

# 现代都市人 10大另类休闲计划

“另类休闲”，以新奇性、刺激性、挑战性，满足了现代人挑战自我的渴望。“玩的就是心跳”、“过把瘾不死”、“我相信我能飞”等“另类休闲”流行语，既体现了“另类休闲”人群幽默风趣的调侃，也彰显着他们挑战运动极限的勇气和气魄。以下是本刊遍访广大新新人类，综合整理的10大另类休闲计划。

快报记者 黄建军整理



## 攀岩

### 让你有颗勇敢的心

攀岩是从登山运动派生出来的一项新兴、时尚的极限运动。它惊险刺激且极具挑战性和观赏性，能充分满足人类要求回归自然、寻求刺激，从而挑战自然、超越自我的欲望，它正以自己特有的魅力、突出的个性，感染着越来越多的人。

## 攀冰

### 在冰上的华尔兹

洁白的冰壁，冰块落下的清脆声，完美的团队配合，攀冰过程中的刺激、成功后的喜悦……这一切，只有亲身体会后，才会拥有那种刻骨铭心的感受。不过，如果没有足够的技能和勇气，这绝不是一般人可以随便玩的。经过一夜的休整，当清

晨的阳光开始悄悄地洒在谷底，洒在冰壁，洒在帐篷上时，冰上华尔兹正式开始了。

## 蹦极

### 玩的就是心跳

随着“三二一”口令的响起，生命被浓缩在时间的某一点上的刺激，使蹦极在年轻人中极具号召力。蹦极中“玩的就是心跳”、“过把瘾不死”等口号，也纷纷成为了“另类休闲”的专用流行术语。

## 水上飞伞

### 蓝天碧水间的翱翔

站在一望无际的湖面平台上，扎上安全带，锁上尼龙伞，随着摩托艇的启动，人便如一只自由飞在蓝天、碧波间的飞鸟。那时平日的烦恼和忧愁，一概都飞到九霄云外，而平时看起来毫不起眼的世界，随着飞伞的滑翔，变得那么美丽、那么富有生机和魅力。

## 徒步旅行

### 跟我走吧

徒步，也许是最简单和纯朴的生活方式。空气和阳

光，远山和草木，河流与羊群，在意想不到的时空里等候，每走一步或许都有惊喜的发现，每个细节都被赋予浪漫和探险的新意。

在路上自由自在、随心所欲的感觉，可以在任何时候、任何地方停留下来的惬意，对未知世界的体会和对生存极限的体验，就是爱上徒步旅行的原因。

## 森林旅游

### 与大自然亲密接触

登山锻炼，聆听鸟声，呼吸清新空气，看森林的壮美，漂流探险，在与大自然真正亲密接触的同时，增进对自然的了解。

漫步森林中，每一根神经末梢都变成绿色的，而在那绿色之上，轻轻滑动着的是仿佛就此凝固了的时间。

## “爬酷”

### 像猿猴一样灵活

现在都市年轻人中什么活动风头最劲？

答案是“爬酷”。

玩这项运动的人喜欢在城市里天马行空，他们将城市的楼宇栏杆、回廊阶梯都化为工具，放手玩极限，随地

练功夫。“爬酷”其实是一项街头疾走极限运动，有点自由奔跑的意思，同时配合猿猴一样的灵活攀越。不过这项运动的爱好者更愿意把它看成是一种随性和自由的生活方式。

## 沙漠徒步

### 真正的探险运动

在沙漠徒步游玩的运动，称为“沙漠探险”。听起来好像很恐怖，可这项运动却被越来越多的年轻人追捧为一种考验自我、实现自我的另类休闲运动。沙漠徒步，是一项真正为探险者准备的团体运动，要求严格，不过很刺激。在沙漠中，面对大自然的恶劣环境，个人力量非常渺小，走不动，大家扶一把，背不动，大家帮忙分担一些，互帮互助。这种情节也很让人感动和难忘。

