



珍藏无价大湖豪景 千色湖光万倾锦绣

龙湖丽景——飞龙湖畔的法式珍藏



自古名宅,或依山而筑,或临湖而居。

亲水,是人居的本性,“择水而居,风生水起”。比起江的汹涌,海的浩瀚,从居住的舒适性上来说,湖更有人文的感觉。湖代表着宁静、和谐,承袭中国传统的一脉气质,特别是幽雅的古典气息,内秀、典雅、不张扬、有底蕴,这跟湖那种安静平和的特征更为类似。

龙湖丽景,一席坐拥繁华中的静谧,让湖面的清水洗净红尘的奢华,洗涤心灵的疲惫。

在这里,触手可及的水光潋滟,叫醒惺忪的睡眠,感受粼粼的波光,静听芬芳的午后,留恋牵手的浪漫。

枕着 3000 亩飞龙湖休憩

飞龙湖生态区位于台州市区几何中心,有着优越的山水资源条件,是台州市绿心生态区总体规划的核心区块,总面积约 42000 亩,其中规划面积约 3000 亩的飞龙湖处于该区块中心。目前,湖区已完成 86%的面积开挖,生态之变,已真实可见。

生态区由内环路分为南北两个功能区块。北侧将打造成集生态旅游、都市休闲、人文体验、时尚运动为一体的台州绿色客厅、中高端休闲旅游综合体。南区则以城市绿心为背景,融现代商贸、旅游服务、文化创意、教育培训、现代人居等多种功能的综合配套区,而龙湖丽景就位于南侧区块。

生命对于环境的依赖是交叉的,既应该有湖水、阳光和绿色,也应该有文化、商贸与休闲。而一切如龙湖丽景,花语、鸟鸣、湖边,又处飞龙湖区块的综合配套区里,房前屋后,让现代人可以全方位感应自然,回应城市,是现代人的理想居住。

毫不夸张地说,入住龙湖丽景,坐在自家阳台便可以感受水天相接的湖景,听着耳机里轻柔

的音乐,垂柳夕阳相交映的美景印在高脚杯的醇美红酒中,临湖楼盘带来了诗情画意又有高端品质的生活。

有人这么比喻,3000 亩湖区犹如我入眠时的睡枕,安逸恬静、内敛含蓄,又绽放着超然的生活意境。

临湖美景 不如驻湖而居

“面浴春风,掬水而戏”,象征着人们对

生活的一种向往和归依。湖景资源日益稀贵的现代社会,龙湖丽景传承着与她精神内涵相统一的人文气质:自然、健康、尊贵、豁达……美国作家梭罗在 100 多年前说:“一个湖是风景中最美、最有表情的姿容。它是大地的眼睛,望着它的人可以测出自己天性的深浅……”

远观艳羡,不如临湖而居。不浪费一寸土地,不辜负一片山水,将城市繁华与人文历史

相结合,打造楼市明星产品,是自力房产始终坚持的原则。“三面环山、一面向城、山水城融”,飞龙湖的稀缺性和美好前景,正与自力房产的建造理念不谋而合。“得城市以价值,还城市以珍藏”,龙湖丽景的诞生,注定要成为台州湖居生活标杆。

临湖而居,是每一位峰层人士的梦想。居住龙湖丽景,独享湖美众景,五星级度假酒店咫尺之遥,万象新天地独享繁华,湖滨酒店群倚邻而落,体育公园、山体游步道即成“私家会所”。

湖光辉映,千万人梦想中的福祉,真正的豪门贵胄之地。而龙湖丽景不只拥有湖山美景,更有繁华相伴。

尊踞路桥主城区西北的龙湖丽景,南为路桥大道,北临腾达路,中国日用品商城、恩泽医院、金融机构、幼儿园、小学、中学咫尺环绕。据规划,飞龙湖区块还将形成以环湖东路、内环路、桐江路、环湖北路为框架的环飞龙湖道路,以及以财富大道、桐屿大道、腾达路、双水路为框架的城市核心区主要路网,交通非常便捷。

近在咫尺的白石岩隧道已经贯通,是连接三区的交通枢纽之一,隧道两侧连接桐江路,这条路是连接台州铁路客站与货站的交通要道,隧道的投入使用将加快中心城市的融合。以时间来计算,从路桥城区到台州火车站现在需要 50 分钟时间,而经过隧道后则缩减为短短的 15 分钟。

