

请注意! 前方有脂肪!

本报减肥大赛在汉方、贵一养生馆、虞美人、京都贝格开赛

文 / 胡鸿 李冰 钟兰 徐秀雯
摄 / 任焯 章明明

(上接 E5 版)

ANNY 最有希望成为冠军

周三下午一点,第二组的选手陆陆续续地来到了贵一经络养生馆。说好了过时不候的,还是有人迟到了,按照比赛规则,这一个迟迟没有露面也没有接电话的男选手就算是自动弃权了。陪同该组唯一的一个男选手来的是一个不到 100 斤的女生,貌似也很想减肥的样子。跟馆主沟通以后,大家都觉得应该把这空出来的名额给这位女生,就当是给她一个机会,也给馆主一个考验。因此,第二组的成员名单就由原来的两男两女,变成了一男三女。他们分别是:吴艳云、陈超、ANNY 和叶子。

馆主先是观察了一下每一位选手,然后得出第一次预测性的结论,说年龄最大的选手 ANNY 可能会成为这一组的冠军,因为她“基数”比较庞大,肉也挺松弛的,所以减肥的速度会比较快,减下来的量会比较明显。而那位只有 90 多斤的美眉,也能减个 10 斤左右,很可能是第一个被淘汰的选手。

但在跟每一个人都细细地聊了一会,大致了解了选手们身体状况和减肥史后,馆主对预测冠军的态度却有了 180 度的大转变,他说:“这位选手身体不是很好,之前试了太多的减肥方式,对她的身体造成了一定影响,我觉得她不能为当冠军而只求速度,还是先把身体调理好吧,减肥速度还是慢点好了。”

不管是哪位选手能胜出,哪位选手会先被淘汰,所有选手各就各位,比赛开始啦。

想在 2 个月减掉 50 斤

4 月 4 日早上 10 点半,第三组的三名选手在位于朝晖路的虞美人国际减肥机构集中。她们中有两个还在学校里读书,有一个就在附近上班。说起减肥,她们的决心都很大,也抱着很大的希望。施洁虹说,能在这 2 个月中减掉 50 斤,是她最大的心愿。

专业技师给 3 名选手制定了减肥方案。前 3 天做开穴按摩,时间在 40 分钟左右,基本上以“缩胃”为目的,选手要特别注意饮食,不能再像以前那样想吃就吃。一些不容易消化的东西,比如土豆、年糕之类的最好别碰。晚上 9 点以后就不能再吃东西了。当然,技师用独特的按摩手法帮着“缩胃”之后,选手就不会像以前那样有很强的饥饿感,而是恢复到正常的水平。

从第 4 天开始,选手们可以根据自己的时间来安排减肥课程,这个阶段每天只需要两次各 15 分钟的开穴按摩,吃饭也可以正常吃,不过还是以吃容易消化的食物为主,比如鸡蛋、酸奶之类。不过,按摩之后还是要辅助一定量的运动,比如散步、跑步之类,不需要很剧烈的运动,只需要微微出汗就可以了。

虞美人国际减肥机构的老板娘许小姐对此次减肥比赛信心十足。她说减肥并不需要刻意地节食,那样反而会影响效果,只需要持之以恒的锻炼再配上专业技师的按摩手法,相信短期之内就会有效果!



张研



施洁虹



高露



吴小红



徐利霞

不肥胖也要瘦局部

第四组的减肥地点在位于平海路的京都贝格,这一组选手的情况比较相似,都不属于肥胖型。减肥师曹艳华分析了女生们的身材情况后,认为徐利霞虽然一直说自己胖,但其实像她这样的身高体重比例算不上胖,也不需要怎么减肥,于是确定她以身材雕塑为主要目的。

经过测量,利霞赘肉堆积最多的部位是腰腹和大腿。“她这样的情况要减去很多的体重不大可能,估计是要被淘汰的,不过如果能成功地帮她达到她想要的效果那是更好,我们并不要求每个人都减去多少多少的分量,而是要达到客户想要的效果,同时有利于健康。”听减肥师这么一说,利霞也表示赞同,她说自己最想减的就是腰腹了。

减肥师打算给徐利霞采取京都贝格最拿手的九宫瘦素减肥,这是采用国际高端瘦素基因科技,九宫河络纤体技法与瘦素激活因子的完美结合,激活体内瘦素活性,燃烧多余油脂,对症取穴进行调理。利霞做了第一次的腰腹瘦素减肥,先点穴推拿,再用仪器加热按摩治疗。近两个小时的过程,利霞说这样的减肥一点也不痛苦,反而很享受。

雷迪森珠宝
RADISSON
JEWELLERY

雷迪森珠宝

梦幻切割·魅力无限
异型钻

公主方的端庄衬托着女人的秀雅,心型钻的剔透如同女人心的娇柔,水滴钻的圆润象征着爱情的滋润……七彩缤纷的异型钻石代表着多彩多姿的女人世界,彰显出女人高贵典雅的美丽人生。

雷迪森珠宝旗舰店地址: 武林广场29号杭州剧院一楼 电话: 85065386