

北京·搜尚地图

我爱美丽

时尚讯息与地图的双向指南
资讯最新鲜，地图最精美
持书消费，享折优惠

探寻独我的魅力时尚、风情生活

171大魅力商家特写
34个搜美秘诀

自驾搭乘，兼可轻松探访

16大商家分布一览表
全北京“我爱美丽”主题街区地图

Beauty & Health



人民交通出版社
China Communications Press

巧用酷贝码 获取丰富的商家信息

什么是酷贝码和酷贝码号？

酷贝码是一种手机可以拍照识别的二维条码，它可以为您提供一种方便、高效的手机上网方式。酷贝码号是与酷贝码相互对应的数字编号。

酷贝码

酷贝码号



酷贝码能为您带来什么？

在本书中每一个推荐的商家皆有一个对应的酷贝码及码号，您可利用手机“扫码”或“输码”进入商家的手机网站，获取更多的商家信息。

如何下载安装酷贝识码软件？

首先，确认您的手机已开通上网功能，再选择以下方法之一下载软件。

方法一：手机访问wapdown.coob.cn，从对应手机品牌的列表中，找到您的手机型号，点击链接即可下载。

方法二：中国移动用户发送短信内容“A”至1069200098488，立刻会收到一条包含有链接地址的短信，访问该链接，即可下载。

方法三：电脑登录www.coob.cn，进入“软件下载”页面，在输入框中键入您的手机号码点击下载即可。

下载完成后手机系统会自动提示安装，安装后软件在不同型号手机上的具体位置会有所不同。一般来说，您可以在手机功能表中找到该软件的图标；如未发现，请尝试在“应用程序”、“JAVA程序”等相关文件夹中寻找。

资费备注：酷贝识码软件为免费提供，由于您通过无线网络来实现信息浏览和下载，所以会有一定的网络流量产生，其费用与手机网络移动运营商有关，资费详情请向移动运营商咨询。

怎样通过手机扫码、输码， 上网浏览丰富的商家信息

- 1 启动软件并选择“扫码上网”后，将手机摄像头对准酷贝码，使其置于屏幕中，并大小适中、图像清晰，按确定键拍摄后，根据手机提示，即可链接到对应的手机网站上。备注：请在较明亮的光线下拍摄。
- 2 对于不支持“扫码上网”方式的手机用户，您可选择“输码上网”的方式，输入酷贝码号，按确定键或OK键，根据手机提示，进入相关WAP网页。
- 3 中国移动用户可以直接将酷贝码号编成短信发送至1069200098488，根据短信提示，进行网络连接访问相关WAP网页。



