

“想减肥,用筷子”

外教杰森在南京过得很愉快

来自NCAA的名帅杰森在南钢带队训练已经一个多月,他的训练水平得到了南钢俱乐部上下的一致肯定。新赛季CBA联赛,杰森将会以球队主帅的身份带队出征,南钢希望在这位名帅的带领下,本赛季能够取得突破。

近日,这位NCAA名帅接受了美国记者的采访,采访中他说出了在南京生活这段时间的感受,他甚至已经喜欢上了南京的臭豆腐。



杰森希望在中国能减肥成功 快报记者 顾炜 摄

这里的人真多啊

杰森首先表示,在南京生活,这里的人们都非常友善,并且十分热心,人们对他也非常友好。在接受采访时,杰森着重强调了自己对于中国上班“早高峰”的看法,他表示,交通问题是他一天生活中最为突出的问题,每天早上,人们骑自行车,开汽车或者步行从一个地方到另一个地方,由于人口众多,交通压力十分大,但是并没有因此而发生更多的交通事故,这不能不说是一件可喜的事。

杰森早上有晨练的习惯,来到南京之后,他惊奇地发现,进行晨练活动的人不在少数:“在南京的各个公园、广场或者是各个生活小区,每天早上,你都能看到上了年纪的老

人在那里进行晨练,而且他们一般都是很多人在一起活动,来南京之前,我并不知道这里人们的平均寿命是多少,但是,我相信,他们的寿命一定会很长,这一点,在美国就做得不够,人们很少进行晨练。”

中国之行要减肥

在进行采访时,杰森还谈到了南京食物和美国德克萨斯州食物的不同,并且取笑记者肯定不知道什么是臭豆腐。他告诉记者,臭豆腐不是变质的豆腐,由此可以看出这位教练很快就融入了南京生活。

对于使用筷子来吃饭,这位教练也是深有体会:“如果你想要减肥,那么就去厨房把汤勺、刀叉都锁起来,并且将钥匙藏到自己找不到的位置,

然后使用筷子来吃饭,至少三个月,你就能看到效果,用筷子来吃爆米花、黄油面包和一份沙拉将至少花费你三个小时的时间。”在笑声中,杰森带着一丝抱怨,不过对于这位体重超过200斤的大胖子而言,此次中国之行肯定会让他减肥成功,而这一点也是他自己所希望的。

有信心带好南钢

说完自己在南京的生活,这位教练还谈到了自己的球队,他认为球员们技术非常好,只要训练得当,一定能够取得更好的成绩。

“我们的球队非常有天赋,在过去的两个CBA赛季,我们的球队都排在了第三的位置,我们的队员平均年龄在

21-23岁之间,他们的技术非常熟练和优秀,在场上头脑非常灵活,在未来的两周,我们还将签下两名美国队员来补充球队实力。”杰森说。

此后他还将美国篮球队的训练方法和中国篮球队的训练方法进行了比较,“这里的训练有些优雅,篮球是一项非常需要对抗和力量的运动。所以我希望他们能够在训练和比赛中变得更加野蛮一些。”杰森说。在谈到南钢的缺点时,杰森补充说:“这支球队不缺少天赋,他们需要的是强悍的防守和凶狠的篮板球,这两点如果解决好的话,他们的才华会得到展示的。”在采访的最后,杰森表示自己有信心带领南钢取得好成绩。 快报记者 沈忱

携手出游 王励勤赵薇和好啦?

“事业失意,情场得意”可能是现在王励勤的心情,在刚刚结束的中国乒乓球公开赛上,王励勤被年仅18岁的许昕挡在男单八强之外,在中国男乒刚公布的世界杯参赛名单上,他又榜上无名,昔日的乒坛一哥在“无机胶水”时代正处于前所未有的低谷。不过,他的感情生活似乎峰回路转,前天,一个名为“秋月凉风”的网友在某门户网站体育社区中贴出照片,爆料本月5日影视明星赵薇和王励勤同车出游山东,从照片上看两人心情很好,似乎并不像此前传说的已经分手。



赵薇下车



王励勤等赵薇?

