

黄伟美教你冬季怎么吃不胖

产品名称	黄伟美教你冬季怎么吃不胖
公司名称	厦门黄伟美文化传播有限公司
价格	.00/普通
规格参数	
公司地址	厦门厦门市体育中心体育场西1台
联系电话	86-05922103956 18046423956

产品详情

要想不发胖先把脖子拉长——S形体秘籍之二 冬季最容易堆积脂肪！爱美的女同胞一定别宅在家里！利用下班之余走进形体房，你会惊喜的发现——S形体以独特

“吃好饭再减肥”、“要想不发胖先把脖子拉长”等理念和科学的形体梳理法“拉脖子、活动椎、开肩”等改善了不良颈部前伸、扣肩塌背、脊柱侧弯、举止不雅、肥胖等形体毛病，缓解久坐不动上班族的颈肩腰酸疼；尤其2小时系统温和运动量，快速消解脂肪；另外融入芭蕾、舞蹈、瑜伽、经络、礼仪素养等多种元素，使人举止优雅、仪态万方。· S形体· 整套方法汲取芭蕾、舞蹈、瑜伽、健身、拉丁中医经络原理等多种元素，结合礼仪、心理、营养等知识，在科学体育理论的指导下，逐渐形成一整套集形体训练为基础，音乐舞蹈为辅助，时尚元素为亮点的一项全新形体训练法。它不是简单的一套健美韵律操，而是培养自我调控能力形成良好形体习惯的根本性方法。它的运动量温和、肢体动作简单，整套方法具有时尚感、综合性，是现代女性的一门必修课。我们主张遵循人体生理自然法则，通过对内部气息和外部肢体的同步调整，开掘自身潜能，最终依靠自己的力量达到改善形体、健美形体的目的。

我们倡导：美在健康、美在体态、美在自信、美在心灵 我们目标：帮助女性改善形体毛病，寻找形体的最佳状态，让人举止得体，仪态万方，焕发出作为女人的最佳气质和魅力，使人健康、优美、自然、自信地生活。 免费体验：10月21日（周日）下午3：00——5:00 预约：2103956

地址：体育中心体育场西一台（www.huangweimei.com）厦门黄伟美文化传播有限公司（原马妮形体）