北京·搜尚地图

我爱美丽

时尚讯息与地图的双向指南
资讯最新鲜, 地图最精美
持书消费, 享折扣优惠



人民交通出版社
China Communications Press

CONTENTS

北京·搜尚地图

目录

P011

美丽容颜



○美容美体/11

搜
美
秘
诀

美容院应该怎样选择/23
专业护肤品，你知道多少？/23
“免费美容”莫动心/24

特写·点评

- 30家知名美容院
- 37家风格发廊
- 8家形象设计中心
- 14家皮肤整形医院

○时尚美发/25

搜
美
秘
诀

如何在美发店获得完美发型/37
为何新做的发型很漂亮，回家后就走样了？/38
美发小贴士/38

○形象设计/39

搜
美
秘
诀

私人形象顾问能为你做些什么？/42

○完美整形/43

搜
美
秘
诀

关于整形美容你应该了解的/49
整形医院应该怎样选择/50
如何选择整形外科医师/50

P051

精致生活



○综合女子会所/51

○温泉SPA/57

搜
美
秘
诀

温泉的种类和功能/64
温泉浸泡六步曲/66

温泉浴保健的四种方式/65
温泉浸泡注意事项/66

特写·点评

- 16家女子会所
- 8家温泉度假村

P067

倩影珍藏

○个性摄影工作室/67

搜
美
秘
诀

如何选择拍婚纱照的地方/72

特写·点评

- 14家个性摄影工作室
- 8家大型婚纱摄影楼

○靓丽婚纱影楼/73

搜
美
诀

婚纱照的几种风格/77

拍婚纱照需要注意的几点关键问题/77

拍婚纱照需要注意和准备些啥/78

P079

健美健身

○翩翩舞蹈/79

搜
美
诀

选择一种适合你的舞蹈/83

特写·点评

- 83 李梅 李梅 李梅
- 83 李梅 李梅 李梅
- 83 李梅 李梅 李梅

○塑身瑜伽/85

搜
美
诀

选择适合自己的瑜伽/89

瑜伽练习的时间与饮食/89

瑜伽练习的服装与洗浴/90

各种类型的瑜伽/89

瑜伽练习的地点与环境/90

哪些人不适合练瑜伽/90

○动感健身房/91

搜
美
诀

不同类型的健身房/103

选择健身房需要考虑的六个要素/103

健身房选择小贴士/104

P105

大众运动健身

○游泳馆/106

○网球场/114

○壁球馆/120

○羽毛球场/110

○保龄球馆/118

○高尔夫训练场/122

搜
美
诀

巧选泳装，巧塑玲珑身材/107

如何选择网球装备/115

壁球运动的推荐理由/121

选择适合你的运动/111

壁球的起源/120

果岭丽人的美丽宝典/123

○京城街区详图/124

○《我爱美丽》商家索引/148



不同的阅读目的

不同的使用方法

●希望获得与美丽相关的 特色商家信息

逐一阅读本书的文字部分，
魅力商家的精彩特写与点评
等您——浏览。



●欲进行某项美丽消费， 却对相关商家了解不多

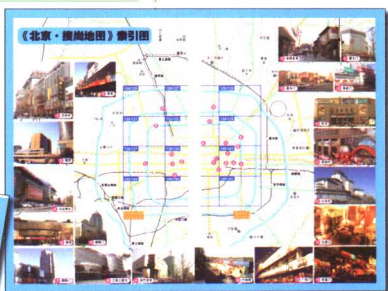


翻至本书相应的美丽消费版块，浏览此类别中向您推荐的魅力商家，遇到想要前往的，可通过地图位置指示，找到它准确的所在之处。



● 想要前往北京的某个地方，或已身在那里，欲获得一份行路指引

翻至本书的“《北京·搜尚地图》索引图”，再由此指引到目的地区的“京城街区详图”，不再怕迷路。



● 准备前往某个消费场所，但不知其地址、电话等信息

翻至本书的“《我爱美丽》商家索引”，这里可以查出商家的相关信息。



● 想要了解新鲜、前沿的美丽消费指南

本书中星星点点地散布着各种你最想要的搜美秘诀，查找目录，把它寻出来吧。



《北京·搜尚地图》

使用指南

文字的阅读指南

店名

地图索引, 阅读方法详见右页

重要信息, 如经营特色

本店的特色介绍

本店图片

重要消费提示

本店对应的酷贝码及码号, 通过手机扫码可上网浏览丰富的商家信息, 使用方法详见封二

本店相关信息:

- 地址
- 电话
- 营业时间
- 消费价位
- 支付方式
- 友情提示

→ 地图 P. 140 A-1

艺术摄影 飞鸟·鱼摄影工作室

飞鸟·鱼摄影工作室位于东四十条的小胡同里, 这里的婚纱照风格很另类, 追求的是那种灰暗和颓废的感觉。在充满画意派摄影风格的“飞鸟·鱼摄影”, 在摄影师亲手绘制的背景前, 随意地发挥每一个动作, 每一个表情, 恣意挥洒青春与朝气, 记录自己每一个美的瞬间。