该网友共贴出9张照片,从照片上显示的时间看,拍摄于5日下午1点多。发布者特意在照片上标注了地点——山东境内某高速公路一服务区。当时,一辆暗红色的SUV停靠在路边,赵薇坐在驾驶席上打电话,王励勤率先下车。下车后,王励勤径直走到服务区,和一位友人碰头,两人坐在一桌子旁攀谈,一人要了一大碗面条。很快,这位友人往车辆停靠的地方走去,此时赵薇也下了车,下车时,拍照者敏锐地捕捉到了赵薇伸出

左手下意识挡嘴巴的动作,熟悉赵薇的人都知道,这是她的习惯性动作。自从友人离席后,吃面的王励勤就不时朝停车方向张望。只见该友人将车后座的行李——一个手提的旅行包换到副驾驶后,赵薇则从驾驶席换到了后座,友人则坐上了驾驶席,估计是导游兼司机。这时,王励勤离开面馆,随即上车也钻进后排。从该组照片显示的时间看,整个过程大约持续了几分钟,看来是两人已经与友人约好,在此碰面后前往目的地。 盖源源

赵薇经纪人:他们是好朋友

这组照片究竟是真是假?赵薇和王励勤到底是普通朋友还是恋人?昨天记者求证赵薇经纪人陈蓉。对方听到二人“顶风作案”在一起的说法后立即反问,“有拍到两个人在一起的画面吗?!”

陈蓉表示这组图片她早上也在论坛中看到,图片的真假她也无从分辨,至于二人的关系,

陈蓉回答,“我只知道二人是好朋友。”此后,记者希望能向赵薇本人求证照片的真假,陈蓉表示赵薇正在为电影宣传,不在北京。而这组图片她本人可能还不知道,且看到了也不会怎么样。并再三强调自己所知的二人关系只是朋友,若照片是真的,朋友一起出去玩也很正常啊!胡文

挑高、跃层、大户型 专家工作室 全程专业钻石服务

本周六、周日专场接待日 专家服务

针对挑高、跃层等户型的复杂性和施工难度,梦飞装饰在总结五年家装经验,100多个经典成功案例的基础上,不断发展与提高,隆重推出“挑高、跃层、阁楼大户型专家工作室”,溶设计、施工、选材于一体,全方位为业主提供服务,专业讲解:

- 1、挑高、跃层、阁楼等户型如何设计、布局?如何巧妙利用空间,制造设计亮点?
- 2、什么样的楼梯更符合您家的装修风格?楼梯选择的注意事项?
- 3、选择什么样的槽钢做龙骨安全可靠?如何做到美观实用?施工过程中应注意哪些?
- 4、怎样布局显得大气?你家适合什么样的风格?选择地板、地砖、卫生洁具等材料要注意哪些?……

>>统一接受报名: 84651489

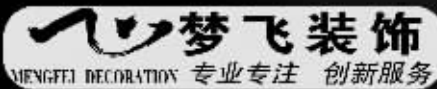
老房专家工作室周六、周日同时提供精品服务

老房、二手房装修具有一定的技术难度和专业性,一般的小公司很难把老房、二手房装修到位;而一般规模比较大的装饰公司又觉得二手房、老房装修利润很薄,难度系数又大,不肯装修。梦飞装饰是现代快报六大诚信品牌公司,急业主所急,想业主之所想。4年来,老房、二手房装修施工200多套,练就了一支过硬的设计施工队伍,攻克了一个又一个的技术难关,在老房、二手房装修设计方面,风格独树一帜、令人耳目一新、匠心独具。巧妙的布局与材料的精心选择搭配,总能营造出几个设计亮点,为家增添几分温馨与典雅……

欢迎对设计要求较高,对老房、二手房装修有疑虑的业主上门听课、咨询,带房型图的业主提供免费设计、出方案。

>>统一接受报名: 84651489

网上报名: www.njmengfei.com 免费热线: 10101010呼梦飞装饰



地址: 太平南路1号新世纪广场B幢12楼205室 电话: 84651489