

“狗狗瑜伽”你会去吗？

近日,国外某健身房推出狗狗瑜伽服务的短视频受到网友热烈关注。视频中,狗狗们和练瑜伽的健身者互动不断,有的很粘人,有的睡在旁侧,有的则慵懒地躺在用户的腿上或背上……瑜伽馆的人们似乎都被它们的可爱治愈了。

这样的瑜伽馆,你会去吗?专业的健身教练怎么看呢?

健身爱好者

正方

是克服懒惰的好理由

西南政法大学经济法专业罗同学:我是典型的爱狗人士,如果身边有这样的健身房,我十有八九都会有想冲动消费的心思。毕竟跟小动物互动是件非常治愈的事,也可以促使我克服懒惰去锻炼。

轻健身就别在乎好坏

四川外国语大学数字媒体技术专业赵同学:这样的健身方式或许更倾向于轻健身,就别指望健身效果的好坏了。对于喜欢狗狗的健身人群来说,是一个很好的选择。

反方

影响健身计划的达成

重庆鑫色装饰设计工程有限公司陈女士:我很热爱健身,有狗狗在,肯定是赏心悦目的事情,但一旦狗狗太多了,肯定会对我的健身计划和整个健身过程造成影响。如果真想撸狗,我肯定会直接去狗咖了。

对易过敏人群不友好

长江师范学院国际经济与贸易专业邓同学:这样的瑜伽馆真得研究下受众问题,对于不喜欢狗或狗毛过敏的人群来说,并不是一件很友好的事情。

资深教练

有商业价值但存在一定风险

重庆可飞运动中心品牌创始人蒋教练:我们在锻炼的时候呼吸节奏会加快,狗狗有大量的毛发,一旦呼吸到肺里,呼吸系统也会受到影响,不利于健康。单从商业角度来看,“狗狗瑜伽”存在一定服务价值,更倾向于治愈,且此类服务或许能吸引原本不爱运动的宠物爱好者去锻炼打卡。不过,出于对健身者的人身安全考虑,“狗狗瑜伽”存在一定风险。

宠物跑跳会影响运动专注度

重庆钰浩健身中心负责人陈维维:宠物和人一起健身的模式,目前在国内没有盛行,也无法在短时间内流行起来。我是做传统工作室健身撸铁的,以我为例,我在撸铁的时候需要集中注意力,狗狗很活泼,会跑,会跳,我在健身时怕伤着狗狗,要随时注意着它,会导致我无法静下心来。瑜伽和撸铁相比,其动作更加柔和,对环境的要求也更高,狗狗跑来跑去发出的一些声响,也许会影响到我对于这项运动的专注度。

博主网友

@Dandelion:真的很爱,完全没在管瑜伽的。

@太肥拿铁:这谁还做得了瑜伽啊,撸狗都来不及。

@你的i人:新会员:奶狗压腿;老会员:80斤的金毛上强度。

心理专家

从心理学上来说 具有明确疗愈功能

国家二级心理咨询师钱丰:其实在国外有非常成熟的宠物疗愈方法,这种狗狗瑜伽服务从心理学上来说,宠物的疗愈功能是明确的。瑜伽本身是一种让人身心放松的锻炼,瑜伽和宠物辅助疗愈的话,会起到较好的减压效果。同时,我认为这种营销方式从心理学上来讲,也是可取的,只是要考虑到其中的运行风险,例如并非所有人都能接受这种疗愈方法。



重庆晚报-厢遇记者
李琅
实习生 雍晓雨
网络视频截图



重庆晚报 重庆轨道交通

有的二维码看起来平平无奇

315 陪你走

今年“315”期间,《重庆晚报》以消费维权和行业调查为主的“陪你走”栏目,将继续与读者同行。即日起,本报联合渝中区、南岸区、江北区、九龙坡区、渝北区、沙坪坝区、巴南区、大渡口区、北碚区消费者权益保护委员会和高新区12315指挥调度中心,共同推出《315·陪你走》栏目。

如果你遇到

霸王条款、价格刺客、装修问题、保险不理赔、新车变二手车、缺斤少两、消费欺诈、食品安全、网购猫腻等消费维权问题。

我们将做到

深入调查并客观报道,同时还将邀请专业律师,为消费者答疑解惑。



扫码报料

扫码打开才能发现它的精彩