



暑假去哪里健身?

跆拳道、瑜伽、拉丁任您选!

振道跆拳道暑期推出专为孩子设计的跆拳道课程,从3岁以上的娃娃,到20岁以下的青少年,都可以在这里找到适合自己的课程。

爸爸妈妈们不必为安全问题担忧,振道提供3大保障:1.教练全程陪护,不同年龄和级别的孩子有不同的课程可供选择;2.设施到位,包括铺设塑胶垫的地面、跆拳道专用护具和头盔;3.提供“道馆险”,一份保险买一份放心和平安。

你知道吗?振道跆拳道是南京规模最大的跆拳道连锁店,目前在全市范围内已有7家分店,分布在大行宫、鼓楼、山西路、龙江、漓江路、莫愁湖和江宁等地段,并且还在不断的扩张过程中!您可以选择其中任意一间,教练一样优秀!振道的跆拳道教练都受过专业的培训,道馆长年坚持“传帮带”的传统。此外,振道坚持每年2-4次聘请国际国内跆拳道大师,来到道馆亲自授课。

振道跆拳道馆总教练张长河(黑带四段)告诉记者,来道馆学习的女孩比男孩更多,因为女孩更需要自我保护。

“习武先学礼”,振道跆拳道每周有一节礼仪课。中国人崇尚“礼”,“礼”指的是某一时期的典章制度,包括行为规范、规矩、仪节,关乎政治、伦理、道德、礼仪、民俗和生活习惯,进而影响到人的思维方式。张长河说,武术是一把双刃剑,品德好、懂礼节的人能

够用它防身、行善、行侠仗义,品德不好的人可以用它做坏事。学武术可以使人更好地帮助别人,也可以使人做坏事更方便。因此,作为中国武术的精神和灵魂,武德非常重要,他希望从振道走出去的孩子们不仅功夫一流,武德也是最出众的!

明道瑜伽针对放假的学生专门新增了一些暑期2个月的卡型:想塑形培养气质的同学可以办一张常温暑期卡,选择如瑜伽、拉丁、爵士、踏板等各种常温课程;想减肥的同学可以办高温暑期卡,选择高温课程来减肥排毒,不仅使形体得到改善,皮肤也会变得清透、白皙!明道还开设了暑期减脂强化班,主要是针对减脂意愿比较强的人群,保证减脂效果,无效退款,让人有脱胎换骨的感觉!除此之外,明道还专门开设了暑期跆拳道班,主要针对4岁以上、18岁以下的学生,在锻炼的同时,强调防身健体。

另据悉,金吉鸟虹桥店推出了暑期跆拳道班,目前正特惠招募中!炎炎夏日,金吉鸟推出暑期师生卡,无论你是老师还是学生,无论你想练常温瑜伽还是高温瑜伽,都可以在2个月的暑假里享受最优惠的价格。另外,金吉鸟万源店特推暑期少儿游泳培训班,特惠的价格,一流的师资,人性化的课程设置,让你没有理由拒绝!

快报记者 苑纯洁

金吉鸟龙江店正式开业

毗邻金吉鸟专业瑜伽馆龙江新城市顶级店,“金吉鸟健身俱乐部”经过几个月的认真筹备,于6月28日盛大开业了。该店位于龙江新城市广场的餐饮广场的四楼,这是继今年2月28日“金吉鸟健身俱乐部虹桥店”开业之后斥巨资重点打造的又一综合性健身俱乐部,标志着“金吉鸟健身俱乐部”连锁经营已经走上了快速拓展的轨道。

金吉鸟健身俱乐部龙江店占地2400平米,设施先进,项目齐全,高薪聘有经验丰富、曾经成功运作多家大型健身俱乐部的上海管理团队,悉心打造

南京一流的健身俱乐部!金吉鸟健身俱乐部的设施有:有氧运动区、无氧运动区、动感单车、操房、果汁吧、休闲区、男女淋浴区、男女桑拿房等;开设课程有:街舞、健身操、健身球操、肚皮舞、形体芭蕾、踏板操、搏击操、动感单车、瑜伽、普拉提……

应广大会员的强烈要求,金吉鸟健身俱乐部也走上了连锁直营的轨道,将继续秉承高性价比的经营特色,进一步满足会员的多样化需求,与旗下另一健身品牌“金吉鸟专业瑜伽馆”一起,更好地为南京健身爱好者提供专业化服务。

