

# 金吉鸟

## 打造南京健身第一品牌

所获奖项:  
2008年度  
最佳品牌价值奖

### 获奖感言:

金吉鸟投资管理有限公司董事长周荣

南京健身行业已进入了品牌时代,健身爱好者对品牌价值的关注也是各品牌最为看重的。能获得此奖项,既是对金吉鸟品牌的认可,也是对金吉鸟的鞭策。未来,金吉鸟将立足于瑜伽馆,继续加大健身场馆的投入,凭借多年的健身俱乐部运作经验,全面发展健身场馆,给南京消费者提供更为全面的选择。

### 4年间,金吉鸟这样走过

2005年,金吉鸟扎根南京,在珠江路开出第一家瑜伽馆。4年间,金吉鸟已在南京发展了9家分店,会员拓展到超过万人,并在今年挺进苏州市场。

金吉鸟能有今年的规模,是靠瑜伽起家。金吉鸟专业瑜伽馆凭借“一流的师资、一流的环境、实惠的价格”,重新整合了南京瑜伽市场,使得南京瑜伽市场的价格从4000多直降2000元,让更多的南京白领们能够消费得起瑜伽,自此,瑜伽不再是奢侈消费品。任何群体只要有需求,均可以在金吉鸟找到适合的健身方式。

“在当时,南京的健身市场一直缺少亮点,金吉鸟准确把握了健身潮流,切入了南京健身市场。”周荣表示,从4年前的一个小健身馆发展到今天,



凡是在南京繁华的街区都有其大型的直营店,每天在其连锁店内练习瑜伽的MM们多达1000人次。

除此以外,金吉鸟健身俱乐部也进入了快速发展期。上个月,金吉鸟虹桥店正式开门迎客,这是继金吉鸟·万源游泳健身会所”之后斥巨资重点打造的综合健身俱乐部,拉开了金吉鸟健身俱乐部连锁经营的序幕。

### 9家场馆引领南京瑜伽风尚

瑜伽,已经成为2008年南京健身行业最为热门的一个词,成为南京健身时尚。短短一年间,瑜伽能如此深入人心,金吉鸟功不可没。

2008年之前,金吉鸟还仅仅只有3家分店,仅在2008年一年间,金吉鸟就增加了6家店。今年,随着金吉鸟专业瑜伽馆大行宫顶级店和龙江新城市二店的破土动工,金吉鸟专业瑜伽馆完成了在南京主城区核心商业地段的战略布局,以其专业、高性价比的经营特色,引领着南京瑜伽时尚潮流,悄然成为南京瑜伽业的领军品牌。

# 美伽

## 时尚白领的专宠

所获奖项:  
2008年度  
最具潜力奖

作为今年南京瑜伽市场的新军,美伽瑜伽馆在短短半年多的时间内就在南京的时尚白领一族之中打出了名气。时尚气息十足的环境,让美伽俘获了众多铁杆会员的芳心。这个新生品牌的潜力让会员们兴奋不已。

就单店面积而言,1000平方米的美伽瑜伽会馆算得上是一个大店了。会馆全实木

地板、中央空调,全进口德国新风水暖设备,避免干燥不适,保证会员在馆内的身心舒适与健康,超高端硬件设施为会员提供一流的锻炼环境,拥有常温大操房和两间高温操房,更有VIP专享私教操房。宽敞的休息区提供养生饮品、最新时尚杂志、高速宽带冲浪、全场wifi覆盖,让会员体验完美休闲生活。

在美伽,有国际认证资质的资深教练为会员打造都市健康生活。每月的课程都是根据会员的需要进行合理调整,其中,排毒瑜伽更是针对都市人生活量身定做。

据介绍,排毒瑜伽是通过特殊、有针对性的体式,使毒素通过呼吸、汗液、排泄等方式排出体外,使练习者身体轻盈,精



美伽金牌教练牛敏

神焕发,已经成为时下的一个热门课程。排毒瑜伽,不仅可以让人消除紧张,缓解压力,更能使人的精神与身体进入纯净的境界,塑造完美体型体态。

## 冬季如何进行慢跑锻炼

冬季是开展群体活动的好季节。长跑,作为最普及的大众体育运动项目,深受各年龄段人们的喜爱。冬季进行长跑锻炼,不仅能增强体质,抵御寒冷,而且能振奋精神,锻炼意志。那么,如何进行长跑锻炼呢?

做好跑前准备工作。冬

季气温低,外出晨跑穿着不能太单薄,尤其是上腹部要注意保暖,以免受凉

掌握正确的方法起跑后,上身稍微前倾,两眼平视,两臂随跑的节奏自然摆动,脚尖要朝向正前方,不要形成“八”字,后蹬要有力,落地要轻柔,动作要放松。长跑脚的

着地动作有两种:一种是脚前掌或外掌外侧着地。这种方法速度快,效果好,但比较费力。它适合于提高成绩的专业运动员;另一种是全脚掌落地过渡到前掌蹬地。这种方法,腿的后面肌肉比较放松,跑起来省力,但速度较慢,适合于大多数人和初学者。

### 公司简介

美伽瑜伽会馆总营业面积达1000平方米,拥有常温大操房和两间高温操房,更有VIP专享私教操房。会馆全实木地板、中央空调全进口德国新风,水暖设备。课程丰富,国际认证资质的资深教练为您打造都市健康生活。

Enjoy yoga!  
愉悦的心情,加倍的快乐

美伽瑜伽会馆  
MY YOGA STUDIO

# 购年卡,得季卡

年卡1580元起,免费淋浴,免费桑拿。

### 会馆开设课程

- 常温瑜伽
- 高温瑜伽
- 私教课程
- 普拉提
- 民族舞
- 有氧拉丁
- 身体激活
- 肚皮舞等

会馆多功能休息区,可承接各单位小型会议活动和讲座。

地址:中山路129号中南国际大厦六楼(1路珠江路站向南50米)

课表查询网址: <http://www.xici.net/b996400/>

预约热线: 84701200 84701201 QQ: 1016444705

另招聘会籍顾问若干