

开课啦!

每个女人心中都住着一个小小公主,都想把最好的一面展现给别人。尤其是渴望追求美丽、精致优雅的女性朋友们。

继上上周音律课程拉开女神打造A计划的大幕以来,永康日报美媛荟上周又相继在总部中心雅仪文化传播工作室开展了形体、礼仪课程,将美丽进行到底。

## 女神打造计划形体礼仪课修炼强大气场

# 步出课堂时 走路亦风景



### 形体培训 唤醒肢体对美的感觉

刚进门时我走路是散的,但是当我走出课堂大门的时候,我感觉我自己走起来就是一道靓丽的风景。一位参加了形体培训后的学员感慨道。

好优雅!很实用!这是记者在形体培训课上听到最多的两个词。

事实确实如此,参加此次学习的学员有来自各行各业的知性女性,有私营企业主、外贸白领、建材商、家庭主妇,大家都说收获良多。

这节形体课堂由雅仪文化传播的高级礼仪

培训师丁东晓老师主讲,主题就是让更多女性优雅于立,优雅于行,优雅于坐,优雅于身,优雅于神,优雅于信。旨在从形体训练着手,唤醒肢体对美的感觉,学会日常常态中的训练诀窍。

课堂上场景演练、场景模拟并用,经过一节课时间,学员们认识到了不规范的站姿、坐姿对于身体健康的危害,更深深领悟到了优雅的站、立、行方式体现着对别人的尊重,也懂得了在日常工作怎样有礼有节的跟人相处,才能更加完美的展示自己。

### 礼仪培训 修炼女性的强大气场

礼仪体现着一个人的修养和形象,对女性而言,良好的礼仪不仅能展示她们的优雅和风采,也体现着她们自尊、自爱、自信、自立信念。

上周日下午的礼仪培训中,丁老师围绕“精致优雅·仪态万千”主题,通过图片、文字,分别对形象礼仪、仪态礼仪、电话礼仪等多方面进行了讲解,并让学员们分享自己的心得。丰富的课程,让学员们充分了解在不同场合怎样展现自身良好形象、服饰色彩如何根据各自风格自然搭配、职场中如何处理好人际关系、如何经营幸福

美满的家庭,做一个内外兼修的魅力女性。尤其是讲到“看、动、听、情”篇章中的“做最好的自己,接受自己的一切,爱上自己,做个内外兼修的人”,大家都深有感触。

丁老师表示,礼仪不是一种形式,而是从心底里产生对他人的尊敬之情。礼仪无需花一分钱而可以赢得一切,赢得陌生人的友善,朋友的关心,赢得同事的尊重。优雅的目标不是要追求那些一招一式的形式,而是达到一种悦人悦己的状态。

## 媛来是你

# 无论何时 别忘了 活得美丽

人不算高,一身黑衣,扎着马尾。本期媛来是你的主人公章红霞在众多美媛荟女神A计划成员中不算惊艳,甚至有些平平无奇。她和大多数家庭主妇一样,忙碌于家里大大小小的琐事,有时间还要在丈夫厂里帮忙。不过,和她一番交谈后,你会发现,这个平凡女人的内心,其实有个不平凡的小世界。

### 力所能及 乐于公益

带着女儿看望贫困家庭、号召群友资助困难学生,翻看章红霞的朋友圈,满满正能量。

乐于公益不敢说,我只是做一些力所能及的事情。章红霞告诉记者,自己从前也不富裕,知道贫困带来的艰辛。所以当她遇到一些贫困家庭时,能力范围内,都会适当资助一些。平时比较忙,资助的对象一般都是听人介绍,我实地了解后,再进行资助。说到这里,章红霞有些不好意思,她觉得,和那些真正做公益的人比起来,自己这些根本不算什么,只是力所能及地做一些事情。

在章红霞的影响下,今年才10岁的女儿也喜欢上了做公益。不仅每次都跟着章红霞看望贫困人群,还积极参加学校、社会上的各种活动。今年七月初七情人节,女儿还参加了玫瑰义卖助学活动。章红霞笑着说,以前从来没发现女儿这么能干,自己一个人也不怕生,卖了70多朵玫瑰花,特别有成就感。

### 让自己活得美丽

虽然是家庭主妇,但内外兼修是我对自己的目标,所以,只要有时间,我也愿意出来学习提升。在朋友的介绍下,得知美媛荟女神A计划活动后,章红霞果断报名参加,选择了形体、化妆、茶道、烘焙、音律等课程。

章红霞觉得,对很多和自己一样的家庭主妇而言,长时间致力于琐碎的家务、孩子的成长、教育,甚至是丈夫厂里的琐事,很容易让人忘记自我。衣服渐渐变得不讲究,高跟鞋告别已久,头发也随意散乱。总之就是认为,自己反正一天到晚在家,没有必要费心去打扮。就这样逐渐褪去美貌和自信,逐渐忘记女人是应该活得美丽的。其实,在主妇生活里,也要经常学习、坚持锻炼,不太自信的时候,脱下家居服,换上小黑裙和高跟鞋;偶尔,来一次说走就走的旅行,就算是家庭主妇,也别忘了让自己活得美丽,把生活过得美好。

## 女神打造A计划小档案

女神打造A计划是永康日报高端女性俱乐部美媛荟举办的一个活动。美媛荟将联合永城优质商家、个性店主、时尚达人联合开设礼仪、形体、化妆造型、品酒、茶道、音律、肚皮舞、瑜伽、摄影、鸡尾酒品调、烘焙等10多门课程,从美丽、气质、礼仪、健康、社交等方面入手,全方位提升女性的气质修养,以及帮助女性掌握一定的技能,探索更好的自己。

女神打造A计划为期一个半月,学员可以从10多门课程中选择5门课程(共10课时)参与培训,周末或者晚上开课。

女神系列课程价值1988元,女神打造A计划期间优惠价888元/人,学员可和朋友或闺蜜一起加入训练营。两人或两人以上参加,享9折优惠。名额有限,准女神们抓紧喽!

【本周课程安排】手机摄影、茶道、美妆

【报名方式】电话:13777530566 711566 微信号:wululu401085



扫一扫  
更多课程信息

