



在小岛上发呆无聊的时光，回来了，都变成了脑海中的“诗”和“远方”。



7

高松，从一间有品位的民宿认识你

在小岛上“浪”了几天之后，最终还是要回到城市。配合着整条艺术路线，这次我们在高松找到了一位很有品位的房东提供的BNB住两天。从和房东打的第一个照面，我便知道没有选错住所，一席白衣、斯斯文文的一位老妇人，标准的英语，全身散发着优雅的气质。第一次在日本尝试BNB，也是新鲜的体验。

回到城市，自然要找一间餐厅把只有在日本才可以吃到的顶级和牛吃个饱（价格真算合理公道），然后两个人悠然地坐着地铁，找到了当地著名的广生温泉泡个汤。泡热了身子，喝两瓶冰冻的牛奶，再手牵手，踏着小路路上的青石板，数着濑户内海上空的星星，启程回家。



8

1. 座落在Benesse美术馆酒店门口的第一件艺术作品，来自草间弥生的黄南瓜
2. 直岛码头的艺术作品
3. 直岛码头草间弥生作品：赤南瓜
4. 丰岛美术馆和它的朝圣者
5. 座落在丰岛的心脏音博物馆
6. 丰岛美术馆的作品：地面上的流水
7. 高松民宿的庭院一角
8. 濑户内海的特色橄榄汽水
9. 餐厅门口的装饰也很出彩



9

链接 Tips

1. 建议在直岛的Benesse美术馆住上2-3晚，才能真正体验到小岛的艺术气息。可以在官网<http://benesse-artsite.jp>预订，价格小贵，但是非常值得。
2. 直岛上还有许多艺术项目，其中的“I LOVE汤”是一家公共艺术汤建筑，值得尝试。
3. 走访丰岛最好安排9点之前上岛，才有足够的时间可以逛完丰岛美术馆、心脏音博物馆等艺术项目，并在岛食堂享用午餐，骑车回到码头，赶上最后一班船离岛。

高端时尚玩乐式健身趴！尽在智慧炫酷的FIBO China



对于健身迷来说，2017不容错过的展是什么？答案当然是FIBO China。9月7-9日，中国健身与健美领域的领航展会FIBO China如期而至，无数健身爱好者从各地慕名而来，现场人山人海，气势磅礴。300多家高端健身品牌、20000多人次专业观众以及数百位明星大咖汇聚FIBO，八大行业论坛、五大精彩赛事、三大培训区域、两大重磅发布轮番上阵，更有走秀表演、美食试吃、超值售卖等丰富活动精彩不停歇！

亲身体验时尚运动课程和运动营养品

走马观花式的展览早已OUT，FIBO China激励前来参展的每一个人运动起来，尽情燃烧卡路里，一大波国际培训及公开课程挑战你的身体极限！壶铃第一IP KBC资深导师Tyler Yearby、亚洲连锁健身俱乐部Evolution Wellness重量级导师Miho Araki、威尔士健身培训总监卢锦洪等国内外健身大神空降现场，与健身迷零距离接触。150余节专业课程酣畅淋漓，涵盖时下炙手可热的搏击、芭蕾、普拉提、团操、格斗、健身舞蹈等诸多领域，还有莱美全新课程——Les Mills Tone的中国首发，健身迷们不出国门就体验到了国际顶尖导师的热门课程，绝对是不虚此行！此外，在“全民健身”和“医体结合”的热潮下，不科学运动导致的运动损伤及之后的运动康复备受关注，此次FIBO引进了20多节国际前沿的运动康复培训，这一健身新领域也吸引了众多健身迷前来体验。

除此之外，在展会上，吃货们还可以免费品尝来自ProSupps、IronMaxx、TREC NUTRITION、LABRADA等知名品牌的运动美食，低脂冰淇淋、蛋白质薯片、减脂果饮、蛋白棒、美味肉类……这些兼具功能性与美味性的运动营养品成为

健身“神助攻”，让好身材与美食也可兼得！

FIBO China今年的营养品展区面积及品牌都华丽升级，是亚洲地区吸引全球运动营养企业最多的博览会之一。50多个涉及运动营养补充剂、膳食餐、运动饮料、运动营养原料等多种类别的品牌引爆饕餮盛宴，连欧洲运动营养品三大巨头之一的BioTechUSA都身在其列。品牌市场总监贝达介绍说，BioTechUSA倍肽是自1999年开始销售高品质的运动营养品，目前已经在68个国家分布了130多家直营店和几千家加盟店，作为运动补充剂市场的一个主要参与者，倍肽坚持所有产品都在欧洲生产。“与行业同类产品相比，相同的价位，倍肽的产品含量更高、口感方面更加细腻，甜度适中，易溶于水，还原真实的口味。”贝达说，倍肽骄傲的是产品线非常广，几乎针对游泳、田径、篮球等大多数运动项目推出了适合的产品，所以，他们也拥有强大明星团队，如健身超模乌利塞斯和2016年里约奥运会三枚金牌获得者，同时也是世界纪录保持者：游泳运动员卡汀卡·霍斯祖等。

智慧健身和环保健身招人眼球

FIBO China今年单独开设的智慧健身展区比往年面积更大、更加好玩有趣，云集了全球高端新潮的健身神器，百闻不如一试，获得红点奖的人体成分分析仪InBody 570、训练20分钟达到120分钟效果的EMS电流肌肉刺激系统、3D体测仪、智能健身衣、反重力跑步机、功率健身车、VR虚拟装备等众多智慧科技产品齐齐亮相，让前来尝



鲜的健身迷们过足了科技瘾，打开了健身新世界！其中EMS系统备受关注，可谓肌肉养成开挂般的存在，传说中“每周一小时，练就马甲线”真的能实现？健身发烧友们都迫不及待地在现场体验。

不仅如此，拥有超过30年设计和制造经验的健身器械领域的旗舰品牌SportsArt时保雅，在本次展会上推出了他们即将于今年年底推出的全新产品时保雅不插电N865跑步机，尤为惹人注目，健身和环保的完美结合让现场的发烧友们大叹过瘾，也打开了健身领域的全新跨界尝试。品牌负责人郭哲宏表示，“时保雅希望能不断地提高健身器械的品质标准，应用科技与创新设计拥有多项专利功能及特点的健身、医疗及全方位的家用产品，为各地用户带来了优异的运动体验。”

纵观现场，要说人气、养眼的当属荷尔蒙爆棚的各项健美与健美大赛，“中国好身材”们赚足了眼球，内地健身美臀项目的第二届中国健身美臀大赛、2017中国健美先生、健身比基尼小姐等热门比赛群雄逐鹿，一番力与美的热辣比拼high翻现场！健美界凯文·莱夫隆、UFC“赛亚人”赛奇、韩国健身女星SEOBIN HA、男星JASON POSTON等巨星的闪亮登场迎来了迷弟迷妹们的疯狂欢呼，将现场气氛燃至沸点！

据悉，FIBO China为满足更多展商和观众的需求，2018年将换届国家会展中心（上海），届时将带给您全新的升级体验。

