



14 thí sinh Vietnam's Next Top Model đã có buổi tập Yoga trong không gian thoáng đãng.

Đôi vớ i mốt ngườ i m u, ngoài nh ng s i b c đ y t tin trên sàn catwalk và m t vóc dáng đ p thì s d o dai cùng s c kh e b n b là m t trong nh ng y u t quan tr ng giúp h thích nghi đ c v i b t c đ i u ki n làm vi c nào.

H u h t các thí sinh đ u ch a đ c t p Yoga l n nào nên đa ph n còn h i b ng và lúng túng. Riêng thí sinh Lê Th Ph ng v n ph i c g ng r t nhi u đ theo k p nh ng đ ng tác khó.

Tuy nhiên, ai cũng ph i công nh n r ng luy n t p Yoga khi n tinh th n r t s ng khoái, nh Thanh Th y nh n xét: “Bài t p hôm nay r t thú v , tuy có h i m t m t chút nh ng khi hoàn thành xong bài t p tôi th y tinh th n r t t t.”











Mai Lan (Số nh: CXLV) - Phiên Này Today