诚如区委书记郑敏强所说:“飞龙湖生态建设全面推进,这将成为高品质的城市新名片,成为台州绿心的一颗璀璨明珠。”而飞龙湖生态区扩散而出的“效益”,更突显出龙湖丽景的专属高档。



七种练习方法 预防关节疾病

第 168 期

曾利剑 整理

预防关节疾病,平时多注意膝部保暖,特别在夏天,不要贪凉,避免撞击,注意运用大腿的肌肉群。因为肌肉的发达可在一定程度上缓解膝盖所承受的压力,可以让膝盖的损伤降低到最小;平时多做腿部肌肉锻炼,尽量减少膝盖的承受力。为此,特别推荐以下 7 种练习方法:

1. 仰卧位,屈腿。将一条腿伸直,慢慢向上抬高,勾起脚尖,停留片刻。放下伸直的腿,恢复屈腿状态。另一条腿重复上述动作。重复 20 次为一组,每天 3—5 组。
2. 仰卧位,腿伸直。然后脚跟着地,尽量屈膝。如此反复,重复 20 次为一组,每天 3—5 组。
3. 仰卧位。双腿轮流屈腿,再伸直,像骑自行车一样。重复 20 次为一组,每天 3—5 组。
4. 仰卧位,一腿膝关节屈曲。另一腿膝

关节伸直,脚后跟靠着墙面,用力伸直膝关节。当感到膝关节后部紧张时,坚持 10 秒钟,然后放松。换腿重复上述动作。重复 20 次为一组,每天 3—5 组。

5. 俯卧位。在踝关节的下方垫上毛巾卷。该踝关节用力向下压,尽可能伸直膝关节。坚持 10 秒钟,然后放松。换腿重复上述动作。重复 20 次为一组,每天 3—5 组。

6. 坐在椅子上,轮流伸直左右腿,伸腿的同时用力勾起脚尖。重复 20 次为一组,每天 3—5 组。

7. 骑自行车。把车座尽可能放高,使脚刚好踩着脚踏。将阻力调到最小。骑车时间可以从 10 分钟开始,适应后逐渐延长至 20 分钟。

台州章氏骨伤医院·曙光医院 主办
地址:路桥区腾达路111号

停电信息

各用户:

2014 年 6 月 3 日(08:00 至 20:00):因计划检修石曲 941 线-通华机械 18# 开关后段停电,停电区域:李家洋、上马村等。

2014 年 6 月 19 日(08:00 至 17:00):因计划检修中林 796 线 3# 支线开关后段停电,停电区域:凤阳铺村部分、前七份村部分等。

2014 年 6 月 19 日(08:00 至 17:00):因计划检修横街 795 线 1# 杆开关后段停电,停电区域:湖头村部分等。

2014 年 6 月 19 日(08:00 至 17:00):因计划检修上林 789 线 1# 主开关后段停电,停电区域:洋宅西村、百洋村、沙山村等。

2014 年 6 月 25 日(08:00 至 17:30):因计划检修后黄 956 线 1# 主开关后段停电,停电区域:黄施洋村、后黄村等。

2014 年 6 月 26 日(08:00 至 16:00):因计划检修开来 865 线 1# 主开关后段停电,停电区域:黄施洋村、后黄村等。

2014 年 6 月 27 日(08:00 至 17:30):因计划检修上陈 963 线 22# 杆支线开关后段停电,停电区域:李四代村、钟家村、下洪洋村等。

以上线路因检修停电,遇雨顺延,希各用户注意! 给用户带来不便,敬请谅解!

国网浙江台州市路桥区供电公司
2014 年 5 月 27 日

遗失声明

● 遗失台州市路桥液化气气储配站营业执照正、副本各一本,注册号:331004000009702,声明作废。

● 遗失陶冬青税务登记证正、副本各一本,证号:332603671130703,声明作废。

架子鼓转让

现有funk消音架子鼓P-01一套,九五成新,欲转让,价格面议。

联系电话: 18067723110

上海大众汽车
SHANGHAI VOLKSWAGEN

www.svw-volkswagen.com

别在该快的时候慢半拍

Polo

上海大众汽车客户服务热线:400-820-1111

产品网站: www.svw-volkswagen.com

立即扫描二维码
关注台州申浙更多信息



上海大众、进口大众台州唯一双品牌授权经销商
台州申浙汽车销售服务有限公司
销售热线: 82815555 网销专线: 82583500
公司地址: 路桥区灵山街258号(马铺)



Das Auto.