

# 男瑜伽教练严重紧缺 各健身场馆竞相延聘

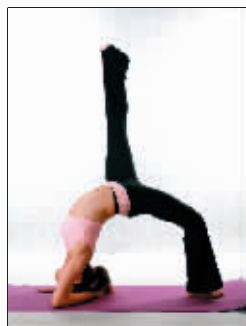
## 芳疗瑜伽 由内而外做个香美人

正值春夏交替之际,许多人出现了过敏症状,打喷嚏、鼻塞、皮肤过敏……不少人深受困扰。笔者了解到,在明道瑜伽馆,最近芳疗瑜伽课程渐渐火了起来。

芳疗瑜伽是瑜伽和芳香疗法的结合。瑜伽的体式法能针对每个人不同的需求而设计,而芳香疗法更能加强瑜伽的功效,使练习者事半功倍,让人们不仅从单纯的瑜伽中获益,还享受到芳疗带来的愉悦和全身心的调节功效。

在静谧而馨香的氛围中开始练瑜伽,合适的精油会给你更多的助力,让瑜伽给身体排毒,锻炼身体的柔韧与耐力,净化自己的身心情绪。据明道瑜伽馆总经理唐静介绍,芳疗瑜伽用芳疗原理改善现代瑜伽练习者的练习环境,营造自然氛围。利用植物分子的精微能量,通过芳疗的五感疗法,特别是吸入法(嗅觉的辅助),从生理到情绪,再到心灵提升瑜伽的功效体验。明道瑜伽是南京为数不多开设芳疗瑜伽课程的瑜伽馆之一。

据明道瑜伽负责人介



绍,明道瑜伽所用的精油是南京一些高档美容院使用的高档进口精油,纯天然,无毒无副作用,可以直接用在脸部皮肤上。明道瑜伽根据精油功效的不同,每次课程都有不同主题,如:薄荷主题,就是薄荷精油和少许天竺葵精油的混合。

练习完芳疗瑜伽后那种香汗淋漓的感觉非常舒畅,并且香味还能持续一两天,真的成了“香妃”呢!芳疗瑜伽还能改善皮肤状况,减压效果也非常显著。从今天起,让芳疗给你最自然的身体护理,皮肤养护,由内而外做个时尚的“香美人”吧!



练习瑜伽,能让人放松心情,缓和心情,因而受到都市白领的欢迎。目前,国内各大城市的健身中心都设置了瑜伽课程,南京也不例外,瑜

伽教练正在成为一个香饽饽。记者在采访中发现,男性瑜伽教练严重紧缺,各大瑜伽健身场馆正在竞相争聘。

一个瑜伽教练一个小时课时收费40元~100元不等,一些知名外教或者课时量比较大的教练,甚至年收入可达十几万元,比一些服务企业的总经理年薪还高。由于市场需求大,专业瑜伽教练变得十分抢手,与此同时,工作自由,待遇优厚,专业瑜伽教练已经成为许多人追求的热门职业。

记者发现,因瑜伽练习

者多为女性,使得授课的教练也以女性为多。以在南京场馆数量最多的金吉鸟瑜伽为例,在其23位教练组成的团队中,只有3位教练是男性。“出于授课时方便的需要,高温瑜伽等课程中,女性学员多是要求跟随女性教练练习。其实,男教练的水平一点都不比女教练差,我们的教培总监就是从印度请来的男性外教,要知道,在印度,称得上瑜伽大师的几乎都是男性。”据金吉鸟瑜伽总经理周荣介绍,在金吉鸟瑜伽1万多名学员中,男性会员不到5%。“练习者还是以女性为主,这也直接影响了教练的性别构成。”

和金吉鸟一样,在明道、美伽、千释等瑜伽场馆,女性教练也占据了绝对的主力,有些场馆甚至目前仍没有配备男性瑜伽教练,于是,男教练成了香饽饽,为了吸引更

多的会员加入,特别是面向男性拓展,各健身场馆也竞相争聘男性教练。

业内人士表示,目前很多人认为瑜伽只适合女性练,殊不知世界上很多瑜伽大师都是男瑜伽教练。瑜伽是一种身心结合的运动,不论男女都适合,瑜伽动作比较舒缓,节奏较慢,对柔韧性要求相对较高,一般来说,男性的柔韧度没有女性好,刚开始入门时可能进步不如女性快,可是随着练习的深入就会发现,虽说瑜伽在初级阶段时的柔韧性很重要,但练到后来,越是难度大的动作,对力量的要求越高。很多动作对女性而言几乎是不可能完成的,而男性却能轻松完成。另一方面男士对于动作的美感没有女士的要求高,因此更能体会瑜伽修身养性的真谛。

快报记者 黄建军



南京明道瑜伽馆自2001年开设以来,以独特的风格将古老的瑜伽和现代的健身方式融为一体,引领了瑜伽健身时尚,推动了南京瑜伽健身风潮,现在江苏已经有多家直营连锁分店。以口碑著称的明道瑜伽,将经络学、饮食营养学、运动学、形体美学等融入课程中,凭借雄厚的师资力量,我们致力于让更多的人感受最为专业的瑜伽锻炼!



# 明道专业瑜伽馆

### 春季特惠 活动

- 1 所有年卡**免费**加送**2个月**及一套**远洋最新款瑜伽服**
- 2 特价常温年卡**1380元起**(瑜伽、跳操通卡),高温年卡**1690元起**(顶级店、旗舰店上浮);
- 3 **免费**体验进行中,电话预约体验相应门店课程,让您亲身感受大师级教练水平

## 开设内容

高温瑜伽、芳疗瑜伽、办公瑜伽、理疗瑜伽、养身瑜伽、瘦身瑜伽、踏板、爵士舞、普拉提、活力有氧、肚皮舞、形体舞蹈、跆拳道、有氧拉丁、孕妇瑜伽等等

## 明道瑜伽学院招生

### 瑜伽教练员培训

所有学员可在明道  
**免费锻炼一年**

**特惠招生**,初中高级连续**6800元**。  
品牌承诺,100%安排就业。  
资深华裔导师,名额有限,报完即止。

TEL: **83209798**

网址: <http://b398379.xici.net>

咨询QQ: 492417594 790486168

## 明道跆拳道班招生

- 1、双休日少儿班招生:年卡特惠:**1200元/年**(含韩国进口品牌道服一套)
  - 2、暑期班暑期卡特惠招生:**390元/2个月**
- 专业场地、赴韩归来专业运动员授课、  
8年品质保证、小班上课

跆拳道  
地址:

## 明道专业瑜伽馆及跳操馆:

鼓楼旗舰店:中山北路26号新晨国际大厦裙楼4楼

TEL: 83209798

山西路精品店:中山北路241号江苏华侨大厦19楼E座(宏图三胞旁)

TEL: 83345936

新街口平价店:汉中路129号江苏职工医科大9楼912室(金鹰旁)

TEL: 84780003

龙江顶级店:龙园西路5号4楼(龙江体育馆对面)

TEL: 86602958