

今日高邮微信
高邮日报手机报

“花钱出汗”成时尚

邮城掀起健身消费热

夏季来临,想要运动甩肉的市民越来越多。昨日记者走访发现,邮城不少健身房、舞蹈室纷纷搞起了夏季促销:限时抢购、一卡二(人)用、配备健身健美教练、提供一对一服务等,让人眼花缭乱。对此,不少市民十分“买账”。

夏季高温,室内健身受追捧

5日晚上7点,在海潮路一家舞蹈房,记者看到,前来跳舞的市民络绎不绝。每间舞蹈房内都“热气腾腾”,有跳健美操的,有练拳击的,有做瑜伽的,每个人都在不停地“忙碌”着。该舞蹈工作室相关负责人告诉记者,夏季来临,想要“甩肉”的市民越来越多,舞蹈房已出现供不应求的状况。通湖路边一家健身房的负责人告诉记者,相比免费的运动场所和专业性不强的体育场馆,不少市民更加青睐专业的健身

俱乐部,每年不惜花费几千元去接受更加专业的器械训练和指导。

“花钱甩肉”,塑形健身更专业

随后,记者又来到蝶园路上的一家舞蹈工作室,发现这里同样是人头攒动。“夏季室外温度高,一般人不太容易达到正常健身运动量,而相对于容易受天气等条件限制的户外运动,室内健身吸引了不少执着于健美塑身的客户。”该健身房的一位舞蹈老师告诉记者。

“白天在空调房里坐一整天,特别难受;晚上去健身房里出出汗,然后再洗把澡,感觉特别舒服。”市民李先生告诉记者。市民吴先生说:“随着年龄的增长,我的‘啤酒肚’越发明显,为身体健康,花钱甩肉是值得的。”

专家提醒,项目选择因人而异

虽然,健身消费已成为了不少市民的生活



时尚,但记者在采访中也发现了一些问题。有市民表示,办了健身卡后,只锻炼了几次,就因各种因素“难以为继”,健身房却不能退款;还有市民表示,舞蹈房的项目设置应该因人而异,因为每个人的舞蹈功底不一样,教相同难度的舞蹈,有些人会跟不上、有些人却嫌太简单。

对此,业内专业人士提醒健身爱好者,选择健身房或者舞蹈房锻炼,要从个人实际需求出发,避免盲目消费。同时,应根据自身的条件合理安排自己的健身计划,切勿跟风,去选择不适合自己的运动项目。

记者 赵妍东方

为给邻居腾晒场 反将邻居撞重伤

本报讯(通讯员 周明宝 记者 王小敏)近日,我市警方通报一起因为晒麦子引发的道路交通事故,为给邻居胡红(化名)家腾地方晒麦子,家住汤庄镇的胡勤(化名)在移车的过程中,不慎撞断电线杆后,又将邻居撞成重伤。

撞人男子胡勤和受伤女子胡红是邻居。5月30日下午,胡勤的轿车停

在胡红家门口,当时胡红因要晒麦子,就喊胡勤出来把车子移一下。很快,胡勤就驾驶轿车,准备将车子移到旁边的空地上。谁知,胡勤在倒车时没能控制住速度,车子径直撞向路边的电线杆以及站在电线杆旁的胡红。巨大的撞击力致电线杆被撞断,胡红受重伤。随后,胡红被紧急送往市人民医院救

治,因伤势严重辗转送至无锡一家医院救治。目前,该起事故正在进一步处理之中。

警方提醒,眼下正是农忙季节,广大农户为了他人的生命财产安全,请勿在农村道路上打谷晒场。如果引发事故甚至造成人员伤亡,晒麦的主人要承担责任。

陷入投资陷阱 被骗二十八万

本报讯(通讯员 红军 记者 王小敏)6月3日下午,市公安局蝶园派出所接到一群众报警,称其因为听了妹夫的话,陷入“投资返利”陷阱,被骗了28万元。

据40多岁的受害人阿林(化名)介绍,2017年春节前,其妹夫找到他,告诉他一条“发财之路”,称只要他花钱购买某品牌酒,就可轻松获利。起初,阿林没有当回事,但听着听着就产生了兴趣。妹夫说,只要花12000元购买1单该品牌酒,每周返现,64周后连本带利可以拿到24000元。而且,如果购买10单不拿酒的话,可免费送1单。阿林觉得蛮赚钱的,就动了心。今年1月份,他通过银行转账的方式,跟其妹夫买了10单,花了120000元。2月份,他又买了10单,钱还是通过转账给其妹夫。到了3月份,阿林又买了8单,因为前两次都没有拿酒就送了两单,总共是30单产品,共计投入了336000元。