外景拍摄多为远郊有山有水, 能拍出宏阔大气的地方

东城区东四十二条74号院内
64058137
现金
9:00-18:00

000225

● 本书中的消费讯息出版前已进行逐一核实, 但随着时间的推移, 可能带来与实际信息的差异, 因而读者前往消费时, 请以商家店堂信息为准。

● 本书中的“分店”信息为共用同一商号的其他店铺信息, 并非实际总分店关系。

地图的阅读方法

与商家相关的地图索引

地图 P.140 A-1

A

B

C

A 地图所在的页码

B

把地图分割为左右的符号，在地图的上端表示出来。从左起是A、B、C……

C

把地图分割为上下的符号，在地图的左右端表示出来。从上起是1、2、3……



箭头所指方向的地图
所在的页码

采用彩色符号、突出字体
标注的信息点，为本书主
题及推荐商家

介绍文章刊登的页码

《北京·搜尚地图》索引图



1 王府井



3 国贸



4 日坛秀水



6 燕莎



7 朝阳门



2 西单



5 建国门

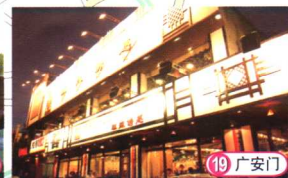


8 工体三里屯



9 当代双安





《北京·搜尚地图》

BEIJING FASHION MAP

图例

主题图例

- | | | | |
|--------|-------|------|--------|
| 美容院 | 影楼影室 | 游泳馆 | 高尔夫训练场 |
| 整形机构 | 舞蹈俱乐部 | 网球场 | 壁球馆 |
| 美发厅 | 瑜伽馆 | 保龄球馆 | 温泉 |
| 形象设计中心 | 健身房 | 羽毛球场 | 洗浴 |

基本图例

- | | |
|---------|---------|
| 高速公路 | 街巷 |
| 城市快速路 | 铁路 |
| 国道 | 地铁、轻轨 |
| 干线道路 | 快速巴士路线 |
| 一般道路 | 巴士路线 |
| 公园、绿地 | 高尔夫球场 |
| 政府机关 | 跑道 |
| 学校 | 文化、休闲设施 |
| 宾馆住宿 | 商业建筑物 |
| 文化、休闲设施 | 其他建筑物 |

- | | | | |
|-----------|----------|------|-------|
| ★ 市委、市政府 | 医院 | 书店 | 麦当劳 |
| ☆ 区政府 | 宾馆 | 便利店 | 肯德基 |
| ◎ 街道办、镇政府 | 银行 | 加油站 | 吉野家 |
| □ 驻京办事处 | 商场 | 快餐 | 中国石油 |
| ☒ 公安局 | 超市 | 餐厅 | 中国石化 |
| ☒ 派出所 | 博物馆、图书馆等 | 单行路 | Shell |
| ☒ 邮政机构 | 影剧院等 | 山峰 | 崇光 |
| ☒ 消防局 | 工厂 | 旅游景点 | 王府井百货 |
| ☒ 大使馆 | 寺庙 | 7-11 | 华堂 |
| ☒ 政府机关 | 教堂 | 永和大王 | 家乐福 |
| ☒ 学校 | 清真寺 | 马兰拉面 | 沃尔玛 |