## 越野飞车

### 为出发而出发

近年来“自驾热”高温不退，由此衍生出的自驾车越野行更是逐渐形成了新时尚。其中，越野行由于提供了森林、草原、湖泊、温泉等多样化的目的地选择，更能满

足爱尝鲜、有冒险精神的自驾人士，备受车友追捧。

越野自驾游并不是为了寻求一种感官刺激，而是要用心去体会、去感受途中或愉快或失落的过程。越野自驾游，不是为赶路而行走，而是为出发而出发。

## 疾速漂流

### 永远充满期待

在四面青山环绕的峡谷腹地，一群人乘着竹筏、木筏或橡皮艇顺流而下，迎面而来的是一种期待。在忙碌的都市生活中，人们一直在寻找一种激动、一种区别于平凡生活的独特感受。在河流溪道中穿越激流险滩，就是一种集“刺激”与“惊险”于一体的另类休闲运动。





# 金吉鸟健身连锁

瑜伽 · 器械 · 跳操 · 游泳 · 教练培训

**金吉鸟健身俱乐部龙江新店** 金吉鸟现有各门店接受报名

**预售特惠中** 特惠电话: 81556518 86371997

地址: 龙江新城市广场餐饮广场4楼 | 网酷KTV、老妈火锅楼上

**求租** 求租繁华地段, 使用面积1200-4000的适合开设健身俱乐部的场地, 中介也可联系。联系时间10:00-21:00 联系人: 周先生 15295510450

## 金吉鸟瑜伽

外教授课 · 十家直营连锁 · 一流环境 · 优秀管理团队

网址: <http://b572828.xici.net>

五月特惠

- 办理年卡, 另加38元, 赠送2个月、一套瑜伽服及一个运动水壶
- 特种年卡, 常温1380元, 高温1780元(顶级店价格上浮100元)
- 双人同行, 优惠300元/人。

★以上优惠限参加一项, 本公司拥有最终解释权。

龙江顶级店: 龙江新城市广场二楼运动品牌专卖区 电话: 86371997  
 龙江二店: 龙江新城市广场二楼海润之家旁 电话: 86371997  
 虹桥顶级店: 中山北路281号新城市虹桥中心三楼 电话: 83171399  
 瑞金路顶级店: 龙蟠中路317号达美御园南二楼 电话: 84796899  
 珠江路精品店: 珠江路88号新世界中心B座1102室 电话: 84721128  
 大行宫顶级店: 太平南路2号日月大厦4楼 电话: 84653299  
 新街口精品店: 石鼓路42号建华大厦2706室 电话: 84702468  
 山西路精品店: 山西路67号世界贸易中心A座1203室 电话: 83200879  
 牌楼巷会所店: 牌楼巷47号 1金吉鸟 万源健身会所内 电话: 86663232  
 苏州新区店: 苏州新区绿宝广场不夜城1楼 电话: 0512-61710118

## 金吉鸟健身俱乐部

年卡特惠

### 庆虹桥店 盛大开业

入会热线: 83171399  
地址: 中山北路281号新城市虹桥中心三楼

## 金吉鸟瑜伽学院

权威证书, 国际通用!

全日制周末班

- 1、瑜伽导师培训班火热报名中... 初中高 5800元, 学生考证可优惠 1000元
- 2、新街口肚皮舞+瑜伽特种卡 火爆推出! 敬请关注!
- 3、普拉提、瑜伽私教培训预售中!

咨询热线: 025-84799686  
 咨询QQ: 794950222  
 地址: 新街口石鼓路42号建华大厦1304  
 公交路线: 16、27、33、34、35、38、100 新街口南站下

**金吉鸟万源健身会所**

南 / 京 / 十 / 佳 / 泳 / 池

游泳年卡 1510  
 健身年卡 1320元  
 游泳+健身年卡 1880元  
 瑜伽特价年卡 1380元

电话: 86663232 86619295  
地址: 牌楼巷47-1(万源大厦附楼)

**金吉鸟·大正跆拳道馆**

跆拳道国家示范团

江苏训练基地中韩合作大正跆拳道俱乐部

周末班4月11日开班, 火热报名中, 额满即止, 暑期班特惠招募中 220元起

一馆: 中山北路281号新城市虹桥中心三楼 金吉鸟健身俱乐部内 电话: 83171399  
 二馆: 龙江新城市广场二楼金吉鸟专业跳操中心内 其他10家大正跆拳道分馆信息详见: <http://www.dazhengtkd.com>