



明星“召”我去运动

2012 年的年终总结中,《江南 style》赫然在榜。自去年 7 月 15 日发布,和所有横空出世的神曲一样,以迅雷不及掩耳之势,让美国流行音乐榜单连续两个多月在“马背上”动荡,更席卷了世界各地。其实完全不必对大众文化过于鄙夷与批判,至少,鸟叔引发了一个绝对值得称道的现象——全民运动。



鸟叔:舒筋活骨“骑马舞”

还记得 N 年前范晓萱的《健康歌》吗?也曾带来一场小小的健身运动。鸟叔的《江南 style》与之相比,则气势雄壮了许多。“骑马舞”是一场可与广播体操、迪斯科、健美操风靡比肩的全民运动,无需舞技、没有复杂动作,只要强节奏的音乐一响起,便可以令全身动起来。虽有人斥责舞蹈动作丑陋,但是既然有那么多拥趸,就说明“存在即合理”。

王力宏:推荐“333”运动法则

明星们爱好跑步的不在少数,很多人都会把长跑放在健身首位,不仅可以保持完美体形,更可以释放压力。王力宏就是其中一位。在健身器材的代言活动上,王力宏表示,他最崇尚的运动法则是“三个 3”,“每周至少运动 3 次,每次 30 分钟,心跳达到 130 以上,这样就有足够的运动量”。

近些年来,由于工作关系经常要当“空中飞人”,每到个国家一个城市,王力宏都会去健身房跑步,“我在各个国家的健身房里都可以看到乔山的健身器材,这是我从小就知的品牌,很有亲切感。”在本次的代



言活动上,王力宏也为大家推荐了自己的心仪产品,Johnson 8.0T 跑步机,“这款跑步机配备的 Passport 世界实景互动娱乐系统是业界首创,可以让你在室内跑步时体验到跑遍全世界的真实感受。”

田馥甄:约上姐妹一起运动

许多制定了运动计划最终却未能成行的朋友,都只是因缺少一个伴。阿迪达斯全新女子系列代言人 Hebe 日前在上海的活动现场,“以姐妹之名”号召大家全倾全力享受运动。

Hebe 表示,这次的全新广告片把她私底下和姐妹们一起运动的感觉表现了出来,在运动的刹那,捕捉了最真实的自己。“我平时有空的时候都会去健身房,滑步或是瑜伽;天气好的时候,我会去跑操场、打球、骑脚踏车。”而在她看来,运动不仅让肌肉更有动力,也会让心情变得更好,变得很有 energy,“在和姐妹们一起运动的过程中,可以分享心得,还能增进感情,让大家朝同一个目标前进。而且要穿上好看的运动服,因为好看的衣服会让你更有自信,让你全神贯注在肌肉和运动上面。”

叶子 文 TP 图

奢侈品消费新趋势



“环保”消费在流行

更亲民的价格,更环保的消费理念,二手奢侈品专卖店获得了越来越多年轻消费者的青睐。日前,拥有近 20 年历史的 BRAND OFF 在南京东路恒基名人中心又增设了一家新店。同时,位于五角场地区的新店也在积极筹备中。自 2011 年落户上海后,公司一直鼓励客户以一种传承的心态积极参与“品牌再利用”。

值得一提的是,凭借长期的经验与业绩,公司构筑起了一个独自的收购体系。专业鉴定师根据这一操作规则所规定的程序,鉴定真贋,并以合适的价格进行收购。

提到二手商品,会有人担心是否都是陈年旧款。事实上,店铺中也有不少刚上市不久的新款商品。但因为二手的关系,比门店中的价格低了不少,对于追求新款的朋友来说不妨可以了解一下。

高端床品受青睐

人的一生中,有三分之一的时间花在睡眠之上,所以越来越多的人愿意为这三分之一的人生进行投资,比如,选择一款高端床垫。美国金可儿是国际著名的床垫及相关产品制造商,已经拥有超过 110 年的历史,其产品在高星级酒店占有率超过 50%,如威斯汀、康莱德、丽思卡尔顿等。日前,品牌携手全球两大高端乳胶制造商之一的荷兰 Radium Foam 公司,在上海红星美凯龙真北店全球首发升级版乳胶产品。此次的全新产品北欧系列,由波浪形钢木结构底座、床芯和面垫组成。顾客可以自由组合床芯和面垫,选择最适合自己的审美观和舒适度的睡眠空间。比如,面垫有三种选择,提供不同的软硬度,顾客可以根据自己的体重、睡眠习惯和脊椎弯度等因素来选择最合适的搭配。

小小



钟表师的摇篮

——上海大学海亚克钟表学校

海亚克钟表学校由斯沃琪集团与瑞士WOSTEP(瑞士钟表师培训及教育课程钟表学校)联办的钟表师学校。是一所全面、专业地教授瑞士钟表业课程的学校。在全球,海亚克钟表学校总共有6所分校,分别位于美国、德国(2所)、马来西亚、中国及中国香港。

上海大学海亚克钟表学校于1999年由上海大学与瑞士斯沃琪集团以及瑞士WOSTEP钟表学校合作成立,作为中国内地唯一一所海亚克钟表学校,学校贯彻WOSTEP的教学方针与3000小时标准课程进行教学,同时兼顾实践客服工作的需

求,旨在培养专业钟表师以及瑞士钟表业售后服务的领军人物。

钟表学是一门具有挑战而严格的课程,在其教学的过程中,将赋予学员对钟表业的热忱。通过学习,学员将提高动手能力,这在制作和维护工具、保养和维修计时仪器,继而制作手表零部件中都将将是必备的重要技能。同时,缜密的思维和解决问题的能力也将由此得到加强。传统技能与运用现代科技的仪器相结合,最终将使得学校的毕业生以一个前所未有的高技术标准参加工作。

钟表师这一钟表业的重要资

源,随着钟表业的迅猛发展,现今成为一项非常紧缺的资源。学校将沉淀了丰厚的时间底蕴的制表精神灌输给学员,让他们感受传统与尖端科技的完美融合。让他们在成为一名专业的钟表师的同时享受这个充满活力的职业所带来的乐趣。

您适合成为一名钟表师吗?

您是否拥有专业钟表师的特质呢?

富有创造性 很强的求知欲
尽心尽责 遵守纪律
专注热忱 极具耐心

您是否总想要了解各种机构是怎样工作的呢?是否常常能凭直觉正确地指出它们的工作原理呢?您是否拥有一双沉稳的手和一双仔细的眼睛呢?您的朋友和家人是否会

“我非常敬佩钟表师。他们是能将拥有历史沉淀的传统与今天的尖端技术完美地结合的雕塑家、艺术家。他们独特的专业为我们打开了一扇门,使我们能够去拥抱星球并与神秘的宇宙共舞……”

称您为“完美主义者”呢?您在做每件事的时候是否都力求完美呢?

那么,不要犹豫了,快来报名加入钟表师的行列吧。这是一个供不应求的行业。合格的钟表师正是当今市场最缺乏的人才之一!

您可以登录海亚克钟表学校的官方网站<http://www.nghayekwatchmakingschool.com>或上海纳沙泰尔手表服务中心有限公司的服务网站<http://www.smh.sh.cn>了解到更多的信息。



——尼古拉斯·G·海亚克 创始人