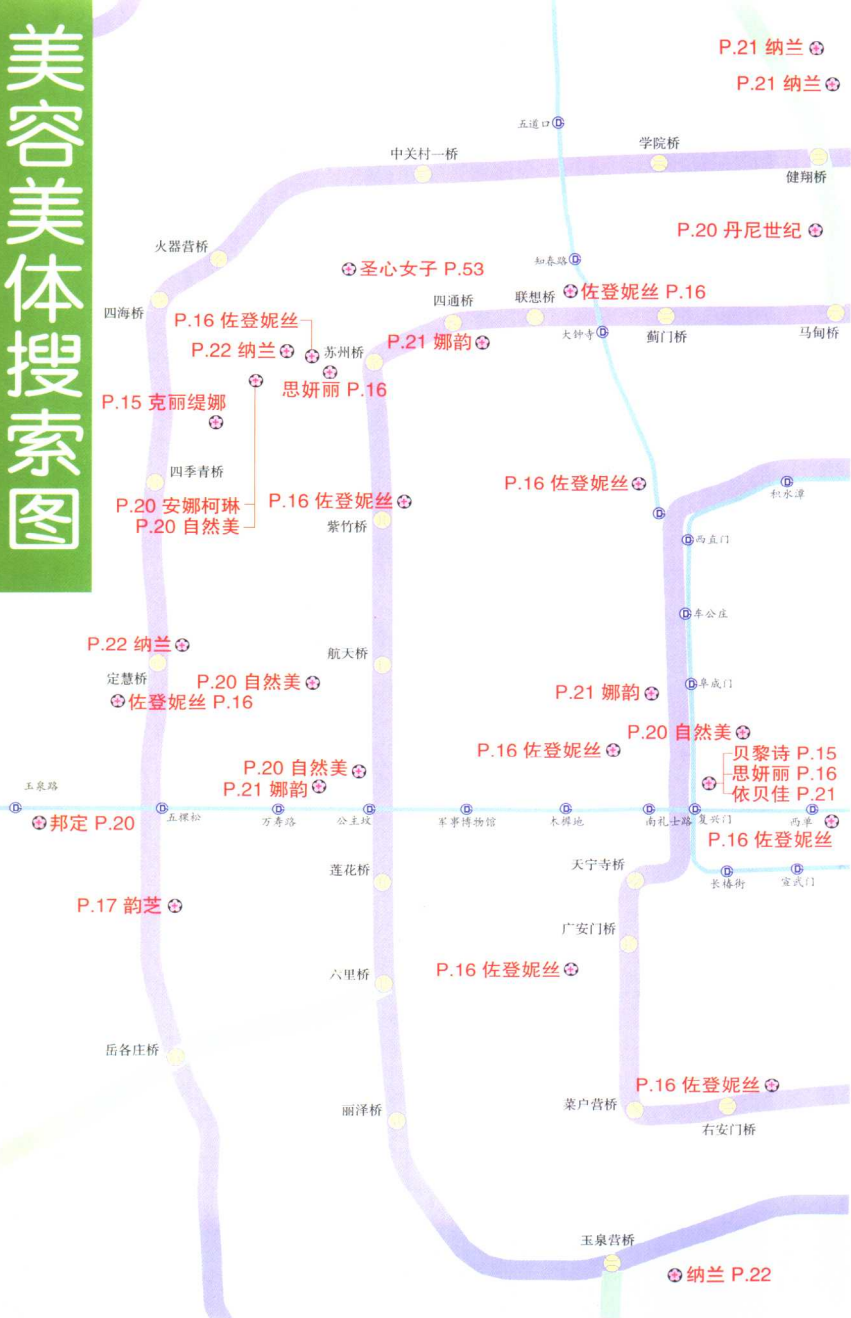
美

容
丽
颜

之

美容美体

美容美体搜索图





洁净温馨

四季花怡

一个洁净温馨的美容美体天地。这里所用的美容产品是九大国际美容美体品牌之一——法国EPS。此品牌是1998年至今被美国华裔小姐选美大会指定的美容产品，以欧盟12颗星标志作为品质安全保证，也是世界知名五星级美容会所选择产品之一。



持本书消费可享七折优惠

- ★ 朝阳区白家庄东里23号国际康赢俱乐部一层
- ☎ 基础护肤100元/次
- 💳 现金、银行卡
- 🕒 10:00-22:00



000278

专业美甲

耐尔思美甲

是一家从事指甲修饰艺术的机构。这里的美甲师曾在国际美容节上获过大奖。耐尔思引进了近年来在欧美等国流行的水晶指甲、彩绘指甲、丝绸指甲等造型与手部、足部修饰等先进技术，将其溶进都市女性时尚中。



持本书消费可享九折优惠

- ★ 朝阳门外大街18号丰联广场407室 (分店: 阳光100A店, 详见P.22)
- ☎ 65883102
- ☎ 普通修甲86元/双
- 💳 现金、银行卡、支票
- 🕒 10:00-21:30



