



骏程陶瓷
JUNCHENG CERAMICS

成就品质生活

好瓷砖骏程造

抗菌防污专利产品 全国用户满意产品 广东省著名商标

地址: 柳江路贸易区建材市场名优2区A-28号 电话: 0395-2350888



形象代言人 杨娟



何氏集团 天猫 Tmall.com

家装一站

装修万千何氏领先

地址: 源汇区柳江路与107国道交叉口向西60米路北 电话: 0395-3388777



我是何君 我为自己代言

漯河日报社美丽女性俱乐部

走进瑜伽生活馆 感受优雅健身



会员们正在跟老师学习瑜伽动作。

□文/图 本报记者 王 培

“做完瑜伽，感觉特别放松。”“老师对每一个人都进行了纠正和指导，感觉收获很大。”5月10日上午，漯河日报社美丽女性俱乐部的会员走进位于嵩山路的天沐瑜伽生活馆，与瑜伽进行了一次亲密接触。

课堂上，瑜伽教练给大

家分享了练习瑜伽的要点，并教大家学习了瑜伽基础动作。了解到不少人是第一次接触瑜伽，教练在学员们做动作时都一个一个地对错误动作进行纠正，在近一个小时的时间里，教练根据大家不同的身体情况，教授了不同的瑜伽动作，并对每一位学员都进行了一对一指导。

虽然这次来参加体验课的学员基本上都是零基础，可是大家学习的劲头儿都很足。伴随着轻柔舒缓的音乐和瑜伽教练的指导口令，学员们认真地跟着瑜伽教练做每一个动作，使肢体得到舒展，压力得到释放，在平静的状态中感受身心的放松。

“平时工作整天对着电脑，肩膀、颈椎、腰椎都不太好，感觉浑身僵硬，听说今天有瑜伽课，我赶紧报名参加。”会员王女士对记者说，“老师很认真，对我的错误姿势一点一点进行纠正，练完之后感觉身体舒展开了，特别轻松。”

“瑜伽是一种健康的生活方式，通过瑜伽的练习，可以改掉生活中错误的站姿、坐姿、走姿，练习瑜伽，还可以让你的情绪更加稳定，与他人的关系更加和睦。瑜伽修身修心，我们希望能用实际行动引导大众群体用瑜伽让生活更健康、更时尚。”

课程结束后，瑜伽教练对记者说。同时，她还在课后向学员们介绍了一些练习瑜伽的注意事项，并耐心解答学员们提出的问题，受到学员们的欢迎和点赞。

与此同时，记者从漯河日报社美丽女性俱乐部负责人处了解到，美丽女性俱乐部会员招募仍在火热进行中，五人以上组团报名将享更多优惠。市民可通过以下三种方式报名：1.现场报名：漯河日报社美丽女性俱乐部设在新闻大厦一楼。您可到现场填写报名表，了解相关活动信息。（公交车105路、107路到新闻大厦站下车，往南步行100米。公交车100路、108路到会展中心站下车，往东北步行300米）。2.电话、微信等方式报名：3117156、13781707655（微信同号）、18790921174（微信同号）。3.关注“沙澧商圈”微信平台留言，并留下您的联系方式。

这样穿雪纺半身裙 时尚又显气质

夏天来了，美美的雪纺半身裙是时候展现风采了，想要穿得显瘦又洋气也不那么容易，不要着急，快来跟小编一起看看下面的搭配吧！



雪纺半身裙配衬衫

衬衫想要穿得清爽又时髦，不妨选择带有一字肩设计的。一字肩衬衫若搭配长款雪纺半身裙，更加有女人味，非常适合上班女性。



雪纺半身裙搭配背心

藕粉色的背心搭配一条短款碎花半身裙，简单又小清新。带着蕾丝花边的小背心搭配一条短款雪纺半身裙，腰线得到提升，很有随意感。

七丽时尚

美的惠老友 免费送新机

本报讯（记者 王 培）5月10日，记者从美的空调漯河区域一位负责人处了解到，在美的50岁生日到来之际，为回馈一直支持美的的老朋友们，美的空调豫南区推出“寻找最美老客户”活动。目前，活动正在火热进行中。

本次活动从5月3日开始后，就受到不少美的老用户

的欢迎，截至5月10日中午，共有200多人上传图片参与活动。微信平台上，一张张用户上传的与美的空调的合影，就是美的空调优越品质，真诚服务的最好见证。据了解，此次活动针对漯河、南阳、洛阳、平顶山、三门峡、信阳、驻马店、周口购买美的空调十年以上的老用户，活动截止到5月17

日，结果经统计后将于5月20日进行公示，根据年限长短，排名前10名的用户，可免费获得一台美的舒适无风感空调，排名前11名~50名，可享受半价购买美的无风感空调的特权。

市民可以扫描下方二维码，按要求填写相关信息，并上传与美的空调的合影、购买凭证即可参与活动。

据活动结束后还有一周时间，想要参与的您可要抓紧时间哟！





生活家·巴洛克地板
ELEGANT LIVING BAROQUE FLOORING

一个阶层的生活格调

地址: 漯河市贸易区建材市场小花盆对面 电话: 0395-3773555

立邦

专业涂装服务

不用你动手

内墙漆、外墙漆、木器漆、防水施工、内外墙施工

服务专线: 13303951687





德国威能壁挂炉

140多年全球高品质壁挂炉

柳江店: 柳江路文萃江南对面 3397988 泰山店: 泰山路与民主路交叉口 2999088
临颖店: 新城路与一环路交叉口路东 5597232 舞阳店: 海南路南段路东 5783987