



沙漠中上演脱衣大戏，
叔您一定是故意的。

第四季度荧屏将被明星真人秀强势霸占，各卫视也是各出杀手铜抢夺观众。这不，昨天东方卫视《两天一夜》向记者发来了他们节目的男神沐浴图，邀各位读者先睹为快。这个节目主打明星户外旅游，邀请清一色的男明星去野外嬉戏玩耍——张丰毅、张智霖、温兆伦、马可、尉迟琳嘉、张睿等组成了“最强兄弟团”，年龄跨越老中青三代，肌肉猛男与肚腩鲜肉齐登场，无论师奶还是少女，都能在节目中找到自己的一杯“男羹”。该节目将于11月1日晚在东方卫视开播。

来尝尝大叔的“花甲肉” 58岁张丰毅身材赛过80后

58岁的张丰毅年近花甲，是节目里的老大哥，虽然年纪最大，却是最“有料”的一个！节目中他脱下上衣大秀肌肉，身材秒杀同组男星。

能保持骄人身材的秘诀，就是健身！张丰毅的健身达人身份早就传开，他透露健身并没有抱任何目的，只是喜欢运动，他说：“我从小就热爱体育运动，后来在文工团学武生又学了8年武术，就一直坚持下去。进入演艺圈后，依然保持着运动习惯，一般演戏不会特意去摆造型凸显身材，我只是按照自己对角色的理解去做应该做的事情，这次录《两天一夜》是为了配合游戏才和大家一起摆

拍了造型。”

节目组工作人员爆料，虽然录制辛苦，但张丰毅仍坚持每天锻炼身体，他随身带了一个健身轮，这铁家伙看得工作人员目瞪口呆，因为其他男性的装备都颇为“温和”。张丰毅自称“张师傅”，亲和力十足，组里他永远是第一个在微信群里说早安的男神，兄弟团里的其他男星对张丰毅都顶礼膜拜。

另一位秀肉的男星便是“cool魔”张智霖，跟兄弟们泉中嬉戏时，他大方脱下衣衫，年过不惑，身形保养得肥瘦刚刚好，美色指数力压组里80后男艺人。

叔的健康秘籍：

不忌口，早睡早起（你做得到的吗……）

在节目宣传片中我们看见，张丰毅在赢得比赛后，晚上大口吃肉大口喝酒。有网友指出，晚上这样豪放的饮食不利于健康和身材保持。可张丰毅告诉记者：“在饮食方面的话，我个人是没有什么忌口的。我觉得保持

身材主要还是要靠运动。”他认为，比起忌口来，健康、规律的作息更重要：“我平时作息是比较健康、有规律的，每天早睡早起，早起之后再稍微做一些运动活动筋骨。其实，想要有健康的身体，就一定要健康作息。”



叔是健身强迫症！ 随身带着健身轮！

明星工作时经常没有固定的休息时间，在剧组拍戏常常过着黑白颠倒的生活，而张丰毅这次去录制《两天一夜》也十分辛苦，基本上每次录制都会到深夜12点。在这样的情况下，他还会坚持健身吗？

张丰毅告诉记者，不管在什么条件下他都能坚持运动：“我在剧组也会坚持每天运动

的，除非是实在没有办法，但只要有一点富余的时间我就会坚持运动。比如这次录制《两天一夜》，我一直带着我的健身轮，因为它携带和锻炼都很方便。然后，在节目录制完睡前我会抽空锻炼一下，第二天早晨起床我也会比其他人早起半个小时后运动。”事实上，多年来，健身已经是张丰毅生活的一部分，张丰毅表示：“这也许算一种强迫症吧，哪天突然不运动就会觉得不习惯的。”综合

《单身男女2》续前缘，“水星男”周渝民加入“星球大战” “地球人”古天乐，生日快乐！

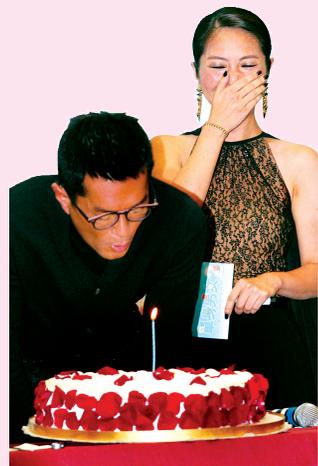
各位观众，还记得3年前杜琪峰的《单身男女》吧。为了高圆圆，“火星男”吴彦祖大战“地球男”古天乐。最终，“火星男”赢得女神芳心。不过，这并不是“从此，王子与公主幸福地生活在一起”这样的童话故事。昨日，《单身男女2》剧组亮相北京，举行发布会，宣布进军11月11日“光棍节档”。除了3年前的“三角恋”组合，“水星男”周

渝民与杨千嬅的加入，让这场爱情大战更加扑朔迷离。吴彦祖是完美的“火星男”，周渝民扮演的“水星男”又是怎样的人？仔仔坦言，“作为‘外星人’，我的这个角色跟‘火星男’有些类似，比较温柔体贴一点，更愿意倾听对方的心声”。

星星辣么多，到底选谁好？杨千嬅大呼：“人生苦短，在地球上生活得久了，我会去试一下‘外星人’。”

高圆圆自我定义是一枚“火星女”，她的标准就是“火星男”就要跟火星男在一起，地球人就要跟地球人在一起。女神果然会讲话，这个时候还不忘暗示自家赵先生是完美“火星男”啊。

外星人都去“星球大战”了，刚过44岁生日的“地球人”古天乐咋办？“我肯定选择温柔一点的女生啊，我不想回到家还要被（女朋友）像妈妈那样骂我。”辉辉



发布会现场，剧组为10月21日生日的古天乐补过生日。男神古仔已经44岁啦，还是辣么帅。