000280

品质产品

碧斯靓丽华容美容美发

碧斯靓丽华容的美容美体项目以德国碧斯产品为主，此产品是一个有医学背景的国际品牌，为第53届海南世界小姐决赛美容美体指定使用产品。店内环境安逸整洁舒适，拥有先进的设备，还有一批在国内外美容美发大赛中获奖的高级技师以精湛的技艺提供服务。



这里的美发师曾多次给服装模特和杂志封面模特设计发型

- ★ 朝阳区朝阳门外大街18号联合大厦B-1
- ☎ 65881653
- 💳 现金 🕒 9:30-21:30



000279

韩式美容

欧特美容沙龙

这是一家韩式美容院，喷雾式换肤术是这里的招牌项目：灭菌盐水和氧气以及珍贵的胎盘



液被注入空压设备，经过处理后微小的水滴会以喷雾的形式，以200米/秒的超速度喷射到脸上，营养物质全部由表皮进入真皮。

韩式草药子宫护理也是欧特的特色项目

- ★ 朝阳区亮马桥甲46号亚星大厦4层 (燕莎商城东400米)
- ☎ 64635120、64635108
- ☎ 200~1000元/次(SPA加全身管理)
- 💳 现金、银行卡、支票
- 🕒 9:30-21:00



000281

日式美容

→ 地图 P.141 D-3

安上特美容院

安上特来自日本，在日本拥有多家连锁店。这里采用日式家居风格，沿用日本的跪式服务，突出顾客的尊崇。这里所有仪器都是从日本和欧洲进口，还有三名来自日本的美容师以及日式美容技术。这里实行预约制经营，只针对女性朋友提供美容服务。



在这里做美容可以享受免费的茶、手部护理

- ☛ 朝阳区东三环中路39号建外SOHO7号楼三层7304
- ☎ 58691488
- 💳 现金、银行卡、支票
- 🕒 11:00-20:00



000282

老牌专业

→ 地图 P.140 C-2

东方美容美肤厅

东方美容美肤厅已有20年的经营历史，这里的营业面积近300平方米，环境幽雅、温馨，硬件设施精良。东方美容美肤厅现有国家级美容大师一名，高级美容技师三名，美容技师四名，美容评判员三名，在北京、全国和亚洲级美容化妆大赛中，屡获殊荣。



在暗疮、暗疮印痕，毛孔粗大等的治疗护理上有较强的优势

- ☛ 朝阳区工人体育场东路11号楼（蓝岛大厦对面，分店：东方美容院，详见P.21）
- ☎ 65021618
- 💳 现金、银行卡、支票
- 🕒 9:00-21:00



000283

源自台湾

→ 地图 P.141 E-3

克丽缇娜专业护肤中心

克丽缇娜源于台湾，是一个享有较高知名度的美容品牌。在这里，资深美容专家会根据你的肤质、季节特性为你选择一套适合的克丽缇娜美容产品，然后再享受克丽缇娜独特的七步骤经典美容技术。



持本书消费可享惊喜优惠特价

- ☛ 朝阳区建国路88号现代城3号楼0105室（世纪城店，详见P.21）
- ☎ 85800552、85896517
- 💳 基础护肤98元/次
- 💳 现金
- 🕒 9:30-21:30



000284

高档专业

→ 地图 P.141 D-3

贝黎诗专业美容美体中心

贝黎诗是由经营欧洲顶级化妆品的MELEE集团和晨曦百货的东家晨曦同盟合作成立的。走进这里仿佛走进一片喧嚣中的宁静，店里的招牌项目包括海洋全效保湿洁净护理、纯植物香氛护理、植物荷尔蒙保湿泉源护理等。



专业女子美容护肤

- ☛ 建外大街1号国贸地下一层晨曦百货内（分店：阳光广场店、建外SOHO店、百盛购物中心店、丽都俱乐部店、朝外店，详见P.21）
- ☎ 65050552
- 🕒 10:00-21:30
- 💳 基础护肤190~1980元/次
- 💳 现金、银行卡、支票



000285

美
丽
容
颜

之

美
容
美
体

Beautiful