

厦门好形体礼仪梳理中心黄伟美—冬季怎么吃不胖

产品名称	厦门好形体礼仪梳理中心黄伟美—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

吃好饭再减肥——S形体秘籍之一 年底尾牙一场接一场，吃了喝了别忘了动起来！S形体以独特的理念“吃好饭再减肥”、“要想不发胖先把脖子拉长”和独特形体梳理法“拉脖子、活动椎、开肩”……改善不良形体毛病如颈部前伸、扣肩塌背、脊柱侧弯、举止不雅、肥胖等，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，让您的举止优雅、仪态万方。“梳理”有三层意思：一是运用中医经络的原理，调动任脉和督脉以及相关穴位的功能，刺激经络穴位，疏通内部气息，使内分泌系统有序化，促进肌体健康运转；二是如同梳头发一样，对人体的肢体进行局部和整体的综合梳理，使各个部位都处在自然、正确、优美的状态，仪态万方；三纳入心理梳理的内容，唤起人们的美感和自信。由此形成了从内部到外部，从生理到心理的多层次、多方位梳理系统。S形体梳理发展至今，已远远超出单纯的减肥范畴。它帮助人们在短期内有效地改善形体毛病，诸如肥胖、颈部错位、胸部不挺括、驼背、臀部下坠、行走拖沓等等。同时更有意义的是，它可以很轻松融入日常生活，使人不依赖外界力量而主动地长久地控制自己的形体，实现改善形体健美形体的愿望，一次学习受用终身。此外，该方法由于纳入中医经络的原理以及心理梳理环节，而使训练事半功倍，又带来了良好的“副产品”，对女性常见的比如颈椎增生、腰肌老损、便秘、白带过多、月经不调、小叶增生等症状，产生良好的缓解作用。所以说，形体梳理可以十分有效地促成健康和美丽之间的良性循环。 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）