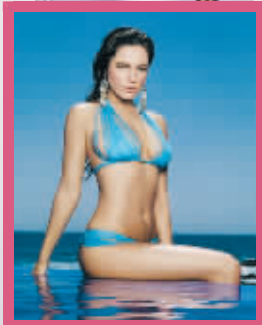


消灭大肚腩 变身“小腰精”



“哪个机构能专门减腰腹肉的?我就是肚子这块肉多,夏天我都不敢穿吊带衫、连衣裙!”长期坐办公室的小张说,自己的身材其实也不太胖,可就是腰腹部特别“粗壮”,冬天衣服穿得厚也就算了,不太能看出来。可大夏天,眼见着穿吊带衫

的MM露出小蛮腰,小张心里就抓狂!一天8小时上班都坐着,下班回家也不运动,小腹的赘肉不堆积起来就怪啦,还便秘。记者采访到南京几家做局部瘦身很有“一套”的瘦身机构,专家表示,饮食不当、久坐不动、压力、疲劳、代谢缓慢等因素都会为你“培养”出小肚腩。有什么能让小张变身“小腰精”的好办法吗?

小腰精变身术之腰腹雕塑 发现地:瘦狐体雕

“哪胖抹哪,一抹减5寸!”这句广告语未免太夸张了吧!就冲着这句“神奇”的话,小张也决定去位于国贸大厦27层的瘦狐体雕一探究竟。资深体雕师给小张作了体型分析:身高体重比例正常,但胃和小腹明显突出,脂肪坚硬,属于局部肥胖。随后,小张被带进室内,体雕师先为她做了全身调理术,几分钟后,小张放屁了,这令她尴尬不已。不过,体雕师笑着说:“这恰恰说明效果达到了,肚子肥胖,除了赘肉外,里面还有废水和废气,放屁恰好起到了排气的功能。”

接着,体雕师为小张使用了瘦狐LPA塑身疗程,只见小张的肚子在体雕师的不断推拿下,排出了很多大颗粒物质。据说,那是甘油三酯和脂肪酸。如此方式正是欧美流行的脱脂减肥。目前科学界均认同人体内LPA的含量决定人的胖瘦。LPA即脱脂转化酶,是人体分解、转化、减少脂肪的核心成分。它能抑制人体内多余油脂的吸收,并加快脂肪细胞内的脂肪分解速度,提高脂肪的自动代谢率。体内LPA越少,越容易发胖,反之,想胖也胖不了。增加胖人体内的LPA含量,被认为是使其变瘦的最有效的办法。瘦狐体雕采用的就是从外向内补充人体LPA的减肥法,不但可以在2分钟内化解局部堆积的脂肪,更可将脂肪转化为胶原蛋白营养,滋养皮肤组织,防止因减肥而突然变瘦产生的皮肤松弛,是国际上最为先进的

定向塑身产品。

一个多小时的疗程下来,小张明显感觉到,自己腰腹部的肉紧实了不少,她笑说:“躺着就能让肚子变小的感觉真是太好了!”

小腰精变身术之经络推拿 发现地:李琴经络调理

小张早就听同事说,消除“大腹肚”的一个有效方法就是推拿腹部按摩减肥法,它适用于消化系统、神经系统和泌尿生殖系统的许多疾病,又可作为消除腹部脂肪、强健身体的一种方法。

听到这番描述,记者立马想到了位于丰富路民族大厦21楼的李琴经络调理。这里大多是男调理师,所以别担心他们的力道不够“分量”。他们都有着七八年的中医调理经验,而他们的经络调理方式是李琴师承一位清朝老中医。当时,这位老中医使用推拿的方法专门为达官贵人治疗糖尿病、高血压等“富贵病”,没想到病治好了,人也瘦下来了。他也将200斤的李琴“推拿”成了120斤。

躺在床上,调理师为你从头到脚进行穴位按摩。想变成“小腰精”?就请调理师多为你的腰腹推拿按摩吧!推拿过程感觉有点酸有点疼,但中医说“痛则不通”,通过穴位的刺激和按摩,就能调整神经内分泌的功能,促进脂肪代谢和分解,按摩还能促进血液循环,增加局部的体表温度,促进肠蠕动,减少肠道对营养的吸收,从而促进皮下脂肪消耗,让多余的水分排出体内。

为了变成小腰精,这点痛算什么!当然也有相当享受的过程啦——踩背。反趴在

在床上,调理师用脚对你全身“狂踩”,一点也不疼,反而十分放松呢。

一番推拿、踩背之后,感觉就两个字:轻松!全身散了架似的轻松。看来,这种方式不仅能减肥,还能化解压力和疲劳哦!

