

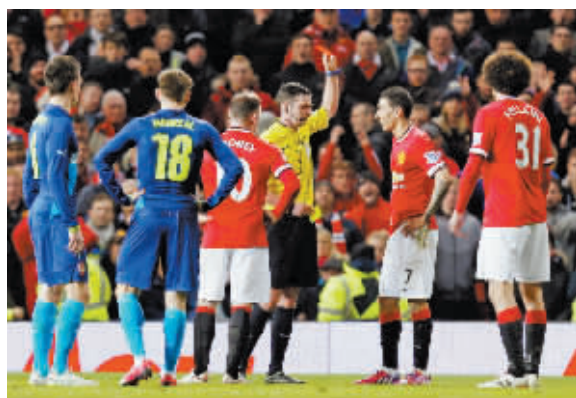
宁波山地马拉松赛再度开启训练营

本报讯(记者 戴斌) 去年我市首次举行山地马拉松之前,举办了多期公益训练营为长跑爱好者讲授跑步的运动窍门,受到热捧。今年该项公益训练课将再度开启,首期将于3月15日下午2点在江北实验中学举行。国内著名运动体能康复专家陈方灿博士将再度来甬,为跑步运动爱好者带来一堂《马拉松:如何跑得更科学》的讲座,同时还会针对大家关心的话题与运动爱好者交流互动。

2015宁波山地马拉松赛将于4月25日举行,目前报名已基本结束,已经报名的3000多名参赛者中近四成来自全国各地,甚至还有国外以及港澳台地区的马拉松运动爱好者,这其中不乏国内一些马拉松运动的高手。

为了更好地普及跑步健身知识,让健身运动更科学、更安全,开赛前组委会将安排4场马拉松训练营,国内著名运动体能康复专家陈方灿博士和他的工作室将会给跑步运动爱好者带来两堂科学健身的课程。美国心脏协会授权机构杭州飞宇公众教育基地将会给健身爱好者带来一堂关于运动性心脏猝死的防范与救治和运动伤害防止的课程。另外,我市长跑协会也将带领即将参赛的运动员进行一次赛道体验和实战讲座。

曼联最后的夺冠机会也没了 手刃他们的还是“自己人”



迪马利亚(右二)被裁判出示红牌。 新华社发

曼联近15次对阵阿森纳仅输一场(11胜3平1负),阿森纳近6次做客老特拉福德全负,近10次做客1平9负,上一次在老特拉福德赢球还要追溯到2006年9月……

尽管是一对宿敌,但枪手在梦剧场的表现这些年来近乎梦游,然而昨日凌晨温格和他的球队终于改写历史,在足总杯1/4决赛中客场2:1淘汰曼联,第61分钟维尔贝克完成了锁定胜局的一个进球,也终结了红魔这个赛季

唯一的夺冠希望。要知道就在半年多前他身披的还是红魔战袍。

“卖掉他(维尔贝克)对他个人而言是件好事,我认为有的球员在有些俱乐部更合适,他会受益于更多的比赛机会,但如果留在曼联,这得打上一个问号。”

范加尔本赛季不止一次评价过这桩买卖,颇有些“活雷锋”的味道,私下里他则告诉熟悉的人,维尔贝克和鲁尼、范佩西或者法尔考不是一个档次的球员。

荷兰人知不知道“打脸”一词?当维尔贝克抓住瓦伦西亚的回传失误,接着晃过德赫亚推射空门之时,整个老特拉福德傻了……

一边小跑,一边有力地挥舞了一下双臂。老实说,维尔贝克进球后的庆祝方式还是相当克制的,这是他转会后第一次回到老特拉福德,他不愿意表现得太过张扬,哪怕这个进球对于他和球队来说是那么的重要。

值得一提的是,本场比赛之前,维尔贝克并不是阿森纳铁打的主力,外界也曾预测维尔贝克此战不会登场,偏偏在这场他被温格安排成了首发,直到第74分钟才被吉鲁替换下场。

此战,被曼联驱逐的维尔贝克成为了阿森纳的功臣,去年夏天重金加盟的迪马利亚却累积两张黄牌被罚下,一进一出,曼联看上去亏大了。 本报综合报道

抢占开春促销第一波

“2015宁波新春房展会”下周登场



2014年宁波新春房展会现场 资料图片

半年新春,楼市利好消息频传:先是央行继降准之后再度降息,而后全国两会上传递出中央“稳定住房消费”、“支持居民自住和改善性住房需求”的消息。

可以说,在楼市“后限购时代”元年,无论从政策层面还是从开发商实际情况而言,刺激需求、去库存,将是

2015年的核心任务。在明确了市场形势后,2015年的“去库存”大战将比2014年来得更早一些。一年之计在于春,新春三月,万物复苏,正是开发商抢占市场高地、迸发新年第一声的上佳时机。

为此,作为本地最为强势平面媒体的宁波晚报,将联合在甬城布线的品牌开发商,于3月21日、22日在宁波雅戈尔体育馆举行“2015宁波新春房展会”,为楼市供求双方搭建零距离交流空间,掀起开春第一波购房狂澜。

