



安宁龙山村 资料图片

1公斤赘肉换5公斤龙山土豆

安宁这场减重活动面向全国开放,今天上午10点起即可线上预约

都市时报全媒体记者 李沛颖

最近,安宁“1公斤赘肉换5公斤龙山土豆”火上热搜,很多人都想知道:活动什么开始?面向哪些人群?现在,大家最关心的问题有了答案:面向全国开放,欢迎所有人到安宁来找健康。

活动不设地域门槛 专业团队护航健康减重

本次“美丽龙山瘦身计划”——“鑫湖医院杯”安宁市全民健康挑战活动,不设地域门槛,全国朋友均可参与。

安宁市委宣传部副部长,市文旅局党组书记、局长周陪介绍,近期咨询电话不断,大家最关心的就是能否跨地区参与,这次活动明确面向全国开放。

为保障科学安全减重,云南三明鑫疆集团副董事长、安宁鑫湖医院执行董事戴源慈介绍,医院专门组建18人专业医护团队,开通专属减重门诊。此外,报名现场要对参与者做简单的体能测试,包括1公里跑、测心率、量血压,判断是否适合参与。戴源慈提醒大家,报名当天尽量穿轻便、方便运动的衣服。医院还会免费为大家建档、定制专属健

康计划,做体脂检测、给出饮食和运动建议,全程不强制就医。活动倡导科学健康的减重方式,严禁使用减肥药、催吐、极端节食等不健康手段。

本次活动为公益性、免收报名费,年龄18—65岁、身体健康、无运动禁忌证的市民均可报名。有以下情况者不宜参加:体重偏瘦、营养不良、骨质疏松、贫血、低血压、经常头晕乏力;患有心脑血管疾病、严重慢性病、恶性肿瘤、肝肾功能异常等不适合剧烈运动的疾病;处于妊娠期、哺乳期等特殊生理期。

玩法轻松有趣 奖品实在又助农

活动将于3月27日10:00开启线上预约,3月31日—4月6日线下正式报名,全程为期6个月,设个人组与团队组,可同时报名。

个人组限3000人,每瘦1公斤换5公斤龙山土豆(最高20公斤土豆),满5公斤再送正宗龙山土鸡;

团队组限100组,每组8—12人,累计瘦满50公斤,可带走安宁本土黑

山羊一整只或烤全羊12人套餐。

参与者可以选择同时参加个人组和加入一个团队组,但每人只能加入一个团队。团队组成后,中途不可换人或新增成员。

奖励兑现分阶段进行:个人组在6月1日至3日、8月1日至3日、10月1日至7日均可称重领奖;团队组在7月1日至3日、10月1日至7日可参与兑奖,称重数据以鑫湖医院健康档案为准,公平公正。

周陪说,设置团队组就是希望大家结伴减重、互相打气,让健康变成一件有人陪、能坚持的小事。

边瘦身边逛安宁 欢迎来这里找健康

活动还特别推出打卡集章福利,登龙山、探访摩崖石刻,完成任务就能抽取惊喜盲盒,一边瘦身,一边深度畅游安宁。

周陪表示,这是安宁“体育+旅游+康养”融合的一次创新尝试,从春日骑行到瘦身挑战,就是想让大家在安宁的

天然氧吧里运动、在湖光山色中放松,真正实现“运动即旅游,旅游即养生”的生活方式。

未来,安宁将持续打造“安宁健康行”IP,构建四季不断的体旅矩阵,向全国发出邀请:何必远行,安宁就是想要的生活,欢迎到安宁来找健康。

报名方式

线上预约:3月27日10:00—3月29日17:00,扫描公告二维码预约;

线下确认:3月31日—4月6日,凭预约码到安宁鑫湖医院填表、签承诺书、完成报名;

小提示:线下确认时需携带本人身份证到场,不接受代报;团队需按队长线上预约时确定的时间,全部队员同时到场。



团队预约报名



个人预约报名



魅力安宁 图

刊登热线 63334455 13888150035
●妇联保厨钟点做版 65611572 63131702
●文山州田丰农资有限责任公司麻栗坡八布经营部遗失公章一枚,编号:5326006048713,登报作废。
速天晓遗失由昆明龙泉物业服务集团有限公司开具的装修押金收款收据:2275256,金额:2000元,登报作废。
晋宁县上夕铁矿洗选厂(注册号:5301221000917)遗失营业执照副本,声明作废。

云南鼎鼎机械租赁有限公司遗失预留在中国农业银行股份有限公司嵩明杨桥分理处的印鉴公章一枚,账号:2421210104000686,登报作废。
云南博尔口腔医院有限公司遗失账号:2502013209200071140,基本存款账户编号:J7310084732101的原法人沈宗宇私章,登报作废。
本人杨小龙遗失昆明恒大国际健康城D03地块10栋1204室认购书和收据,认购书编号:G3232179,金额:136658元,收据编号:LJZ0005589,声明作废。

广南县杨柳乡王丕荣烟花爆竹店,统一社会信用代码:91532627MA1D2KA X9BD 遗失公章一枚,编号:5326006040576,登报作废。
昆明颀短国际商贸有限公司遗失营业执照副本,统一社会信用代码:91530102MAD2LP697E,发证日期:2025年10月27日,登报作废。
昆明伍峰商贸有限公司遗失开户许可证,开户行:昆明市呈贡区农村信用合作联社洛羊信用社,账号:0600063737398012,登报作废。

兹遗失云南建投第三建设有限公司开具给学府路651号商舖5号商舖李梅林的保证金收据一张,2020年9月,金额:叁仟贰佰元整(¥3200元),声明作废。
昆明飞翼马术俱乐部有限公司遗失在昆明市公安局高新分局备案的单位专用章及备案卡(备案章编号:5301003428347),登报作废。
本人吴书恒遗失网络预约出租车运输证,车牌号:云AA37181,证号:049350,声明作废。

昆明市晋宁区昆阳街道办事处滇东村民委员会(法定代表人:姚云刚)遗失基层群众性自治组织特别法人统一社会信用代码证书(统一社会信用代码:54530115ME0762700B,颁发日期:2022年12月19日),登报作废。
本人张宏飞2026年3月25日遗失身份证,证号:342222198306124432,遗失之日起,一切与该身份证相关的行为以及由此造成的法律责任或经济损失,本人一概不负责,特此声明。

昆明纯亮清洁服务有限公司遗失备案公章(5301022077409),登报作废。
云南诺途建设工程有限公司遗失财务专用章,编号:5301003242915,声明作废。
声明公告
云南凯蒂雅美容服务有限公司,统一社会信用代码:91530102MA6PCH66X1,昆明林榕医疗美容门诊部,统一社会信用代码:91530103MA6N83R05Y,两公司无股权控制关系,昆明林榕医疗美容门诊部不承担云南凯蒂雅美容服务有限公司经营期间任何连带责任。

西山乐管家家居经营部遗失公章一枚,登报声明作废。
昆明鹰霸体育发展有限公司遗失公章、财务章、法人章(董浩天),登报作废。
股东会决议通知
根据《公司法》及公司《章程》的有关规定,昆明齐三赢汽车服务有限公司于2026年03月30日在公司办公室召开股东会议,公司自成立以来一直未开展任何业务,决议解散,注销昆明齐三赢汽车服务有限公司,请全体股东按时参加,缺席者,视为主动放弃表决权。