小腰精变身术之魔鬼速瘦 发现地:美的世界

对于瘦身行业的金字招牌——美的世界,小张早有耳闻。“你们快报前不久评出的S曲线拓展大赛的减重冠军不就是出自美的世界嘛!”小张说:“那个宋智慧真瘦了43斤啊?”记者便带着小张去美的世界感受了一番。一进店,美容师就热切询问小张的饮食、排泄等情况。接着,泡浴!据美体师说,水里加了一些精油和浴盐,有助于消除疲劳,增强活力。“贵妃出浴”后,等待小张的是“蒸太空舱”。据美体师介绍,这种红外线瘦身太空舱是通过红外线发热增进生理氧化还原反应,促进血液循环增强新陈代谢,还能促进排汗及皮下脂肪的排除,有利于体内重金属毒素、沉积物的排除。

下面等待小张的,是美的世界新开发出的纯天然海洋香熏和高科技仪器、技术相结合的魔鬼速瘦疗法。只见美体师先将减肥产品涂抹在小张的“重灾区”腰腹部上,接着利用仪器在小张的腰腹部上来回移动,据说,膏霜配合仪器,能有效击碎脂肪。两个小时下来,小张上秤一称,轻了几两。“乖乖,肚子上的肉一天瘦几两,要不了几天,我也能成为‘小腰精’啦!”



链接

掌握日常小秘招 做个可爱小腰精

1、做家务瘦腹法

做个勤劳的“灰姑娘”吧,记住一个重要法则:避轻就重。比如,扫地时不要使用吸尘器,要用抹布和扫帚,有意识地增加自己的运动量;在温度较高的中午选择洗衣服和烫衣服,会流一大堆汗;饿了就给自己做一顿精致的瘦身午饭,“厨师”一般都不愿意吃自己做的饭菜,正好控制你的食量。

2、变形的仰卧起坐动作

躺在床上,臀部以下留在床外,然后膝盖弯起使大腿在腹部上方。双手伸直于身体两侧,手掌朝下放在臀部的下方。接下来腹部要用力,以慢慢数到10的速度,把腿往前伸直,脚尖务必朝上,使身体成一直线,然后再以数到5的速度将膝盖弯曲,大腿回到原来的位置。注意背部、肩膀和手臂都要放松,感觉到就是肚子在用力。

La Zéphire 紫颖
知名专业机构, 10年行业领先, 安全丰胸有保证!
www.ziying.com.cn

乐享丰盈 为美蜕变

轻松成就魅力女人

紫颖为您恢复乳房年轻态
源自法国宫廷美胸技艺, 完美结合中医传统循经点穴, 成功赋予女性丰满圆润、自然生成的乳房。
有效解决先天平胸、松弛萎缩、过度发育、大小不对称等胸部问题。

● 非手术 ● 非药物 ● 自然健康 ● 安全有效

上海金鹰店、港汇店盛装开业,
庆新顾客送惊喜心意礼

南京金鹰店: 汉中路89号金鹰国际商城34层B座 预约热线: 84730818 84730828

诺宇针灸减肥
正规医疗机构 执业中医师亲诊!
科学减肥 标本兼治 无痛针灸

主诊中医师陈海江毕业于南京中医药大学、解放军第二军医大学, 对针灸减肥有独特的见解及治疗方法。

根据多年临床经验, 将肥胖的类型分为:

- 1、肝气郁结型:** 表现为形体肥胖、胸膈胀、胸闷气短、时而作痛、烦躁易怒、头目眩暈、妇女乳房作胀、少腹胀痛、月经不调。
- 2、脾虚湿阻型:** 表现为形体肥胖、疲乏无力、肢体困重、纳少腹胀、便溏尿少、下肢时有轻度水肿。
- 3、胃肠实热型:** 表现为形体肥胖, 食欲旺盛或消谷善饥, 渴喜冷饮, 小便短赤, 大便秘结。

疗效才是硬道理!

活动惊爆价: 7月21日起至7月28日
体验200元/10次, 年卡2000元现5折优惠, 更多惊喜! 店堂或电话咨询!

瑞金路店地址: 龙蟠中路316号
(金润发超市南对面江苏银行旁)
服务热线: 84292316 QQ号: 413054401