在雅戈尔体育馆举行的宁波新春房展会,此前已连续成功举办三届。凭借其位于中心地段所衍生的火爆人气、晚报影响力聚拢的明星楼盘、参展楼盘的给力优惠,已在宁波市民中形成一定的影响力。

据悉,2015年新春房展会将延续往届的规模,目前已有包括保利印江南、恒大城市之光、恒大山水城、荣安中央公园、宁波嘉利玫瑰园、华友华城花园、乐筑良品等多家明星楼盘确定参展。

恒大城市之光:市中心优质物业备受瞩目

“支持居民自住和改善性住房需求”、“继续实施积极的财政政策和稳健的货币政策”、“有序推进基础设施和基本公共服务同城化”、“落实放宽户口迁移政策”……这些来自今年两会的声音,对“后限购时代”的楼市自然是好消息。而位于城市核心区的优质物业,或将更受瞩目。

城市之光,位于东部新城的CBD核心,是千亿地产俱乐部房企恒大地产首驻宁波市中心之作。该项目涵盖六大顶级业态,旨在为宁波呈现出一个立体多元的生活方式与居住体验;不仅拥有甬城优质配套与环境,更以百万

方建筑生态自成体系。

想象一下身临城市之光的感受:享受国际演艺中心“世界顶级的视听盛宴”,体验2万方中央公园的绿色纯氧生活,追逐“上海新天地升级版”滨水国际名品街的极致奢华……同时,“希尔顿旗下最奢华的品牌”康莱德五星酒店、“世界名企的长三角总部”超甲级写字楼、“国际品牌体验型购物中心”让你在甬城便可畅享曼哈顿的繁华生活。

其中,城市之光三星绿色住宅部分,承袭恒大9A精装体系,配置全屋地暖和中央空调,在提供舒适居住感受的同时打造建筑与生态和谐绿色环境。

恒威国际城滨河组团加推劲销五成

3月7日,恒威国际城B地块最后一批滨河高层别墅开盘,开盘当天即去化五成。据悉,此次推出的房源性价比较高,总价59万元起的约90平方米阔三房,方正通透;270°观景朝南大三房、双阳台,拓展面积最多可达10多平方米。

恒威国际城第三批房源于去年11月15日开盘,推出1#、5#、9#房源共232套,开盘当日成交超百套。目前,88—144平方米云HOUSE智能样板区已开放。

恒威国际城,正打造城西片区最大规模国际社区。其项目北区规划有2万平方米商业广场,已经成功引进三江精品超市,规划有餐饮、亲子教育、购物、银行、健身会所等满足市民日常生活需求的商业业态。项目北邻省级示范小学——高桥中心小学,南面配套星级幼儿园。而社区提供4点半课堂,家长们再也不用为下班晚而不能照顾孩子而困扰了。此外,项目东面规划的近万平方米公园绿

地,也让这里的生活增色不少。

随着立体交通网络的完善,从这里出发去中心城区核心区也相当便捷。恒威国际城距轨交1号线高桥站约1200,乘坐地铁10来分钟就到达天一广场;沿通途路、中山路、秋实路驾车可至城市主要商圈。



23万方低密亲水洋房落子市中心 保利印江南展示中心开放



3月7日,保利位于东部新城水乡邻里地块项目——保利印江南展示中心对外开放,这座23万方低密亲水洋房社区由此揭开面纱。

保利印江南,位于东部新城百丈东路与海晏南路交叉口。所处水乡邻里地块是城市中心罕见的低密度亲水居住区;此前区域内已有嘉里泊璟廷、雅戈尔明洲两大项目面市,颇受市场追捧。

此次亮相的保利印江南,是保利置业继98万方超大体量生活艺术城——保利城之后又一市中心力作,总建筑面积约23万方。在所处地块属性资源的基础上,保利置业将融入人文内涵,打造“诗意江南,傍水人家”式的城市水乡生活方式。

在产品上,抛弃钢筋水泥的堆砌,亦有别于泊璟廷、明洲的多层亲水洋房,地处水乡邻里最后生态住宅板块的保利印江南将还原江南水乡风情——64万方水乡邻里生态环视、3.3公里绿色生态长廊、32公顷明湖衍生而来的一河两岸,更以媲美别墅区的容积率,打造23万方低密度亲水洋房院落,7大BLOCK院落,再现记忆深处的江南深巷……

据悉,保利印江南分三期开发,其中一期约9.5万方,由5幢高层、14幢多层洋房构成,主力面积约108—160平方米,预计下半年开盘。

开元物业在京挂牌上市

3月5日下午,全国中小企业股份转让系统公司在北京举行新三板上市企业集体挂牌仪式,浙江开元物业管理股份有限公司(股票代码:831971)成为国内在新三板首批挂牌上市的物业公司。这是开元物业开启资本市场征程的第一槌,也是继开元酒店产业信托(01275.HK)后,开元第二家挂牌上市的子公司。

据悉,未来开元物业在做好社区“最后一百米”服务的同时,重点开拓乐居养老院、社区养老服务等业务。