



外眼看广东

来自约旦的健身教练Nour Bani Hani: 广东人的奋斗精神,令我感到震惊

他是来自约旦的Nour Bani Hani,中文名字叫大龙。在他的健身房内,大龙魁梧的身材与房内大型力量设备相得益彰。当与他交谈时,发现这名约旦人是一位极为细腻,也颇为健谈的朋友。

当年因为一部中国老电影,他选择到中国看看。从2006年抵达广州,一转眼就是十几年的光景。他娶了中国太太,成了广州女婿。如今,大龙在全球拥有27家健身房,客户遍布世界各地。



“我在广州喝早茶时,特别喜欢和本地人聊天。他们非常友善,人非常好,还教我打乒乓球。这样的经历,令我感到愉悦。广东人的奋斗精神,也令我感到震惊。”

——Nour Bani Hani

A

“老广真的非常友善, 他们教会了我打乒乓球”

大龙酷爱运动,此前曾学习过空手道、举重、健美等多个项目。很久以前,他曾看过一部名叫《十三太保李存孝》的电影,他对于这个故事和主人公的中国功夫极为着迷,希望有一天能够去中国看看。

谈起他到广州的日子,大龙能准确地说出是2006年7月21日,那一天对他来说太重要了。如今,他已在这里生活了十多年。

“我刚来的时候,没有地铁5号线、没有广州塔。虽然这里很热,也很潮湿,还有不确定的雨天,但我早已习惯了这里。我喜欢去二沙岛、沙面、烈士陵园、中山大学……看着那些有千年历史的公园,真是难以置信,有很多直击心灵的东西。”大龙说。

闲暇的时候,大龙经常会光顾一家提供粤式早茶的餐厅。除了品尝点心,他还喜欢与餐厅内的老广们聊天,听他们讲述生活中的智慧。同样,在大龙所生活的小区,有供居民使用的乒乓球桌。他就是在那,和本地的老人家学会了乒乓球。

“就像我和你说的,我喜欢广州人,他们真的非常友善。这样的经历,令我感到愉悦。广东人的奋斗精神,也令我感到震惊。”大龙表示。



B 每个人都有自己要走的路,第一家健身房必须要开在广州

2021年,大龙在广州开设了一家健身房,名叫真诺运动中心,这是他个人在中国开设的第一家健身房。用他的话说,第一家必须开在自己的家乡(注:指“广州”)。

虽说周边有很多其他的健身馆,但大龙对自己的运动中心充满信心。在他和团队的精心打理下,无论是线上还是线下,这里的客户一直在增加。

“很多人和我说,这附近已有30多家健身房了,为什么还要再去开设新的?但我觉得每个人都应该有自己要

走的道路,每个人都会有自己的观众,所以确认好你想要什么(才是最重要的事情)。”大龙告诉新快报记者。

在大龙的健身馆,没有任何VIP客户,因为每个人都是VIP,无论是买一天的体验券或者5年的会员,都是VIP。“我们的使命就是照顾好你,带你完成一个美好的健身之旅。我们不强迫消费,这就是我们的方式,以真心付出去换取收获。”大龙说。

有趣的是,大龙的中国太太此前正是他的客户,两人合作时,大龙经常

帮她答疑解惑。慢慢地,两个人互相吸引,最终走入了婚姻的殿堂。

在大龙看来,年轻一代的广州人愈发表现出对外国文化的兴趣,“此前他们非常害羞”。大龙微笑着说,如今健身房开设的训练营,就有很多中国学员。

大龙认为,广州是中国最适合发展商业的地方,很多到中国的外国商人,第一站都是广州。这里像是一个基地一样,经济增长飞快,非常适合开展生意。

C 健身中心配个厨房,就是想亲自给客户烹饪美食

真诺运动中心共分室内和室外两个部分,其中在室外的平台上,可直接观赏珠江。大龙喜欢站在

这里远眺,欣赏日落的风景。

有趣的是,大龙还给这家健身中心配备了厨房,他经常会亲自下厨,为学员们烹制美味佳肴。大家都称这是一个“魔法厨房”。

“没错,这是有一些魔力,”大龙边说边眨眼睛,“朋友们在健身之后需要享受美食,他们都非常辛苦,燃尽了卡路里和脂肪。所以相比于他们出去吃饭,我会亲自给他们烹饪食物,他们确实也非常喜欢。”

据悉,大龙会根据每个人的消耗量身定制,甚至会计算卡路里,“有些人想燃烧脂肪,所以需要低卡路里食物。有些人想保持身材,我们会尽力做到均衡。有些人想要增加额外的力量和能量,我们会准备高卡路里的食物。”

“我沉浸在健身产业已超过25年,以我的经历,我总是会去思考,你需要什么?我怎样去给予你?我怎样通过计划来帮助你实现目标?这就是为什么我的厨房有那么一点特别。”大龙说。



■策划:新快报记者 罗韵 ■采写:新快报记者 高京 ■图片:陈文锋 郑健辉 ■视频:陈文锋 郑健辉

房产确权公示

因鱼珠旧城改造项目需要征收有关历史房屋,现将以下历史房屋确权审查结果予以公示,自见报之次日起公示15天。公示期内任何人对房产确权结果有异议,可向我司申请对有关房屋的确权结果进行复核。公示期满无异议或异议不成立,则公示内容将作为补偿依据。

序号	房屋地址	权利人	用途	建设年代
1	黄埔区鱼珠新后街1号	苏荣燊、苏松根、苏锦辉、苏锦耀、苏锦波、苏倩雯、苏艳芬	住宅	1967年1月1日至1982年12月31日
2	黄埔区鱼珠新后街自编28号-2	吴伟雄、吴幸宜、吴乐君、温双英	住宅	1967年1月1日至1982年12月31日
3	黄埔区鱼珠新后街四巷4号	周锦华、周锦泉、周凤莲	住宅	1967年1月1日至1982年12月31日

1. 异议须以书面形式提出,使用真实姓名并提供联系方式,否则视为无效异议,不予受理;
2. 异议人需提供产权证明或其他相关证明资料。

联系人:李女士 电话:(020)82490290

地址:广州市黄埔大道东鱼珠新街54号科学城集团展厅