鲁晚报《今日日照》日照置业网

媒体支持：大众日报、山东电视台、生活日报、大众网、半岛都市报、沂蒙晚报、鲁南商报、潍坊晚报、鲁中晨报、黄三角早报、城色杂志

A奖项设置(楼盘)

1. 2012年度最具升值潜力楼盘

2. 2012年度最完美景观楼盘

3. 2012年最佳生态楼盘

4. 2012年度宜居典范楼盘

5. 2012年度最畅销楼盘

6. 2012年度最具人文价值楼盘

7. 2012最佳节能住宅奖

8. 2013年度最值得期待楼盘

9. 2012年度最佳户型楼盘

10. 2012年最具投资价值商业地产

11. 2012年最佳精装楼盘

12. 2012最佳绿色低碳建筑

候选楼盘(排名按拼音排序)

☐碧山临海

☐观澜天地

☐海上豪庭

☐京泰·盘龙湾

☐苹果乐园

☐山水龙庭

☐唐韵开园

☐兴业·新营华府

☐原海映象

☐伴山伴鸟

☐华尔兹

☐海上明月城

☐京泰·万容城

☐青花词

☐尚京新城

☐天德海景城

☐新都花园

☐悦海明珠

☐大象国际

☐海纳大厦

☐荷兰新城

☐蓝天·海景国际

☐日百·依河园

☐水木清华

☐太阳海岸

☐新世界三期

.....

☐帝王豪庭

☐海纳·现代城

☐荷塘月色

☐蓝天·国贸中心

☐荣安广场

☐市北新城

☐万锦海岸

☐怡学佳苑

☐凤凰花园

☐海曲国际

☐花海帝景

☐绿色佳园

☐荣安老街

☐山海嘉园

☐香樟西苑

☐裕升·国际花园

☐广安佳苑

☐海通大厦

☐慧通·鼎城

☐明珠时代广场

☐日照港·国贸中心

☐威祥佳苑

☐幸福新村

☐御景东方

B奖项设置(房企)

1. 2012最具影响力房地产企业

2. 2012最具社会责任感房地产企业

3. 2012年度最具创新精神房地产企业

候选房企(排名按拼音排序)

☐百替房产

☐环海置业

☐清大华创

☐日照港房产

☐鑫威房产

☐德瑞房产

☐慧通房产

☐旗云地产

☐山海天城建集团

☐新世界房产

☐芳州置业

☐金辉置业

☐润禾置业

☐天德房产

☐兴业房产

☐格莱特置业

☐京泰房产

☐荣安房产

☐太阳海岸

☐裕升置业

☐海纳房产

☐君泰房产

☐日百房产

☐万锦置业

☐中威房产

☐吴海投资

☐蓝天房产

☐日照城建

☐新都置业

.....

投票方式：

① 邮寄投票：由读者认真阅读后，直接在候选楼盘前面空格处填写奖项设置的序号即可，填写完毕后，请于12月20日前寄送日照市烟台路丽城花园西沿街《齐鲁晚报·今日日照》编辑部收。

② 网络投票：直接登录<http://www.fc0633.com/network/vote/>填写。详询：0633-8308129