按照阿林妹夫所说的,钱投进去后,阿林每周都能拿到返利,可是钱只拿到3月的第一个星期便没有了。截至报案时,阿林只拿到4万多元的返利,其余28万余元的款项一直迟迟未拿到。目前,警方已介入调查。

天气炎热蛇出没 警方连续抓6条

本报讯(通讯员 戴婷 记者 王小敏)近期,由于天气炎热多雨,蛇出没频繁,我市警方连续几次接到群众求助电话,称家中出现蛇。其中,最让人惊悚的是,在一居民家中的大衣橱里,民警捕获了一条2米长的大蛇。据了解,近期警方已连续帮助市民捕获了6条蛇。

前不久,一位市民向市公安局巡特警大队打来报警电话,称自家房间的衣柜里出现一条大蛇。接警后,民警火速赶往现场。报警人告诉民警,当时他与家人正准备休息,突然听到衣柜里传来“滋滋”的声音,便随手打开衣柜查看,突然一条暗灰色的蛇出现在衣柜中,吓得他

赶紧报警求助。随后,民警拿出专门捕蛇工具,将这个2米多长的“不速之客”成功捕获。

警方提醒市民,当前天气炎热,正是蛇类活动频繁期,如果遇见蛇,切勿因好奇接近,更不要自行处理,应及时拨打110报警,让民警或者专业人员前去处置。

关于举办“临湖杯”高邮市首届“秦邮之韵”群众舞蹈大赛的通知

为了贯彻习总书记在文艺座谈会上的讲话精神,深入学习以人民为中心的文艺工作理念,满足基层群众的多元文化需求,激发创作优秀舞蹈作品的艺术热情,高邮市文学艺术界联合会、高邮市妇联、高邮市体育局联合举办“临湖杯”高邮市首届“秦邮之韵”群众舞蹈大赛,现将有关事项通知如下:

一、比赛名称:

“临湖杯”高邮市首届“秦邮之韵”群众舞蹈大赛

二、组织机构:

主办单位:高邮市文学艺术界联合会
高邮市妇女联合会
高邮市体育局
承办单位:高邮市舞蹈家协会
协办单位:江苏临湖国际会议中心

三、参赛要求

- 1、作品要求思想健康、积极向上,富于时代精神和地域特色,题材形式不限,鼓励原创。
- 2、各乡镇(园区)、社区、舞蹈培训机构、业余舞蹈团队均可报名参加。
- 3、参赛以团队为单位,每队不少于16人。
- 4、参赛选手年龄规定在18周岁以上、65周岁以下。
- 5、参赛舞蹈作品的节目时间为5分钟以内(舞蹈音乐伴奏使用CD光盘或U盘)。
- 6、参赛舞蹈的舞蹈音乐及舞蹈服装道具自备。

四、报名时间、方式:

本次比赛分初赛、复赛和决赛。报名者请登陆高邮妇女网(<http://www.jsqyfl.gov.cn>)下

载《“临湖杯”高邮市首届“秦邮之韵”群众舞蹈大赛报名表》,填好后请于6月16日前发送至邮箱:gywdjxh2016@163.com。6月24日上午9点,在市文联会议室进行现场确认,由各参赛单位领队带音乐、服装现场确认。(地址:老市政府三楼)

舞协联系人:王少颖
联系电话:15052579933

五、比赛时间、地点:

初、复赛:7月8日、9日
决赛:7月15日
地点:江苏临湖国际会议中心

六、比赛奖项设置:

1、进入决赛的选送单位将获得“优秀组织奖”;

2、比赛设表演金奖1名、银奖2名、铜奖

3名,四个单项奖;

金奖1名,奖励现金3000元;
银奖2名,各奖励现金2000元;
铜奖3名,各奖励现金1000元;
单项奖4个,各奖励现金1000元;
最佳魅力人气奖(网络投票)
最佳演艺潜质奖(评委评审)
最佳创作编导奖(评委评审)
青春活力风采奖(评委评审、活动现场观众投票)

3、组委会选出优秀舞蹈作品参加扬州市级以上群众舞蹈比赛。

高邮市文学艺术界联合会
高邮市妇女联合会
高邮市体育局
2017年6月1日

培养公民社会公德心

争做和谐社会文明人