江宁体育中心项目培训全面展开

江宁体育中心位于江宁大学城,是江宁区政府为了迎接2005年第十届全运会而建设的多功能现代化的综合性体育设施,是江宁区重要的标志性建筑之一。体育中心拥有一流的国际化专业运动场地,主要包括体育场、体育馆、游泳馆、羽毛球馆、网球场、乒乓球馆及配套设施等。

目前,江宁体育中心由南京苏体体育场馆有限公司承担经营管理。中心以南京体育学院为依托,云集大批资深运动健将和教练,以其完善的服务体系、丰富的体育和教育资

源、尽责的教练队伍,全心全意为广大的运动爱好者提供游泳、网球、羽毛球、篮球、乒乓球等项目培训。

南京苏体体育场馆有限公司以“以人为本、顾客为尊、合作有序、创新发展”的理念,致力于将江宁体育中心打造成为设施一流、管理一流、服务一流的体教结合和全民健身示范基地。

品质保证——明道瑜伽教练培训

随着人们对瑜伽的了解逐步加深,瑜伽已经成为大多数人生活的一部分!越来越多的人开始把目光投向瑜伽教练员培训。据明道瑜伽负责人介绍,学瑜伽教练员的学员目的各不相同:有的是身体比较差,想通过系统训练对身体有所帮助;有的会员是通过瑜伽教练员体能的培训达到快速减肥塑形的效果;更多的人是不满意现在的职业,想通过瑜伽教练员系统的培训来获得一个好的职业!

明道的瑜伽教练员培训已经开展很长时间了,和别的培训机构不同,本着对学员负责的态度,明道的培训一直以“严格、高品质、高就业率”在业界著称。由于很多学员都是零基础,必须要通过60-90天的强化训练,体能的结合,1年的跟课实践,才能保证一个优秀的瑜伽师的产生,才能保证高的就业率!值得庆幸的是,据明道介绍:到目前为止,所有学员已经达到100%的就业率,这是非常难得的!

如果你对现在工作不满意;如果你想对瑜伽有更深的了解;如果你已经高考结束,想在上大学前实现自己窈窕的梦想……就来明道看看吧,你一定会有意想不到的收获!



放暑假啦!暑假是孩子们的天堂,不用写作业、进课堂,可以睡懒觉、看电视,无拘无束到处玩耍;暑假也是家长们的大难题,天高皇帝远,孩子好似脱了缰的野马,怎样才能让他们过得健康、快乐、有意义?去学跆拳道、瑜伽和拉丁吧!

金吉鸟健身连锁

瑜伽 · 器械 · 跳操 · 游泳 · 教练培训

热烈祝贺“金吉鸟健身俱乐部”龙江店盛大开业、珠江店特惠预售

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>

庆金吉鸟健身俱乐部
龙江店盛大开业、珠江店火热预售中

20%
OFF

●金吉鸟专业瑜伽馆所有门店:
年卡8折酬宾 (特价年卡不参加)

●暑期卡(2个月):
高温600元, 常温480元
顶级店上浮50元!

备注: 本公司拥有此活动的最终解释权 更多优惠, 请电询

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澜之家旁 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号达美阁南二楼 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

珠江店 预售特惠中
特种年卡 1280元 惠

龙江店 盛大开业
特种年卡 1380元 惠

虹桥店 新张特惠中
特种年卡 1380元 惠

万源店 全面特惠
游泳+健身 年卡1880元 惠

万源店暑期少儿游泳培训班特惠招募中

更多优惠套餐, 请电询

珠江路店: 珠江路88号新世界百货四楼(珠江路、丹凤街路口) 电话: 84533678 84533677
龙江店: 龙江新城市广场餐饮广场4楼 | 阿酷KTV、老姐火锅店上 | 电话: 86299976, 86299979
虹桥店: 中山北路281号新城市虹桥中心三楼 电话: 83171399
万源店: 牌楼巷47-1(万源大厦附楼) 电话: 86663232 86619295

金吉鸟瑜伽学院

权威证书, 国际通用!
全日制班、周末班

- 1、瑜伽导师班暑期特价报名中
- 2、新街口肚皮舞暑期班
火爆推出! 480元
- 3、普拉提培训班即将开课, 请速报名!

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

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

暑期班、周末班特惠招募中

地址: 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
其他10家大正跆拳道分馆信息详见:
<http://www.dazhengtkd.com>